



**Fırsatlar Sunar**

Eğitsel Ve Kişisel Psikolojik Danışma  
Ve Rehberlik

2

## Eğitsel Rehberliğin Tanımı

- Rehberlik hizmetleri ve eğitim birbirini tamamlayıcı niteliktedir.
- Eğitim süreci, öğrencinin “öğrenmesi ve başarılı olması” üzerine odaklanmıştır.
- Bu nedenle eğitimde psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinden beklenen önemli işlevlerden birisi de “öğrenmeyi kolaylaştırma ve başarıyı artırma” konusunda yardımdır.
- Bu alanda yapılan hizmetler “eğitsel rehberlik” olarak isimlendirilmektedir.

## Eğitsel Rehberlik Ve Psikolojik Danışma

- Bireylerin eğitim yaşamları boyunca;
- İlgilerini, yeteneklerini ve ihtiyaçlarını dikkate alarak hazırlanan eğitim programlarından birini seçmelerine,
- Seçtikleri bu programda başarıyla ilerlemelerine ve eğitimle ilgili olarak karşılaştıkları tüm sorunların çözümüne yönelik olarak yapılan yardımların tümüne eğitsel rehberlik ve psikolojik danışma adı verilir.

MEB'nın Rehberlik Hizmetleri Yönetmeliğinin (2001) 7. maddesinde eğitsel rehberlik "Her öğrenciye, kendine özgü yetenek, ilgi, mesleki değer, başarı ve motivasyonu oranında eğitim-öğretim uygulamalarıyla uyum sağlaması, özelliklerine ve gelişimine uygun programlara yönelmesi için hizmetler verilir. Bu hizmetler;

- Öğrencileri okula, okuldaki alanlara, çeşitli etkinliklere, yeni durumlara alıştırmaya ve yönlendirme,
- Öğrencilerin etkili öğrenme ve çalışma becerileri geliştirmelerine yardım etme,
- Öğrencilerin motivasyonlarını destekleme ve arttırma,
- Özelliklerine uygun üst öğrenim kurumlarına yönlendirme olarak ele alınır. şeklinde ifade edilmektedir.

## Eğitsel Rehberliğin Amaçları

- 1.Öğrencinin öğrenimini devam ettirmek istediği alandaki bir okulu seçmesi ve bu okula girmesi,
- 2.Girdiği okuldaki alanlardan birini ve seçmeli derslerden kendi ilgi ve yeteneklerine uygun olanı seçmesi
3. Öğrencinin okula ve okulun bulunduğu çevreye uyum sağlamasına yardımcı olmak,

## Eğitsel Rehberliğin Amaçları

- 4.Gerekli başarıyı gösterebilmesi için etkili ve verimli ders çalışma teknik ve yöntemlerini öğrenmesi, gerekli çalışma alışkanlıklarını kazanması,
- 5.İlgi, yetenek, eğilim ve kişilik özelliklerine uygun olarak gelişmesini sağlamak için uygun eğitim ortamı oluşturulması,
- 6.Okul ve meslek hayatı arasındaki ilişkinin sağlanması,

## Eğitsel Rehberliğin Amaçları

7. Başarıyı engelleyen etmenleri azaltma ya da ortadan kaldırma,

8. Öğrencinin öğrenmeyi öğrenmesi

9. Öğrencileri gözleme, inceleme ve değerlendirme yoluyla üstün yetenekli çocukları ve özel eğitim görmesi gereken çocukları zamanında belirleyerek bu çocukların en uygun düzeyde gelişmelerini sağlayacak özel programlara girmelerine ve gerekli önlemlerin alınması konusunda okula, öğretmenlere ve ailelere yardımcı olmak

## Eğitsel Rehberliğin İlkeleri

- Öğrencilere öğrenmeye ve okul yaşamına yönelik olumlu tutumlar ve alışkanlıklar kazandırmak,
- Eğitsel rehberlik hizmetlerini “gelişimsel yaklaşıma” uygun biçimde düzenlemek,
- Eğitsel rehberlik hizmetleri sürekli olmalı,
- Eğitsel rehberlik hizmetleri yalnızca başarısız öğrencilere değil tüm öğrencilere yönelik bir olmalı,
- Eğitsel rehberlik hizmetleri belli bir plan ve program izlenerek sürdürülmeli ve sistemli bir şekilde yürütülmeli,

## Eğitsel Rehberliğin İlkeleri

- Eğitsel rehberlik hizmetleri sunulurken öğrenciyle ilişkili herkes işbirliği içinde olmalı,
- Eğitsel rehberlik hizmetleri genel olarak öğrencilere tek tek değil, gruplar halinde sunulmalı,
- Eğitsel rehberlik hizmetleri, sürekli olarak öğrencilerin eğitsel gelişimini izleme ve güçlükleri belirlemeye yönelik verilerle desteklenmeli ve elde edilen sonuçlar bilimsel yöntemlerle değerlendirilerek geliştirilmeli.

## Eğitsel Rehberlik Hizmetleri Ve Uygulamalar

- *Eğitsel rehberlik hizmetleri kapsamında genellikle öğrencinin kendi ilgi ve yeteneklerine uygun okul, alan ve ders seçmesi,*
- Okula devam ve okul ortamına uyum,
- Verimli ders çalışma alışkanlıkları,
- Zamanı verimli kullanma,
- Güdülenme,
- Derslere ve okula yönelik olumlu tutum geliştirme,
- Not tutma,

- Velileri eğitsel rehberlik konusunda bilgilendirme,
- Öğrenmeyi öğrenmek,
- Üstün yetenekli öğrencilerin zamanında ortaya çıkarılması ve yetenekleri ile ilgili gelişimlerinin sağlanması,
- Özel eğitime muhtaç ve yavaş öğrenen çocukların zamanında belirlenip engel türlerine uygun eğitim programına yönlitilmeleri konularında psikolojik danışma ve rehberlik hizmeti sunulmaktadır

## **Okula Ve Yakın Çevreye Alışmayı Sağlama**

- Öğrencilerin okula ve bulunduğu çevreyi tanımaya, ihtiyaçlarının nasıl karşılayacağını öğrenmeye ve birlikte öğrenim göreceği kişilerle tanışmaya ihtiyaçları vardır.
- Öğrencilerin okula ve yakın çevresine çabuk ve kolay uyum sağlaması, öğrenmeye güdülenmesi ve bu yolla öğrenim sürecinde başarılı olmaları açısından oldukça önemlidir.

## Okula Uyum Kapsamında,

- Okulun kısa bir tarihçe ile tanıtılması,
- Okulun bina ve diğer fiziksel olanakları ile tanıtılması,
- Okulun bulunduğu yakın çevrenin tanıtılması,
- Okulda uygulanan eğitim programının tanıtılması,
- Program dışı eğitsel, sosyal ve kültürel etkinliklerin tanıtılması,
- Okuldaki psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerini ve diğer öğrenci kişilik hizmetlerinin tanıtılması,
- Okulda uygulanan kuralların tanıtılmasıdır.

## Üst Öğrenim Kurumlarını Tanıtma

- Bir okulu bitirenlerin bir kısmı hayata atılırken, bir kısmı da öğrenimlerini sürdürmek amacıyla bir üst öğrenim kurumuna gidecektir.
- Öğrenimini sürdürmek isteyen öğrencilere hangi okulların açık olduğu, bu okullara giriş koşulları, okulların eğitim harcamaları, hangi mesleğe hazırladıkları, kredi ve burs olanakları, okullara giriş için başvuru formlarının nasıl doldurulacağı, okula öğrenci sınava ilk defa alınıyorsa giriş sınavlarının türü, yeri ve zamanı ile ilgili bilgilerin sağlanması kapsamdadır.

**Eğitim kurumlarına ilişkin bilgiler;**

- Yazılı bilgiler, üst öğrenim kuramlarını tanıtan kitap, kitapçık, dergi ve gazetelerden, kuramların kendisinden ve bağlı olduğu bakanlıklardan,
- *Rehberlik saatlerinde* meslek okullarında, üniversitelerin çeşitli dallarında okuyan eski mezunlar çağrılabilir ve kendilerinden okullarını tanıtıcı konuşmalar yapmaları istenebilir.

- *Eğitim kurumları ziyaret edilebilir.*
- Öğrenim kurumları hakkında bilgi toplamak için yararlanabilecek bir diğer yol ise *eğitim kurumlarını incelemek için araştırma grupları oluşturmaktır.*



- Böyle bir *uygulamanın öğrencilere sağladığı yararlar* şu şekilde ifade edilebilir:
- Bir görevi başarıyla yerine getirme öğrencilerde sorumluluk duygusunun gelişmesini ve özgüvenin artmasını sağlamaktadır.
- İş birliği yapma, yardımlaşma ve paylaşma becerileri gelişir.
- Bu araştırma sürecinde çeşitli kişilerle konuşup çeşitli kaynaklara başvurma, öğrencilerin üreticiliğini geliştirir ve girişkenliklerini arttırır.
- İlgilendikleri eğitsel ve mesleki olanaklar konusunda daha yeterli bilgi edinme olanağına sahip olurlar.
- Sınıfta bilgileri paylaşmakla arkadaşları için faydalı bir görevi yerine getirmenin mutluluğunu yaşarlar.
- İnceledikleri eğitim kurumları ve ilgili mesleklerin gerektirdiği özellikler, çalışma koşulları ve sağladığı olanaklarla kendi özellik ve beklentilerini karşılaştırma becerileri gelişir.

## Verimli Ders Çalışma Alışkanlıklarını Kazandırma

- Bu kapsamda eğitsel rehberlik hizmetleriyle öğrencilere verimli çalışma; doğru, anlamlı ve hızlı okuma; okuduklarını tam olarak anlama ve anlatma becerisini kazandırma amaçlanmaktadır.

- Öğrencilerin pek çoğu zamanlarını ders çalışmakla geçirmekle birlikte yeteri kadar başarılı olamamaktan yakınmaktadır.
- Çalışma zamanı ve süresi ile dinlenme zamanı ve süresini iyi ayarlayamadıkları ve kalıcı öğrenmeyi sağlayacak bazı tekniklerden haberdar olmadıkları için çabalarının sonucunu alamayan öğrencilerde zamanla karamsarlık, yılgınlık ve derslere karşı ilgisizlik oluşabilmektedir.
- Diğer bir deyişle öğrencilerin okul başarısızlıklarının çoğunda bu ders çalışma ve öğrenme tekniği, alışkanlık ve tutum kusurlarının payı büyüktür.

## Ders Çalışmaya Güdülenme Becerileri

- Bir öğrencinin öğrenmek istemesi için gerekli koşul öğrencinin eksik bilgi, düşünce ve davranışlarının olduğu farkına varmasıdır.
- Öğrencilerin “Çalışmam gerektiğini biliyorum; ama çalışamıyorum”, “Dersin başına bir türlü neden oturamadığımı bilmiyorum.” şeklindeki sözleri güdülenme eksikliğini göstermektedir.

- Güdülenme kavramının anlaşılabilmesi için çeşitli kavramların açıklanması gerekmektedir. Güdüler ihtiyaçtan kaynaklanmaktadır.
- İhtiyaç, organizmadaki herhangi bir eksikliği göstermektedir. Bu eksikliğin farkına varmaya dürtü denmektedir.
- Dürtüler sonucu güdüler açağa çıkmakta ve bireyi, ihtiyacını giderecek hedefe doğru harekete geçirmektedir

## Davranış Oluşum Süreci

1. Uyarıcı
2. Dürtü (Yokluk-Gerilim)
3. Güdü (Eyleme geçiren güç)
4. Motiv (Eylemin Yönü-sosyo-kültürel)
5. Davranış

## Örnek

- 3 Öğrenci
- Ders çalışmaya ihtiyaçlarını hissettiler (Dürtü)
- PDR birimine gittiler ve hedef belirlemek için yardım istediler(Güdü)
- Hedefler ve ilgiler üzerine çalışılır
- Tercihler: (Motiv)
- 3 farklı tercih, Aynı tercihin bile farklı sebepleri vardır (psikososyal)
- Davranış

- Hedefler olumlu, olumsuz, öğrenilmiş ve öğrenilmemiş hedefler olarak farklı türlere ayrılmaktadır.
- Yaklaşmak istenilen hedefler olumlu, kaçınmak istenen hedefler olumsuz hedefler olarak isimlendirilmektedir.
- Birey içten ve dıştan gelen uyarıcılar sonucu güdülenmektedir.
- Ödev hazırlama ve sınava hazırlanma,
- Kütüphane öğrenme için sınıf kadar önemli bir yerdir

- Sınav Kaygısıyla Baş Etme Becerileri Kazandırma
- **Sınav kaygısı** ; formal bir sınav veya değerlendirme durumunda yaşanan, bireyin gerçek performansını ortaya koymasını engelleyen bilişsel, duyuşsal, davranışsal özellikleri olan, bireyde gerginlik oluşturan hoş olmayan bir duygu durumudur.

### **Sınav kaygısının nedenleri:**

- Mükemmeliyetçilik, erteleme, başarısız olma ve değerlendirilme korkusu, düşük benlik saygısı, mantık dışı inançlar, plansızlık, çalışma metotlarının bilinmemesi, danışacak kişilerin bulunmayışı vb.

### **Sınav kaygısının belirtileri:**

1. ***Zihinsel belirtiler,***
2. ***Fizyolojik belirtiler,***
3. ***Duygusal belirtiler,***
4. ***Davranışsal belirtiler***

- **Öğrenme Stillerini Belirleme**
- *Öğrenme stilleri görsel, işitsel ve kinestetik/dokunsal olmak üzere üçe ayrılmaktadır.*
- **Görseller**, özel hayatlarında genellikle düzenli olurlar.
- **İşitseller**, ses ve müziğe duyarlıdırlar, sohbet etmeyi, birileri ile çalışmayı severler.
- **Kinestetik/dokunsallar** hareketlidirler, sınıfta yerlerinde duramazlar, sürekli hareket hâlinde dirler

## Kişisel Rehberlik

Kişisel rehberlik, eğitsel ve meslek planları ile ilgili olmayan, kişinin duygu ve düşüncelerinden, sosyal ilişkilerinden ve davranışlarından doğan problemlerle ilgili hizmetler olarak ya da benzer şekilde eğitsel ve mesleki rehberlik hizmetleri dışında kalan rehberlik hizmetleri olarak da tanımlanabilmektedir. Özetle kişisel rehberlik; bireylerin kendilerini tanımlarına, problem olarak gördükleri her durumla başa çıkma ve yaşam doyumları kişisel güçleri artırmaya yönelik psikolojik yardım hizmetlerinin tümü olarak tanımlanabilir.

## Kişisel Rehberlik

Duygusal zekası (EQ) yüksek ya da düşük dediğimiz bireylerin sahip olduğu ya da olması gerektiği özelliklere bakıldığında, bunların daha çok sosyal beceriler olduğu ve kişisel rehberlik hizmetlerinin kapsamına girdiği görülmektedir. Bu becerilerin, temel iletişim becerileri, problem çözme becerisi, etkili karar verme becerisi, kızgınlık ve stresle başa çıkma becerisi gibi yaşamı kolaylaştıran, ruh sağlığını korumaya yönelik ve yaşamın her alanındaki doyumunu etkileyen beceriler olduğu görülmektedir.

## Kişisel Rehberlik

Günümüzde genel olarak rehberlik hizmetlerine verilen önemin artmasıyla birlikte, Milli Eğitim Bakanlığı Öğretmen Yetiştirme ve Eğitimi Genel Müdürlüğü okullarda görevli danışmanlardan kişisel rehberlik alanında aşağıdaki yeterliklere sahip olmalarını beklemektedir. Bu yeterlikler aynı zamanda kişisel rehberliğin kapsamı olarak da düşünülebilir.

Yeterlikler aşağıda sıralanmıştır:

1. Atılganlık becerileri geliştirme
2. Günlük yaşam becerileri geliştirme
3. İletişim becerileri geliştirme
4. Sorun çözme becerilerini geliştirme
5. Öfkeyle baş etme becerileri geliştirme
6. Kaygıyla baş etme becerileri geliştirme
7. Çatışma çözme becerileri geliştirme
8. Karar verme becerileri geliştirme
9. Zaman yönetimi becerileri geliştirme
10. Özsayıgı geliştirme becerileri geliştirme
11. Sorumluluk ve görev bilinci geliştirme
12. Oto kontrol becerisi geliştirme
13. Özgüven geliştirme

## Genel Olarak;

### Kişisel Rehberlik Ve Psikolojik Danışma

Bireylerin kendilerini tanımlarına, problem olarak gördükleri her durumla başa çıkmalarına ve yaşam doyumları kişisel güçleri artırmaya yönelik psikolojik yardım hizmetlerinin tümü olarak tanımlanabilir.

- Bu becerilerin, temel iletişim becerileri, problem çözme becerisi, etkili karar verme becerisi, kızgınlık ve stresle başa çıkma becerisi gibi yaşamı kolaylaştıran, ruh sağlığını korumaya yönelik ve yaşamın her alanındaki doyumu etkileyen beceriler olduğu görülmektedir.





## Teşekkürler

Yrd. Doç. Dr. Esat ŞANLI



Rehberlik



Eğitsel Ve Kişisel Psikolojik Danışma Ve  
Rehberlik



Ünite 7