**Altayçeşme İlkokulu Psikolojik Danışmanlık Ve Rehberlik**

**Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Nedir ?**

* Okulla ya da evle ilgili olumsuz bir duygu yaşadığında
* Derslerinle ilgili kafan karıştığında
* Seçeceğin okula ya da mesleğe karar verirken kafan karıştığında
* Arkadaşlarınla iletişimlerinde sorun yaşadığında
* Okul Başarını Yükseltmek için yardıma ihtiyaç duyduğunda

**Okul Psikolojik Danışmanından destek alabilirsin ☺**

**Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Servinden Neden Destek Alırım?**

* Derslerde başarımı nasıl arttıracağımı öğrenmek istiyorum
* Çok sinirliyim ve sinirlendiğimde kendime engel olamıyorum
* Arkadaşlarım sinirli olmam nedeniyle zarar görüyor
* Arkadaşlarım bana zarar veriyor
* Evde sorunlar yaşıyorum
* Sınavlarda çok korkuyorum
* Kendimi daha iyi tanımak istiyorum
* Çeşitli korkularım var
* Geleceğim hakkında kararlar vermek istiyorum

 **Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmenim Bana Nasıl yardımcı olur ?**

* Seni dinler
* Seni anlamaya çalışır
* Sorunları daha önce nasıl çözdüğünü araştırır
* Senin kendi sorununu çözme gücünü destekler
* Gerekirse senin de fikrini alarak, sorunları çözmek için yardımcılar çağırır.(Ailen, Öğretmenlerin, arkadaşların…)
* En iyi hangi şekilde öğrendiğini araştırır, daha iyi ders çalışabilmene destek olur.
* Yaşadığın bedensel ve ruhsal değişimlere uyum sağlaman için yardımcı olur.

Ozaman sen de ihtiyacın olduğunda

**Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümünden Destek almayı UNUTMA !**