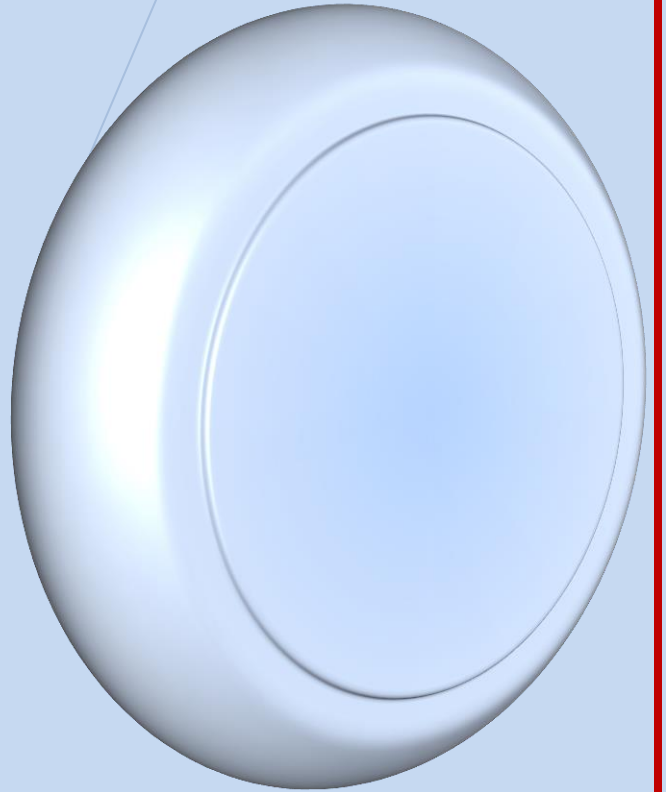




MAVİLİ GÜNLERE DOĞRU



HAZİRAN 2017
CİZRE

BÜLTENİN HAZIRLANMASINDA EMƏĐİ GEÇENLER

AGİT İŐİK

RAM MÜDÜRÜ

Ebru ÇAĞLAYAN

Editör

TuĐe ÇAĞLAR

Ferhat Ufuk GÜLCAN

Nevruz KARA

Hatice KARACA

Fatma Nur KAYA

Sevilay NAR

Serkan OĞURLU

Mesut ÖZER

Hande Ece ŞENOCAK

Mine YALÇIN





BAŞLARKEN...

Rehberlik hizmetleri eğitim öğretim sürecinin vazgeçilmez unsurudur. Rehberlik hizmetlerini bu kadar önemli kılan, bireyin sosyal bir varlık olarak günlük hayatında yaşadığı problemler (Eğitsel, Sosyal, Psikolojik), toplum içinde yalnızlaşmanın getirdiği psikolojik rahatsızlıkların çok fazla yaşanmasıdır.

Bireylerin ve özellikle de eğitim sürecindeki öğrencilerimizin 5N1K (Kim, Ne, Nerede, Nasıl, Niçin, Neden) sorularıyla günlük yaşamlarında karşılarına çıkan problemlerle uygun yöntem ve teknikleri kullanarak başa çıkma yollarını en etkili ve verimli bir şekilde kullanmalarını sağlamak amacıyla okul rehber öğretmenleri tüm bilgi ve birikimini seferber ederek çocuklarımıza yardımcı olmaya gayret göstermektedirler. Ancak birçok defa tıkanıldığımız ve çözüm geliştiremediğimiz durumlar da yaşanmaktadır. Kısa süreli çözüm odaklı rehberlik anlayışını yaygınlaştırmak amacıyla her hafta farklı bir problemin masaya yatırıldığı, rehberlik çalışmaları sahada ne gibi bir gelişme gösteriyor, ne gibi sorunlarla karşılaşılıyor ve ne gibi çözümlere ihtiyacı var soruları öğretmenlerimizin gönüllü olarak görev aldığı bu çalışmanın özünü oluşturmaktadır.

İşte çalışmamızın temel aldığı nokta **“Tüm Çabamız Çocuklar Gülsün Diye!”** Bu çalışmada görev alan tüm meslektaşlarımı tebrik eder bundan sonraki çalışmalarında başarılar dilerim.

Agit IŞIK

RAM Müdürü



İÇİNDEKİLER

<i>İLKOKULDA REHBER ÖĞRETMEN OLMAK.....</i>	<i>4-9</i>
<i>“ÖZEL”LİKLE ÖZEL EĞİTİM.....</i>	<i>10-13</i>
<i>BİR ÖĞRENCİ KLASİĞİ: ERTELEME.....</i>	<i>14-16</i>
<i>YENİ VE PRATİK BİR PSİKOLOJİK DANIŞMA YAKLAŞIMI:</i>	
<i> ÇÖZÜM ODAKLI KISA SÜRELİ PSİKOLOJİK DANIŞMA.....</i>	<i>17-19</i>
<i>MESLEK LİSESİ NEDİR?.....</i>	<i>20-22</i>
<i>MUTLULUK/YALNIZLIK.....</i>	<i>23-24</i>
<i>REHBERLİK ARAŞTIRMA MERKEZİ NELER YAPAR?.....</i>	<i>25-28</i>
<i>PROJE GÜNLERİNDEN KARELER.....</i>	<i>29-34</i>





İLKOKULDA REHBER ÖĞRETMEN OLMAK

Merhaba arkadaşlar,

İlkokul genelde okuma yazma temel matematik becerilerinin geliştirildiği kurum olarak bilinir aslında. Ama hayatımızda kişiliğimizin sağlam temellere atıldığı vazgeçilmez yapı taşlarımızdır aslında ilkokul çağlarımız. İlkokul rehberlik servisi neler yapar nasıl geçirir koca 1 yılını? Genelde ortaokul ve lise kademesi kadar ciddi problemler yoktur. Okulun açıldığı ilk 1 ay oryantasyon süreci ile geçirilir. O 1 ay çığlıkların gözyaşı sellerinin yeridir rehberlik servisi. Bu sadece 1.sınıflar için geçerli değil. 2.3.4. Sınıflardan da okula gelmeyeceğim diye ağlayanlar mevcuttur. Alınır o öğrenciler odaya teker teker. Önce oyuncaklar

çıkarılır. Onunla akranmış gibi oynanır. Çıkarılır bolar boyama kağıtları. Birlikte boyanır ve biz duygusu oluşturulur. İsim yazılır ve öğrencinin kendine ait olan bir şeyin odadaki panoya asılması ona aidiyetlik duygusu verir.



Sonrasında ise gözpınarları dinmiştir öğrencinin. Biraz ilgidir çocuğun istediği. Çünkü hiç bilinmeyen ortam, tanınmayan kişiler, ve yabancı bir otorite figürü kaygı verir tüm insanlara. Bir de öğretmeni tarafından müdüre götürülme tehdidi ile önceden korkutulmuş ve öylece rehberlik servisinin ortasına fırlatılmış çocuklar da mevcuttur. Annesinin eteğini tutan o olmadan hiçbir yere gitmek istemeyen 2,3,4. Sınıf öğrencileri de. Odaya gelir gelmez kendini yere fırlatıp yuvarlanan tekmeler atan öğrenciler de var tabii. Peki bu durumda ne yapar rehber öğretmen? Kızsız öğret verse, yapması gerekenlerden bahsetse, sınıf arkadaşları ile kıyaslasa işe yarar mı? Elbette hayır. O zaman ne farkı kalır müdür, müdür yardımcısından. İtina ile öğrenciyi alır. Onunla birebir vakit geçirir. Boyama, oyun ile aidiyetlik, biz,

birlik duygusu filizlendirilir. Ve sorunun kökeni öğrenilip buna öğrenci ile birlikte çözüm yolu bulmaya çalışılır. Bir sınav kaygısıyla başa çıkamayan öğrenciyle rehberlik, psikolojik danışma yapamaz belki ilkokuldaki rehber öğretmen ama okul fobisi ile çıkar ringlere.



Diğer eğitsel problemlerin altında yatan sebebi de okulun ilk yıllarında yaşadığımız problemler değil mi? Sonuçta ne ekersek onu biçiyoruz. Güzel bir ilkokul yılları yaşamışsak başarılı ortaokul, lise, üniversite ile devam ediyoruz. Ama ilkokul yıllarında tökezlemeye başlayıp ve bu engellerin farkında olmadan devam etmeye çalışırsak eninde sonunda ya o engellere alışıp öğrenilmiş çaresizlik yaşıyoruz ya da o engele takılıp eğitim hayatından düşüyoruz. yani sözün özü okulu sevdirmek geleceğini sevdirmektir.



İlerleyen zamanlarda verimli ders çalışma teknikleri anlatılır. Zamanın önemi, planlı ve programlı yaşamının önemi, şimdi ve şu ana odaklanma anlatılır öğrencilere.

Geçmiş elimizden kayıp gitti, gelecek ise meçhul, o halde şimdiyi iyi değerlendirmenin önemi anlatılır. Ama öyle kuru kuru değil. Belki hepimizin bildiği bir hikâye ancak öğrenciler bunu bizlerden duyunca daha bir dikkatle dinliyorlar.



İşte hikâyemiz: ‘ Bankada bir hesap sahibi olduğun düşün. Hesabına her sabah 86400 TL para yatırılıyor. Fakat bu paranın hepsini akşama kadar harcamak zorundasın ertesi güne aktarılamaz. Parayı kullansan da kullanmasan da hesap her akşam sıfırlanıyor. Ne yaparsın? Öğrencilerden gelen cevap: Tabi ki hepsini harcarım öğretmenim. Elbette hepsini harcamaya çalışırsın. Hepimiz zaman adlı bu bankanın müşterileriyiz. Her sabah 86400 saniyeye sahip oluyoruz. Yarına aktarılamaz. Her sabah hesabımız dolar. Her akşam boşalır. Geri dönüşü yok. Saniyelerini şu anı yaşayarak harca. Mutluluk, sağlık, başarı için zaman kaçıyor. Her gün için en iyisini yap. Böylece çocuklar sorgulamaya başlar.



Bunun yanı sıra *Değerler Eğitimi* rehberlik servisi için çok önemlidir. İlkokulda insanı insan yapan değerler öğrencilere yaparak yaşayarak kazandırılmaya çalışılmalıdır.





Engelliler haftasında öğrencilere '*empati*' kazanmaları için etkinlikler yapılır. Öğrenciler gruplara ayrılır. Kiminin gözü bağlanır. Önüne engeller koyulur ve oradan yürümesi sağlanır.

Kimine kulaklık takılır ve söylenen atasözü tekerleme şarkıyı bilmesi istenir. Kimine tek ayağını kaldırıp sekerek yarışma yapması istenir. Böylelikle engelli bireylerin yaşadığı zorlukları anlarlar

Doğruluk dürüstlük olmazsa olmazımızdır. Bunu da dürüst ol etkinliğimizle anlatmaya çalışırız. Çocuklar zaten öğretmenlerinden ailelerinden yalan söyleme sözcüğüne maruz kalıyorlar. Bizler de öğrencilere ne yapmamasından ziyade ne yapması gerektiğini söylersek doğru olanı yerleştirirler hayatlarına.



Gelelim etkinliğimize. Elinde bir tef ile girer rehber öğretmen sınıfa. Ve bütün gözler onun üzerindedir. Dikkat çekmiştir.

Ve başlar oyunu anlatmaya. “ evet çocuklar. 1 kez vurunca 1 kez zıplayacaksınız, 2 kez vurunca oturup kalkacaksınız, 3 kez vurunca döneceksiniz.

Biliyorsunuz ki her oyunun bir kuralı vardır. Bu oyunun da kuralı şu herkes dürüst olup kendisi yanlış yaparsa çıkacak.

Kimse o yandı bu yandı demeyecek. Şikâyet etmeyecek arkadaşını. Oyunda önemli olan sona kalmak değil önemli olan dürüst olmaktır.”





Değerler eğitiminde ve insan eğitiminde önemli olan bir konu “*sevgi*” . Sevgi şöyle sevgi böyle diye anlatmak havada kalır. Ki zaten konu da soyut olunca ne yapar ne eder nasıl anlatılır çocuklara derken ipi yumak yapıp sevgi yumağı demek geldi akla. Yuvarlak oldu çocuklar. Eline sevgi yumağını alan geçti ortaya. Ve kimi, hangi özelliğinden dolayı seviyorsa ona attı.

Birbirlerine sevdiklerini söylediler. Utandılar, kızardılar, nasıl söyleyeceğiz öğretmenim dediler. Ama söylediler. Sevmeyi söylemenin utanılmayacak bir şey olduğunu yaşayarak öğrendiler.

Ve çocuklar kendini korumayı, kişisel sınırların farkındalığını, iyi dokunuş kötü dokunuş farkını öğrenirler. Kötü bir dokunuşa maruz kaldığında ne yapmaları gerektiği tartışılır. Ve çılgın atılır. Normalde çocuklara sınıfta sessiz durmaları konuşmamaları söylenir. Bu etkinlikte ise avazı çıktığı kadar bağırmasını istenir. Bağırmasını ve oradan kaçarak güvendiği bir kişinin yanına gitmesi, ona anlatması gerektiği söylenir. Elbette böyle bir olayla karşılaşılırsa bize de anlatılması gerektiği tembih edilir.



Çerçeve programlarının olmazsa olmazı, son zamanlarda herkesin ihtiyacı olan “*Öfkemi Kontrol Ediyorum*” etkinliği için de öfkenin normal bir duygu olduğunu anlama, öfke durumunda normal tepki verme, öfkelendiğinde gevşeme egzersizlerinin olduğu 3-4 etkinlik birleştirilir. Karton kağıtlardan taç yapılır ve “öfkeli, mutlu, şaşkın, üzgün” ifadeleri yazılır.



Gönüllü öğrenci seçilir. Bu taçları taktığında o sesleri çıkarması ve jest ve mimiğiyle göstermesi istenir. Örneğin “mutlu” tacı takıldığında gülmesi, “üzgün tacı takıldığında ağlaması, “öfkeli” tacı takıldığında sinirlenip kızması gibi. Öfkenin de diğer duygular gibi normal duygu olduğu ve uygun olmayan şekilde ortaya çıkarıldığında zarar verici olduğu anlatılır.

Ve şu hikaye anlatılır:

“Hintli bir ermiş öğrencileri ile gezinirken Ganj Nehri kenarında birbirine öfke içinde bağırarak bir aile görmüş. Öğrencilerine dönüp “İnsanlar neden birbirine öfke ile bağırır?” diye sormuş. Öğrencilerinden biri ‘Çünkü sükûnetimizi kaybederiz.’ deyince ermiş ‘Ama öfkelendiğimiz insan yanı başımızdayken neden bağırırız? O kişiye söylemek istediklerimizi daha alçak bir ses tonu ile de aktarabilecekken niye bağırırız?’ diye tekrar sormuş. Öğrencilerden ses çıkmayınca anlatmaya başlamış. “İki insan birbirine öfkelendiği zaman kalpleri birbirinden uzaklaşır. Bu uzak mesafeden birbirinin kalplerine seslerini duyurabilmek için bağırarak zorunda kalırlar. Ne kadar çok öfkelenirlerse arada açılan mesafeyi kapatılabilmek için o kadar çok bağırmaları gerekir. Peki, 2 insan birbirini sevdiğinde ne olur. Birbirine bağırarak yerine sakince konuşurlar çünkü kalpleri birbirine yakındır. Hikâye tamamlandıktan sonra nefes egzersizlerine geçilir ve fon müzikle birlikte sakinleşilir.

İşte ilkökul rehberlik servisi bir yılını böyle tamamlar. Yarış atına dönmüş öğrencilerin değil belki ama masum yürekli öğrencilerin derdine derman olur. Onların sarılmaları ve iyi ki varsınız söylemleriyle tekrar can bulur.



FATMA NUR KAYA

METİN BOSTANCIOĞLU İLKOKULU

OKUL PSİKOLOJİK DANIŞMANI





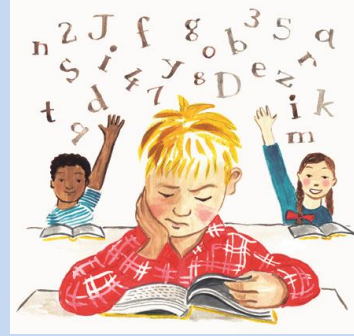
"ÖZEL" LİKLE ÖZEL EĞİTİM

Okullarda yapılması gereken özel eğitimle ilgili çalışmalar hakkında özellikle Bireyselleştirilmiş Eğitim Programlarının (BEP) hazırlanması ve kaynaştırma öğrencilerine nasıl yaklaşılacağı konularında soru işaretleri olmaktadır. Bireyselleştirilmiş Eğitim Programlarının öğrenciye özgü kazanımları içermesi gerekirken var olan BEP'lerin öğrenciye göreymiş gibi gösterilerek yapılması sadece kağıt israfı olmaktan öteye gidememektedir. Halbuki amacımız öğrenci için en iyi eğitim öğretim ortamını oluşturmaktır. Bu konuda gereken özenin gösterilmesi öğrenci için büyük önem taşımaktadır. Kaldı ki sadece programı hazırlamak değil büyük sorumluluk uygulama kısmında düşmektedir. Nitekim yapılan çalışmaların kağıt üzerinde kalması da pek bir anlam ifade etmemektedir.



Diğer bir konu ise özellikle okula yeni başlayan öğrencilerin harfleri öğrenmedeki zorluklarını ya da gecikmelerini hemen öğrenme güçlüğü olarak adlandırmak olmaktadır. Evet öğrenme güçlüğü başta olmak üzere pek çok tanının eğer çocukta varsa erken yaşta fark edilmesi ve ona yönelik çalışmaların yapılması çok önemlidir.

Ancak baktığımız zaman içinde bulunduğumuz çalışma ortamı içerisinde öğrencilerde dil problemleri olabilmektedir.



Okul öncesi eğitimi almadan 1.sınıfa başlayan çocuklarda ise bu problemi daha çok yaşayabilmekteyiz. Dolayısıyla çocuklar okullarda önce Türkçeyi öğrenmekte daha sonra harfleri ayırt etme söyleme aşamasına geçebilmektedirler. Bundan dolayı çocukta hemen öğrenme güçlüğü var diye etiketlemelerde bulunmak bu noktada bizleri yanlış yönlendirebilir. Peki neler yapabiliriz?



Öncelikle unutmamalıyız ki öğrenme güçlüğü zeka ile bir ilgisi yoktur ve her çocuğun öğrenme hızı farklıdır. Elbette ki sınıflarınızda daha geç ya da daha yavaş öğrenen çocuklar

olacaktır. Bunun yanı sıra bazı çocuklar bireysel eğitimlerde çok daha iyi yol katledebilirler dolayısıyla öğrenci grubun içinde kaybolmuş olabilir ancak sınıf içi uyarlamalar ile çocuk için daha verimli bir ortam oluşturulabilir. Ayrıca sadece harfleri öğrenme ve yazmadaki eksiklikler öğrenme güçlüğü tanısı için yeterli olmayacaktır.



Bunların yanında başka belirtilere de ihtiyaç duyabiliriz. Aynı zamanda çocuktaki bu sorunlar bazı psikolojik nedenlere de dayalı olabilir. Bununla ilgili olarak okullarımızdaki okul psikolojik danışmanlarımızla iş birliği yapmanız faydalı olacaktır.

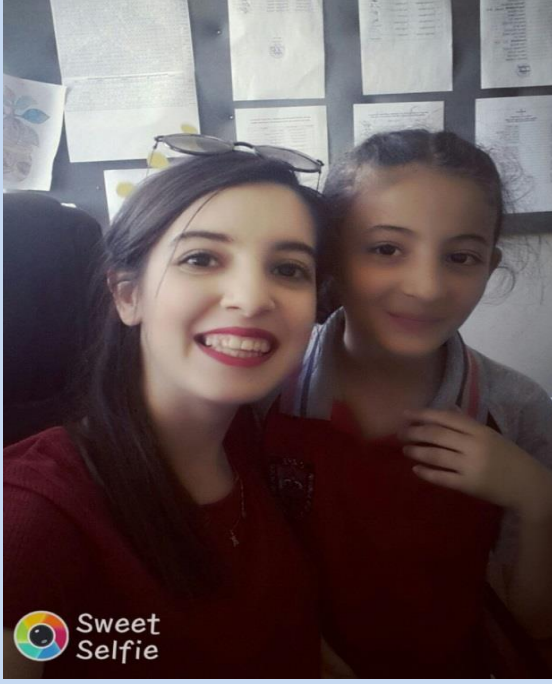


Son olarak sınıflarımızdaki kaynaştırma öğrencilerinin sınıftaki diğer öğrenciler tarafından benimsenmesi ve sınıf içerisinde yapılan etkinliklere dahil edilmesi konusunda siz öğretmenlerimize büyük sorumluluklar düşmektedir. Çünkü öğretmen nasıl ise öğrencide öyledir. Dolayısıyla ilk olarak sizin bu konudaki bakış açınızın olumlu olması öğrencilerinizi de o yönde olumlu olarak etkileyecektir.

Kaynaştırma öğrencilerinden normal müfredatın başarısını beklememiz haksızlık olacaktır. Bu sebeptendir ki öğrencinin eğitsel performansı göz önünde bulundurularak hazırlanmış olan BEP' lerin kullanımı ve öğrenciyi ulaşabileceği maksimum düzeye ulaştırmak ona yapabileceğiniz en büyük iyilik olacaktır.

Hayatta Her Çocuğa Yer Vardır,
Çünkü Her Çocuk Özeldir...





Tuğçe ÇAĞLAR
Mehmet Akif Ersoy İlkokulu
Okul Psikolojik Danışmanı



BİR ÖĞRENCİ KLASİĞİ: Erteleme



Öğrencilerinin büyük çoğunluğu ödev yaparken, bir sınava çalışırken, derslere devam etmede, genel okul aktivitelerinde, Ygs- lys gibi hayati olarak çok önemli olan sınavlara karşı çalışma yöntemlerinde erteleme davranışı göstermektedirler. Lise öğrencilerinde de akademik erteleme davranışının oldukça yaygın olduğu gözlemlenmektedir.

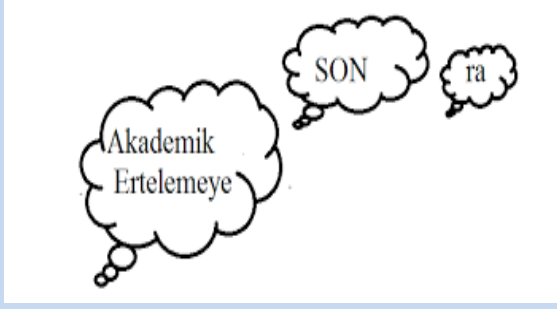
Başarısız olma korkusu ve görevden hoşlanmama erteleme davranışının iki temel unsurudur.

Bunların yanı sıra *Değerlendirilme kaygısı, mükemmeliyetçilik, öz güven eksikliği* başarısızlık korkusunun altında yer almakla birlikte, yapılacak işten haz etmemeyi ve tembelliği içermektedir.



Mükemmeliyetçiliğin, erteleme davranışıyla ilgisi değerlendirilme korkusundan geçer. Bu davranışın yüksek olduğu bireylerin olumsuz mükemmeliyetçilik anlayışına sahip oldukları yapılan araştırmalarda görülmüştür. Olumsuz mükemmeliyetçilik anlayışına sahip bireylerin yüksek derecede erteleme davranışı sergiledikleri bulunmuştur. Olumsuz mükemmeliyetçilik kişilerin geçmişte yaşadıkları başarısızlıklara, gerçekçi olmayacak kadar yüksek standartlara bağlı olarak kaygı duymalarından kaynaklanır.





Bu da değerlendirilme korkusu ile iç içe geçtiği gerçeğini destekler. Bu kaygılardan kaçınmanın bir yolu olarak kendini engelleme davranışının, yani erteleme davranışının ortaya çıktığı savunulabilir. Buna rağmen olumlu mükemmeliyetçilik, başarıyı artıran kişisel güçler, olumlu sonuçlar bekleme gibi faktörleri barındırır.

Öğretmenlerden Öğrencilere Tavsiyeler:

Akademik Erteleme Davranışından Kurtulmak İçin Neler Yapabilirsiniz?

Erteleme davranışının özellikleri, şiddeti ve nedenleri bireysel farklılıklar gösterdiği için herkes için ortak tek bir “hap” ne yazık ki yoktur. Ancak, aşağıdaki genel kurallar, bu konudaki sorunlarla baş etmeniz açısından faydalı olabilirler:

1. Önemli işlere öncelik verin. Ne kadar sınırsız görünürse görünsün zamanınız kesinlikle ciddi sınırlara sahiptir. Kişisel gelişiminiz, akademik yaşantınız, yaşam hedefleriniz doğrultusunda size katkıda bulunacak işleri birincil olarak yapmaya çalışın. **“Önce şunları bitireyim, sonra asıl işlerimi yaparım” çok yanlış ve tehlikeli bir stratejidir.**



2. Ertelemeye yol açacak dış unsurları azaltmak için kararlı olun. Eğer yapmanız gereken bir ödev varsa ve siz gerçekten de onunla uğraşmak istiyorsanız (ya da zorundaysanız) gerektiğinde arkadaşlarınıza **“Hayır”** deme cesaretini göstermeniz gerekmektedir.





3. Arkadaşlarınızdan yardım alın. Zaman yönetimi ile ilgili genel problemlerde ve akademik ertelemede yalnız olmadığınızı açtır. Bu nedenle aynı sorunları yaşayan ve bunu çözmek isteyen arkadaşlarımızla ortak çalışabilir, birbirinize geribildirim verebilir ve kendinize “sizi gerektiğinde kendinize getirecek” birilerinin çevrenizde bulunması her zaman yararlıdır.

5. Kendinizi tanıyın. Davranışsal sorunların hemen hepsini ortak çözümlerinden birisi kişinin kendi duygu, düşünce ve davranışları hakkında bilgi sahibi olmasıdır. İstekleriniz, duygularınız, düşünceleriniz, planlarınız, motivasyonunuz ve bunlara eşlik eden davranışlarınız hakkında bilgilenmek için enerji ve zaman harcayın.



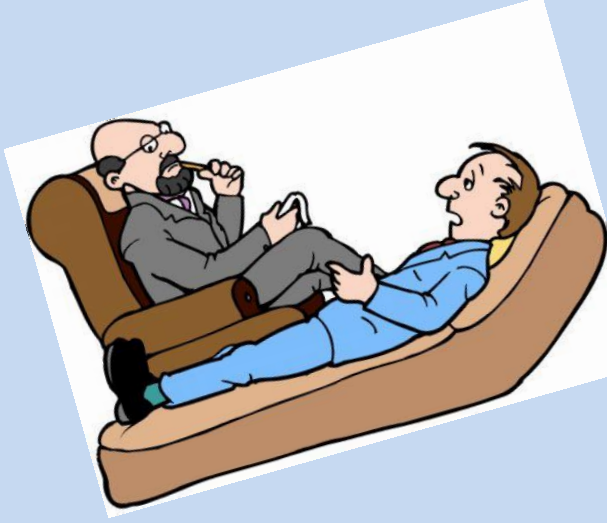
6. Son madde: Ertelemeyin, şimdi yapın!

Hatice KARACA
Dicle Çok Programlı Anadolu Lisesi
Okul Psikolojik Danışmanı



YENİ VE PRATİK BİR PSİKOLOJİK DANIŞMA YAKLAŞIMI:

ÇÖZÜM ODAKLI KISA SÜRELİ PSİKOLOJİK DANIŞMA



Psikolojik danışma kuşkusuz kendine özgü birtakım yeterlik ve beceri gerektiren bir uzmanlık alanıdır. Okul psikolojik danışmanları çocuk ve gençlere yönelik kullandıkları yaklaşım, gelişim özellikleri, zaman ve etkililik açısından düşünecek olursak diğer danışmanlardan farklılık göstermektedir.

Öğrenciler genellikle psikolojik danışma yardımı almak için gönüllü değildir. Gönüllü olmadıkları için psikolojik danışma sürecini tam olarak yaşayamazlar. Psikolojik danışman ise öğrencinin davranışlarını kısa süre içinde olumlu yönde değiştirebilecek kişiler olarak algılanmaktadırlar.

Bütün bu durumlar göz önüne alındığında çözüm odaklı kısa süreli psikolojik danışma yaklaşımının okullarda kullanımı yaygınlaşmaktadır.

Bu yaklaşım öğrencilerin yetersiz yanlarından çok yeterli yanlarını vurgulamakta ve öğrencilerin sorunlarını çözmesi için sadece birkaç oturuma ihtiyaç duymaktadır.



Üç temel kural ile terapötik süreci oluşturmak mümkündür.

İlk kural:

“Bozulmamışsa onarma”

İkinci kural:

“İşleyen Çözüm Yollarını Uygula” Bu kuralda danışanın başardığı çözüm yolunu bulduğu anlar olduğu vurgulanmaktadır.

Üçüncü kural:

“İşlemeyen Çözüm Yollarına Başvurmamak” Bu kuraldaki amaç ısrarcı olmadan farklı çözüm yollarını bulabilmektir. Böylece danışan işleyen durumları uygulayabilmekte, işlemeyen durumlarda ise farklı çözüm yolları üretebilmesi için desteklemektedir.

Çözüm odaklı kısa süreli psikolojik danışma oturumları genellikle 30’ar dakikalık 5-6 oturum şeklinde gerçekleşmektedir. Bu süreç danışanla belirlenen amaçlar ve olası çözüm yollarında oluşmaktadır. İlk oturum danışana sürece ilişkin bilgi verilmesiyle başlar. İlk oturumda amaç oluşturmanın yanı sıra nadir durumların tespit edilmesine de çalışılmaktadır. Nadir durumlar danışanın yapmayı istediği değişimlerin aslında daha öncesinde yaşadığını hissettirmeye yöneliktir. Danışandaki değişimin anahtarı nadir durumlardır. Oturumun sonunda danışanı

cesaretlendiren onu yapılacak değişimlere motive edecek bir mesaj oluşturulur. Her oturumda danışanın gösterdiği değişimlere övgülerle yanıt verilir.



Okullardaki psikolojik danışanlar çocuk ve ergenlerle çalışmaktadır. Çocukluk dönemi bilişsel gelişim açısından uzun süreli bir psikolojik danışmayı güç kılmaktadır.



Aynı şekilde ergenlik dönemi de bir geçiş dönemidir. Bu nedenle pek çok sorun anlık özellikler göstermektedir. Gelişimsel özellikler dikkate alındığında çözüm odaklı kısa süreli psikolojik danışma yaklaşımının uygulanmasının çocuk ergenlerde etkili olacağı düşünülmektedir.

Ülkemizdeki psikolojik danışma ve rehberlik anlayışı daha çok kriz odaklı ve çare bulucudur. Bu açıdan bakılacak olursa çözüm odaklı psikolojik danışmanın okullarda kullanımının zaman açısından daha uygun olduğu görülmektedir.



Bu yaklaşımda diğer psikolojik yaklaşımlarda olduğu gibi sınırlılıkları bulunmaktadır. Değişimi hızlı bir şekilde ele aldığından kalıcı olmayacağı bir sınırlılık olarak düşünülmektedir. Psikopatolojik sorunlar kayıp ve yas gibi yoğun duyguların olduğu durumlarda da yetersiz olduğu düşünülmektedir.

Sınırlılıkların yanında yakın geleceğe odaklanma, işlemeyen çözümlerden çok işleyen çözümlere ağırlık verilmesi ve en önemlisi de “çözüm” üzerine vurgu yapması bu yaklaşımı okul psikolojik danışmanları için çekici hale getirmiştir.

EBRU ÇAĞLAYAN

Psikolojik Danışman

CİZRE RAM





Meslek liseleri kuruluş amacı itibari ile daha lise çağında okuyan öğrencilere liseyi bitirdiğinde bir mesleğin gereklerini yapabilecek düzeyde eğitim vermek üniversiteyi düşünen öğrencilere ise bir temel oluşturmak amacı taşımaktadır. Ancak değişen ülke şartlarından meslek liseleri olumsuz yönde çoğu kez etkilenmiştir. Bunların en önemlisi üniversite sınavlarında yaşadıkları puan kesintisi olmuştur. Bu meslek liselerine ailelerin bakışını değiştirmiş ve genel olarak başarısız öğrencilerin gittiği ve olumsuz bir şekilde anılan kurumlara dönüşmüşlerdir. Bu durum son zamanlarda atılan adımlarla azaltılmaya ve olumsuz bakış açısı değiştirilmeye çalışılsa da önümüzde daha kat etmemiz gereken uzun bir yolumuz var.



Peki nedir bu meslek liselerinin avantajları? Öncelikle yukarıda da belirttiğimiz gibi buralarda okuyan öğrenciler henüz lise çağında bir mesleği öğreniyorlar ve liseyi bitirdiklerinde o mesleğin gereklerini iyi bir şekilde yerine getirecek bilgi ve donanıma sahip oluyorlar.





Lise diplomasının yanında almış oldukları ustalık-kalfalık belgesi ile kendi iş yerlerini açmalarına imkan sağlanıyor, son dönemlerde getirilen yasalarla bu belgesi olmayan iş yerlerinin kapatılacağı düşünüldüğünde meslek lisesinin sağladığı bu avantaj daha da önem kazanmaktadır.

Liseyi bitirdiklerinde lise KPSS` ye girerek kamu kurum ve kuruluşlarında teknisyen olarak görev yapabilmektedirler. Üniversiteyi düşünen öğrenciler ise artık farklı alanlarda tercih yaptıklarında puan kesintisi olmayacağı için rahatlıkla puanlarının yettiği üniversiteleri tercih edebilmektedir. Ayrıca kendi bölümünün devamında bir fakülteye gittiklerinde ek puan aldıklarından önemli bir avantajları daha olmaktadır.



Yine meslek lisesi öğrencileri yeni yeni kurulan teknoloji fakülteleri ile farklı lisede okuyan rakiplerine göre çok daha düşük

puanlarla üniversiteye yerleşebilmektedir. Tabi ki normal mühendislik fakültelerine

Sonuç olarak baktığımızda meslek liseleri öğrencilerin önüne çok fazla seçenek sunan her ihtiyaçları olduğunda bozdurabilecekleri altın bir bilezik olma özelliği taşımaktadır. Ülkemizde en büyük sorunun ara eleman olduğu da düşünüldüğünde meslek liselerine verilmesi gereken önemin toplumun tüm paydaşları tarafından daha iyi anlaşılması ve bu konuda daha yerinde adımların atılması gerekmektedir.





Serkan OĞURLU

Mesut ÖZER

Cizre Mesleki Teknik Anadolu lisesi

Psikolojik Danışman



MUTLULUK /YALNIZLIK

İhtiyacımız olan şey belki de biraz yalnızlık.

Akıllı telefonların insanı kuşatan uygulamalarından,

Kalabalıkların boş gürültülerinden,

Hayatta gereksiz her şeyden uzaklaşıp yalnızca kendi iç sesinizle birlikte olduğumuz anlar ne kadar da değerli,

İnsanın kendi özüne dönüşü, dünyanın ve dünyanın içinde var olan her bir zerrenin kendisine ne ifade ettiği, kalbinin gizli kuytu köşelerinde gizlenen duygular ve zihninin dehlizlerinde keşfedilmeyi bekleyen düşünceler...

Bulmak için aramak gerek, aramak için de kendi sesini duyabilecek kadar sessizlik...

İşte yalnızlığın kalitesi yalnızlığın kral tahtı .

Şair *Bedri Rahmi Eyüboğlu* diyor ki;



Mutlu olmak için kendin olmaya, kendin olabilmek için kendini bilmeye bunun için kendini dinlemeye ihtiyacın var. Bu da ancak bir tutam yalnızlıkla mümkün gibi.

Mutluluk istiyorsak mutluluğun bizim için ne anlama geldiğini, nelerin bizi mutlu ettiğini bir gözden geçirelim.

Sahip olarak değil insanlarla daha çok iletişim kurarak, duygularınıza daha çok önem verip ifade ederek asıl mutluluğu edinebiliriz; çünkü sahip olmak bizi sadece daha fazlasına sahip olma isteğine yöneltir, ilerisinde çok eşyaya sahip olan bireyler değil eşyalarının esiri olan kişiler olabiliriz.

İnsanlarla daha çok iletişim halinde olmak, duygularınızı daha çok paylaşmak, insanlarla daha fazla temas halinde olmak mutluluğun temel altyapısıdır.

Hayatınızda mutluluğundan mutlu olduğunuz insanlar olsun ve mutluluğunuzu mutluluğu bilenler.



**Mine YALÇIN
CUMHURİYET İLKOKULU
PSİKOLOJİK DANIŞMANI**





REHBERLİK ARAŞTIRMA MERKEZİ

NELER YAPAR?

Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı özel eğitim ve psikolojik danışmanlık konularında ailelere ücretsiz hizmet veren kurumlardır. Rehberlik ve Araştırma Merkezleri her ilde bir tane bulunmaktadır. Kurumda özel eğitim öğretmenleri ve psikolojik danışmanlar bulunmaktadır. RAM'larda çalışan personeller 08.00-12.00 ile 13.00-17.00 saatleri arasında çalışmakta olup, sömestr ve yaz tatilleri yoktur. RAM'larda "Özel Eğitim Hizmetleri Bölümü" ve "Rehberlik Hizmetleri Bölümü" olarak 2 bölüm bulunmaktadır.

Özel Eğitim Hizmetleri Bölümü:

Gelişimsel geriliği olan yada olma ihtimalinden şüphe duyulan çocuklar ile üstün yetenekli olduğu düşünülen çocukların inceleme ve değerlendirmesinin yapıldığı bölümdür.



Rehberlik Hizmetleri Bölümü:

İl-ilçe de yer alan okulların rehberlik servisleri ile koordineli olarak çalışmak, yıllık yapılacak rehberlik planının hazırlanmasına ve uygulanmasına destek sağlamak, okullarda çalışan rehber öğretmenleri mesleki anlamda bilgilerini arttırmak amacıyla seminer çalışmaları planlandığı bölümdür.



**(RAM)
REHBERLİK
ARAŞTIRMA
MERKEZİ
NE YAPAR**



RAM (Rehberlik Araştırma Merkezi), temel olarak yönlendirme amacıyla çalışır. Aile çocuğunda bir eksiklik (dil gelişiminde gerilik, dikkat dağınıklığı, aşırı hareketlilik vb. gibi) fark ederse doğrudan RAM'a ya da hastaneye başvurabilir. RAM'a başvurulduysa gerekli testler uygulanır ve özel eğitime ihtiyaç olduğu düşünülürse hastaneye yönlendirilir.

RAM, bedensel engelli bireyler için "Performans Belirleme Formu" ister. Bu form hastanede bir fizik tedavi uzmanı ya da bir özel eğitim kurumu fizyoterapisti tarafından doldurulur. Formun değerlendirilmesine göre gerekli görülürse RAM raporu çıkarılır. **RAM raporu** belirli süreli ya da süresiz olarak düzenlenebilir. Özel eğitim desteği alınabilmesi için, alınan hastane raporundaki tanıya göre RAM yönlendirme yapılabilir.



Ayrıca RAM, çocuğun özel alt sınıf, kaynaştırma sınıfı, mesleki eğitime (iş okulları, halk eğitim merkezleri) yönlendirilip yönlendirilmeyeceği ile de ilgilenir.



***Aile, istemediği bir durum söz konusu ise 60 gün içerisinde dilekçe ile başvurup raporda değişiklik yapılması talebinde bulunabilir.**

REHBERLİK ARAŞTIRMA MERKEZLERİNE KİMLER- NASIL BAŞVURU YAPARLAR?

RAM'A gelişiminde gerilik olan ya da olduğundan şüphe duyulan çocuklar ile üstün zekaya sahip olduğu düşünülen çocukların aileleri başvuruda bulunmaktadır.

Başvuru esnasında;

Eğer çocuğun SAĞLIK KURULU RAPORU var ve **RAM RAPORUNUN** yenilenmesi gerekiyor ise; aile ya da öğrencinin yakını www.ramdevu.gov.tr den randevu almaları gerekmektedir.



Eğer çocuğun SAĞLIK KURULU RAPORU yok ve öğrencinin zihinsel bir geriliği olduğundan şüpheleniliyorsa ilde veya ilçede bulunan RAM'dan randevu alınarak öğrencinin eğitsel tanılmasının yapılması istenir.

Ayrıca, öğrenci RAM'a gelirken 2 adet son 6 ay içinde çekilmiş vesikalık fotoğraf, velisinin ve çocuğun nüfus cüzdan fotokopisi, okulda sınıf öğretmeni ve rehber öğretmeni tarafından doldurulmuş *bireysel gelişim formu*(ram raporunun yenilenmesi içinse) ya da *eğitsel değerlendirme isteği formu* (öğrencinin zihinsel bir geriliği olduğundan şüpheleniliyorsa) doldurularak randevu günü ve saati velisiyle birlikte RAM'a gelmeleri gerekmektedir.



HANDE ECE ŞENOCAK

PSİKOLOJİK DANIŞMAN

CİZRE RAM



PROJE GÜNLERİNDEN KARELER















CİZRE REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

YAFES MAHALLESİ HACI FETTAH KADOOĞLU ANADOLU LİSESİ ARKASI

CİZRE/ŞIRNAK

0486 616 48 61

