

# ABC

FEN VE ANADOLU LİSESİ  
Psikolojik Danışmanlık ve  
Rehberlik



# PROBLEM ALANLARINA GÖRE REHBERLİK

## Eğitsel Rehberlik

Bireyin kendi yetenek, ilgi, ihtiyaç, kişilik yapısı,duygu, özellikleri, sosyal durumu ve zekâ seviyeleri dikkate alınarak uygun bir eğitim alanını seçmesi ve bu alanda başarılı olması için kendisine yapılan yardımları kapsar.

## Mesleki Rehberlik

Meslekî rehberlik, bireyi kendi ilgi ve yeteneği ile meslekler hakkında bilgi sahibi yaparak kendine uygun bir mesleği seçip bu alanda ilerlemesine yardım etme sürecidir. Bu süreç, bireyin geleceğini planlamasına ve bir iş bulması konusunda doğru karar almasına yardım etmek bakımından önemlidir.

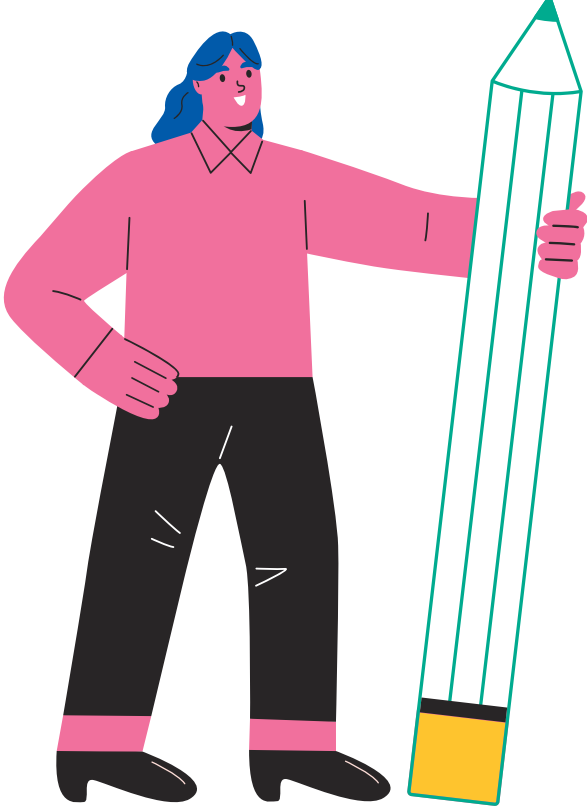
## Kişisel Rehberlik

Bireyin kendini tanıması, anlaması, güçlü ve zayıf yönleriyle kendini kabul etmesi ve geliştirmesi; kendine güvenen, kişiler arası ilişkilerde beceri, kişisel ve sosyal yönden dengeli ve uyumlu bir birey olarak yetişmesine yönelik hizmetleri kapsar.



# SINIF DÜZEYİNE GÖRE

## REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK



**9.SINIF**

HEDEF  
BELİRLİYORUM



**10.SINIF**

BÖLÜM  
SEÇİYORUM



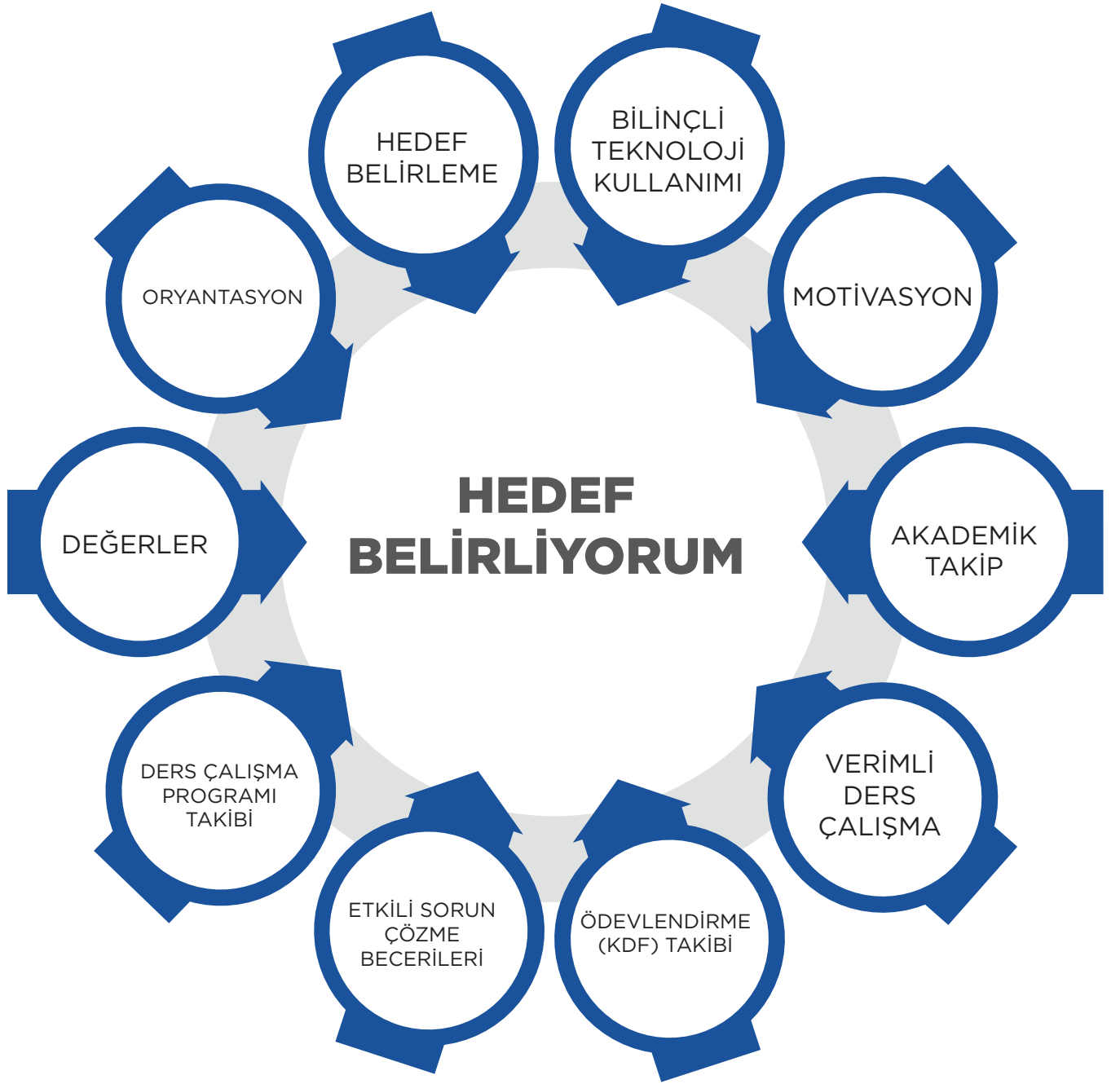
**11.SINIF**

KARİYERİMİ  
PLANLIYORUM



**12.SINIF**

MESLEĞİMİ  
SEÇİYORUM



## 9. SINIF

## Oryantasyon

Her öğrencinin uyum süreci kendisine özeldir. Bu süreçte; öğrencinin okul sistemine, akademik hayata ve duygusal sürece uyumu, üzerinde durulması gereken farklı alt alanlar olarak öne çıkmaktadır.

Oryantasyon programımız kapsamında, liselerimize yeni başlayan veya ara sınıflara nakil gelen öğrencilerimizin uyum sürecini ve okula adaptasyonunu kolaylaştırmanın yanı sıra onlardan beklenenler konusunda da fikir sahibi olmalarını sağlamaktayız.

## Verimli Ders Çalışma

Çocuklarımızı hayata hazırlamak, onlara yaşam becerilerini kazandırmak, başarılı olmalarını desteklemek için okul-aile iş birliği her zaman çok önemlidir. Biz öğrencilerimizin okul ortamında motivasyonlarını artırma, derse katılma becerilerini geliştirme ve etkin ders çalışma yöntemleri konusunda yardımcı olmaktayız. Tüm öğrencilerimize düzenli periyotlarda ders çalışma programı hazırlayarak takibini yapmaktayız.

## Etkili Sorun Çözme Becerileri

Ergenlik döneminde bireyler, biyolojik gelişimin yanı sıra psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan gelişir, olgunlaşırlar. Ergenlik ve gençlik dönemi, hızlı fiziksel büyüme ile birlikte psikososyal değişikliklerin ortaya çıktığı ve gelişimsel kriz yaşanma potansiyelinin olduğu bir dönemdir. Bizler psikolojik danışma ve rehberlik birimi olarak ergenlik döneminde yaşanabilecek kriz durumları ve risk alma davranışları ile ilgili onların doğru iletişim becerileri kazanmalarını ve problemler karşısında sorun çözme becerilerini kazanmış olmalarını hedeflemekteyiz.

## Bilinçli Teknoloji Kullanımı

İçinde bulunduğumuz çağda teknoloji, hayatımızın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiş durumdadır. Teknolojik ürünler günlük hayatta pek çok konuda işimizi kolaylaştırmaktadır. Ancak telefon, tablet, bilgisayar, televizyon gibi teknolojik araçlar sınırsız ve yanlış şekilde kullanıldığında bağımlılık yaratabilmekte ve bu durum pek çok konuda olumsuz sonuçlara yol açmaktadır. Öğrencilerimize güvenli internet kullanımı, sosyal medyada önemli bilgi paylaşımı ve mahremiyet bilinci gibi konularda eğitimler vermekteyiz.

## Motivasyon

Hem içsel kaynaklı hem de dışsal kaynaklı motivasyon, öğrencilerin tüm eğitim kademelerinde onların başarısında anahtar rol oynamaktadır. Bu bakımdan öğretmenler, öğrencilere ihtiyaçları olan motivasyonu sağlamak konusunda çok önemli bir konumdadırlar. ABC Anadolu ve Fen Lisesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimi olarak öğrencilerinin motivasyonunu artıracak, onları yüreklendirecek ve onların potansiyellerini en iyi şekilde kullanmalarını sağlayacak yeni metotlar denemektedir.

## Değerler

Öğrencilerimizin ilgi, yetenek, başarı, kişilik özelliklerini ve değerlerini keşfetmeleri, tüm bu kriterler çerçevesinde sağlam ve tutarlı bir meslek seçmeleri için çalışmaktayız. Böylece seçtiği meslek alanını seven, yaptığı işten hoşlanan bireyler olmalarını amaçlamaktayız.

## Hedef Belirleme

Hedef belirleme, biz hem süreç hem de sonuç açısından bilgi vermektedir. Kariyer yolumuz bir harita ise hedefler ulaşacağımız varış noktasıdır. Bireyin beklentileriyle hayalleriyle uyumlu, karakteriyle örtüşen, ilgi, beceri alanlarına hitap eden hedefinin olması motivasyonunu artıracaktır. Bir hedef kişinin kendisiyle ne kadar örtüşürse o hedefe ulaşma arzusu o kadar yüksek olacaktır. Bu sayede hedefe giden yolda karşılaşılabilecek engelleri aşmak, yorgunlukla baş etmek ise daha kolay olacaktır. ABC Fen ve Anadolu Lisesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi olarak, planlarını belirleriz. Kısa ve uzun vadeli hedefleri belirlemesi konusunda destekler ve bu hedeflere en verimli şekilde nasıl ulaşılabilirliğinin planları belirlenir.

## Ders Çalışma Programı Takibi

Öğrencimizin, mevcut ihtiyacına yönelik olarak iki haftalık periyotlarla hazırlanıp verilen ders çalışma programı ve takibi ile ders çalışma alışkanlığını geliştiriyoruz. Çalışma Programı Değerlendirme Raporu rehberlik derslerimizde öğrencilerimiz tarafından doldurularak rehber öğretmenimiz tarafından değerlendirilir.

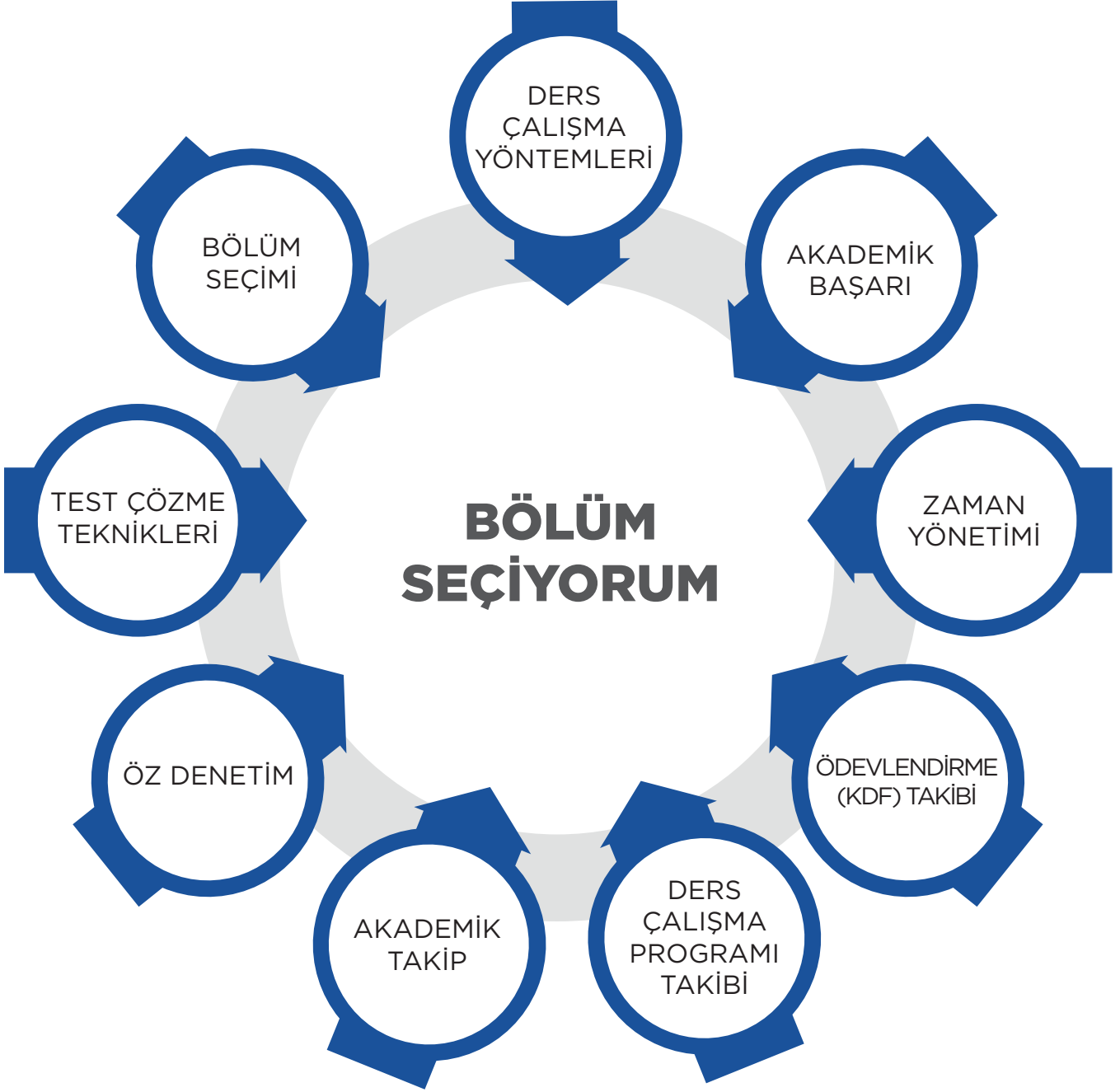
## Ödev ve Sınav Takibi

Aylık periyotlarla föy ödevlendirme takibi, aylık deneme tarama sınav sonuçlarının takibi ve değerlendirilmesi ile öğrencimizin kazanımlarını destekliyoruz.

## Akademik Takip

ABC Fen ve Anadolu Lisesi eğitim modelimiz doğrultusunda kendi alanlarında yetkin ve deneyimli öğretmenlerin rehberliğinde yapılan“öğrenci merkezli” eğitimle öğrencilerin yaparak, yaşayarak öğrenecekleri öğrenme ortamları oluşturmaktayız. Her ünitenin belli bölümlerinde ve ünite sonlarında uygulanan tarama ve deneme sınavlarıyla öğrencilerin öğrenme eksiklerini saptayarak değerlendirme sonuçlarına göre tespit edilen eksik öğrenmeleri tamamlayıcı (ETP) çalışmaları yapmaktayız.





**10. SINIF**

## Akademik Başarı

Akademik başarı veya akademik performans, bir öğrencinin, öğretmenin veya kurumun kısa veya uzun vadeli eğitim hedeflerine ulaşma derecesidir. ABC Fen ve Anadolu Lisesi eğitim modelimiz doğrultusunda; öğrencilerin, sosyal, kültürel ve akademik gelişimlerini bir bütün olarak ele alarak, öğrencilerin bireysel farklılıkları değerlendirilerek uygulanan yöntem ve tekniklerle tüm öğrencilerin en üst düzeyde öğrenmeleri sağlanmaktadır.

## Ders Çalışma Yöntemleri

Etkili ders çalışma yöntemleri ve başarı, hemen hemen tüm öğrencilerin öğrenmek istedikleri bilgiler arasındadır. Etkili bir şekilde ders çalışmanın kendine bağlı kuralları bulunmaktadır. Fakat bu kuralların yanında kişilerin sahip oldukları algı durumlarının ve özel yeteneklerinin de etkisi olmaktadır. Her bireyin birbirinden farklı olması, ders çalışma ve yöntemlerinde de farklılıkları ortaya çıkarmaktadır. Çalışma yöntemlerinde farklılıklar olmakla birlikte, herkes için geçerli olan etkin öğrenme yöntemleri ve teknikleride bulunmaktadır. ABC Eğitim Kurumları Rehberlik Birimi olarak öğrencilerimizin bireysel farklılıklarını dikkate alarak kişiye özel çalışma yöntemleri belirleyerek öğrencimizin takibini yapmaktayız.

## Bilinçli Teknoloji Kullanımı

İçinde bulunduğumuz çağda teknoloji, hayatımızın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiş durumdadır. Teknolojik ürünler günlük hayatta pek çok konuda işimizi kolaylaştırmaktadır. Ancak telefon, tablet, bilgisayar, televizyon gibi teknolojik araçlar sınırsız ve yanlış şekilde kullanıldığında bağımlılık yaratabilmekte ve bu durum pek çok konuda olumsuz sonuçlara yol açmaktadır. Öğrencilerimize güvenli internet kullanımı, sosyal medyada önemli bilgi paylaşımı ve mahremiyet bilinci gibi konularda eğitimler vermekteyiz.

## Akademik Takip

ABC Fen ve Anadolu Lisesi eğitim modelimiz doğrultusunda kendi alanlarında yetkin ve deneyimli öğretmenlerin rehberliğinde yapılan “öğrenci merkezli” eğitimle öğrencilerin yaparak, yaşayarak öğrenecekleri öğrenme ortamları oluşturmaktayız. Her ünitenin belli bölümlerinde ve ünite sonlarında uygulanan tarama ve deneme sınavlarıyla öğrencilerin öğrenme eksiklerini saptayarak, değerlendirme sonuçlarına göre tespit edilen eksik öğrenmeleri tamamlayıcı (ETP) çalışmaları yapmaktayız.



## Öz Denetim

Öz Düzenleme bireyin düşünerek, bilinçli ve farkında olarak davranabilmesi için gerekli olan becerileri kapsar. Bilişsel ve duygusal düzenleme becerileri birbirlerinden bağımsız alanlar değildir. Tam tersine düşünceler duyguları, duygular da düşünceleri etkiler. Günlük hayat içerisinde kendisini kontrol etme becerisi yüksek öğrencilerin akademik olarak daha başarılı olduğu tespit edilmiştir. ABC Fenve Anadolu Lisesi Rehberlik Birimi olarak öğrencilerimizin öz denetim becerilerini desteklemekte ve pekiştirmekteyiz.

## Bölüm Seçimi

Öğrencinin kariyer yolunu belirlerken vereceği en önemli kararlardan biri lise döneminde yapacağı alan seçimidir. Alan seçimi 10. sınıfın ikinci yarısında yapılmaktadır ve 11 ile 12. sınıf dersleri ağırlıklı alan derslerinden oluşmaktadır. Lisede alan seçerken doğru karar verebilmek için olabildiğince erken dönemde alan seçimine yönelik araştırmalar yapılmalıdır. Alan seçimi yapmadan önce sağlıklı karar vermek için rehberlik birimi olarak öğrencilerimize destek vermekte, gerekli test ve envanterlerle öğrenciyi en doğru alana yönlendirmekteyiz.

## Test Çözme Teknikleri

Sınavlarda başarılı olmak için verimli çalışmak çok önemlidir. Çalışmanın en önemli kısmını da test çözmek oluşturur. Etkili test çözmek, sınavlarda başarılı olmak için önemli bir etkidir. ABC Fen ve Anadolu Lisesi Rehberlik Birimi olarak öğrencilerimize verimli ders çalışma ve etkili test çözme becerileri kazandırmaktayız.

## Ders Çalışma Programı Takibi

Öğrencimizin, mevcut ihtiyacına yönelik olarak iki haftalık periyotlarla hazırlanıp verilen ders çalışma programı ve takibi ile ders çalışma alışkanlığını geliştiriyoruz. Çalışma Programı Değerlendirme Raporu rehberlik derslerimizde öğrencilerimiz tarafından doldurularak rehber öğretmenimiz tarafından değerlendirilir.

## Ödev ve Sınav Takibi

Aylık periyotlarla föy ödevlendirme takibi, aylık deneme tarama sınav sonuçlarının takibi ve değerlendirilmesi ile öğrencimizin kazanımlarını destekliyoruz.





**11. SINIF**

## Sınav Sistemi

Sınav grubunda yer alan öğrencilerimizin akademik başarılarının artması temel hedefimizdir. Hedefimize doğru ilerlerken öğrencilerimizin öz güvenini ve iletişim becerilerini geliştirmeye, sınav başarılarını artırmaya yönelik çalışmalar planlamaktayız. Bu planlamalar doğrultusunda sınav gerçeğini doğru analiz edip sınav sisteminin bizden neler istediğini öğrencilerimiz ve velilerimiz ile paylaşmaktayız. Öğrencilerimiz ve velilerimize sınav sistemi ve sınav süreci hakkında bilgilendirme toplantıları yapmaktayız. Bununla birlikte öğrencilerimiz ve velilerimiz ile bire bir planlı görüşmeler oluşturarak süreci en iyi şekilde yönetmekteyiz.

## Üniversite Tanıtımı

Öğrenciler zorlu ve yorucu bir eğitim maratonundan geçerek üniversite tercihi yapmaya hak kazanır. Milyonlarca öğrenci her yıl üniversite seçme sınavlarına giriyor. Ancak çok az bir kısım hayalindeki üniversite ve bölümünde okuyabiliyor. Öğrencilerin yanlış tercih yapması meslek ve iş hayatlarının, dolayısıyla günlük yaşantılarının da olumsuz etkilenmesine sebep olur. ABC Fen ve Anadolu Lisesi Rehberlik Birimi profesyonel yardımlarıyla öğrencilerimize gelecekleri ile ilgili alacakları meslek ve üniversite seçimi kararlarında doğru tercihler yapmasını sağlamaktadır.

## Mesleki Yönelim

Bireyin bir meslek seçme kararı, onun tüm yaşamını etkileyen önemli dönüm noktalarından birisidir. Bu nedenle; okulumuzda yürütülen mesleki rehberlik çalışmalarının amacı, bireyin kişisel özelliklerini, tutumlarını, ilgilerini, yeteneklerini, amaç ve sınırlılıklarını tanıyarak bu özellikleri ile meslekler arasında gerçekçi bir ilişki kurmasına yardımcı olmaktır. Bu amaç doğrultusunda okulumuzda yapılan mesleki rehberlik çalışmalarında, öğrencinin kendisini tanıması ve meslekler hakkında bilgi sahibi olması olarak özetlenebilecek olan iki boyutunu da kapsamına özen gösterilmektedir.

## Sınav Kaygısı

Sınavda süremizi doğru kullanmak, bilmediğimiz soruları boş bırakmak, sınav kaygımızı yönetmek gerekmektedir. Düzenli olarak yapılan deneme sınavları öncesinde ve sonrasında öğrencilerimiz sınav teknikleri konusunda bilgilendirilir. Bu tekniklerin sınav uygulamaları ile pekiştirilmesi sağlanır. Sınav anında yaşanabilecek sınav kaygısına yönelik çalışmalar planlanır. Bunun için öğrencilerimize sınav kaygısı ölçeği uygulanır ve sınav kaygısını yönetmeye ihtiyaç duyan öğrencilerimizle özel çalışmalar yapılır.

## Akademik Takip

ABC Fen ve Anadolu Lisesi eğitim modelimiz doğrultusunda kendi alanlarında yetkin ve deneyimli öğretmenlerin rehberliğinde yapılan“öğrenci merkezli” eğitimle öğrencilerin yaparak, yaşayarak öğrenecekleri öğrenme ortamları oluşturmaktayız. Her ünitenin belli bölümlerinde ve ünite sonlarında uygulanan tarama ve deneme sınavlarıyla öğrencilerin öğrenme eksiklerini saptayarak değerlendirme sonuçlarına göre tespit edilen eksik öğrenmeleri tamamlayıcı (ETP)çalışmaları yapmaktayız.

## Zaman Yönetimi

Öğrenciler bedensel, zihinsel, duygusal yapıları, ilgileri ve yetenekleri bakımından birbirlerinden farklıdır. Bir öğrencinin isteyerek çalıştığı ve hemen öğrendiği bir dersi başka bir öğrenci zor öğrenebilir. Bir başka öğrenci ise çabuk yorulabilir ya da çalışmak istemeyebilir. Bu nedenle bir dersya da konu içinde ayrılacak süre öğrenciden öğrenciye değişir. Psikolojik danışma ve rehberlik birimi olarak öğrencilerimizi hem sosyal hem de akademik yönden zamanı etkin kullanmalarını amaçlamaktayız.

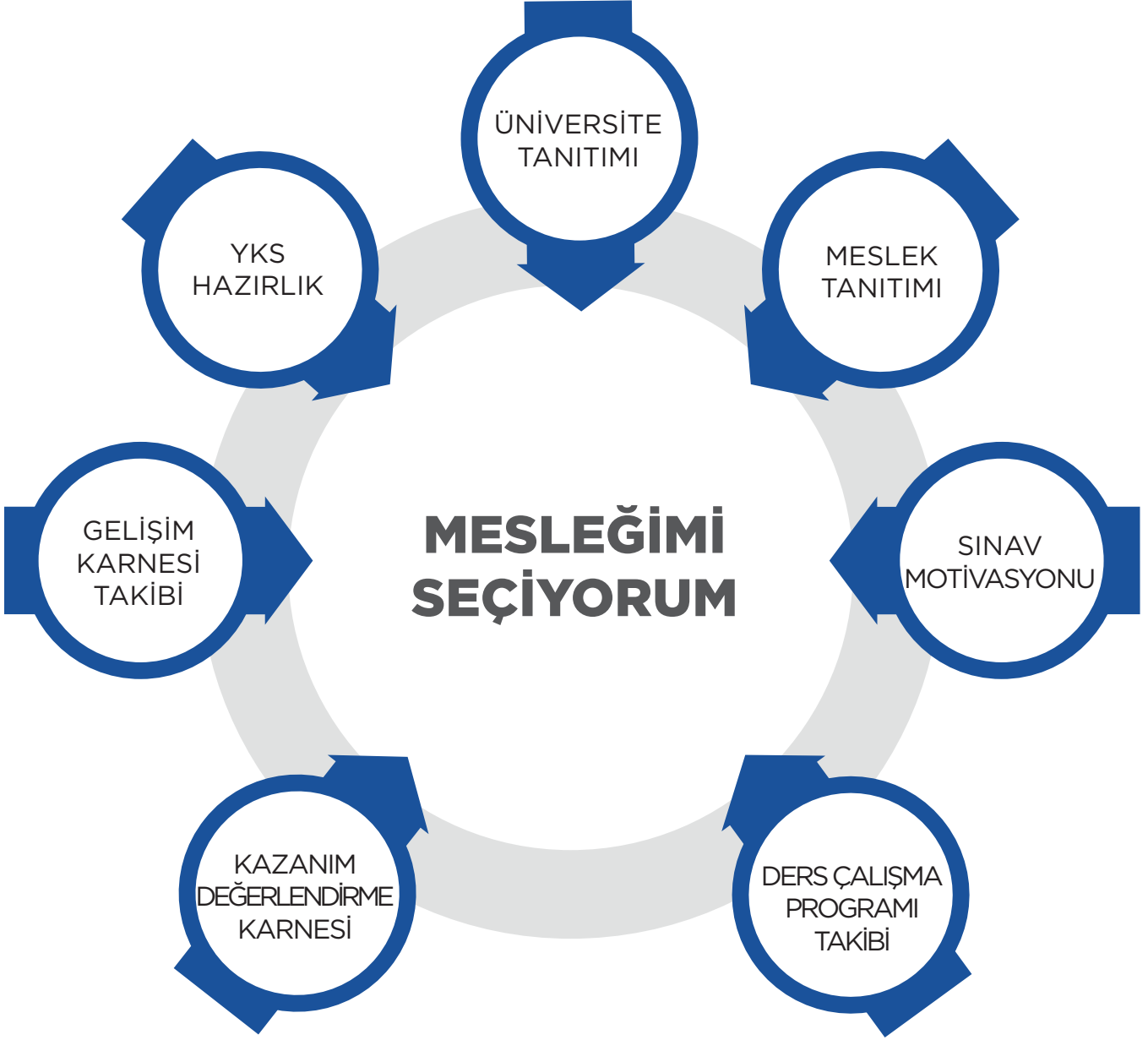
## Ders Çalışma Programı Takibi

Öğrencimizin, mevcut ihtiyacına yönelik olarak iki haftalık periyotlarla hazırlanıp verilen ders çalışma programı ve takibi ile ders çalışma alışkanlığını geliştiriyoruz. Çalışma Programı Değerlendirme Raporu rehberlik derslerimizde öğrencilerimiz tarafından doldurularak rehber öğretmenimiz tarafından değerlendirilir.

## Ödev ve Sınav Takibi

Aylık periyotlarla föy ödevlendirme takibi, aylık deneme tarama sınav sonuçlarının takibi ve değerlendirilmesi ile öğrencimizin kazanımlarını destekliyoruz.



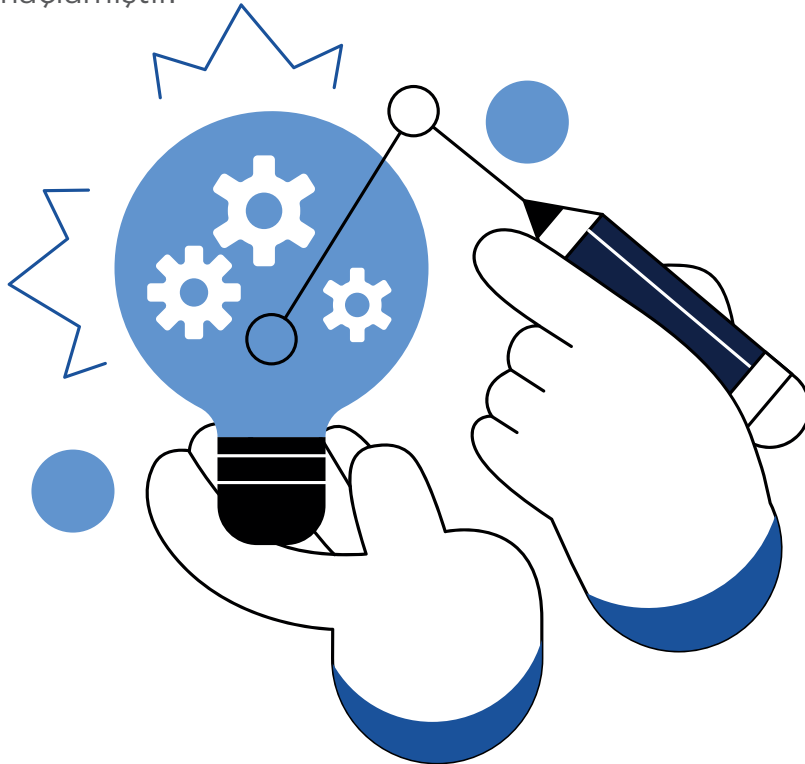


**12. SINIF**

### YKS Hazırlık

12. Sınıf öğrencilerimizin haftalık programları, TYT-AYT'ye uygun ve bir şekilde düzenlenmiştir. Hafta içi 45 saatlik bu yoğun ve akademik program, TYT ve AYT içeriği üzerinden alanında uzman ve donanımlı öğretmenler tarafından uygulanmaktadır.

- ✓ Cumartesi ve pazar günleri ÖSYM uygulama esaslarına göre TYT ve AYT Deneme Sınavları uygulanmakta ve bu sınav sonuçları aynı gün içerisinde ölçme ve değerlendirme uzmanlarımız tarafından değerlendirilip öğrenci ve velilerimize geri bildirimleri yapılmaktadır.
- ✓ Soru Çözüm Programları ile öğrencilerin özellikle deneme sınavlarındaki eksik kazanımları tamamlanmaktadır.
- ✓ ABC Senin Kütüphanen Programı ile öğrenciler okul bitiminde akşam 23.00'e kadar okulda ders çalışarak sınavlara daha verimli ve yoğun hazırlanmaktadır.
- ✓ Ders öğretmenleri tarafından ödevlendirme yapılmakta, geri bildirimler veliler ile paylaşılmaktadır.
- ✓ Rehberlik birimi, öğrencilerin gelişimine göre Ders Çalışma Programları hazırlamakta takibini öğrenci ile birlikte yapmaktadır. Ara tatillerde ve sömestir tatilinde öğrenciler YKS Tekrar Kamp Programları'na katılırlar. Öğretmenleri ile birlikte gerçekleştirilen bu programlar öğrenciler açısından oldukça yoğun, disiplinli ve faydalı geçmektedir. Öğrencilerimiz sınav hazırlıklarını, eksiklerini öğretmenleriyle birlikte tamamlamaktadır. 12. sınıflarımız için özel olarak hazırlanmış bu programlar, öğrencilerimizin en iyi üniversiteye ve en iyi bölümlere yerleşmelerini, hedeflerine ulaşmalarını ve öz güvenli bireyler olmalarını amaçlamıştır.



## Meslek Tanıtımı

Bireyin bir meslek seçme kararı, onun tüm yaşamını etkileyen önemli dönüm noktalarından biridir. Bu nedenle; okulumuzda yürütülen mesleki rehberlik çalışmalarının amacı, bireyin kişisel özelliklerini, tutumlarını, ilgilerini, yeteneklerini, amaç ve sınırlılıklarını tanıyarak bu özellikleri ile meslekler arasında gerçekçi bir ilişki kurmasına yardımcı olmaktır. Bu amaç doğrultusunda okulumuzda yapılan mesleki rehberlik çalışmalarının, öğrencinin kendisini tanıması ve meslekler hakkında bilgi sahibi olması olarak özetlenebilecek olan iki boyutunu da kapsamasına özen gösterilmiştir.

## Üniversite Tanıtımı

Öğrenciler zorlu ve yorucu bir eğitim maratonundan geçerek üniversite tercihi yapmaya hak kazanır. Milyonlarca öğrenci her yıl üniversite seçme sınavlarına giriyor. Ancak çok az bir kısım hayalindeki üniversite ve bölümünde okuyabiliyor. Öğrencilerin yanlış tercih yapması meslek ve iş hayatlarının, dolayısıyla günlük yaşantılarının da olumsuz etkilenmesine sebep olur. ABC Fen ve Anadolu Lisesi Rehberlik Birimi profesyonel yardımlarıyla öğrencilerimize gelecekleri ile ilgili alacakları meslek, fakülte ve üniversite seçimi kararlarında doğru tercihler yapmasını sağlamaktadır.

## Sınav Motivasyonu

Motivasyon güdülenme demektir. Başarının en önemli kaynağı inanmaktır. Öğrenci kendisine inanmalıdır. Kendisinin ve potansiyellerinin farkında olmalıdır. Öğrencilerin bazıları içsel bazıları da dışsal motive olurlar. ABC Fen ve Anadolu Lisesi Rehberlik Birimi olarak sınav sürecinde tüm öğrencilerimiz ile motivasyonu artırma çalışmaları yapıp tüm süreç boyunca en yüksek motivasyonda başarıya ulaşmalarını sağlıyoruz. Zorlu sınav sürecinde etkili çalışma yöntemleri sunarak çalışılan konunun tam öğrenilmesini sağlıyoruz. Tüm sınav döneminde ödevlendirme, konu takibi, deneme takibi, kaynak önermesi vb. gibi çalışmalar ile hedeflerine ulaşmalarını sağlıyoruz.

## Kazanım Karnesi Takibi

Öğrencimizin Genel Sınavlarda; kazanım gelişimini gösterir. Kazanımlar, ABC Fen ve Anadolu Lisesi Rehberlik Birimi tarafından öğrencimiz ile birlikte incelenir, değerlendirilir, gerekli yönlendirmeler yapılarak öğrenciye çalışma programı düzenlenir.

## Ders Çalışma Programı Takibi

Öğrencimizin, mevcut ihtiyacına yönelik olarak iki haftalık periyotlarla hazırlanıp verilen ders çalışma programı ve takibi ile öğrencimizin ders çalışma alışkanlığını geliştiriyoruz. Çalışma Programı Değerlendirme Raporu rehberlik derslerimizde öğrencilerimiz tarafından doldurularak rehber öğretmenimiz tarafından değerlendirilir.

