

**TRABZON ÜNİVERSİTESİ FATİH EĞİTİM FAKÜLTESİ REHBERLİK VE PSİKOLOJİK
DANIŞMANLIK PROGRAMI**

PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK MESLEĞİ

Etkili bir psikolojik danışman danışanlarına en iyi desteği verebilmek için hem mesleki hem de kişisel bazı özelliklere sahip olmalıdır. **İşte etkili bir psikolojik danışmanda bulunması gereken temel özellikler:**

1. Etkin Dinleme Becerisi

- Danışanı yargılamadan, dikkatle ve sabırla dinlemelidir.
- Sözlü olmayan ipuçlarını (jestler, mimikler, beden dili) fark edebilmelidir.
- Geri bildirim verirken danışanı anladığını hissettirmelidir.

2. Empati Kurabilme Yeteneği

- Danışanın duygularını anlamaya ve içtenlikle anlamaya çalışmalıdır.
- “Senin yerinde olsaydım...” yaklaşımından ziyade, danışanın bakış açısından dünyayı anlamaya çalışmalıdır.

3. Tarafsızlık ve Yargılamama

- Kendi değer yargılarını danışana yansıtmamalıdır.
- Farklı yaşam tarzlarına, inançlara, kültürlere açık ve saygılı olmalıdır.

4. Güçlü İletişim Becerileri

- Açık, net ve anlaşılır bir şekilde konuşabilmelidir.
- Zamanlamayı iyi ayarlayarak sorular sorabilmeli ve açıklamalarda bulunabilmelidir.

5. Gizliliğe Saygı

- Danışanın paylaştığı bilgileri gizli tutmalıdır (yasal yükümlülükler dışında).
- Güvenli bir danışma ortamı oluşturmalıdır.

6. Sabır ve Dayanıklılık

- Danışma süreci zaman alabilir; aceleci olmamalıdır.
- Zorlayıcı durumlar karşısında soğukkanlı kalabilmelidir.

7. Mesleki Etik ve Sınır Bilinci

- Profesyonel sınırları net bir şekilde çizebilmelidir.
- Rol karmaşası yaşamamalı (örneğin danışanla arkadaşlık ilişkisi kurmamalıdır).

8. Sürekli Gelişim ve Öğrenmeye Açıklık

- Psikoloji alanındaki güncel gelişmeleri takip etmelidir.
- Süpervizyon, seminer ve eğitimlere katılarak kendini geliştirmeye devam etmelidir.

9. Duygusal Farkındalık ve Öz Farkındalık

- Kendi duygularının ve düşüncelerinin farkında olmalıdır.
- Bu duyguların danışma sürecine etkisini gözlemleyebilmelidir.

10. Problem Çözme ve Esneklik

- Danışanın ihtiyaçlarına göre yaklaşımını esnetebilmelidir.
- Tek bir terapi yöntemiyle sınırlı kalmamalı, gerektiğinde farklı yaklaşımları harmanlayabilmelidir.

PSİKOLOJİK DANIŞMANLARIN MESLEKİ GELİŞİM SÜRECİ

1. Temel Akademik Eğitim

- Psikolojik danışmanlar, genellikle Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (PDR) programından lisans düzeyinde eğitim alarak mesleğe başlarlar.
- Bu eğitim süreci, psikolojik danışmanın teorik altyapısını oluşturur (gelişim psikolojisi, danışma kuramları, ruh sağlığı, bireyi tanıma, etik, iletişim becerileri vb.).

2. Lisansüstü Eğitim (Yüksek Lisans & Doktora)

- Mesleki bilgilerini derinleştirmek ve akademik kariyer yapmak isteyen danışmanlar için yüksek lisans ve doktora programları önemli bir adımdır.
- Bu süreçte bir uzmanlık alanı (örneğin çocuk ve ergen danışmanlığı, kariyer danışmanlığı, aile terapisi, rehabilitasyon) geliştirilebilir.

3. Süpervizyon ve Deneyim Kazanımı

- Mezuniyet sonrası erken dönemde alınan “süpervizyon” (denetimli danışmanlık uygulamaları), mesleki gelişimin yapı taşlarındandır.
- Bir uzmanın rehberliğinde gerçek vakalarla çalışmak, teorik bilgiyi uygulamaya dönüştürmeyi sağlar.

4. Sürekli Eğitim ve Mesleki Gelişim Etkinlikleri

- Seminerler, atölyeler, kongreler, konferanslar ve hizmet içi eğitimler sayesinde güncel yaklaşımlar takip edilebilir.
- Katılım sağlanabilecek bazı örnek alanlar:
 - Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT)
 - EMDR (Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme)
 - Çözüm Odaklı Danışma
 - Aile ve Çift Terapisi
 - Travma ve Krize Müdahale
 - Oyun Terapisi

5. Alan Yazını (Literatür) Takibi ve Bilimsel Yayınlar

- Akademik dergileri, kitapları ve güncel araştırmaları takip ederek bilgi tazelenmeli.
- Kimi danışmanlar kendi makalelerini, kitap bölümlerini ya da kitaplarını da yazarak alana katkı sağlar.

6. Meslektaşlarla Etkileşim ve Profesyonel Ağlar

- Diğer uzmanlarla iş birliği yapmak, vaka tartışmalarına katılmak ve mesleki destek gruplarına dahil olmak, gelişimi güçlendirir.
- Profesyonel derneklere üyelik (örneğin Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği - TPDR) bu süreçte önemlidir.

7. Kişisel Farkındalık ve Öz Bakım

- Psikolojik danışmanın kendini tanıması, tükenmişlikten korunması ve içsel dengesini sağlaması da mesleki gelişimin bir parçasıdır.
- Öz bakım; beden, zihin ve ruh sağlığını korumaya yönelik bilinçli çabalardır.

Sonuç: Mesleki Gelişim Neden Önemli?

- Etik, etkili ve bilimsel temellere dayalı bir danışmanlık hizmeti sunmak.
- Mesleki tükenmişliğin önüne geçmek.

- Danışanın ihtiyaçlarına uygun, güncel yaklaşımlarla çalışabilmek.
- Alana ve topluma daha fazla katkı sağlamak.

AVANTAJLI BİR MESLEKİ GELİŞİM İÇİN LİSANS EĞİTİMİNDE NE YAPILABİLİR?

1. Akademik Başarıya Odaklanmak

- Genel Not Ortalaması (GNO), lisansüstü başvurularda kritik öneme sahiptir.
- Derslere düzenli devam etmek, aktif katılım sağlamak ve akademik dürüstlük ilkesine uygun çalışmak önemlidir.

2. Araştırma ve Bilimsel Faaliyetlere Katılmak

- Öğretim elemanlarıyla birlikte bilimsel projelerde yer almak (Ör.TÜBİTAK öğrenci projeleri)
- Sempozyum, kongre, çalıştay gibi etkinliklerde görev almak ya da bildiri sunmak.
- Literatür taraması yapmayı, akademik yazım kurallarını öğrenmek.

3. Staj ve Gönüllü Deneyimler Edinmek

- Okul, hastane, rehabilitasyon merkezi, STK gibi alanlarda staj yapmak.
- Gönüllü sosyal sorumluluk projelerine katılmak.
- Bu deneyimler hem CV'yi güçlendirir hem de mesleki farkındalığı artırır.

4. Alan Dışı Gelişim: Yabancı Dil ve Bilişim Becerileri

- YDS, TOEFL, YÖKDİL gibi yabancı dil sınavlarına hazırlanmak (özellikle lisansüstü başvurular için).
- SPSS, NVivo gibi veri analiz programlarına ya da Office uygulamalarına hâkim olmak.
- ALES sınavlarına girmek

5. Kariyer Hedefini Belirlemek

- Hangi alanda uzmanlaşmak istediğini erken dönemde düşünmek.
- Klinik mi? Eğitim mi? Aile danışmanlığı mı?
- Bu doğrultuda ders seçimleri ve etkinlik katılımları yapmak.

6. Mentörlük ve Danışmanlık Almak

- Akademik danışmanlar veya alan uzmanlarıyla düzenli iletişimde olmak.
- Kariyer hedeflerine göre tavsiyeler almak.

7. Etkin Bir CV ve Niyet Mektubu Hazırlamak

- Lisans süresince elde edilen tüm belgeleri, sertifikaları ve deneyimleri derlemek.
- Lisansüstü başvuruları için iyi hazırlanmış bir özgeçmiş ve motivasyon mektubu oluşturmak.

PSİKOLOJİK DANIŞMANLAR HANGİ ALANLARDA ÇALIŞABİLİRLER?**2. Eğitim Kurumları****Okullarda Rehberlik Servisleri**

- Anaokulu, ilkokul, ortaokul ve liselerde “psikolojik danışman (rehber öğretmen)” olarak görev alabilirler.
- Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı devlet okullarında KPSS (AGS) ile atanırlar.
- Özel okullarda doğrudan başvuru ile çalışabilirler.

Rehberlik Araştırma Merkezleri (RAM)

- Öğrencilerin özel eğitim gereksinimlerinin tespiti, yönlendirilmesi ve rehberlik hizmetleri için çalışırlar.

2. Klinik ve Psikolojik Destek Hizmetleri

- Bu alanda çalışabilmek için genellikle yüksek lisans ve terapi eğitimi gibi ek uzmanlıklar gerekir.

Özel Psikolojik Danışmanlık Merkezleri

- Danışanlarla bireysel danışma, aile danışmanlığı, çift terapisi gibi alanlarda çalışabilirler.

Oyun Terapisi / Çocuk ve Ergen Danışmanlığı

- Çocuklara yönelik çalışan merkezlerde ya da özel eğitim kurumlarında çalışabilirler (ilgili eğitimlerle).

Aile Danışma Merkezleri

- Aile içi ilişkiler, iletişim problemleri ve ebeveyn danışmanlığı konularında çalışabilirler.
- "Aile Danışmanı" unvanı için ek sertifika ve bazen yüksek lisans gereklidir.

3. Özel Sektör**İnsan Kaynakları (İK) Departmanları**

- Personel seçme-yerleştirme, eğitim, gelişim ve çalışan memnuniyeti alanlarında görev alabilirler.

Kurumsal Eğitim ve Koçluk Hizmetleri

- Şirketlerde çalışanlara yönelik motivasyon, stres yönetimi, iletişim becerileri gibi konularda eğitim verebilirler.

Kariyer Danışmanlığı

- Gençlere ve yetişkinlere yönelik kariyer planlaması, meslek seçimi ve iş değişikliği danışmanlığı yapabilirler.

4. Kamu Kurumları ve STK’lar**Adalet Bakanlığı / Ceza ve Denetimli Serbestlik Kurumları**

- Psikolojik destek, grup çalışmaları ve sosyal uyum programlarında görev alabilirler.

Sağlık Bakanlığı / Sosyal Hizmet Kurumları

- Şiddet gören kadınlar, çocuklar, bağımlılıkla mücadele gibi sosyal hizmet alanlarında görev alabilirler.

STK ve Sosyal Projeler

- Sosyal gelişimi destekleyen projelerde görev alabilir, dezavantajlı gruplarla çalışabilirler.

5. Akademik Kariyer**Lisansüstü eğitim (yüksek lisans ve doktora) yaparak üniversitelerde:**

- Araştırma görevlisi (Lisans üstü eğitime devam ederlerse)
- Öğretim görevlisi (Yüksek lisans bitirirlerse)
- Dr. Öğretim Üyesi gibi pozisyonlarda çalışabilirler. (Doktora yaparlarsa)

PDR LİSANS EĞİTİMİNDE FIRSATLAR ve İMKÂNLAR

- 1) ERASMUS
- 2) Çift Ana Dal (Sınıf Öğretmenliği, Özel Eğitim, Okul Öncesi Eğitim)
- 3) Yatay geçiş (iki ve üçüncü sınıflarda)
- 4) Özel Öğrenci (Gerekçeye bağlı olarak bir yıl başka bir üniversitede eğitim almak)

AKADEMİK MESLEKİ ve KİŞİSEL GELİŞİMİLE İLGİLİ BİRİM VE KURULUŞLAR

- 1) Trabzon Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Uygulama ve Araştırma Merkezi
<https://pdr.trabzon.edu.tr/>
<https://www.instagram.com/trupdrmerkezi/?hl=en>
- 2) Trabzon Üniversitesi PDR Kulübü
<https://www.instagram.com/trupdrkulubu/>
- 3) Türk PDR Derneği
<https://www.instagram.com/turkpdrdernegi/>
<https://pdr.org.tr/>

Diğer Öneriler

1. Akademik danışmanınızdan gerektiğinde destek alınız.
2. Eğitim-öğretim (ders geçme, sınav, yatay geçiş vb.) yönetmeliğini inceleyiniz.
3. Disiplin yönetmeliğini inceleyerek hak ve sorumluluklarınızı öğreniniz.
4. Eğitim-öğretimle ilgili işlemlerinizi belgelere (kanıtlara) bağlı olarak takip ediniz.
5. Kulüp faaliyetlerinde ve sosyal sorumluluk çalışmalarında roller almaya çalışınız.
6. Katıldığınız faaliyetlerin tümünü mutlaka belgelendiriniz ve bu belgeleri saklayınız.