

Psikolojik Danışmanlık Nedir?

Psikolojik Danışma, kişinin yaşadığı Psikolojik Danışma, kişinin yaşadığı sorunlara ilişkin farkındalık kazanması, çözüm yollarının üretilmesi, hayatında değiştirmek istediklerine ilişkin kararlar alması, kişinin kendini anlaması, çevresiyle uyumlu ve sağlıklı bir iletişim içinde olması, kendi sosyal becerilerini ve kapasitesini geliştirmesi için uzman kişilerce verilen profesyonel yardım sürecidir.

Psikolojik danışma süreci ancak kişinin gönüllülüğü ile mümkündür. Kişinin yararlanmak için istekli olması ve çaba göstermesi gerekir. Psikolojik danışma; danışman ve danışanın sorunları ya da hedefleri üzerinden birlikte çalışmaları; sorunlarına ve hedeflediklerine ilişkin sorumluluk aldığı bir süreçte ilerler. Psikolojik danışma bir iki seans değil; belli bir süreyi kapsayan ve çaba gerektiren bir süreçtir.



Biz Kimiz?

Psikolojik Danışmanlık Merkezi Uzman Klinik Psikologlardan oluşan kadrosu ile öğrencilerimize, onların ailelerine ve başvurusu olanlara psikolojik danışmanlık desteği sağlamak amacıyla kurulmuştur.



Başvuru

Merkezimiz hafta içi her gün saat 09:00-17:00 arası hizmet vermektedir. E-mail/telefon ile veya yüz yüze başvurulabilmektedir. Başvuru için;

Telefon: 4440799

Dahili: 6300

E-mail: kliniik.psikoloji@isikun.edu.tr

Adres: Işık Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık Merkezi Büyükdere Cad. Zemin Kat 34398 Maslak/İstanbul



FEYZİYE MEKTEPLERİ VAKFI
IŞIK ÜNİVERSİTESİ

Maslak Kampüs

**PSİKOLOJİK
DANIŞMANLIK
MERKEZİ**



Bize Kimler Başvurabilir?

- ✓ Aile, arkadaş ve eş ilişkilerinde sorun ve çatışma yaşayanlar,
- ✓ Bulunduğu ortama uyum sağlamada güçlük çekenler,
- ✓ Başkalarıyla ilişki kurmada zorluk yaşayanlar,
- ✓ Özgüven sorunu olanlar,
- ✓ Kendilerini ifade etmede güçlük yaşayanlar,
- ✓ Stres ve kaygı ile baş etmek isteyenler,
- ✓ Zamanı etkili kullanamamaktan ve yapacaklarını ertelemekten şikayetçi olanlar,
- ✓ Kendilerini daha iyi tanımak ve kapasitelerini geliştirmek isteyenler,
- ✓ Meslek seçiminde sorun yaşayanlar ve/veya mesleki yaşamlarında doğru adımlar atmamak isteyenler,
- ✓ Hedef belirlemede ve/veya belirledikleri hedeflerde kararlı bir şekilde ilerlemede sorun yaşayanlar,
- ✓ Umutsuzluk, üzüntü, isteksizlik hissedener,
- ✓ Öfke kontrolünde sorunu olanlar,
- ✓ Takıntılı düşünceler, korku ve fobileri olanlar,
- ✓ Dikkat dağınıklığı yaşayanlar.



Yetişkinlere Yönelik Psikolojik Danışmanlığa İlişkin Önemli Bilgiler*

Seans süresi 40 -50 dakikadır.

Ön görüşme sonrasında uzman öğrenciyle bir anlaşma yapar, onay formunu imzalatır. Psikolojik Danışmanlık Merkezi'nde yapılan görüşmeler gizlilik ilkesi dahilinde yapılmaktadır. Konuşulan her şey, uygulanan testler ve diğer bilgiler gizli kalır. Öğrenci bilgileri akademik kayıtlara geçmez. Kişinin isteği dışındakilere bilgi verilmez. Sadece kendi ya da başkalarının zarar görmesi ya da hayati tehlike altında olması durumunda öğrenci ile ilgili bilgiler yetkili mercilerle paylaşılır.

Çocuk ve Ebeveynlere Yönelik Psikolojik Danışmanlık Hizmetleri Alanları

- ✓ Sınır koyma ve sorumluluk kazandırmaya ilişkin yaşanan sorunlar,
- ✓ Anne-baba ve çocuk arasındaki iletişim sorunları,
- ✓ Okula ilişkin sorunlar (Ders başarısızlığı, okula gitmede isteksizlik, öğrenme güçlükleri, ders çalışmama vs.)
- ✓ Arkadaşlık ilişkilerinde yaşanan sorunlar,
- ✓ Sınav kaygısı,
- ✓ Tuvalet eğitimine ilişkin yaşanan sorunlar,
- ✓ Tırnak yeme alt ıslatma ve alt kirletme,
- ✓ Çocukluk dönemi mastürbasyonu,
- ✓ Uyku bozuklukları,
- ✓ Uyum sorunları,
- ✓ Dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik,
- ✓ Söz dinlememe ve inatçılık,
- ✓ Yalan söyleme.

Psikolojik Danışmanlık Merkezi'nde Çocuklara Yönelik Uygulanan Testler

- ✓ Agte, DenverII, Metropolitan
- ✓ Frostig, Frakfurter, D2, ÖÖG Tarama, GOBDÖ
- ✓ Beier Cümle Tamamlama Testi
- ✓ Goodenough-Harris İnsan Resmi Çizme Testi

Çocuk ve Ebeveynlere Yönelik Psikolojik Danışmanlık Hizmetlerine İlişkin Önemli Bilgiler*

Çocuklara ve ebeveynlere yönelik danışmanlık hizmetleri; çocukların ve ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken yaşadıkları sorunlar, anne-baba ve çocuk ile birlikte çalışarak sorunun çözümünün oluşturulduğu bir süreç içerisinde yürür. Psikolojik danışma seanslarında sorun yaşayan çocuklarla birebir soruna ilişkin çalışılmakta; ayrıca anne ve babaya çocuklarının sorunlarına ilişkin bilgilerin verildiği, sorunların çözümünde çocuklarına nasıl yaklaşmaları gerektiğinin açıklandığı çeşitli eğitimlerin verildiği bir yapıda devam eder. Çocuğun okul ile ilişkili yaşadığı sorunlarda anne ve babanın yanı sıra gerek görülürse öğretmenlerle de çalışılmaktadır.