**Tosya Cumhuriyet Anadolu Lisesi Rehberlik Servisi Faaliyetleri**

**1. Bireysel Rehberlik:**

**Okulumuzun tüm öğrencilerine bireysel psikolojik danışma ve rehberlik hizmeti sunulmaktadır.**

**2. Eğitsel Rehberlik:**

 **Okula Uyum**

 **Akran Desteği**

 **Verimli Ders Çalışma Alışkanlığı**

 **Ders Çalışma Programı**

 **Devam Takip Çizelgesi**

 **Motivasyon**

 **Kaygı ve Stres Yönetimi**

 **Pano Çalışmaları**

**3. Grup Rehberliği Etkinlikleri:**

 **Amaç Oluşturma**

 **Zaman Yönetimi**

 **Verimli Ders Çalışma Yöntemleri**

 **Test Çözme Teknikleri**

 **Hangi Derse Nasıl Çalışılır**

 **YGS-LYS**

 **Motivasyon**

 **Sınav Kaygısı**

 **Ergenlik Döneminde Yaşanan Değişimler**

**4. Bireyi Tanıma Teknikleri:**

 **Öğrenci Tanıma Fişi**

 **Öz Yaşam Öyküsü (Otobiyografi)**

 **Görüşme ve Gözlemler**

**5. Mesleki Rehberlik :**

 **Meslek Tanıtımları (Video – Pano)**

 **Meslek Tanıtım Günleri**

 **Üniversite Gezileri**

 **Tercih Danışmanlığı**

 **İlgi Envanterleri-Ölçekleri Uygulanması**

o **Holland Meslek Tercih Envanteri**

o **Akademik Benlik Kavramı Ölçeği**

o **Kendini Değerlendirme Envanteri**

 **Yetenek Testi Uygulanması**

o **Temel Yetenekler Testi 9/11**

**6. Koruyucu-Önleyici Çalışmalar**

 **Risk Haritası**

 **Problem Tarama Envanteri**

 **Sınav Kaygısı Ölçeği**

 **Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitimi Programı**