



Rehberlik İhtiyacı Belirleme Anketi (RİBA)

Ortaokul-Öğrenci Formu

Tarih :
Sınıf :
Cinsiyet : K () E ()

Sevgili Öğrenci,

Bu anketin amacı okulumuzda hangi rehberlik hizmetlerine ihtiyaç duyduğunuzu belirlemektir. Her soruda A ve B olmak üzere **iki** ifade verilmektedir. Sorulara yanıt verirken iki rehberlik hizmetinden hangisine daha çok ihtiyaç duyduğunuzu düşününüz. Soruda verilen iki rehberlik hizmetini karşılaştırınız ve her soruda iki hizmetten sadece bir tanesini, soruların sağ tarafında bulunan **SEÇİM** sütununda **X** koyarak belirtiniz. Bir soruda iki rehberlik hizmetini de işaretlerseniz anketiniz geçersiz olacaktır. Aşağıdaki örneği inceleyiniz.

DOĞRU			YANLIŞ		
	MADDELER	SEÇİM		MADDELER	SEÇİM
1	A Okul kurallarını öğrenme		2	A Başkalarının ne hissettiğini ve düşündüğünü anlama	X
	B "HAYIR!" diyebilmeyi öğrenme	X		B Bir mesleğe sahip olmanın önemini anlama	X

Bir soruda verilen her iki rehberlik hizmetine ihtiyaç duyabilirsiniz ya da bu hizmetlerin ikisine de ihtiyacınız olmayabilir. Bu durumda bile her soruda bir rehberlik hizmetini işaretleyiniz. Ayrıca her soruyu yanıtlayınız. Bu anketten doğru sonuçlar çıkarmak, sizlerin vereceği içten yanıtlarla mümkündür. Anlamadığınız soruları lütfen öğretmeninize sorunuz. Yanıtlarınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi

		MADDELER	SEÇİM
1	A	Sorunları tanımlayıp çeşitli çözümler içinden en mantıklı olanı uygulamak	
	B	Kendime uygun ders çalışma becerilerini geliştirmek (ör., plan yapmak, görselleştirmek, not çıkartmak, çalışma ortamımı düzenlemek)	
2	A	Hayatımla ilgili konularda karar verme becerilerimi geliştirmek (ör., kıyafet seçme, arkadaş seçme, okul seçme)	
	B	Okula devam etme isteğimi artırmak	
3	A	Arkadaşlık kurma becerilerimi geliştirmek (ör., insanlarla tanışmak, arkadaş edinmek ve arkadaşlıklarımı sürdürmek)	
	B	Liselere giriş sınavları hakkında bilgilenmek	
4	A	Okuldaki kulüpler (spor, satranç, tiyatro vb.) ve yarışmalar gibi etkinlikler hakkında bilgilenmek	
	B	İlişkilerimi bozmadan haklarımı savunmayı öğrenmek	
5	A	Zorlandığım konularda doğru kişilerden yardım isteme becerilerimi geliştirmek (ör., zorbalığa uğradığımda rehber öğretmen/psikolojik danışmana ulaşmak; yapamadığım soruları arkadaşlara ya da öğretmene sormak)	
	B	Başkaları hatırlatmadan sorumluluklarımı yerine getirmek (ör., ödevlerimi tamamlama; odamı, eşyalarımı düzenlemek, temiz tutmak)	

6	A	Duygularım (üzüntü, öfke, kaygı vb.) ortaya çıktığında, bunları kontrol etmeyi öğrenmek	
	B	Bilgisayar, cep telefonu, tablet veya televizyonu kullanırken uygun içerik seçmek ve kullanım süresini belirlemek	
7	A	Zamanımı planlamayı öğrenmek (ör., ders çalışmak, arkadaşlarla buluşmak, oyun oynamak)	
	B	Ergenlikteki değişikliklerle ilgili bilgilenmek (ör., bedendeki değişimler, sivilcelerin çıkması, anne ve babayla çatışmalar)	
8	A	Hak ve sorumluluklarımı öğrenmek	
	B	Yeteneklerimi (neleri iyi yapabildiğimi) tanımak	
9	A	Ortaokuldan sonra gidebileceğim eğitim kurumlarını tanımak	
	B	Yaşamdaki zorluklar karşısında duygusal açıdan dayanıklı olmak (ör., okul değiştirme, ebeveynlerin boşanması, yakınların ölümü)	
10	A	Madde kullanımı, oyun ve sosyal medya gibi bağımlılık türleri ve korunma yöntemleri hakkında bilgilenmek	
	B	Duygu ve düşüncelerimi saygılı ve açık bir şekilde ifade etmek	
11	A	Kişisel özelliklerim ile belli meslekler arasında ilişkiler kurmak (Ör., Çocukları seven bir öğrencinin büyüyünce öğretmen olmayı istemesi)	
	B	İnsanlarla anlaşmazlıklarımı, her iki tarafın da isteklerini karşılayacak şekilde çözmeyi öğrenmek	
12	A	Farklı özelliklere sahip bireylere saygı göstermeyi öğrenmek (ör., cinsiyet, özel gereksinimli öğrenci)	
	B	Öfkemi kontrol etmek	
13	A	Bir şeyi yapmak istemediğimde "HAYIR" diyebilmek	
	B	Okul ve sınıf kurallarını benimsemek	
14	A	İletişim becerilerimi geliştirmek (ör., karşıımızdaki beden ve yüz hareketlerinden duygularını tahmin etmek, söz kesmeden dinlemek)	
	B	Rehber öğretmenden/psikolojik danışmandan hangi konularda yardım alabileceğimi öğrenmek	
15	A	Kendime güvenmeyi öğrenmek	
	B	İlgilerimi (ör., kodlama, spor, resim ve müzik) keşfetmek	
16	A	Sınav kaygısı ile başa çıkmayı öğrenmek	
	B	Bedenimi korumayı öğrenmek (ör., başkalarının bedenime dokunmasına izin vermemek)	
17	A	Riskli davranışlardan kaçınmayı öğrenmek (ör., tehlikeli arkadaş gruplarına katılmaktan, okuldan kaçmaktan ve kavgaya karışmaktan kaçınmak)	
	B	Sağlıklı yaşam becerilerini kazanmak (ör., spor yapmak, sağlıklı beslenmek)	
18	A	Zorbalığa uğradığımda ne yapmam gerektiğini öğrenmek (ör., alay etme, vurma, fotoğraflarımı sosyal medyada izinsiz paylaşma)	
	B	Duygularımı (mutluluk, öfke, kaygı, üzüntü, korku, şaşkınlık gibi) tanımak	

