

Şanlıurfa psikolog hizmeti ile ruhsal sağlığınızın farkında olmanız mümkün. İnsanın kıymet verdiği en değerli şey sağlıktır. Günlük rutinleri ve hayatın akışını bozan herhangi bir rahatsızlık yaşam konforunu büyük ölçüde etkileyebilmektedir. Ruhsal veya bedensel rahatsızlıkların farkındalıkları bilgi sayesinde gelmektedir. Kişinin içinde bulunduğu durumu fark etmesi ve tanımlaması bazen geç bazen de yetersiz olabiliyor tam bu noktada bir uzman desteği her zaman iyidir.

Geç farkındalıklar çok hızlı ve yoğun yaşamın getirdiği dezavantajlardan biridir. Rahatsızlıkların bilgisine sahip olmak öte yana dursun kişinin öz farkındalığını artırmasını veya kazanmasını sağlayan klinik psikolojik danışmanlık adeta bir zihin öğretisidir. Psikolojik danışmanlığın sonunda kişi doğru veya norm içerisinde düşünmenin yollarını öğrenmiş olurken istenmeyen davranışların azaltılması veya ortadan kaldırılması mümkündür.

Klinik psikolojik danışmanlık hizmeti almak için kişinin bariz ve belirgin bir rahatsızlığının olmasına lüzum yoktur. Kişinin iş yaşantısında, aile yaşantısında, romantik ilişkilerde ve insanın kendisi ile olan tüm ilişkilerinde düşüncelerine ve davranışlarına destek araması her zaman normaldir. Psikolojik bir görüşme hiçbir zaman diğer insanlarla olan görüşmenize benzerlik göstermez. Dolayısı ile iyileştirici ve faydalı bir görüşme gerçekleştirilir.

İhtiyacı olan birinin psikolog ile görüşme gerçekleştirme kararı alması oldukça kıymetlidir. Sizler kendinize değer verirken Psikolog Faruk Cesur ise profesyonel çerçevede kişinin ruhsal iyi olma haline kıymet vermektedir. Şanlıurfa Psikolog hizmetinde birçok danışmanlık türü bulunmaktadır.

Günümüzde en sık yaşanan ruhsal rahatsızlıklar arasında anksiyete bozuklukları, depresif bozukluklar, psikoz, yas, bipolar bozukluk, obsesif kompulsif bozukluk, travma sonrası stres bozukluğu, yeme bozuklukları ve uyku bozuklukları görülmektedir. Günümüz modern klinik psikolojisindeki terapi yöntemleri daha genellenebilir ve kişiye özgüleştirilebilir. Bireyin ruhsal bozukluklarını iyileştirmek için birden fazla terapi yöntemi ve ekolü bulunmaktadır. Ancak kimi ekoller yalnızca davranışa kimi ekoller ise yalnızca düşüncelere odaklanırlar. Modern psikolojinin popüler tedavi yöntemlerinden olan [Bilişsel Davranışçı Terapi](#) (BDT) ile yukarıda bahsedilen birçok ruhsal bozukluk tedavi edilmektedir.

Bilişsel davranışçı terapide öncelikle bireyin genel yaşam öyküsü alınır. Ardından genel konuşmalar gerçekleşirken terapinin ilk periyodu olan bireyin (danışanın) düşünceleri yani bilişleri psikolog tarafından işlenir. İşlenen ve değerlendirilen bilgilerin bir yere bağlanması ve tedavide mesafe kat edilme süresi tamamen bireyden bireye değişiklik gösterir. Bireyin bir şeyleri açıkça anlatması kararı kendi kararıdır. Çünkü psikolojik danışmanlıkta her şeyi anlatmak ve buna bağlı olarak rahatlamak söz konusu değildir. Tabii ki psikolog bireye bazı sorular yöneltebilir ancak yine cevap vermek veya vermemek kararı bireyin kararına bırakılmıştır. Psikolojik danışmanlık kesinlikle kalıplaştırılmış ve keskin hatları olan bir görüşme değildir. Tam aksine bireye, zamana ve duruma özgü olarak gelişir.

Bazı çevrelerde psikoloğa gitmek hala tuhaf karşılanırken bu durumun oldukça normal ve olası olduğunu söylemek gerekir. Giderek yaygınlaşan Şanlıurfa psikolog sayesinde çiftler çok daha kolay ve iyi iletişim kurabilmektedir. Sınav stresi, aile içi diyaloglar, arkadaş çevresi, ikili ilişkiler gibi faktörlerden etkilenen ergenlerin bu dönemde doğru

şekilde yönlendirilmeleri oldukça önemlidir. Ebeveynlerin ergene karşı tutum ve davranışları ergen bireyin ileriki yaşamını ciddi oranda etkileyebilmektedir. Çünkü ergenlik dönemindeki birey oldukça hassastır.

Kimlik oluşturma ve denge yakalama hususunda kritik bir dönem olan ergenlikte dışarıdan gelen etkenlerden dolayı ergenin sosyal paylaşımının düşmesi oldukça mümkündür. Çünkü günümüzdeki ergenlerin bir sorun ile karşılaşması çok farklı yansımalar barındırmaktadır. Örneğin internet bağımlılığı problemi en sık ve yaygın görülen sorunlardan biridir. Ergenin bu tarz sorunları çok ciddi bir durum değilken müdahale edilmemesi ile her geçen zaman sorunlar bir ruhsal bozukluğa dönüşebilmektedir.

Daha önce yukarıda belirtilen ruhsal rahatsızlıklar Şanlıurfa psikolog sayesinde ilaç kullanmadan gerekli seans sayısı ile istenen sonuca ulaşılabilir . Psikolog, birkaç seanstan sonra bireyin ne kadar süre ile hangi şartlar altında tedavi görmesi gerektiğini danışanı ile paylaşmaktadır. Psikolojik rahatsızlıklar çok çeşitli sebeplerden ötürü meydana gelmektedir.

Genetik faktörler, çevresel faktörler ve içsel faktörler bir şeylerin tetiklenmesinde veya uyandırılmasında rol oynar. Şanlıurfa psikolog görüşmesi gerçekleştiren Psikolog Faruk Cesur, seanslar sayesinde rahatsızlığı tetikleyen ve besleyen sebepleri bularak ve çözümlenerek psikolojik rahatsızlığı azaltır veya tamamen ortadan kaldırır.

Psikolojik destek alan bireyler rahatsızlıklardan tamamen kurtulamayabilir. Ancak psikolog sayesinde rahatsızlık verici, yaşam konforunu ciddi anlamda tehdit eden unsurlar ortadan kaldırılarak tekrardan nüksetmemesi için psikolog ve danışan iş birliği ile çaba gösterilir. Keza ruhsal bozuklukların tedavi edilmesindeki en güçlü etken bireyin (danışanın) terapi seansı almasındaki rızalık ve istekliliktir. Eğer kişi sorununun veya şikayetinin farkında ve bunların düzelmesini istiyorsa terapi süreci çok daha iyi ilerleyecektir.

Psikolog desteği alan bireyler veya aileler birçok konuda yol kat ederler.

- Bireyin yaşamına odaklanması
- Aktivitelerden haz alınması
- Elde edilen başarımlardan tatmin olması
- Günlük rutinelere bağlı kalınması
- Öz bakımını aksatmaması
- İdealleri doğrultusunda motivasyonunun artması
- Kaygılarının azalması

Psikolojik danışmanlığın avantajlarından bazılarıdır.

Ölüm ve kayıp, travmalar, fobiler ve kalıcı etki bırakan diğer tüm olayların bireyin yaşamının hangi evresinde yaşandığı oldukça önemli bir konudur. Birçok birey psikoloğa gittiği zaman çocukluğunun veya geçmişinin deşileceğini düşünür. Bu olgunun toplumda oluşmasının sebebi ise psikodinamik yaklaşımların söylentilerinin yayılmasıdır. Bu tarz söylentilerin henüz ortadan kalkmamasının sebebi ise klinik psikoloji biliminin ve danışmanlık alma konusunun kalıp düşüncelerden yeni kurtuluyor

olmasıdır. Modern yöntemlerden birisi olan BDT ile çok daha yenilikçi yaklaşımlarla karşı karşıya kalmanız mümkündür.

Şanlıurfa psikolog danışmanlığı alınmadan önce bilinmesi gereken birçok husus bulunmaktadır. Herhangi bir ruhsal rahatsızlığı olduğunu düşünen bireyin internet ortamında, kendisinde barındığını düşündüğü davranış veya düşüncelerini aratarak kendine yakıştırma yapması oldukça yanlıştır. Çünkü psikolojik rahatsızlıkların tanımlanması ve ölçüt kriterleri oldukça değişkendir.

Örneğin depresyon belirtileri gösterdiğini düşünen bir birey gerçekten birebir belirtilere sahip olabilir ancak bu belirtilerin hangi zaman aralıklarında ve nasıl yaşandığı konusu oldukça önemlidir. Kış mevsiminde depresyon belirtileri yaşamak kişiler arasında oldukça yaygındır. Ancak bu belirtiler çevresel faktörler değiştiğinde hala haftalar veya aylar boyu sürüyorsa uzman bir psikolog veya psikiyatrist ile görüşmekte fayda vardır.

Psikoloji biliminin alt dallarından birisi olan klinik psikoloji sayesinde ergen danışmanlığı, aile ve çift terapisi, bireysel terapiler almak mümkündür. Ancak Şanlıurfa psikolog hizmetleri arasında Psikolog Faruk Cesur sayesinde kurumsal psikolojik danışmanlık da bulunmaktadır. Yine psikoloji alt dallarından birisi olan endüstri psikolojisi sayesinde çalışma hayatına dair yapılan çalışmalar ile iş tatminini ve iş doyumunu artırmak mümkündür.

Çalışanlarına değer veren firmaların aslında firmanın kendisine de dolaylı yoldan değer verdiğini anlamak mümkündür. Çünkü çalışanların motivasyonlarını yüksek tutmak üretim gücünü de pozitif yönde etkileyecektir. Kurumsal danışmanlık almanın birçok avantajı bulunmaktadır.

- İş saatlerinin çalışanlar tarafından daha verimli kullanılması.
- Çalışanlar beklenti ve düşüncelerinin önemsendiğini öğrenir.
- Çalışanlara beklentilerine yönelik doğru ve yeterli geri dönütler verilir.
- İş tatmini ve doyumunu artıran çalışan, işi daha fazla benimser.
- Vakit ve nakit kaybını azaltmayı ön gören testler çalışanlara uygulanarak istatistiksel çıktılar elde edilir.

## **Şanlıurfa'da Psikolog Fiyatları Ne Kadar?**

[Şanlıurfa psikolog](#) seans fiyatları 300 TL ile 600 TL arasında farklılık göstermektedir. 60 dakikalık seans süresi için merkezimizde uygulanan fiyatları öğrenmek için telefon numaramızdan bizimle iletişim kurabilirsiniz . Danışmanlık fiyatları bu biçimde belirlense bile asıl önemli olan hizmet alacağınız uzmanın deneyimi, eğitimi ve bu meslekteki başarılarıdır. Şanlıurfa psikolog fiyatları uygun olmakla birlikte yaşadığınız şehre bağlı olarak değişiklik gösterebilir.

Toplum ruh sağlığı merkezleri özel sektörde faaliyet gösteren bir psikoloğa göre daha uygun fiyatlarla danışmanlık hizmetleri sağlamaktadırlar. Fakat gerek görüşme süresinin kısalığı gerekse gün içerisinde yoğun bir talebin oluşmasından dolayı yeterli düzeyde ve kalitede hizmet almak zorlaşabilmektedir. Bu konu hakkında daha fazla çalışmanın yapılması ve ruh sağlığı merkezlerinin sayısının artırılması elzemdir. Ancak bizler Şanlıurfa'da bulunan merkezimizde çalışan başta Faruk CESUR ile birlikte danışanlarımızın problemlerine karşı nitelikli çalışmalar sürdürmekteyiz.

## **Şanlıurfa Psikolog Randevusu Al**

Yapılan araştırmalara bakıldığında psikologlardan geçmişte psikolojik destek alan insanların psikolojik destek almayan insanlara göre daha mutlu olduklarını gösteriyor. Bilimsel araştırmalar psikolojik destek alan kişilerin %50'si ciddi bir şekilde kendilerini iyi hissettiklerini, %75'inin de 6 ay sonra tamamen sorunlarından kurtulduğunu gösteriyor. Bu kişilerin büyük bir kısmının büyük bir rahatlama ve geçmişe göre daha umutlu hissettiklerini ve hayattan zevk alma oranlarının yükseldiği tespit edilmiştir.

**Şanlıurfa psikolog** randevusu almak isterseniz eğer ekranın sol altında bulunan telefon numarasından bizi arayabilir veya sosyal medya kanallarımızdan bize ulaşıp seanslarınız hakkında detaylı bilgi alabilirsiniz.

Çođunlukla bu sürecin farmakoterapi ve psikoterapi ile birlikte yürütülmesi gerekir. Şanlıurfa psikologlar ve diğer şehirlerde bulunan psikologların ilaç yazma yetkisi bulunmaz ama size en uygun psikiyatriste sizleri yönlendirecektir. Eğitimi, tecrübeli sizi yargılamayacak kişiler olan psikologlar, danışanın sorunlarının üstesinden gelebilmesi için mevcut tüm kaynakları kullanılmasına yardımcı olmayı hedefleyecektir.