

# DEĞERLER EĞİTİMİ

## YARDIMSEVERLİK



**Yardımlaşma, tüm insanlığın ortak değeridir.**

Sevmek fiilinden sonra gelen dünyanın en güzel fiili yardım etmektir.

Bertha Von Suttner

İnsan sosyal bir varlıktır. İçinde yaşadığı toplumun bir üyesidir. Toplumda yaşanan doğal afet, hastalık, zihinsel ve fiziksel özür gibi sebeplerden kaynaklanan sıkıntı ve yoksulluk gibi üzüntü verici durumlar, dertler ve sıkıntılar paylaşarak ve yardımlaşarak azalmaktadır. Paylaşma öyle doğal ve kendinden gelen bir itilimle ortaya çıkar ki kişi çoğunlukla, bir değeri uyguladığının bile farkında değildir. Zira insan tek başına hayattan pek zevk almaz ama bir dostu veya eşi veya ailesi ile olduğunda her şey daha farklı olur.

Ailemiz, akrabalarımız veya çok sevdiğimiz dostlarımızla paylaşmak kolay ve doğal gelir de yabancı bir insan ile paylaşma pek de alışık ya da doğal bir seçim gibi gelmez bize. İşte tam bu noktada, değerimizin gerçek anlamı ortaya çıkmaktadır.



Değerlerin toplum içinde var olması ve sürdürülebilmesi için özellikle çocuklara kazandırılması temeldir. Çocuklar yardımlaşma ve paylaşma duygularıyla doğmazlar. Doğuştan bir duyguyla sevdikleri, hoşlandıkları şeyleri bir başkasıyla paylaşmayı istemezler. Özellikle küçük çocuklar, yetişkinlere göre daha benmerkezci oldukları için yardımlaşma duyguları gelişmemiştir. Bunun için aile içi eğitimin, okulun ve çevrenin yadsınamaz bir etkisi söz konusudur

Bireyler değerleri aile içerisinde kazanmaya başlar ve toplumun etkisiyle süreç devam eder. Bulunduğu çevre içerisinde birey gelenek, görenek, örf, adet ve töre ile ilgili değerleri öğrenir.

## Çocuklarda Yardımlaşma Bilincinin Oluşması İçin Yapılması Gerekenler



- Çocuklara bazı duyguları öğretmek için istemek veya anlatmak yeterli değildir. Bunları yapabilmeniz için sizin hayat tarzınız ve yaşantınızla çocuklarınıza örnek teşkil etmeniz gerekmektedir. İlk olarak aile içerisinde birbirinizle yardımlaşan bir aile olmalısınız.

Çocukların kendilerine ilk örnek aldığı kişiler anne ve babalarıdır. Sizlerin hareketlerinizi ve sözlerinizi hafızalarına kaydeder ve kendileri de o şekilde davranırlar. Çocuğa bu bilinci, öyküler ve hikâyelerle aşılayabilirsiniz ve çocuklarınızı da yaptığınız yardımlara dâhil edebilirsiniz.

- 2-6 yaşlarından itibaren çocuklara ellerindeki oyuncakları, yiyecekleri ve imkânları arkadaşları ile paylaşma duygusu aşılanmalı, böyle olunca arkadaşları tarafından daha çok sevileceği, oyunlarının daha güzel olacağı, başka bir çocuğu sevindirmenin insanı mutlu edeceği onun anlayacağı bir dille anlatılmalı. Bencil olursa arkadaşlarının kendisinden uzak duracağı öğretilmelidir.



- Çocuklar her fırsatta oyun oynamak isterler. Faydalı bir oyunun asıl amacı eğlendirmesinin yanında, eğitici olmasıdır. Oyunlarda, paylaşma ve yardımlaşmaya ihtiyaç duyulan etkinliklere yer verilmeli.
- Bayramlar, belirli gün ve haftalar gibi kültürel önem taşıyan zaman dilimlerinde toplumsal kaynaşmaya katkı sağlayacak faaliyetlere, çocuklarınız ile birlikte katılmalısınız.



- Çocuklarınızın çevresinde ve okulunda planlanan sosyal dayanışma ve yardımlaşmayı amaçlayan projelere (kardeş okul, yuvaya kitap uçur, ilaç yardımı vb.) katılımını desteklemelisiniz.

- Kendi seçimi olan yardım davranışlarına ket vurmayın.



- Evde anne ve babasının gün içerisinde karşılaştıkları zorluk ve sıkıntıları birlikte yardımlaşarak çözmeye çalıştığını gören çocuklar, yardımlaşmanın ve dayanışmanın değerini daha iyi anlayacaktır.

**Bu bağlamda evde şu işleri yapabilir:**

- Yemek yapılırken, sofrayı düzenlerken yardım etmek
- Alışveriş poşetinin ucundan tutmak
- Temizlik yapılırken toz almak





- Kirlileri sepete koymak
- Sofra kurulmasına yardımcı olmak
- Çamaşırları katlamaya yardımcı olmak
- Kullanmak için aldığı eşyayı yerine koymak
- Bulaşıkların durulanmasına yardım etmek
- Evdeki evcil hayvanların bakımını üstlenmek
- Bakım işlerinde ebeveyne yardım etmek





İyilik yapmanın bir kimseyi iyi hissettirdiği bilimsel olarak kanıtlanmıştır.

Harvard Adult Development Stüdyo adında yıllar süren bir çalışma var. 1938 yılında başlayan bu sosyal deneyde şu sonuca ulaşılmış: “İnsanları mutlu ve sağlıklı yapan şey; iyi insan ilişkileri kurmaktır.”

İyilik yapmak: Çoğu tıbbi antidepresanlar gibidir.

İyilik yapmak: Serotonin üretimini artırır.

İyilik yapmak: Yaraları iyileştirir, sakinleştirir ve insani mutlu eder.

İyilik yapmak: İyiliği yapan ve iyilik yapılan kişide, buna tanık olan herkeste serotoninini artırır.

İyilik yapmak: Morfinden 3 kat daha etkilidir.

İyilik yapmak: Sistemimizde oksitosin üretimi sağlar. Oksitosin, sarılma hormonu, sosyal bağları kuvvetlendirir, anında rahatlama etkisi yaratır, güven ve cömertliği artırır, bağışıklık sistemini güçlendirir.