

Hyvien tekojen tekeminen toiselle

Random Act of Kindness, suomeksi yllätyshyvyys, on amerikkalaislähtöinen idea. Se tarkoittaa lyhyesti sitä, että kuka tahansa voi tehdä pieniä hyviä tekoja, anonyyminä, päivittäin ja ilman vastapalveluksen odottamista. Tutkimusten mukaan muutama pieni hyvä teko päivässä lisää ihmisen sisäistä onnellisuutta ja samalla tuottaa mielihyvää myös hyvän teon vastaanottajalle.

Onni-hanke haluaa levittää hyvää mieltä kannustamalla pieniin hyviin tekoihin. Alla on esimerkinomainen lista erilaisista arkisista, hyvistä teoista. Teetkö jo tänään joitakin näistä vai keksitkö omia arkisia tekoja?

Esimerkkejä:

- Anna jonkun mennä edelle jonossa
- Jätä hyvä kirja bussiin tai junaan ja kirjoita esim. post-it-lapulle teksti: ole hyvä, saa ottaa
- Jaa inspiroivia ajatuksia. Kirjoita rohkaisevia ja positiivisia mietteitä post-it-lapulle ja jätä niitä vaikka hissien seiniin, työpaikan vessaan, kahvilan pöytään...
- Anna julkisessa liikennevälineessä istumapaikkasi jollekin toiselle
- Teippaa kolikko tai kolikoita purkkapallokoneen tai kolikoilla toimivan pesukoneen kylkeen ja jätä viereen lappu: minä tarjoan!
- Lahjoita sinulle tarpeeton tavara sitä tarvitsevalle
- Maksa kahvilassa seuraavan asiakkaan kahvi
- Pidä ovea auki sinun jälkeesi sisään tulijalle
- Kirjoita positiivinen kommentti somessa
- Kehu tuntematonta

Tiesitkö, että Suomessa vietetään 3.12.2019 Tekojen Tiistaita (Giving Tuesday) vastapainona kulutusjuhlille ja Black Friday -päivälle. Joten kuka vain, mitä vain, kenelle vain – ainakin tiistaina 3.12.2019.

Ole hyvä,
saa ottaa!



OHJAAMO