



## **DE GOEDE DAAD VAN VANDAAG**

HET OPZET VAN DEZE OEFENING IS HEEL EENVOUDIG: PROBEER ELKE DAG BEWUST IETS GOED TE DOEN VOOR IEMAND ANDERS: HELP EEN COLLEGA MET EEN PROBLEEM, GEEF IEMAND EEN COMPLIMENTJE, ... ONDERZOEK HEEFT AANGETOOND DAT DOOR IEMAND IN EEN GOED HUMEUR TE BRENGEN (DOOR BIJVOORBEELD EEN SNOEPJE AAN TE BIEDEN), DE PRESTATIE, CREATIVITEIT EN HET BESLISSINGSVERMOGEN VAN DIE PERSOON ENORM VERBETERT. EEN COMPLIMENTJE WANNEER HET NIET PER SE HOEFT KAN DUS GROTE GEVOLGEN HEBEN VOOR JEZELF ÉN DE ANDER! EEN GELIJKAARDIG FENOMEEN STAAT BEKEND ALS 'RANDOM ACTS OF KINDNESS', WAARBIJ MENSEN EEN STEENTJE BIJDRAGEN AAN EEN BETERE SAMENLEVING DOOR IETS AARDIG VOOR EEN COMPLEET ONBEKENDE TE DOEN. JE KAN HEEL WAT VERHALEN EN FILMPJES OP HET INTERNET VINDEN, EN WE DAGEN JE UIT OM DIE TE BEKIJKEN ZONDER EEN GLIMLACH OP JE GEZICHT TE KRIJGEN!