

LINE 通信

2022年9月15日

与える力

「情けは人の為ならず」という言葉があるように、親切な行為はめぐりめぐってあなたによい影響をもたらします

ある研究の結果から、社会奉仕活動よりも、「高齢者の荷物を持ってあげる」などの小さな親切のほうが幸福感と強い関連があったのだとか。

親切な行為は「週に1回」がちょうどよいとのこと。

コーヒーを淹れてあげる、後輩の相談に乗るなど、週に1度は人に優しくすることを心がけてみてはいかがでしょうか。