

Att vara snäll är smart



Bild: Jojo Falk

FORSKNING VISAR ATT ...

... när vi är snälla mot andra aktiveras hjärnans belöningsystem. Vi mår bra av att få andra att må bra helt enkelt.

... inte bara de som mobbas, utan också mobbarna, lider ofta av dålig självkänsla, magont och huvudvärk.

... det krävs mer än fem positiva kommentarer för att uppväga en enda negativ.

... av tio personer som är på sociala medier är det bara en som skriver. Det betyder inte att de nio tysta håller med. Men det kan lätt uppfattas så.

**DU KAN GÖRA
SKILLNAD OCH STÅ UPP
FÖR DEN SOM BLIR UTSATT
GENOM ATT SKRIVA
#nejtillnäthat**

#nejtillnäthat

Prinsparets
Stiftelse jobbar
för en schysstare och
tryggare nätvardag. Vi tror
på ett internet med mer hjärta!

prinsparetsstiftelse.se #viberattar @merhjarta