

živi : prijazno

Prijaznost za študente

1. Študenta z druge države povabi na tortico. Prisluhni njegovi zgodbi, njegovim upom in sanjam. Pomagaj se mu vključiti v novo okolje. Vprašaj ga, kako mu lahko pomagaš.
2. Pripravi nedeljski zajtrk za svoje najbližje sostanovalce v študentskem stanovanju ali domu. Če se ti finančno ne izide, naj vsak prinese nekaj hrane. Izkoristi čas, se spoznaj z njimi ter jim pomagaj skleniti prijateljstva.
3. Kupi kakšno sladkarijo in jo položi na mize v študijski knjižnici.
4. Na svoji fakulteti organiziraj teden naključnih dejanj prijaznosti. Na tej spletni strani lahko najdeš veliko idej: www.randomactsofkindness.org
5. Sodeluj s študentskim klubom pri izdelavi plakatov in načrtovanju dogodkov. Prosi osebo z oddelka za psihologijo, da študentom predstavi pomen prijaznosti. Na družabnih omrežjih deli zamisli, kako biti prijazen. Spodbujaj študente, naj bodo prijazni drug do drugega, in načrtuj skupni projekt prijaznosti, v okviru katerega boste pomagali lokalni skupnosti.
6. Ko odhajaš iz skupnih prostorov, jih vedno pusti bolj urejene in čiste, kot so bili pred tvojim prihodom.
7. Opazuj študente v svoji bližini. Vsakega občasno vprašaj, kako se počuti.
8. Deli svoje zapiske s sošolcem, ki ga zaradi bolezni ni bilo na predavanjih.
9. Na vratno kljuko svojega sostanovalca obesi vrečko s prigrizki.
10. Organiziraj skupinski sprehod do neke lepe lokacije v mestu, kjer študirate. Sprehod je odlična priložnost za spoznavanje drug drugega.
11. Anonimno se zahvali profesorju, ki te je naučil nekaj, kar ti je spremenilo življenje. Napiši mu pismo/razglednico ali si izmisli zabaven način, kako lahko kot razred pokažete svojo hvaležnost.
12. Organiziraj zabavo z izmenjavo rabljenih oblačil. Temu se reče »swishing«. Več informacij poišči na www.getswishing.com. Organiziraš lahko tudi bazar, kjer boste svoja oblačila prodali po nizkih cenah in zbran denar podarili skladi za pomoč študentom.
13. Študentom v nižjih letnikih prodaj svoje stare učbenike in skripte. S tem boš pomagal tistim, ki si ne morejo privoščiti novega gradiva.

14. Pridruži se skupini prostovoljcev, ki pomagajo drugim študentom.
15. Ponudi učno pomoč študentu ali otroku, ki ima težave pri učenju.
16. Pošlji spodbudno sporočilo študentu, ki je potr ali preobremenjen.
17. Bodi skrben do ranljivega študenta.
18. Poskrbi za pijanega ali zadrogiranega študenta. Morda to ni najbolj prijeten način, kako biti prijazen, vendar je še kako pomemben.
19. Širi pozitiven vpliv! Poišči nevsiljiv in nekonflikten način, kako med pogovorom z drugimi študenti nasloviti rasistične, seksistične in druge neprimerne zbadljive komentarje.
20. Študentu v finančni stiski na skrivaj podari darilni bon za nakup hrane.
21. Bodi prijazen do neakademskega osebja na svoji fakulteti. Zahvali se jim za njihovo delo in jim povej kaj spodbudnega.
22. Pouči se o tem, kako preprečiti samomor. Na internetu poišči preproste spretnosti, ki ti lahko pomagajo rešiti življenje nekoga. Pozdravi ljudi in pokaži zanimanje zanje. Koristne informacije poišči na www.prevent-suicide.org.uk/find_help.html. Posebno pozornost nameni ljudem, ki so osamljeni, imajo težave pri študiju ali so pred kratkim doživeli izgubo.
23. Na samolepilne listke napiši kratka spodbudna sporočila in jih nalepi po svoji fakulteti ali študentskem domu. Ali pa natisni zabavna sporočila in jih vstavi v knjige v študijski knjižnici ali pod vrata študentskih sob.
24. Organiziraj rojstnodnevno presenečenje za študenta, ki je oddaljen od doma in družine. Potrebuješ samo torto, svečke, sok in nekaj balonov.
25. Z vsem srcem prisluhni drugim študentom! Odkrito povej, kaj ti v življenju predstavlja izziv, in jih nato vprašaj, kako gre njim. Če boš najprej izpostavil svoje izzive, bo sogovorniku veliko lažje govoriti o njegovih težavah. Prisluhni, če potrebuje objem, sprostitev, pomoč, zaščito, obrok ali bližino. Vprašaj, kako lahko pomagaš.
26. Na svojih družabnih omrežjih deli povezavo do videa »*Kindness Boomerang*« in prijatelje navdihni s prijaznostjo, ki lahko spremeni svet. www.youtube.com/watch?v=nwAYpLVyeFU
27. Kupi ogromno vrečo čokoladic in jih skrij na različna mesta, kjer jih bodo študenti zlahka našli. To bo na njihove obraze gotovo narisalo nasmeh! Spomladi nabavi veliko čokoladnih jajčk in jih skrij po kampusu.
28. Vernike v svoji cerkvi povabi k sodelovanju pri projektu prijaznosti na svoji fakulteti. Povej jim, za katero dejanje gre, koliko bo stalo in jih spodbudi k podpori. Cerkev lahko s tem pokaže, da ji je mar za študente in da si želi širiti veselje.
29. Vzpostavi krog prijateljev, ki bodo skrbeli drug za drugega. Vsak večer preverite počutje prijatelja, za katerega ste zadolženi. Tako bo vsak čutil, da je nekemu mar zanj. Organizirate lahko tudi krog hvaležnosti: vsak naj drugemu napiše SMS, za kaj je hvaležen tisti dan.
30. Ko hodiš po študentskem naselju ali sedi na predavanjih, tiho moli za ljudi okoli sebe. Ena sama molitev lahko pomeni ogromno razliko!

Live : kind (Živi prijazno) je pobuda Transevropske divizije, s katero obeležuje 100 let delovanja Oddelka za družine v Krščanski adventistični cerkvi. Projekt vsebuje zamisli ekip Oddelkov za družine iz vse Evrope. Koordinatorica projekta je Karen Holford z Oddelka za družine pri Transevropski diviziji.