



เสริมพลังใจ

ในภาวะวิกฤติ COVID - 19

แม้จะเกิดเหตุการณ์ยากลำบากหรืออุปสรรคในชีวิต
หากเรามี **พลังใจ** อย่างแรงกล้า ก็สามารถฟื้นคืน
กลับมาได้อย่างรวดเร็ว เข้มแข็งทางจิตใจ



เสริมพลังใจ

เชื่อว่าเรามีคุณค่า
ความสามารถผ่านพ้นวิกฤติ
ในครั้งนี้ จะช่วยเสริมพลังใจให้เรา
มีความเข้มแข็ง



คิดยืดหยุ่น

คิดว่าสถานการณ์
ที่วิกฤตินี้ยังมีสิ่งดี ๆ
ที่ทำให้เราได้เรียนรู้มากมาย



มองแง่บวก

เรามีบุคคลรอบข้าง
ที่มองเห็นคุณค่าและความสามารถ
และมีความรัก ความปรารถนาดี
ต่อเรา