

## جوان عزیز در دوران کرونا در کدام ناحیه قرار دارید؟

● ناحیه ترس ● ناحیه یادگیری ● ناحیه رشد



در هنگام بحران به وجود آمدن اضطراب و نگرانی اجتناب ناپذیر است. ایجاد فضای آرام، رفتار هوشمندانه و بهره گیری از اطلاعات صحیح مهمترین عامل گذار از بحران ویروس کرونا است. می توان با رفتاری دقیق و حساب شده نقش فردی و اجتماعی خود را به خوبی ایفا کرد و گامی موثر برای کمک به خود و جامعه برداشت. شما نیز می توانید به جای اضطراب و ترس بی مورد از شرایط سخت این دوران برای فراگیری مهارت های جدید و رسیدن به مرحله رشد بهره ببرید.