

A sociedade moderna em busca da felicidade

Rafael Amauri Diniz Augusto

651047

Como me sinto no atual momento?

Com a epidemia do COVID-19 assolando o mundo, qualquer pessoa empática ficará afetada pela situação e se sentirá ansiosa e até mesmo paranóica. É esperado que esse clima de quarentena afete umas pessoas a mais do que outras, ainda mais se houver alguém contaminado na casa. Deixando isso de lado, também existe o problema de dinheiro, já que devemos ficar em casa e continuamos consumindo comida, água e eletricidade sem uma fonte de renda.

Para grande parte da população, o clima atual não é nem um pouco agradável.

=====

Estou conseguindo lidar com os novos desafios?

Sim, estou. É uma tarefa difícil, já que estamos sendo constantemente distraídos por redes sociais, pelo computador e celular, mas esse momento se mostra cada vez mais um aprendizado ou aprimoramento de auto-controle. Sem esse auto-controle, a chance de perder aulas online e de não estudar fica muito maior, o que pode resultar em uma reprovação.

=====

Qual o aprendizado que eu gostaria de levar deste tempo atual?

Como foi dito acima, acredito que o mais importante é o aprimoramento do meu auto-controle e a capacidade de diminuir a ansiedade. O tempo se tornou

um recurso mais abundante, mas ele também é mais volátil devido às constantes distrações presentes nas nossas casas, e por isso o auto-controle se tornou um dos, senão o aprendizado mais importante de se ter nessa quarentena.