**Життя після пандемії коронавірусу: особистісний та суспільний виміри**

Сьогодні на планеті немає людини, яка б не знала про Covid - 19! Не існує й частинки землі, якої б не торкнулася ця хвороба, хіба що Антарктида ще не постраждала через свою незаселеність.

Напевно, скільки людей на планеті, стільки існує думок про походження Covid – 19, про способи передачі цієї хвороби, лікування та захисту від неї. Багато людей вважають, що це штучно винайдений вірус, який має за мету знищення людства. Старше покоління каже, що вірус – Божа кара за війни, геноциди та суперечності у світі. Цей список можна продовжувати дуже довго.

Короновірус несе із собою масу запитань, на які важко отримати відповідь. Насамперед, це не тільки хвороба, з упевненістю можна сказати, що це інформаційна війна. Чутки та емоції значно швидше передаються, ніж сам Covid.

Головна мета кожної людини в цьому світі - вижити після такої глобальної проблеми і далі впевнено крокувати в непізнане майбутнє… Згодом кожен зможе поділити своє життя "до корони» та «після". Але яким буде це майбутнє? Чи взагалі є майбутнє для нашої планети?! На жаль, цього сказати неможливо, можна тільки передбачити.

Я думаю, що всі вже починають спостерігати за змінами, які відбуваються, світ уже змінюється, як після чуми чи війни. Плюсів у цьому мало, варто сказати, що їх майже немає. Та є один позитивний фактор: такі неочікувані ситуації разом із негативним впливом на економіку, політику та екологію несуть за собою потужне пробудження людства, його думок, емоцій, почуттів, цінностей та поведінки.

Це історичний момент, який дає нам перший крок до великої перемоги над самим собою.

Я вважаю, що вже сьогодні кожен переконався, найбільша цінність – це здоров’я. Турбуватися і підтримувати його треба постійно, а не тільки під час хвороби. Кожен зрозумів, що професія лікаря надзвичайно важлива і заслуговує великої поваги. Саме вони, найкращі лікарі з усього світу об'єдналися заради винайдення ліків проти Covid - 19. До речі, це в них вийшло. На даний момент вже розпочинають вакцинування. Великого розвитку зазнає наука і медицина.

А як ми недооцінювали своїх вчителів. Відчувши на власному прикладі переваги дистанційного навчання, можу впевнено сказати, що воно позитивно вплинуло на мене. Мій рівень знань значно зріс, я стала більш самостійною. З іншого боку, постійне сидіння вдома – ізоляція від навколишнього світу, де ти сам на сам з власними проблемами. Дистанційне навчання – це зручно та інноваційно. Але це доступний спосіб навчання для старшокласників та студентів… Важко уявити, як без учителя навчитись писати та читати. Навіть я, доросла, сумувала за своїми педагогами. А як же першачкам онлайн познайомитись, пограти в ігри, побігати коридорами…

Турбує також інше питання: як пандемія вплине на екологію нашої планети? На початку захворювання найрозвиненіші країни світу почали закривати міста на карантин. Завдяки тому, що більша частина людства сиділа вдома і не користувалася автівками, вміст отруйного газу в повітрі зменшився.

Не менш болючішою є проблема економіки, адже середній та малий бізнес втрачають свої ресурси, з останніх сил залишаються на плаву. Зараз модно швидко і зручно купувати все в інтернеті. Після пандемії економіці буде ще важче повернутися в попередній стан. Але я вважаю, що потім відбудеться великий прорив у фінансовій справі.

Самоізоляція суттєво впливає на розвиток особистості, її соціалізацію, адже карантин обмежив наше спілкування. Люди, які живуть нарізно від своїх рідних, страждають через розлуку. Тисячі закоханих пар, батьків і дітей не можуть побачитися. Нас залишили без найголовнішого- обіймів! На мою думку, це восьме чудо світу. Обійми - це те, чого не вистачає, те, що хочеться кожному. Це найважливіший та найдієвіший інструмент боротьби зі стресом та самотністю.

Соціальні зв'язки максимально розірвалися. Люди забули про живе спілкування, тепер усі в онлайні, в гаджетах, у своїх окремих світах. А дехто навіть втратив інтерес до спілкування в соцмережах. За декілька років буде зрозуміло, як пандемія змінила особистість людини, її емоції та почуття. Можливо, у майбутньому по нашій планеті вже не будуть ходити люди, які кохають, переживають, плачуть або сміються. Ми просто станемо роботами, які проживатимуть запрограмоване життя.

Але існує вихід із такої ситуації! У січні нас чекає локдаун. Раджу всім запастися терпінням, позитивними емоціями від святкування з рідними й коханими людьми. Людьми, які зможуть нас підтримати, обійняти та відігнати всі погані думки!

Найголовніше в ситуації, що склалась, - бути інформаційно обізнаним! Не довіряти липовим сайтам із неперевіреною інформацією. У світі дедалі більших обертів набирає таке явище, як «digital detox», або ж «цифровий» чи «інформаційний детокс». Його суть у тому, що на певний період людина добровільно відмовляється від смартфона, або від ноутбука, загалом від сучасних додатків. Це дуже актуально, тому що дуже багато людей розуміють, що вони «загинаються» від такого інформаційного ритму. Варто поекспериментувати… Це сприятиме зменшенню стресу, допоможе зануритись у реальне життя.

До речі, про реалії… Провівши багато часу лише у своїх домівках, відбулась переоцінка простору, що навколо нас. Стало зрозуміло, наскільки тут важлива безпека, наявність особистого робочого місця, а краще - кімнати, куточка, крісла…місця для молитви, адже цього нас теж спробували позбавити. Стало необхідністю підтримувати порядок в домі, на робочому столі, чергувати навчання чи роботу з відпочинком, ділити домашні обов’язки між усіма членами сім’ї. І, відповідно, цінувати працю один одного. Багатьох життя змусило вчитись спілкуватись по-новому. Перебуваючи цілодобово поруч, ми побачили своїх рідних іншими.

Так, вірус змінив кожного із нас. Та й світогляд людей помінявся. Недарма це трапилося із нами. Це знак… Це наш шанс… Шанс виправити помилки, знайти в собі ресурси стати кращими! І вірити!.. Вірити в доброту сердець, у здоровий глузд, вірити в диво, вірити один в одного, вірити й надіятись, вірити й любити! Вірити, що ніякий вірус не знищить нас! Ми все переможемо!

19.12.2020р. Юля Лоза, учениця 11-В класу