

## Η φιλία στον καιρό της πανδημίας

Μια γυναίκα

«Τις πρώτες μέρες της μαζεύομουν, και δεν με μια ομάδα φίλων μου διαδικτυακές βραδιές κάθε εβδομάδα. Αλλά του χρόνου, αυτά τα γίνονταν ολοένα και πιο που σταμάτησαν.



περιγράφει: πανδημίας, ήμουν η μόνη, για τις παιχνιδιών με το πέρασμα παιχνίδια λίγα, μέχρι

Δεν ήμουν λυπημένη που δεν τους έβλεπα. Αυτό που ξεκίνησε ως διασκέδαση για να γεμίσουμε τον χρόνο και να δούμε το πρόσωπο του άλλου έγινε σύντομα μια υποχρέωση.

Τώρα, οκτώ βδομάδες μετά το δεύτερο lockdown, κατάφερα να μείνω συνδεδεμένη με μερικούς από τους στενότερους φίλους και την οικογένειά μου, αλλά έχω δυσκολευτεί να κρατήσω τις άλλες φιλίες στη ζωή μου - και αυτό είναι κάτι για το οποίο αισθάνομαι ένοχη. Ως άτομο με άγχος, νιώθω ότι κουράζομαι εύκολα σε κανονικές συνθήκες, τώρα, όμως, ακόμη πιο πολύ».

Πράγματι, το 2020, αυτή η κούραση έχει λάβει πρωτόγνωρες διαστάσεις. Δεν είναι ασυνήθιστο να αισθανόμαστε εξαντλημένοι αυτή τη στιγμή, λέει η ψυχολόγος Αγκιμπέλ Μέικπις.

«Αυτό το είδος κούρασης είναι εξαιρετικά κοινό και πολύ φυσιολογικό. Δουλειά και μάθηση από το σπίτι, κοινωνικές αποστάσεις και μάσκες παντού, άνθρωποι διαρκώς αρρωσταίνουν, άλλοι χάνουν τις δουλειές τους...και το άγχος και η αδυναμία μάς κυριεύουν, για να ικανοποιήσουμε πρώτα τις δικές μας ανάγκες και μετά τις άλλες. Δεν θα είναι καλό για τους άλλους, αν δεν έχουμε τίποτα άλλο να δώσουμε. Ίσως, όμως, είναι καλύτερο να προσπαθούμε να μένουμε κοντά σε έναν μικρό αριθμό φίλων, αντί να διατηρούμε δεκάδες κοινωνικές επαφές.»

Ανακτήθηκε 26/12/2020

από <https://www.huffingtonpost.gr/entry/oi-filies-mas-roempainoen-se-paese-tonkairotespandemias>

**Διαβάστε τις παρακάτω προτάσεις και επιλέξτε τη σωστή απάντηση με βάση το κείμενο.**

### **Η γυναίκα περιγράφει:**

(α) όταν ξεκίνησε η πανδημία, συγκεντρωνόταν κάθε βράδυ στο zoom, για να παίξει με τους φίλους της

(β) από τη μέρα που ξεκίνησε η πανδημία, συνεργαζόταν μια φορά την εβδομάδα με τους φίλους της για θέματα της δουλειάς τους

(γ) από την έναρξη της πανδημίας, συναντούσε τους φίλους της διαδικτυακά, όπως, άλλωστε, και πολλοί άλλοι την ίδια περίοδο

### **8 εβδομάδες μετά το δεύτερο lockdown η αφηγήτρια στο κείμενο**

(α) έχει διατηρήσει όλους τους φίλους της στο διαδίκτυο

(β) έχει κρατήσει τους γνήσιους φίλους της

(γ) έχει κάνει καινούργιες φιλίες στο διαδίκτυο

### **Σύμφωνα με το κείμενο,**

(α) η κούραση της αφηγήτριας μειώθηκε πάρα πολύ το 2020

(β) η αφηγήτρια δεν είναι η μόνη που νιώθει κούραση κατά το δεύτερο lockdown

(γ) η εξάντληση που νιώθει η αφηγήτρια είναι ανησυχητική, σύμφωνα με μια ψυχολόγο

### **Δεν αποτελεί, σύμφωνα με την ψυχολόγο, αιτία εξάντλησης κατά την περίοδο της πανδημίας**

(α) η διαρκής χρήση μάσκας

(β) η εργασία από το σπίτι

(γ) η χρήση του διαδικτύου

### **Ο κατάλληλος τρόπος, για να αντιμετωπίσουμε την κυρίαρχη στην εποχή της πανδημίας εξάντληση, είναι**

(α) να καλύψουμε πρώτα τις ανάγκες μας και μετά των φίλων μας

(β) να καλύψουμε τις ανάγκες μας μαζί με τους φίλους μας

(γ) να βοηθήσουμε τους φίλους μας να καλύψουν τις ανάγκες τους

### **Να χαρακτηρίσετε τις παρακάτω προτάσεις σωστές ή λάθος με βάση το κείμενο**

Ένας από τους λόγους που η αφηγήτρια είχε διαδικτυακές συναντήσεις με τους φίλους της ήταν για να παίξει.

Η αφηγήτρια υπήρξε ανέκαθεν αγχώδης.

Η αφηγήτρια νιώθει τύψεις που πλέον δεν βλέπει πολλούς φίλους της

Είναι καλύτερα στον καιρό της πανδημίας να αποκτούμε όσο το δυνατόν περισσότερους φίλους, για να μη νιώθουμε μόνοι

**Ξαναγράψτε τις παρακάτω προτάσεις με βάση τη λέξη/φράση που δίνεται στην αρχή.**

**Τις πρώτες μέρες της πανδημίας, μαζευόμουν με μια ομάδα φίλων μου για τα διαδικτυακά παιχνίδια**

Τις πρώτες μέρες της πανδημίας μαζευόμουν με μια ομάδα φίλων μου, για ..... διαδικτυακά παιχνίδια

**Αλλά με το πέρασμα του χρόνου**

Αλλά, καθώς.....

**Τώρα, 8 εβδομάδες μετά το δεύτερο lockdown, τα κατάφερα**

Τώρα, 8 εβδομάδες από τότε.....το δεύτερο lockdown, τα κατάφερα

**Δεν θα είναι καλό για τους άλλους, αν δεν έχουμε τίποτα άλλο να δώσουμε.**

Δεν θα ήταν καλό για άλλους,..... τίποτα άλλα να δώσουμε.

**Στις προτάσεις που ακολουθούν επιλέξτε τη σωστή απάντηση.**

**Στη φράση «Δεν ήμουν λυπημένη που δεν τις έβλεπα» η λέξη «που» σημαίνει**

(α) όταν (β) αν και (γ) επειδή

**Στη φράση «Αυτό το αίσθημα κούρασης είναι σημάδι ότι πρέπει να αφιερώσουμε χρόνο» η λέξη «σημάδι» σημαίνει**

(α) απόδειξη (β) ένδειξη (γ) ανάδειξη

**Στη φράση «Δεν είναι ασυνήθιστο» η λέξη «ασυνήθιστο» σημαίνει**

(α) κοινό (β) σπάνιο (γ) συχνό

**Στη φράση «Αυτό το είδος κούρασης είναι εξαιρετικά κοινό» η λέξη «εξαιρετικά» σημαίνει**

(α) υπερβολικά (β) ελάχιστα (γ) καθόλου

**Η φράση «άλλοι χάνουν τις δουλειές τους» αναφέρεται στο φαινόμενο**

(α) της εργατικότητας (β) της ανεργίας (γ) της πρόσληψης

**Γράψτε ένα άρθρο για τη σημασία της φιλίας στην εποχή μας (100-120 λέξεις)**