

疫情改變了我的生活 - 2021 第二期 優選 內定國小任 〇 芸

- 6 年級甲班

在疫情爆發，使社會充滿焦慮感，卻有篇報導深深讓我感動：語言治療師、特教師等人配戴透明口罩。透明口罩可以幫助溝通障礙患者復健、溝通，期盼讓患者藉由透明口罩，看到彼此嘴型與表情，讓復健治療更有溫度。防疫必須佩戴口罩，但對於失語症、聽損者等溝通障礙患者而言，戴上口罩會看不到對方的表情與嘴型，反而影響到判讀，削減溝通的效率，這對於語言治療師來說，更是一大挑戰。

這次因疫情停課，使我的心情感到既開心又很難過！難過是因為不能去學校上實體課，只能在家中利用手機上網課，所以導致了視力不良。開心是因為與家人相處時間變多了，與家人之間的關係也變得越來越好。停課前我的生活很規律，是每天晚上八點就寢，早上七點到學校上課，在學校裡同學們可以一起上課學習、一起運動；停課後則是面對冰冷的 3 C 產品，雖然需要保持社交距離及戴口罩，所以因為長時間面對 3 C 產品而導致視力不良的狀況越來越嚴重。

在學校，我最喜歡上美術課跟音樂課，在課堂中可以跟老師討論美術作品的創作過程，也可以跟同學一起彈唱，非常愉快，無奈疫情爆發後必須停課在家上課，線上的課程只能面對沒有溫度的電腦，也不能跟同學一起談天說笑，讓我的心情非常鬱悶，在學校時遇到不懂的問題就可以馬上問老師，線上課程期間就沒有那麼方便，有問題不能馬上問，還可能因為表達得不夠好，老師聽不懂問題，真的很不方便。

生活上也受到疫情影響，出門一定要戴口罩，人與人之間要保持 1.5 公尺社交距離，不可以在外飲食，進出店家時要掃實聯制，還要量體溫、噴酒精，一些公共場所也都關閉，像圖書館、公園、游泳池、活動中心等等，真是造成我們很大的困擾，聽媽媽說連去市場買菜也要分流，依身分證字號的單雙號來決定星期幾去菜市場，真的非常不方便，但是為了配合防疫措施，就一定得照這樣做才可以。

疫情改變了我的生活，除了生活上的改變之外，也改變我的內心，生活上的改變是為了配合防疫措施，也為了讓新冠肺炎病毒能夠不要進入校園，更不讓它進入我的身體，這次新冠肺炎病毒真的讓我感到害怕，原來小小的病毒竟然可能讓我們失去身邊的人。

內心的感受除了非常不方便，也不能到學校上課的失落感之外，是感到恐懼的，因為看不到病毒的存在，所以必須很小心，好像一不小心就會被感染，而且讓自己在不知情的情況下，把病毒又傳染給別人，真是太可怕了。我告訴自己，一定要遵守防疫的規定，落實戴口罩、勤洗手、保持社交距離之外，還有要有運動的習慣，補充維他命 C 之類的東西，讓自己身體健康，讓自己身體健康，這樣就能對抗病毒，讓它遠離我的生活。