

# MUSEU DA PESSOA



Museu da Pessoa

Uma história pode mudar seu jeito de ver o mundo.

Diário para o futuro (DPF)

## Aprendizados e reflexões

História de [Milena Samara Mancuzo Gavino](#)

Autor: [Milena Samara Mancuzo Gavino](#)

Publicado em 12/06/2020

---

Diário para o Futuro

Diário de Milena Samara Mancuzo Gavino

Osasco, 04 de junho de 2020

Código: DPF\_HV028\_001

## Aprendizados e reflexões

Oi!

Essa quarentena está sendo um grande desafio para mim. Durante os últimos 3 meses, tive a oportunidade de trabalhar diversos aspectos em minha personalidade e em meu cotidiano.

Por exemplo, pude aprimorar meus conhecimentos tecnológicos, visto que a internet está sendo o meio mais usado por mim neste momento.

Estou assistindo minhas aulas da faculdade e fazendo atividades à distância, fiz alguns cursos para melhorar meu currículo, e também uso a internet para momentos de distração e descontração, através das redes sociais e serviços de streaming.

Também melhorei minha paciência e ansiedade. No começo da quarentena, me encontrei muito impaciente e ansiosa com tudo o que estava acontecendo no mundo, mas aos poucos fui me acalmando e usando este momento tão difícil para nós como um momento de introspecção e reflexão sobre meu eu interior, e também para refletir sobre o mundo e seu futuro.

É um momento triste e difícil para nós, mas podemos usá-lo de maneira positiva, para assim, nos mantermos sãos e nos prepararmos para um futuro totalmente novo, que já está bem próximo.