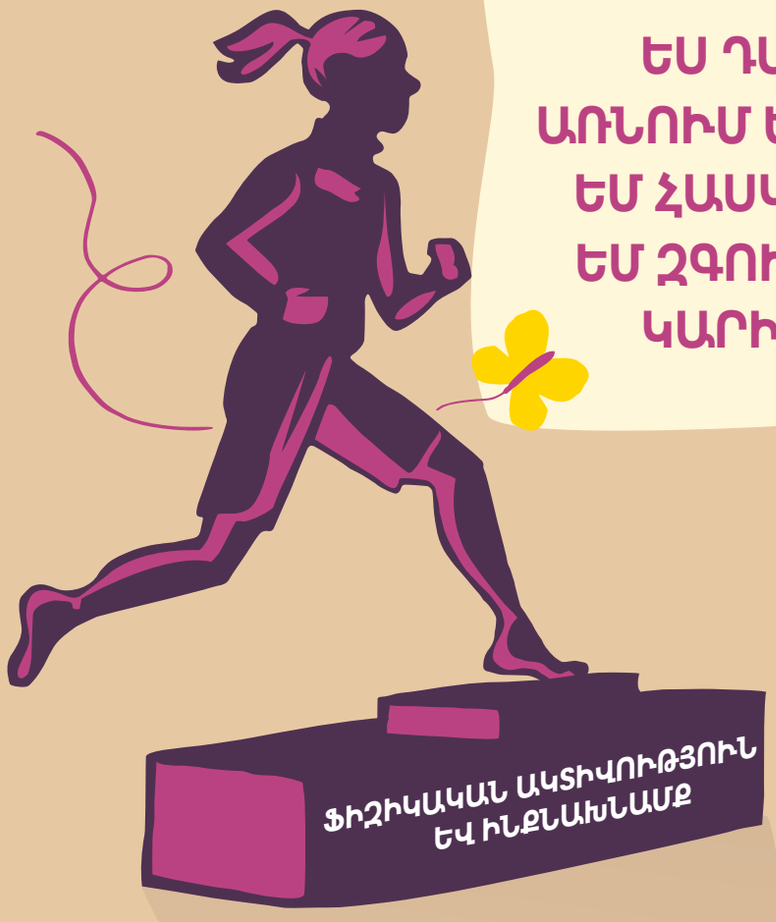
ԴԺՎԱՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀԱՂԹԱՀԱՐՄԱՆ ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

ԵՍ ԴԱԴԱՐ ԵՄ
ԱՌՆՈՒՄ ԵՎ ՓՈՐՁՈՒՄ
ԵՄ ՀԱՍԿԱՆԱԼ՝ ԻՆՉ
ԵՄ ՁԳՈՒՄ ԵՎ ԻՆՉԻ
ԿԱՐԻՔ ՈՒՆԵՄ



Ես վազում կամ քայլում եմ

Ես զբաղվում եմ իմ սիրելի սպորտաձևով

Ես հանգստանում և վերականգնվում եմ

Ես լավ եմ սնվում

Ես քնում եմ



Ես ավելի շատ տեղեկություն եմ փնտրում

Ես պլաններ եմ կազմում

Ես գրի եմ առնում մտքերս

Ես փորձում եմ լուծումներ գտնել

Ես գրի եմ առնում անելիքներս



Ինձ ուժ և հույս են տալիս իմ արժեքները, գաղափարները կամ հավատքը

Ես մտածում եմ կյանքի իմաստի մասին

Ես փորձում եմ հանգիստ տալ ինձ, մեդիտացիա եմ անում կամ աղոթում

Ես փորձում եմ կենտրոնանալ ներկա պահի վրա

ԵՍ ՓՆՏՐՈՒՄ ԵՄ
ՀԱՆԳՍՏԱՆԱԼՈՒ ԵՎ
ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՎԵԼՈՒ
ՏԱՐԲԵՐ ԵՂԱՆԱԿՆԵՐ



Ես փորձում եմ աշխատանքս իրականացնելու նոր եղանակներ

Ես օգտագործում եմ երևակայությունս

Ես փորձում եմ դրական մտածել

Ես լսում եմ ինքս ինձ

Ես զբաղվում եմ խոհարարությամբ, ձեռագործ աշխատանքներով, նկարում եմ, գրում եմ, նկարում եմ տեսանյութեր ու փոդքասթեր, ստեղծում եմ բովանդակություն սոցիալական ցանցերի համար



Ես արտահայտում եմ զգացմունքներս. ծիծաղում եմ, լացում եմ

Ես խոսում եմ իմ զգացմունքների մասին

Ես տարբեր եղանակներով եմ արտահայտում զգացմունքներս՝ պարելով, նվագելով, գրելով կամ նկարելով



Ես ժամանակ եմ անցկացնում ընկերներիս հետ

Ես աջակցում եմ ուրիշներին և ընդունում նրանց աջակցությունը

Ես օգնություն եմ խնդրում ուրիշներից

Ես կիսվում եմ իմ փորձով ուրիշների հետ

ԵՍ ՓՈՐՁՈՒՄ ԵՄ
ԴԺՎԱՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ
ՀԱՂԹԱՀԱՐԵԼՈՒ
ՆՈՐ ԵՂԱՆԱԿՆԵՐ

mieli
mieli.fi