

ԻՄ ԱՊԱՀՈՎ ՏԱՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

Ապահով տարածության մեջ մտնում են այն վայրերը, մարդիկ կամ գործողությունները, որոնք օգնում են քեզ լինել հանգիստ և այնպիսին, ինչպիսին դու կաս: Ապահով տարածությունը քեզ համար է՝ անկախ նրանից՝ դու տխուր ես, թե՞ ուրախ, ակտիվ ես, թե՞ պասիվ, վախեցած ես, թե՞ քաջ:

Ներքևում նշված են օրինակներ, որոնք կարող են ապահով լինել քեզ համար: Կարող ես ընդգծել քեզ հարմար օրինակը կամ գրել քո սեփականը:

ՄԱՐԴԻԿ՝

Ապահով մարդիկ լսում, աջակցում և ընդունում են քեզ այնպիսին, ինչպիսին դու կաս:

ԾՆՈՂ	ՔՈՒՅՐ, ԵՂԲԱՅՐ	ԸՆԿԵՐ
ՏԱՏԻԿ, ՊԱՊԻԿ	ՈՒՍՈՒՑԻՉ	

ՏԵՂ՝

Ապահով տեղը օգնում է քեզ զգալ հանգիստ և անվտանգ:

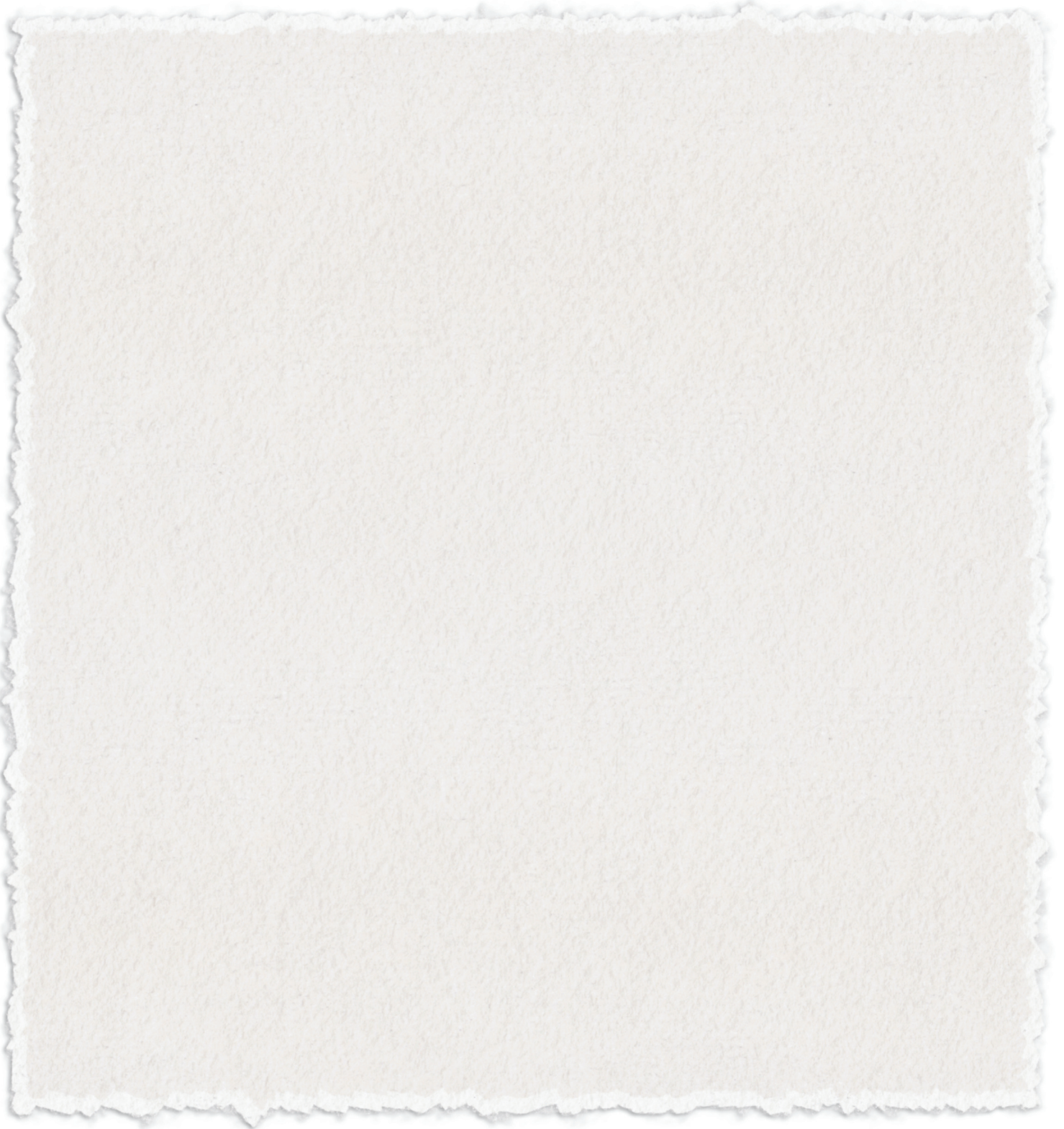
ՏՈՒՆ	ԱՅԳԻ	ՏԱՏԻԿԻ ԵՒ ՊԱՊԻԿԻ ՏՈՒՆ
ԴՊՐՈՑ	ԸՆԿԵՐՈՋ ՏՈՒՆ	ԵԿԵՂԵՑԻ

ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ՝

Ապահով գործողությունները օգնում են քեզ ինքնարտահայտվել և զգալ ավելի լավ:

ԽՄԲԱԿՆԵՐ	ԿԱՐԴԱԼ	ՀԱՄԱԿԱՐԳԻՉ, ՀԵՌԱԽՈՍ
ՍՊՈՐՏ	ԵՐԱԺՇՏՈՒԹՅՈՒՆ	ԽԱՂ

ՆԿԱՐԻ՝ Ր ՔՈ ԱՊԱՀՈՎ ՏԱՐԱԾՔԸ:



Այս նյութը ստեղծվել է ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի աջակցությամբ: Բովանդակության համար պատասխանատվություն է կրում Մանկական և կրթության հոգեբանների հայկական ասոցիացիան, և պարտադիր չէ, որ այն արտահայտի ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի տեսակետները: