

Կատարյալ կյանքի պաշտամունքը

Kataryal kyanqi pashtamunqy

Культ идеальной жизни

Уровень: продолжающий

1. Հարցեր քննարկման համար

Harts'er qnnarkman hamar — Вопросы для обсуждения

Հայերեն	Транскрипция	Перевод
Ինչո՞ւ են մարդիկ փորձում ցույց տալ կատարյալ կյանք:	Inchu en mardik pordzum tsuys tal kataryal kyank:	Почему люди пытаются показывать идеальную жизнь?
Սոցիալական ցանցերը ազդո՞ւմ են մեր ինքնագնահատականի վրա:	Sotsialakan tsants'ery azdum en mer ink'nagnahatakani vra?	Влияют ли соцсети на нашу самооценку?
Ինչո՞ւ ենք մենք մեզ համեմատում ուրիշների հետ:	Inchu enq menq mez hamematum urishneri het?	Почему мы сравниваем себя с другими?
Արդյո՞ք Instagram-ը ցույց է տալիս իրական կյանքը:	Ardyok Instagram-y tsuys e talis irakan kyanky?	Показывает ли Instagram настоящую жизнь?
Կարո՞ղ է մարդը երջանիկ լինել առանց ուրիշների հավանության:	Karogh e mardy yerjanik linel arants urishneri havanutyan?	Может ли человек быть счастливым без одобрения других?
Ո՞րն է ավելի կարևոր՝ հաջողությունը, թե՛ ներքին խաղաղությունը:	Vorn e aveli karevor' hajoghutyuny te nerqin khaghaghutyuny?	Что важнее: успех или внутренний покой?
Ինչպե՞ս կարելի է ավելի քիչ կախված լինել սոցիալական ցանցերից:	Inchpes kareli e aveli kich kakhvats linel sotsialakan tsants'erits?	Как меньше зависеть от соцсетей?
Կատարյալ լինելու ցանկությունը օգնո՞ւմ է, թե՛ խանգարում է:	Kataryal linelu tsankutyuny ognum e, te khangarum e?	Желание быть идеальным помогает или мешает?



2. Բառապաշար

Barapashar — Лексика

Հայերեն	Транскрипция	Перевод
ինքնագնահատական	ink'nagnahatakan	самооценка
ինքնավստահություն	ink'navstahutyun	уверенность в себе
համեմատել	hamematel	сравнивать
կախվածություն	kakhvatsutyun	зависимость
ազդեցություն	azdetsutyun	влияние
սպասումներ	spasumner	ожидания
ճնշում	chnshum	давление
իրականություն	irakanutyun	реальность
պատրանք	patrank	иллюзия
կեղծ պատկեր	keghts patker	ложный образ
կատարելապաշտություն	kataryalapashutyun	перфекционизм
անհանգստություն	anhangstutyun	тревожность
բավարարվածություն	bavararvatsutyun	удовлетворённость
ընդունել ինքն իրեն	yndunel ink'n iren	принимать себя
սահմաններ դնել	sahmanner dneI	устанавливать границы

3. Պատրաստի պատասխաններ

Patrastipatasxanner — Готовые ответы / начало предложений

Чтобы выразить мнение

Հայերեն	Транскрипция	Перевод
Իմ կարծիքով՝ ...	Im karitsov' ...	По моему мнению...
Ես կարծում եմ, որ...	Yes kartsum em, vor...	Я думаю, что...
Ինձ թվում է, որ...	Indz tvum e, vor...	Мне кажется, что...
Ես համաձայն եմ, որովհետև...	Yes hamadzayn em, vorovhetev...	Я согласен, потому что...
Ես համաձայն չեմ, քանի որ...	Yes hamadzayn chem, kani vor...	Я не согласен, так как...
Մի կողմից..., մյուս կողմից...	Mi koghmits..., myus koghmits...	С одной стороны..., с другой стороны...

Аргументы по теме

Հայերեն	Транскрипция	Перевод
Սոցիալական ցանցերը կարող են ազդել մեր տրամադրության վրա:	Sotsialakan tsants'ery karogh en azdel mer tramadrutyen vra.	Соцсети могут влиять на наше настроение.
Մարդիկ հաճախ ցույց են տալիս միայն իրենց կյանքի լավ կողմերը:	Mardik hachakh tsuys en talis miayn irents kyanqi lav koghmeri.	Люди часто показывают только хорошие стороны своей жизни.
Մենք հաճախ համեմատում ենք մեզ ուրիշների հետ:	Menq hachakh hamematum enq mez urishneri het.	Мы часто сравниваем себя с другими.
Իրական կյանքը ավելի կարևոր է, քան սոցիալական ցանցերը:	Irakan kyanky aveli karevor e, qan sotsialakan tsants'ery.	Реальная жизнь важнее соцсетей.
Ամեն մարդ ունի իր դժվարությունները:	Amen mard uni ir djvarutyunnery.	У каждого человека есть свои трудности.
Կատարյալ կյանք գոյություն չունի:	Kataryal kyank goyutyun chuni.	Идеальной жизни не существует.
Կարևոր է ընդունել սեփական թերությունները:	Karevor e yndunel sepan terutyunnery.	Важно принимать свои недостатки.

Հարցեր գրույցը շարունակելու համար



Harts'er zruyts'y sharunakelu hamar — Вопросы собеседнику

Հայերեն	Транскрипция	Перевод
Իսկ դու ինչ ես կարծում:	Isk du inch es kartsum?	А ты что думаешь?
Իսկ քո փորձը ինչպիսին է:	Isk qo portsy inchpisin e?	А какой у тебя опыт?
Դու երբևէ այդպես զգացել ես:	Du yerbeve aydpes zgatsel es?	Ты когда-нибудь так чувствовал(а)?
Ինչո՞ւ ես այդպես կարծում:	Inchu es aydpes kartsum?	Почему ты так думаешь?
Կարո՞ղ ես օրինակ բերել:	Karogh es orinak berel?	Можешь привести пример?
Իսկ դու ինչպե՞ս ես լուծում այս խնդիրը:	Isk du inchpes es lutsum ays khndiry?	А как ты решаешь эту проблему?