



Վերահսկել տեխնոլոգիաների օգտագործումը

ՆՊԱՏԱԿ

Ես կարող եմ նպատակային օգտագործել տեխնոլոգիաները:

Տեխնոլոգիաներն անվերահսկելի չեն ինձ համար:

«Ես՝ Տերս, մեծ աշխատանք ունեմ քեզ համար»

(Վարդապետություն և Ուխտեր 112.6):

ԾՐԱԳԻՐ

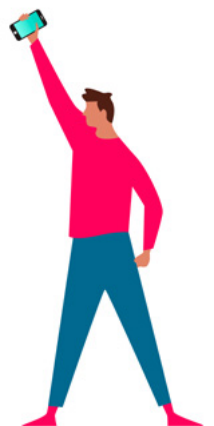
Երբ նախապես ծրագրում եմ, ես ինձ ավելի լավ եմ
զգում և ավելի լավ ընտրություններ եմ կատարում:

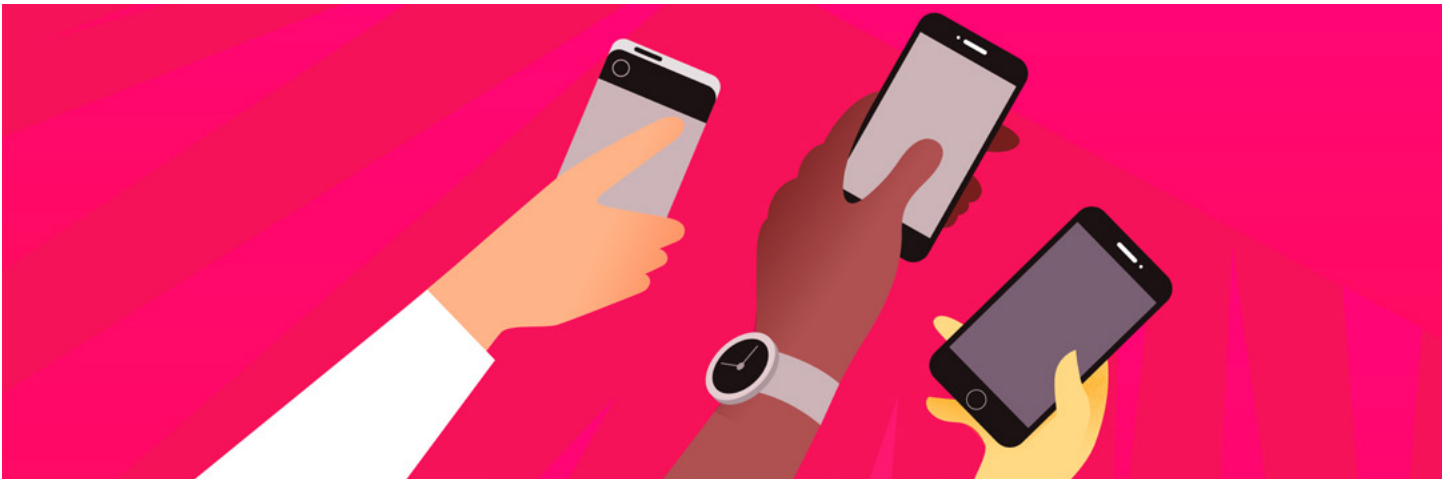
«Մարդկանց համար այս կյանքն է ժամանակը
նախապատրաստվելու՝ հանդիպելու Աստծուն» (Ալմա 34.32):

ԴԱԴԱՐ

Լավ է, երբ դադար եմ առնում և ընդմիջում եմ:

«Հանգիստ եղեք և իմացեք, որ ես եմ Աստված» (Վարդապետություն
և Ուխտեր 101.16):





ՆՊԱՏԱԿ

Ես կարող եմ նպատակային
օգտագործել
տեխնոլոգիաները:
Տեխնոլոգիաներն
անվերահսկելի չեն ինձ համար:



ԾՐԱԳԻՐ

Երբ նախապես ծրագրում եմ,
ես ինձ ավելի լավ եմ զգում և
ավելի լավ ընտրություններ
եմ կատարում:



ԴԱԴԱՐ

Լավ է, երբ դադար եմ
առնում և ընդմիջում եմ:



ՄՏՈՐԵԼՈՒ ՀԱՐՑԵՐ

- Ես ինչո՞ւ եմ օգտագործում տեխնոլոգիաները հենց հիմա:
- Արդյո՞ք ես լավ եմ զգում այն բանից, ինչ անում եմ:
- Որքա՞ն է տևելու տեխնոլոգիաների օգտագործումը:

- Ես ի՞նչ ծրագիր ունեմ՝ տեխնոլոգիաներն օգտագործելու:
- Ի՞նչ նշան եմ փոխանցում Աստծուն առ այն, թե ինչպես եմ օգտագործում իմ ժամանակը:

- Արդյո՞ք ես խուսափում եմ այն նյութերից, որոնք ես գիտեմ, որ ճիշտ կամ նպատակային չեն:
- Արդյո՞ք զգում եմ, որ Հոգին հեռանում է:

ԳՈՐԾՆԱԿԱՆ ԱՌԱՋԱՐԿՆԵՐ

- Դրական ուղերձ ուղարկեք ինչ-որ մեկին:
- Լսեք երաժշտություն, որն օգնում է ձեզ խաղաղություն զգալ:
- Ստեղծեք ձեր սեփական նյութերը:
- Օգտագործեք տեխնոլոգիաները՝ սովորելու համար:

- Օրական սահմանաչափ դրեք՝ Էկրանի համար:
- «Հետևեք» և կապ հաստատեք միայն ընտանիքի մոտ անդամների և ընկերների հետ:
- Ունեցեք սարքերից գերծ տարածքներ տանը:
- Ստեղծեք ընտանեկան լիցքավորման կետ:
- Օգտագործեք գտիչ:

- Սարքը վայր դրեք և գնացեք հեռու:
- Աղոթեք՝ ուժ ստանալու համար:
- Խոսեք որևէ մեկի հետ:

