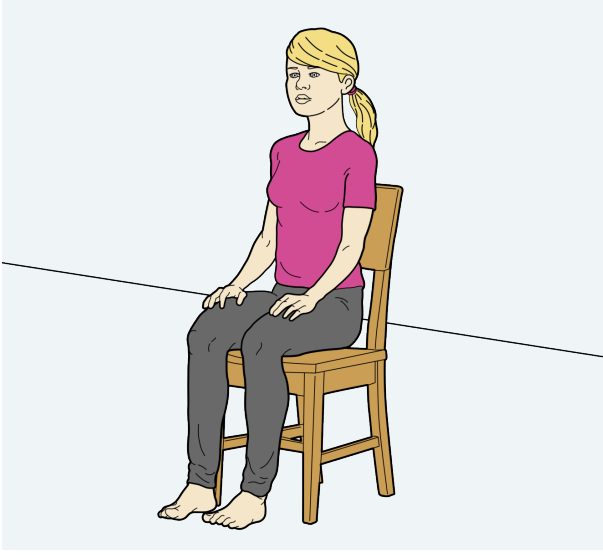


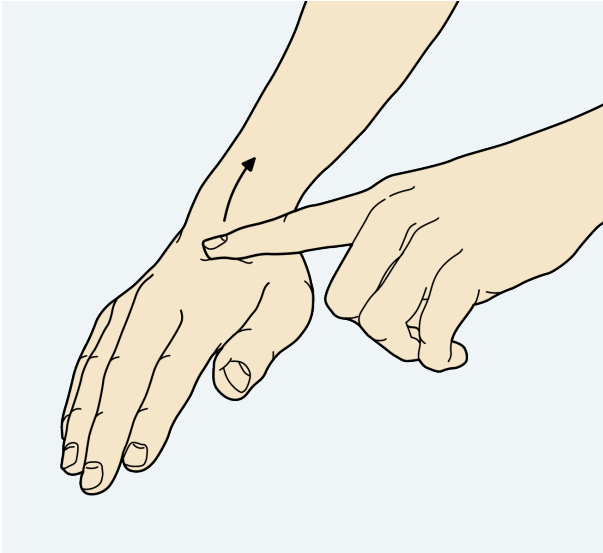
# गतिविधि 14: हल्का छुवाइका विरुद्ध कडा स्पर्श महसुस गर्ने #2



1. कुर्सीमा वा भुइँमा बस्नुहोस्।



2. एउटा औँलाले आफ्नो गालामा सुम्सुम्याउँनुहोस्।



3. अब तपाईंको हातको पछाडिपट्टि छाम्नुहोस्।

तपाईंको औँलाको टुप्पोमा भएको अनुभव एउटै वा फरक थियो?

के प्रत्येक स्पर्श कोमल महसुस भयो?

के तपाईं अझै पनि आफ्नो अनुहार वा पाखुरा वा औँलामा यी हल्का स्पर्शपछि केही महसुस गर्न सकुहुन्छ?

4. अब आफ्नो औँलालाई आफ्नो गालामा कडासँग ताबुहोस् र त्यसपछि आफ्नो हातको पछाडिबाट कडासँग ताबुहोस्।

त्यो कस्तो लाग्यो? के तपाईं अझै पनि आफ्नो अनुहार वा पाखुरा वा औँलामा यी कडा स्पर्शपछि केही महसुस गर्न सकुहुन्छ?

## फलो-अन गतिविधि:

यदि तपाईंले आफ्नो खुट्टाको छेउमा यसो गर्नुभयो भने के हुन्छ? के यो तपाईंको हातमा भन्दा तपाईंको खुट्टामा फरक महसुस हुन्छ?