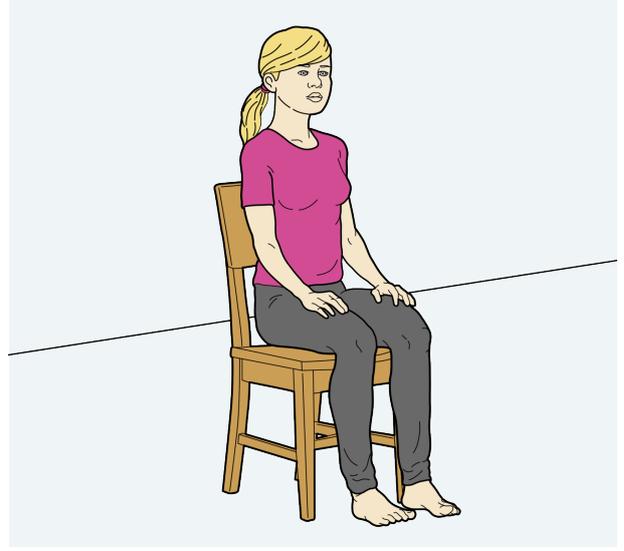


النشاط 14: الشعور باللمسة القوية مقابل اللمسة الخفيفة #2



2. مرر إصبع واحدة على خدك.



1. اجلس على كرسي أو على الأرض.



3. والآن مررها على ظهر يدك.

هل كان الشعور في أطراف الأصابع هو نفسه أم مختلف؟

هل كان شعور كل لمسة لطيفاً؟

هل ما زلت تشعر بأي شيء على الوجه أو الذراع أو الإصبع بعد هذه اللمسات الخفيفة؟

4. مرر الآن إصبعك بقوة على الخد ثم بقوة على ظهر اليد.

كيف كان شعورك؟ هل ما زلت تشعر بأي شيء على الوجه أو الذراع أو الإصبع بعد هذه اللمسات القوية؟

ماذا يحدث إذا فعلت هذا على جانب الساق؟ هل تشعر باختلاف عندما تقوم بالتمارين على اليد وعندما تقوم به على الساق؟

نشاط المتابعة: