

נספח מס' 48: טיפול מתוק

עזרים: שוקולדים בטעמים שונים, דף נייר, כלי כתיבה.

הטיפול מלמד את התלמיד לפעול לאט יותר, באיפוק, בוויסות ובמתנינות. זה דורש מאמץ וגיוס כוחות מצדו של התלמיד, תוך שימוש בדיבור פנימי, דיאלוג בין הרצון ללעוס את השוקולד ובין ההוראה שקיבל מהמורה, דיאלוג בין עקרון ההנאה ובין עקרון המציאות: "אני רוצה לבלוע עכשיו, אסור לי לבלוע, אני צריך לשמור לא לבלוע".

שלב 1: התלמיד לוקח קוביית שוקולד לפה ומתבקש להחזיק אותה בפה, להמיס אותה לאט לאט, על הלשון. הוא מתבקש לתרגם ולבטא את תחושותיו במילים, לומר מה הוא מרגיש. המורה בודקת וכותבת כמה זמן מצליח כל תלמיד להחזיק את השוקולד בפה מבלי לבלוע אותו.

ההוראה: **" כל אחד ייקח קוביית שוקולד ויכניס אותה לפיו ברגע שאגיד את המילה "התחל", אתם מתבקשים לא ללעוס את הקובייה, אלא להמיס אותה לאט, לאט ותוך כדי לומר לי מה אתם מרגישים".**

שלב 2: התלמיד נדרש להמיס את השוקולד לפי זמנים קבועים מראש ובו זמנית לזהות איזה סוג שוקולד נמצא בפיו לפי הטעם.

ההוראה: **" לפניכם שוקולד בטעמים שונים, עצמו עיניים וקחו אחד, תצטרכו להמיס את השוקולד לפי הזמן שאקציב לכם, חשוב לא לסיים אותו לפני שאומר שהזמן נגמר, ולחשוב איזה סוג שוקולד יש לכם בפה: חלב, מריר, לבן, אגוזים, סוכריות קופצות, פצפוצים וכו'.**

שלב 3: התלמיד מקבל קוביית שוקולד נוספת והוא מתבקש לצייר את גודל הקובייה אשר בפיו בגודלה הנוכחי (בזמן הבקשה). בשלב זה נדרש ממנו עיכוב תגובה ושליטה ויכולת העברה מהחויה התחושתית למיומנות ציור חיצונית.

ההוראה: **" הכניסו קוביית שוקולד לפה" ולאחר כמה רגעים "נסו לצייר כעת על הדף את גודל הקובייה שכרגע בתוך הפה שלכם".**

(מאת ד"ר עופר תמנע)