



# EMBODIMENT

*esettanulmány/case-control study*



készítette/by: Pékné Pintér Krisztina

2023/24.

## ELŐZMÉNYEK:

### *Previous Experiences:*

A pilisborosjenői Szent Márton Waldorf Iskola 2. osztályába tanácsadóként voltam, vagyok jelen. Az Embodiment-feladat kapcsán az osztálytanító örömeire már a második látogatáskor eldőlt, hogy azzal a kislánnyal foglalkozom majd, aki szeptemberben állami iskolából érkezett az osztályba. Mivel havonta egyszer látogatok oda, így az előzetes felmérést, tesztelést novemberben az osztályból rögtön 3 gyermekkel külön-külön végeztem el. Ezután kezdtük el szervezni a szülőkkel való megbeszélést. Ám két hét múlva az osztálytanítót is meglepte az a hír, hogy az általunk kiválasztott kislánnyal a szülei szakorvosi tanácsra, ám az osztálytanítóval való egyeztetés nélkül, rendszeres gyógyszeres kezelést kezdtek el. Így a már tesztelt fiúcskák közül választottam új "barátomat".

*I've been working and I work also as an advisor at Szent Márton Waldorf Iskola at Pilisborosjenő. In relation to the embodiment's task and the second grade teacher's pleasure, we decided that I'm going to deal with a boy, who arrived in the class from a public school this September. Because I visit once a month, my previous assessment was in November and I did this testing on three children. After this we started to organize the discussion with the parents. But two weeks later it turned out that the parents with the Chosen little boy started regular treatment with medicine by medical advice. It was surprising for the class tutor and for me as well, so I chose my new "friend" from the other checked boys.*

Marci 2015. április 27-én született. Édesanyja elmondása alapján Marcit könnyen el lehet téríteni a munkától. Az osztályban mindig kapható a bolondozásra, figyelmetlen és ha elfárad, szaladgálni kezd vagy pörög, forog.

Volt már egy mozgáskoordinációs vizsgálaton. Ezután azt ajánlották a családnak, hogy fiúkat focidzésre járassák...Azért is fogadta segítségemet az édesanya szívesen, mert nem szerették volna ezt a sportot választani.

*Marci was born on April 27, 2015. As told by his mother it is easy to distract him from the work. In the class he is always available for fooling around. He's inattentive, and if he gets tired starts running and spinning. He has already been in an examination of movement coordination, and after this they advised the parents to bring their son football training...His mother accepted my help because they wouldn't have chosen this sport.*

## I. ANAMNÉZIS:

### *Anamnesis*

Marcinak egy gimnazista és egy 4. osztályos nővére van. Mivel a kisebbik testvérével sok nehézsége volt a családnak (megkésett mozgás- és beszédfejlődés miatt), így az édesanya Marcit illetően nem mindenre emlékszik pontosan.

A terhesség terhességi cukorbetegséggel járt, komolyabb komplikációk nélkül. A szülés spontán és nagy erővel indult meg a 37. héten, de mivel az előző gyermekek is **császármetszéssel** jöttek a világra, Marci is így született meg.

A családban és Marcinál sem voltak a kisebb gyermekbetegségek (bárányhimlő) mellett komolyabb egészségügyi események. Az édesanya elmesélte, hogy a kötelező oltások közül sokat ki tudott "játszani".

Marci mozgásfejlődésében találtam érdekességeket. **A kúszást teljesen kihagyta, mászást pedig egészen sajátos módon végezte.** Z-ülésben "hasalva" két kézzel húzta magát a földön. Így nagyon keveset haladt előre, ezért később azt fejlesztette ki, hogy az egyik talpát a földre téve s így lépegetve tologatja magát.

Marci sokáig, majdnem 3 éves koráig szopott. 10 hónaposan állt fel és kb. 1,5-2 éves volt, amikor beszélni kezdett.

A családi biográfiájában egy 2018-as költözés és a szülők válása, ami még fontos.

*Marci has a high-school student and a fourth-grade sister. As the family had difficulties with his younger sister due to her late development of movement and speaking, his Mom does not remember everything exactly.*

*The pregnancy involved pregnant diabetes, without any major complications. The birth was spontaneous and forceful at 37. weeks, but as the previous children, Marci also was born with a caesarean section.*

*Apart from childhood illnesses (chickenpox) there were no major health problems in the family, or in Marci.*

*His Mom told me that she was able to "play out" many of the compulsory vaccinations.*

*I found interesting things in Marci's development of movement. He totally skipped crawling, and he did the climbing in a very particular way. In the Z-seat, he was "lying on his back", pulling himself on the ground with both hands. He made very little progress this way, so later he developed the habit of pushing himself with one foot on the ground.*

*Marci suckled for a long time until she was almost 3 years old. He stood up at 10 months and was about 1.5-2 years old when he was talking more continuously.*

*In his family biography, a move in 2018 and the divorce of his parents is still important.*



## II. REFLEX TESZTELÉS:

### Testing:

#### 1. Tyúklépés és egyensúly:

##### ***Put one foot in front of the other and balance:***

előre sétálva: Marci koncentrált a lábára, jobb kézfeje kifordul, kezeivel is egyensúlyoz kicsit kilengetve azokat. **+3**

hátra sétálva: bal kézzel kompenzál főleg, szinte elesne, de két karját oldalra nyújtva egyensúlyoz. **+3**

#### 2. Béka-séta: **+3**

##### ***Frog-walk***

Görcsösen fordulnak össze kezén az ujjak a kényszersértés miatt, egészen előre görnyedve igyekeznek járni.



### 3. Egy lábon állás:

#### ***Standing on one leg:***

Bal lábon áll ügyesen, az előre ugrálást azonban jobb lábbal kezdi előre. --

### 4. Szemizom-teszt:

#### ***Eye-muscle-test:***

Szépen, csak a tekintetével követi az ujjam: --

#### 5. **ATNR** (oroszlán sörényét meg kell igazítani): --

#### 6. **STNR** (oroszlán felnéz a zsiráfra, majd a lába között a háta mögött játszó kölykeire): +3

#### 7. **TLR** (golya megnézi a csillagokat és a hangyákat): +2

Marci keze kicsit lejjebb ereszkedik.

#### 8. **Galant-reflex:** +2

Kis kígyózó mozgással ficáncol.

#### **Mászás:** +3

#### ***Climbing:***

Gyorsan száguld végig a teremben merev könyökkel, szinte csak a térde hegyét teszi le a földre, azzal lépeget úgy, hogy a lábszára elemelkedik a talajtól.

#### **Labdázás:** -

#### ***Ball games:***

Ügyes, egy-két dobás után utánozza az én mozdulataimat s így korigálja magát.

#### **Nyelvnyújtogatás:** -

#### ***Tongue out:***

Fejmozgatás nélkül mozgatja a nyelvét, de csak a hegyét dugja ki a szájából.

### III. ÉRZÉKSZERVI TESZT összefoglalója:

#### **Tapintás/Én-érzék:** + +

Marci kisebb korában nagyon érzékeny volt a szúrós ruhákra, nem szerette, ha vágják a haját, a fésülködést, a haj -és fogmosást és a körömvágást sem. A koszos, vizes ruháit azonnal le kellett cserélni.

Bújós, elalváshoz simogatásra van szüksége.

A konfliktusokra általában meneküléssel reagál, ha számára túl hangos az osztály, elbújik. Bár nem határolja el magát az elevenebbektől, átveszi az impulzusait és beáll a "bandába". (Ez -a könnyen befolyásolhatóság- volt a kiindulási problémánk a terápia kezdeténél.)

**Ez az érzékszervi terület érintett, tekintettel a császármetszéssel való születésre.**

### **Életérzék/Gondolatérzék: +**

A kisfiú **nehezen alszik** el még most is. Édesanyjával és kisebbik nővérével egy szobában (nem egy ágyban!) alszanak. Ha Marci édesapjánál van, vagy otthon a nagymama altatja, több mesét is ki tud könyörögni, ettől felpörög és még nehezebben merül álomba. Így nem pihen eleget, bár átalussza az éjszakát.

Marci étkezése rendben van. Ingyenc. Szereti a kagylót, rákot és a szusit is.

Nagyon szeret játszani, otthon főleg autókkal és vonatokkal teszi ezt. Édesapját követve nagyon érdeklik a **tankok, vonatok**. Legszívesebben csak ezeket rajzolná. Társaihoz is kapcsolódik, főleg nézi, ahogy ők társasoznak.

Marci nem beszél sokat, tud csendben maradni. A **zajra** (pl. közös furulyázás az órán) **érzékeny**.

A szobája rendetlen, bár az iskolai holmijait (ruhái, felszerelése) precízen számon tartja.

Ebben az érzékpárban is érintett Marci, de kevésbé mint az előzőben. **Itt a családi ritmusvezetés tudatossága segíthetne.**

### **Egyensúly/ hallásérzék: +**

Marci szeret hintázní, félelem nélkül mászik magasra, de csak a természetben. A játszótéri mászókáktól azonban tart.

Az iskolában nem tud nyugodtan ülni, ficereg, vagy fintorog, **olykor feláll, pörög** egyet. Járás közben egyből zsebre teszi a kezét

Rajzai levegősek, **nincs talaj**. ( Magától csak az óvoda utolsó évében ült le rajzolni.) A "Ház-fa-ember" munkáját is felülről kezdte. Írásnyomatéka rendben van. Különbözőbb tanulási gondjai nincsenek, a 2.osztály tempóját, elvárásit tudja követni. Nyelvi zavarai nincsenek, de erősen riacsol.

**Az egyensúlyérzék nagyban érintett Marcinál, ez a reflex-teszteknél is erősen megmutatkozott.**

### **Summary of the 3rd RESEARCH TEST:**

#### **Touch/Sense of Self: + +**

*When Marci was younger, he was very sensitive to prickly clothes, she didn't like having his hair cut, combing his hair, brushing his hair and teeth, and cutting his nails. His dirty, wet clothes had to be changed immediately.*

*He needs cuddles to fall asleep.*

*He usually reacts to conflict by running away, hiding if the class is too noisy for him. Although he does not isolate himself from the more lively ones, he takes over their impulses and joins the "gang". (This -easiness to be influenced- was our initial problem at the beginning of therapy.)*

***This sensory area is affected, given the caesarean birth.***

**Sense of life/sense of mind: +**

*The little boy has difficulty falling asleep even now. He still has difficulty sleeping - even now - and is still sleeping with his mother and younger sister in the same room (not in the same bed!). When Marci is at his father's or at home being put to sleep by his grandmother, he can beg out several stories, which makes him wake up and fall asleep even more difficult. So he doesn't get enough rest, although he does sleep through the night.*

*Marci's eating is fine. He's a gourmet. He likes mussels, crab and sushi.*

*He loves to play, and at home he does this mainly with cars and trains. Following his father, he is very interested in tanks and trains. He would prefer to draw only these. He also likes to bond with his friends, especially watching them playing with each other.*

*Marci doesn't talk much, she can keep quiet. He is sensitive to noise (e.g. playing the flute together in class).*

*His room is untidy, although he keeps a careful account of his school belongings (clothes, equipment).*

*Marci is also affected in this pair of senses, but less than in the previous one. **Awareness of family rhythm management could help here.***

**Balance/ sense of hearing: +**

*Marci likes to swing, climbs high without fear, but only in nature. However, he is afraid of playground climbing.*

*At school he cannot sit still, fidgets or grimaces, sometimes stands up, spins around. When he walks he puts his hands in his pockets*

*His drawings are airy, there is no ground. (He only sat down to draw on his own in his last year of kindergarten.) He also started his "House-man" work from above. His handwriting is fine. He has no particular learning problems, he can follow the pace and expectations of the 2nd grade. No language problems, but he is a strong rhymester.*

***Marc's sense of balance is greatly affected, and this was also strongly shown in the reflex tests.***

**IV.VÁLASZTOTT GYAKORLATOK SORA:**

**A gyakorlatokat úgy válogattam össze, hogy fejlesszék az egyensúlyérzékét illetve segítsék a lent/fent (TLR) horizontális középvonal (erős kényszertartás a béka-járás alatt) átlépését.**

**Szempont volt az egyszerűség is, hogy ne legyen elsőre túl sok a feladat illetve az is, hogy olyan képeket találjak a mozgássorokhoz, amivel segítem azok egyre pontosabb elsajátítását.**

**Törekedtem a vidám hangulatra és a biztató, lelkesítő dicséretre.**

***The chosen exercises:***

***I chose the exercises to improve the sense of balance. In addition to support step across the down/up (TLR) horizontal central while doing the position of frog-walk with compulsive posture. My further factor was the simplicity, because I didn't want it to be difficult at the first occasion, and that I find pictures for each chosen movement to make it more understandable for him. And also it was intended to make a fun atmosphere, give an encouraging and inspiring praise.***

**1.foglalkozás: (2024. január 9.)**

***First occasion:***

Marcival az iskola fejlesztő termében zavartalanul tudunk "játszani". Először a tesztelésből már ismert egyensúly gyakorlatokat csináltuk meg (tyúklépéssel sétálás oda-vissza, talpélen járás).

*We could "play" the school's extra lesson's room undisturbed. We did at first the exercise of balance which was already known. ( Put one foot in front of the other, forward-backward, and walk at the edge of foot)*



Majd babzsákokat dobáltunk, labdáztunk, nevettünk. Egy tapsolós mozgássor után kértem meg Marcit, hogy rajzoljon nekem. Így készült el az első "Ház-fa-ember" munkája türelmes odaadással kb. 15 perc alatt.

*We played with bean bags, balls and laughed. After some clapping exercise I asked him to draw something for me. So his first piece of art was ready with patient work, named "House-tree-human", in about 15 minutes.*





### 1. rajz

A házat felülről kezdte, bátor lendületes vonalvezetéssel, akárcsak a fát. A fenyőnél gondosan és kitartóan rajzolt meg minden ágacskát, akárcsak a létra fokait. Azt mesélte, neki is emeleten van a szobája, mint annak az embernek, aki fent ül az asztalnál.

*He started to draw the house with dynamic, strong lines as did with the tree. He drew each branch carefully and slowly. He told me that his room is also upstairs as the man's who is sitting upstairs by the table.*

### **Kezdő Embodiment-gyakorlatsor: (Galant és TLR)**

#### ***Beginner Embodiment exercise:***

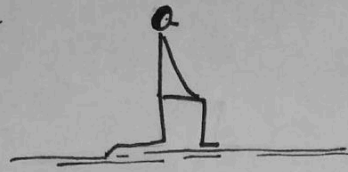
Ezután indultunk a "tengerpartra" (1), találkoztunk egy "Hableánnyal"(2), úsztunk a "Halakkal"(3) és láttunk egy háton fekvő "Teknősbékát", aki nagyon lassan forgatta a fejét(4) és ringatózott a vizen (5), majd a hasán fekvő is körülnézett (6), utána kimászott a partra napozni, hogy kinyújtózzon a meleg homokon. Olyan kényelmes volt a puha homok, hogy a mi öreg teknősünk, miután elzavarta a szemtelenkedő legyeket (7), el is szundikált ott. (8)

*After drawing we went to the "beach" (1), where we met a "Mermaid" (2), swam with "Fishes" (3), and saw a reclining "Turtle", who was looking around very slowly (4), and swaying on the*

*water (5), looked around on his belly (6), and came to the sand to take a sunbath. After a fly attacked him, he brushed it off and (7) and fell asleep. (8)*

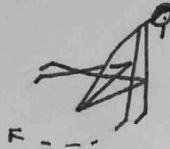
naponta 2 kör (egyszer jobb; egyszer bal oldallal kezdve)

1. Halcsány köszönti  
a tengert



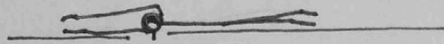
1. Mermaid greets  
the sea

2. "Halcsány"



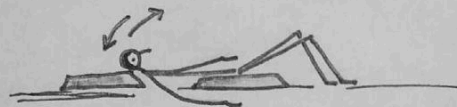
2. "Mermaid"

3. "Halacska"



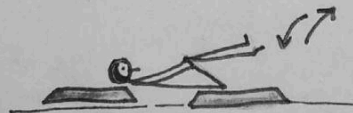
3. "Fish"

4. "Teknős"



4. Turtle looks  
around slowly

lassan szitnáz 3x levegőt vesz

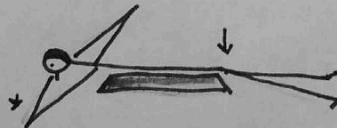


5. Turtle is  
swaying

5. ringatózik 3x  
majd levegőt vesz

napozik:

6. szitnáz 3x



takes a sunbath:

6. looks right, left

7. elhesegeti  
a legyeket 3x

7. a fly lands on  
his back and  
brushes it off  
with his elbow

8. megpihen  
(Szélmalom)



8. (Windmill)



## 2. foglalkozás: (2024. január 10.)

### **Second occasion:**

Ezen az alkalmon jobban koncentráltunk a gyakorlatsorra, de a kezdő labdázás, babzsákozás nem maradhat el. Ez előkészíti a kapcsolat teremtésünket főleg, ha a jövőben kevesebbet találkozunk.

Marci a labdázásnál kevésbé volt fókuszált, mint tegnap. A terem ablakaiban lévő virágokat nézegette és játék közben elmesélte, hogy a nagymamájánál is ilyen sok virág van.

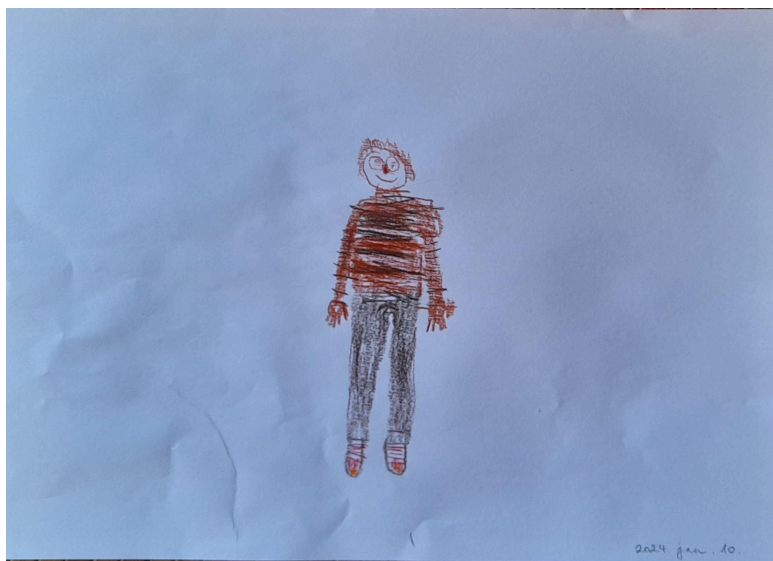
Egy 12-es ütemű tapsolás/ugrálás/számolás mozdulatsor után arra kértem, rajzolja le magát. (2. rajz)

Neki is ült miközben azt mondta: "Nem igazán látom magam kívülről."

(A rajzot az ember fejénél kezdte. "Azt tudom, hogy barna a szemem és a hajam." Majd -mivel barna csíkos felsőben volt- a ruhájával folytatta. "Nem ilyen vastag a nyakam, de most már mindegy". A kéz rajzoláshoz úgy számolta meg az ujjait, hogy alig észervehető módon a bal kezén sorra megmozgatta azokat. A nadrág és a lábak rajzolása közben sokszor tanulmányozta magát, a zoknija mintáját is. Nem akart mást maga köré rajzolni a papírra.)

*This time we could concentrate better on the exercises. After a small beginning ball game we used beanbags, but Marci was more disengaged than yesterday. During the ball game Marci was watching the flowers in the room's window and telling that at Grandmother's flat there are similar flowers. After a 12-pace clapping/jumping/counting movement set I asked him to draw himself. (picture 2.)*

*He started it from the top of his head, and said: "I don't really see myself from outside, but I know that my eyes and my hair are brown". After he drew his neck, said: "It's not that thick, but anyway." When he drew his hand, he counted his fingers in the left one, and moved them in a slow invisible way. While drawing the legs and pants he studied himself and the pattern of his socks. He didn't want to draw anyone around him.*



2. rajz/picture 2.

Ezután mentünk a “tengerpartra”. Az összeállított gyakorlatsort -összekötve többször az oldalra fordulásokkal- megcsináltuk jobb és bal oldalra is egyszer-egyszer.( A ”Szélmalmot” sajnos elfelejtettem!) Utána Marci magától még jó nagyokat nyújtózkodott.



*After the drawing, we went to the “beach” again. We did the compiled movement set once to left and right with the side-turns. (Unfortunately I forgot the “windmill” position...)*

### 3. foglalkozás (2024. január 11.)

#### *Third occasion:*

A foglalkozás első felében Marci édesanyját tanítottam meg a feladatsorra. Áadtam neki a gyakorlatok ábráit és végigtornáztuk azokat, megbeszélve a mozdulatok lényegét, támaszkodva az édesanya felismeréseire is.

Ezután hívtuk meg Marcit a "tengerpartra", úgy, hogy édesanyja végignézte a közös munkánkat. Marci büszkén és ügyesen mutatta meg, mi mindent tud. Meglepett, milyen jól emlékszik a gyakorlatokra, és mennyit segít azok pontos elvégzésében az, hogy nevet adtunk nekik. (Halacska, Teknős)

Nagyon igyekszik követni engem. Én olykor még tévóváztam, hogy szemből vagy mellette dolgozva mutassam-e a gyakorlatokat. Mivel erősen utánoz, így a szimultán munkát választottam. Így viszont nekem olykor fel kell ülnöm, hogy korrigáljam őt, illetve van, hogy csak a képeket mondom neki, illetve a kezemmel "vezényelem" a fejfördítések irányát.

A gyakorlatok közül a "Ringatózó teknős" (5. rajz az ábrákon) a legnehezebb számára. Szinte kivörösödve igyekszik a kilengésekből visszahozni magát.

A Galant-gyakorlatnál vagyis a "Legyeket hessegető teknős" (7. rajz az ábrákon) közben nehéz neki az izolálás, ezért a csipője megfelelő oldalára teszem "leszálló légyként" a kezem. Így szépen dolgozik, bár az egész kis háta belefeszül a karemelésbe.

A "Szélmalom"-pihenő rövidre sikerült most, mert nagyon izgatott lett már az édesanyja jelenléte miatt. Azért még spontán elvégezte a szokásos oldalranyújtózkodásokat, majd visszament az osztályba, ahol a kézimunka órához csatlakozott.

*I gave the exercise list to Marci's Mum and explained the main points of each position, then She could watch us while we were on the "beach". Marci showed his Mum what he knows so proudly, and he was particularly able. I was surprised how much he remembered the exercises and how the position's names help to do them accurately. (turtle, fish...)*

*I chose the simultaneous work, because he copied me in a very direct way and sometimes I didn't know what is best, to show it in front of him, or next to him. So, there was when I just said what he had to do, or I showed it with my hands and I didn't do it with him due to the clear understanding.*

*From the exercises, the hardest one is the "turtle swaying" (figure 5. on the list), this time his face is getting reddened and it's difficult to come back from the swaying.*

*By the Galant-exercise, which is the turtle with the insect (figure 7. on the list) it's difficult for him to isolate, therefore I put my hand on his hip as if the fly landed on. Like this, he does it well, but in his back, when move his arm, there is a small tension.*

*Because of his Mum's attendance, he was getting very excited, so the "Windmill"-break was short.*

#### **4. foglalkozás (2024. január 23.)**

##### **Fourth occasion:**

Marci nagy öleléssel fogadott. Az elmúlt héten beteg volt (náthás lett), így édesanyjával csak néhány napot gyakoroltak.

Először babzsákot dobáltunk. Kissé "leragadt" lábbal játszott, nem mozdult be spontán ellentétesen a felsőteste illetve a lába a lendítéseknel.

Ezután a "**Lábujjak mozgására való képességét**" néztem meg. Egy halom apró dobókockát szedegettünk össze először jobb majd bal lábbal. A jobb lábbal való munka közben eldőlt, bal könyökére támaszkodva, kissé "római" pózban fekvé dolgozott. A ballal való játék alatt az éppen nem dolgozó jobb lábán is szinkronban mozogtak az ujjai.

Még kicsit számoltunk a kockákkal, aztán végig csináltuk a gyakorlatsort jobb és bal oldalra is.

A *Hableány-pózban* felfelé nézett volna szívesebben, ezért elmeséltem neki, hogy a hableálynak a kezeit kell figyelnie, nehogy véletlenül egy éles kagylóba tenyereljen.

A "*Ringatózó teknős*" (5. gyakorlat) közben vagy szétnyitotta a lábait vagy keresztezni akarta azokat. Ezért óvatosan a térdére téve a kezem, tartottam a lábát. Még mindig nehéz neki ez a feladat, ma többször ki is dőlt. Ilyenkor egy kicsit kikacagjuk azt az öreg teknőst.

A fejemelésekbe ( "*Napozó teknős szétnéz*": 6. gyakorlat) Marci az egész válla, háta közepe is belefeszül. Biztatni kell, hogy olyannyira emelje meg a fejét, hogy az orra ne érintse meg a kezeit. Nagyon igyekszik!

A "Legyeket hesegető teknős" (7. gyakorlat) közben kicsit remegett a keze, a feje pedig az ellenkező irányba ki is mozdult.

A "Szélmalomba"(8.) teljesen ellazult, be is takartam. Végezetül megcsinálta magától a szokásos oldalra nyújtózkodásait.

A záróséta alatt folyton zsebre teszi a kezeit. Nem tudja összehangolni végtagjainak ellentétes mozgásának ritmusát.

Az óra után megjegyezte, hogy egy picit fáj a nyaka, de már "régebben", nem az órától...

*Marci greeted me with a hug. He was sick last week, therefore just did the exercises just a few times with his Mum. We were throwing beanbags. He played slightly inflexible, his upper body and legs didn't move out to the opposite side spontaneously.*

*Then, I watched his toes-moving ability. We picked a bunch of dice up from the ground at a sitting-pose. During the work with his right leg, he fell out of balance and relied on his left elbow. He works in a side-lying pose.*

*His right toes moved synchronously during the work with the left one.*

*We were counting a bit with dice, then we went through the exercises.*

*By the Mermaid-pose he would have preferred to look up, so I told him that Mermaids have to look at their hands to avoid clam-caused wounds.*

*During the "Swaying Turtle-pose" (figure 5. on the list) he wanted to spread his legs or cross them, therefore I put my hand on carefully to fix his leg. This exercise is still difficult for him, sometimes he falls, but at such times we just laugh at the old turtle.*

*When Marci does head lifting ("Sunbathing turtle look around" figure 6.) his entire shoulders including the middle of his back become tight. I have to encourage him to lift his head as high as his nose does not touch his hands. He's trying hard!*

*By the position of The Turtle with the fly (figure 7.) his hand slightly trembled, and his head moved out to the opposite direction.*

*He became completely relaxed by the position of "Windmill" (figure 8.) so I covered him up. Finally he did his usual stretching motions.*

*During our usual final walk, he always puts his hand in his pocket. He can't tune his limbs' opposing movement rhythms.*

*After the therapy he noted that there is a pain in his neck. But it's from before..not because of the therapy,*

## 5. foglalkozás (2024. január 24.)

### ***Fifth occasion:***

Marci, mikor ma együtt sétáltunk a hosszú folyosón, kitalált egy jó játékot. A fekete-fehér kockás padlón úgy kellett mennünk, hogy ballal mindig csak a fekete kockamintákra lépünk, jobb lábbal pedig a fehérékre...Egy ideig így masírozgattunk le-fel.

A teremben babzsákoztunk, majd megint összeszedtük a lábujjainkkal a dobókockákat, picit számoltunk is azokkal.

Végigcsináltuk a gyakorlatsort. A *“Ringatózó teknősnél”*(5. gyakorlat) Marci orrát és térdét egy láthatatlan varázsmadzaggal *“kötöttem”* össze, mert hajlamos volt annyira erőlködni, hogy elfelejtette a lábaival együtt fordítani a fejét.

Az órát a szokásos *“Szélmalommal”* zártuk, miközben líráztam neki. Ez jó gesztusnak bizonyult. Máskor is így fogom csinálni.

Az osztálytanítótól azt a visszajelzést kaptam, hogy a kisiút már most sokkal nyugodtabbnak látja. (Marci ritmikus masszázsa is jár, nyilván ez is összefügg viselkedésének már érzékelhető változásaival.)

*When we were walking on the aisle Marci invented a great game. On the black and white plaid-floor we had to walk with our left foot on the black plaid pattern at all times, with right foot on the white ones... We were walking like this for a while.*

*In the room, we played beanbags again, then we picked dice up from the ground with our toes and made a short counting with them.*

*We went through the exercise list. By the position of “Swaying Turtle” I tied Marci’s nose to his knees with an invisible magic-rope, because He tended to concentrate as hard as he forgot to rotate his head with legs.*

*We ended the therapy with the usual “Windmill” pose, while I played on Lyre. It seemed good, I think I will do it like this next time as well.*

*According to Marci’s class tutor’s feedback, now He is more calm. (He goes to rhythmic massage as well, so it’s also related to his behavior’s perceivable changes.)*

## 6. foglalkozás (2024. február 6.)

### Sixth occasion:

Marci az elmúlt időszakban beteg volt, köhögött és a folyt az orra, iskolában sem volt. Én pedig az elmúlt napokban külföldön dolgoztam. Édesanyja azt írta nekem, hogy -a nátha miatt- otthon sem tudtak gyakorolni. Meg is látszott, mert egy kis visszaesést tapasztaltam a kislánynál.

A gyakorlatsor elvégzése előtt babzsákoztunk, majd a dobókockák lábbal szedegetése következett. Marci most is a bal lábbal való munka alatt mozgatta együtt a jobb lábujjait.

Ezután sorra vettük a gyakorlatokat. Javítottam a "Hableány-pózt", mert Marci a törzsétől túl távol tartott kézzel próbált "lépegetni", s ezért félig eldőlve, az egyenesből kimozdulva tudta csak magát "vonszolni".

A háton fekvő végzett fejfördítések (Tecnós 4.) közben Marci lábai kissé elbillentek a fejfördítésekkel megegyező irányba, ezért megtartottam a térdeit.

A "Ringatózó tecnós 5." alatt többször kibillent balra. Nehezen végezte ezt a gyakorlatot, száját összehúzza, erőlködve koncentrált.

A hason fekvő gyakorlatoknál is keményen dolgozott, bár nehezen izolálta a nyakát és a vállait. A Galant-gyakorlatnál (Legyeket hessegető tecnós 7.) az éppen emelkedő karja felé picit elbillent a feje. Ezt óvatos ellentétással gátoltam.

A "Szélmalom-gyakorlatot" jól és szívesen csinálta Marci. Betakartam és egészen ellazult a líra muzsikára.

Búcsúzáskor a vállára terítettem egy piros pokrócot, egy "királyi palástot", mert kívánta a meleget. Így ebben a palástban vonult ki -társaihoz csatlakozva- ebédelni.

*In the last period Marci was ill. He had a cough and his nose was running therefore he wasn't at school. His mother wrote to me that they were not able to practice because of Marci's illness and Me either, as I worked abroad in the last few days. This was perceived, I experienced a short regression.*

*We played with bean bags before the exercise set, then played with the dice. Marci moved his right fingers during the work with the left one, this time as well.*

*Then we went through the exercises. I corrected the "mermaid pose", because Marci tried to "step" with her hands held too far away from her torso, therefore he could only "drag" himself by half leaning and moving out of the straight line.*

*On his back, during the head-lifting motions (Turtle) his legs moved the same way, therefore I kept his knees.*

*At the Swaying Turtle position he fell out to the left a few times. He completed this exercise difficulty, with a hard concentration.*

*He worked hard at the other belly-lying positions as well, though he isolated his neck and shoulders hardly. At the Galant-exercise (Turtle with the fly) his head moved to the direction of his rising arm. I prevented it carefully.*

*He did the windmill position well and with enthusiasm. I covered him up, and he was quite relaxed because of the Lyre.*

## **V. GYAKORLATI MUNKA ÖSSZEFOGLALÓJA:**

### **V. Summary of practical work:**

Nagyon megszerettem a Marcival való közös munkát. Az iskola adottságai lehetővé tették a nyugodt hangulat megteremtését. Nehézség talán a munkabeosztásomból fakadt, mert hetente csak 1-2 alkalommal találkoztunk, illetve volt/lesz olyan hét is, amikor egyáltalán nem látom Marcit. Ilyenkor csak bízni tudok abban, hogy otthon megcsinálják a gyakorlatokat.

Eddig az otthoni munka sem megy/ment könnyen, mert Marci januárba és februárban is sokat betegeskedett illetve iskolai szünetek is megszakították a találkozásainkat.

**Marci elsősorban a TLR-integrációban, az egyensúly-és tapintásérzékében érintett. Gondja van a kéz és láb ritmikus mozgásának összehangolásával (nem mászott), a gravitációval (rajzait felülről kezdi), lábai "begyökerezésével" is. Mindezek -és a családi szokások meleg és megengedő határtalansága is- az Én-burkát vékonyítják, ami kihat az iskolában tapasztalt viselkedésére.**

**A foglalkozásokon fontosnak tartottam, hogy legyen egy állandó sorrend. Először "labdázunk", ami a kéz/láb összehangolását segíti meg a kettőnkét is. A tárgyak lábbal való szedegetése a láb külön mozgatásának gyakorlása végett valamint a tapintás-élmény miatt került a játékaink közé. Az Embodiment-gyakorlatok közül pedig azokat választottam, amik a lent/fent izolációt segítik valamint különösen hatnak az egyensúlyérzékre.**

**Azt gondolom, ennek a terápiás folyamatnak - a ritmikus masszázssal kiegészítve- lesz ereje.**

Marcival rendszeresen 2024. őszéig tervezzük a találkozóinkat. Ezekről havonta beszámolok.



*I really loved working with Marci. We could work in a calm atmosphere in the school. My difficulty was with the arrangement of our meet, because we met only twice a week, but there were weeks when we could not meet. There will be when we won't be able to work together, I can only trust that they will do the exercises at home. Until now the work at home was not that easy due to Marci's sick leaves...*

*Marci is mainly involved in TLR integration, balance and tactile sensation. He also has problems with the coordination of rhythmic movements of his hands and feet (no crawling), with gravity (he starts his drawings from above), and with the "rooting" of his feet. All these - and the warm and permissive boundaries of family customs - thin the ego-box, which affects his behaviour at school.*

*In the sessions, I found it important to have a consistent order. First we "play ball", which helps with hand/foot coordination and also with the two of us. Picking up objects with our feet was added to our games to practice moving the feet separately as well as for the tactile experience. And of the Embodiment exercises, I chose those that help with the down/up isolation and have a particular effect on the sense of balance.*

*I think that this therapeutic process, complemented by rhythmic massage, will be powerful.*

*However, the process does not end. We will continue the work until autumn 2024, and I will make a report of all occasions.*

## **7. alkalom (2024. február 20.)**

### **7th occasion:**

Ma könnyű volt a nap. A folyosón huszár lépegetéssel kezdtünk. Ez egy lelassított menetelés játék, ahol Marcinak figyelnie kell arra, hogy a bal lábával való lépésnél a jobb keze mozduljon előre.

Marci a foglalkozáson szépen követte a kéréseimet, javult a "Hableány" mozdulatsor, rendesen lépett a kezével a test közelében és helyesen hosszú volt a nyaka. A "Ringatózó teknősnél" még erőlködött, ki is billent az egyensúlyából. Mikor a térdét fogtam, éreztem, ahogy a combizmai, térdjei is belefeszülnek a munkába. A "legyeket hessegető" gyakorlatnál sokat számít, hogy picit megfogom a fejét, de a bal oldali karemelésnél így is elmozdul a nyaka.

Marci már az óra elején is jelezte, hogy várja a "citerázást", így a foglalkozás végén a "Szélmalomnál" megint líráztam.

*Today was a light day. We started with knight steps in the corridor. It's a slow-motion marching game where Marci has to make sure that when he steps with his left foot, his right hand moves forward.*

*Marci followed my requests nicely in the session, improving her "Mermaid" movement, stepping correctly with her hands close to her body and her neck was correctly long. He even struggled with the "Swinging Turtle", tipping off balance. When I held his knees, I could feel his thigh muscles and knees getting involved in the work. In the "fly swatting" exercise, it makes a difference that I hold his head a little, but in the left arm lift, his neck still moves.*

*Marci had already indicated at the beginning of the lesson that she was looking forward to the "citerazing", so at the end of the session I was lying again at the "Windmill".*

## **8. alkalom (2024. február 21.)**

### **8th occasion:**

Újra találkoztunk, két egymást követő nap. Ilyen nem sokszor fordult elő.

A mai óra elején újra a fekete, fehér padlókokcákon járkáltunk, mint a katonák. Ha lassan lépegettünk, akkor Marcinak szépen és ellentétesen mozdult keze-lába, de ha begyorsult, akkor elvesztette végtagjainak összehangoló ritmusát. Így lassítottunk a járásunkon és közben jól szórakoztunk, nevettünk.

A teremben babzsákoztunk, majd a kockapakolás lábbal következett és egy kis számolás az összehordott dobókockákkal. Ezután végigmozogtunk a gyakorlatsort. A "Hableány" és a "Halacska" pózok jól mentek. A háton fekvő fejforgatások is gyönyörűen sikerültek, hosszú nyakkal és szép lassan. Feltűnő volt ez a változás, és öröm is!

A hasonfekvős gyakorlatok azonban nehezebben mennek, akárcsak a ringatózás. A Galant-gyakorlatnál Marcinak a bal kezét sokkal nehezebb emelnie, mint a jobbát. Ezek ellenére mégis úgy gondoltam, hogy legközelebb új gyakorlattal bővítjük a repertoárt. A hasonfekvős orr-nyolcast illeszttem be a fejemelés és a Galant-gyakorlat közé.

A találkozásunk végén most is "citeráztam" a Szélmalom-póz alatti pihenőben.

*We met again, two days in a row. That didn't happen very often.*

*At the beginning of class today, we were once again pacing the black and white floor cubes like soldiers. If we walked slowly, Marc's hands and feet moved in a nice, counter-rotating way, but if he sped up, he lost the coordinating rhythm of his limbs. So we slowed our gait and had fun laughing while we did it.*

*In the hall, we bean bagged, followed by dice stacking with our feet and a little counting with the stacked dice. After that we moved through the exercise sequence. The "Mermaid" and "Fishy" poses went well. The supine head rolls also went beautifully, long neck and nice and slow. It was a striking change, and a pleasure!*

*However, lying down exercises are more difficult, as is rocking. In the Galant exercise, it is much harder for Marci to lift his left hand than his right. Nevertheless, I thought we should add a new exercise to the repertoire next time. I'm going to insert a nose-down bend between the head lift and the Galant exercise.*

*At the end of our meeting, I also "citherazed" in the rest during the Windmill pose.*

## **9. alkalom (2024. február 28.)**

### **9th occasion:**

Marci ma kevésbé örült annak, hogy kihívom az osztályból. Később a labdázás (babzsákozás) alatt el is mesélte, miért. Játékunk alatt nagyokat fújtatott, tele volt energiával és huncutsággal. Kitalálta, hogy hátrafordulva is dobáljunk. Remek ötletnek tartottam, de ügyeltem arra, ne essünk túlzásba és visszataláljunk az eredeti célunkhoz: jobb kézzel dobva a bal lábunk legyen elől.

Így Marci elmesélte, milyen jól rosszalkodtak az osztályban az előző ének órán. "Már olyan régen nem csináltuk, ki kellett engedni!" Megkérdeztem tőle, mi kell ahhoz, hogy ne engedje ki a huncutságot. Azt felelte: "Hát önbizalom!" :)

Ezután megint a dobókockákat pakoltuk lábbal. Észrevettem, hogy a jobb lábbal való szedegetés közben a jobb kezén is markol az ujjával.

Majd a gyakorlatsoron mentünk végig. Most beépítettem az "orral apró fekvő nyolcasok levegőbe való rajzolását" is. A hasonfekvő orral rajzolásnál megállapította Marci, hogy nagyon nehéz lassan csinálni. Igen, hisz amúgy is "felgyorsulva", feldobott hangulatban volt a kisfiú.

Azért a végére sikerült lelassulni egy kicsit, ügyesen egyedül feküdt bele a "Szélmalom" pózba és nagyokat pislogva hallgatta a líramuzsikát.

*Marci was less than happy today that I called him out of class. Later, during the ball (bean bag) time, he told me why. During our game, he was bubbling with energy and mischievousness. He figured out that we could throw backwards. I thought it was a great idea, but I was careful not to overdo it and to get back to our original goal: throwing with the right hand, with the left foot in front.*

*So Marci told me about the good banter they had in class the previous singing lesson. "We haven't done it in so long, we had to let it out!" I asked him what it would take to keep the naughtiness from coming out. She said, "Well, confidence!"*

*After that, we were back to stacking dice with our feet. I noticed that while picking with his right foot, he was also gripping his right hand with his fingers.*

*Then we went through the practice line. I now incorporated "drawing tiny lying eights in the air with the nose". When drawing with the nose lying down, Marci found it very difficult to do slowly. Yes, because the little boy was in an "upbeat", excited mood anyway.*

*We did manage to slow down a bit at the end, though, and he was cleverly lying alone in the "Windmill" pose and listening to the lyrical music, blinking widely.*

## **10. alkalom (2024. március 1.)**

### **10th occasion:**

Ma nagyon szépen mentek Marcival való közös dolgaink. Ügyesebbnek találtam, mint eddig valaha is annak ellenére, hogy az előző találkozásunk visszaesés volt.

Már szinte tökéletes a "Hableány"-póz, nem vonszolja, hanem teszi a csavarás után a lábait. Megtartja a "Halacska-pózban" az egyensúlyát, és egyre pontosabbak a fejemelések és forgatások. Ma a háton fekvő ringatózás is jól ment. Csak kicsit ringatózott, s így nem kellett erőlködni azért, hogy ne dőljön el.

Új tapasztalatom az "Orr-nyolcasoknál" volt. Háton fekvő rajzoláskor úgy koncentrált, hogy a szájával csücsörített közben.

A találkozásunk elején most is labdáztunk, kockáztunk, a végén pedig líráztam. Egy nagy ölelést kaptam búcsúzóul.

*Things with Marci went very well today. I found him to be more skilful than ever before despite the fact that our previous encounter was a setback.*

*He's almost perfected the "mermaid" pose, not dragging himself.*

*He maintains her balance in the "Fishwife pose" and is getting more precise with his head lifts and twists. Today, rocking on his back went well. He was just rocking a little, so I didn't have to make an effort to keep him from tipping over.*

*I had a new experience with the "Nose to Nose". When drawing on her back, she concentrated by smacking her lips.*

*At the beginning of our meeting we were playing ball, rolling dice and at the end I was browsing. I got a big hug goodbye.*

### **Beszélgetés a ritmikus masszörrel:**

A terápiát végző kedves ismerősöm elmondta, hogy Marcit 4 alkalommal masszírozta. Most szüneteltetik, mert Kata (a masször) úgy érezte, ennyi elég a kisfiúnak. Amit egyelőre ő szeretett volna, az megtörtént.

A masször munkája során azt "olvasta" ki, hogy Marci nem tudja a korosztályának megfelelően kifejezni, kiengedni a benne lévő erőket, képességeket, mert azok nem találják a megfelelő utat. Beszorulnak, mert jön az erő és "nincs felül elég egyensúly", valószínű ez a "szorítás" árad ki, szabadul fel idétlenkedéskor. Marcit Kata is kedves, szépen kapcsolódó, őszinte gyermeknek látta. "Az akaratit erőket kell formában segíteni, bár ezt lehet, hogy az édesanyjánál is segíteni kéne."- volt a ritmikus masször zárógondolata.

### **Talking to the rhythmic masseur:**

*My dear friend who did the therapy told me that she massaged Marci 4 times. Now they are taking a break because Kata (the masseuse) felt that was enough for the little boy. What she would have liked for the time being has happened.*

*During her work, the masseur "read" that Marci could not express and release the forces and abilities within him, as he was his age, because they could not find the right way. They get clamped because the force comes and "not enough balance" is on top, probably this "clamping" is released when he is nervous. Kata also saw Marci as a kind, nicely connected, honest child. "Willpower needs to be helped into shape, although maybe it should also be helped with the mother" was the rhythmic masseur's concluding thought.*

## 11. alkalom (2024. március 7.)

### 11th occasion:

Ma kivételesen reggel a főoktatás második felében találkoztunk Marcival. Nagyokat ásított, álmos volt még ekkor, de a folyosón való masírozás felébresztette. A huszár menetelést szépen csinálja, ha elég lassan lépked. Ha felgyorsítja a lépteit, akkor Marci elveszti a kéz-láb ellentétes mozgásának ritmusát.

A foglalkozást most is babzsákozással kezdtük. Marci vidám és beszédes lett, főleg a kisebbik nővéréről mesélt meg arról, hogyan fociztak régebben az apukájával.

A dobókockákat gyorsan és ügyesen pakolta a lábujjaival és az ezt megelőző lábujj-torna alatt is csak picit mozgatta be kezén a hüvelykujját. Ezt én nagy lépésnek érzem!

A gyakorlatsort mindkét oldalon végigcsináltuk. A Galant-gyakorlatnál továbbra is fognom kell a fejét, különben bebillen az emelendő kar irányába és ekkor felemeli a vállát is.

Most Marci a nehezebb "Szélmalom"-pózban pihent, amibe magától talált bele, hiszen én ezt nem mutattam még meg neki. Lírázás közben becsukta a szemét.

A pihenő után kértem meg Marcit, hogy rajzoljon nekem. Valahogy kézzelfoghatóan szerettem volna ellenőrizni azt, van-e valamilyen változás

Lehet, hogy másnak jelentéktelen apróság, de ettől a "Ház-fa-ember" rajztól leesett az állam!!!

Marci elsőnek fűvet!!! (talajt) rajzolt, hosszasan türelmesen, a szálakat alulról felfelé növesztgetve. A fával is így tett, gyökértől indult felfelé, jó vastag, stabil törzset színezve. A házat is lentől kezdte "felépíteni", berendezni (vízóra, locsolórendszer, fotel is került). Sőt több színt is használt, mint az első rajznál és napot is tett a papírra...

Ezek szerint valami elindult benne! Kezd kapcsolódni a gravitációhoz, érzi a "lent"-et, ami az egyensúlyérzék fejlődését jelzi számomra. Ez nagy öröm!

*This morning, exceptionally, we met Marci in the second half of the main lesson. He was yawning a lot, still sleepy at the time, but the march down the corridor woke him up. He does the knight march nicely if he moves slowly enough. If he speeds up his steps, Marci loses the rhythm of the hand-feet opposing movement.*

*We started the session again with bean bagging. Marci became cheerful and talkative, especially telling us about her younger sister and how she used to play football with her dad.*

*She was quick and skilful at packing the dice with her toes and during the toe-work before, she moved her thumbs just a little on her hands. That feels like a big step to me!*

*We went through the exercise sequence on both sides. For the Galant exercise, I still have to hold his head, otherwise he will lean in the direction of the arm to be lifted and then lift his shoulder.*

Now Marci was resting in the more difficult "Windmill" pose, which he found on his own, as I hadn't shown him that yet. He closed her eyes while he was browsing.

After the rest, I asked Marci to draw for me. I wanted to check in some tangible way whether there had been any changes

It may be a trivial detail to others, but this "House-man" drawing made my jaw drop!!!

Marci was the first to draw grass!!! (soil), patiently for a long time, growing the threads from the bottom up. He did the same with the tree, starting from the root up, coloring a good thick, sturdy trunk. He also started to "build" and furnish the house from below (water meter, sprinkler system, armchair). He even used more colours than in the first drawing and put a sun on the paper...

So something has started in him! He is starting to connect to gravity, he can feel the "down", which to me is a sign of a developing sense of balance. This is a great joy!

