

LÍVJÁK EMÍLIA<sup>1,2</sup>, SZABÓ BÉLA<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Eszterházy Károly Egyetem, Comenius Kar, Sárospatak

<sup>1</sup>University of Eszterházy Károly, Faculty of Comenius, Sárospatak

<sup>2</sup>Eszterházy Károly Egyetem, Sporttudományi Intézet, Eger

<sup>2</sup>University of Eszterházy Károly, Institute of Sport Science, Eger

A MOZGÁSFEJLESZTÉS TÖRTÉNETE  
MAGYARORSZÁGON

A HISTORY OF DEVELOPMENT MOVEMENT  
IN HUNGARY

## Összefoglaló

Magyarországon a mozgásfejlesztő módszerek széles skáláját ismerjük: az intézményesített programoktól és az egyéni vizsgálódásokból kifejlesztett módszerekig. Írásom a neveléstudomány szempontjából értékelhető, napjainkban is mértékadó főbb irányzatok történeti nézőpontú áttekintésére vállalkozik viszonylag szűk időintervallumban. A téma feldolgozásakor vizsgálódásaim középpontjában a XX. század második felében zajlott főbb jelenségek, módszerek, kutatók és kutatások állnak.

**Kulcsszavak:** mozgásfejlesztés

## Abstract

In Hungary, the appearance of movement development methods can be found on a wide scale. The institutionalized programs and individual Investigations developed methods. Writing on the science of education in terms of valuable, nowadays standard main trends point of view historical overview undertake a relatively small period of time. The topic when processing the focus of the twentieth. The main events took place in the second half of the century, researchers and research methods are available.

**Keywords:** movement development

## Filozófiai vonatkozások

A pszichoanalízis kialakulása kultúrtörténeti áttörésnek tekinthető test és lélek viszonyának értelmezésében. A 19. század végén, a 20. század elején a tudományok többségében általánosan uralkodó kartézianus dualizmus a tudattal élesen szembeállította, s tárgyként, instrumentumként kezelte a testet. Nietzsche, majd Freud voltak azok a géniuszok, akik kiemelték a testet „a lélek bőrtönéből” (Foucault 1990, 43. o.), s felfedezték a testiségben feszülő hatalmas ösztönenergiát. Freud számára a test már nem külső tárgy, amely külsőségesen kapcsolódik a lélekhez, hanem a psziché benső energiaforrása. Annak ellenére, hogy Freud hangsúlyozta a psziché testi gyökereit, a test szimbolikus reprezentációként jelent meg nála. Egyes értelmezések szerint, a pszichoanalízis történetére bizonyos értelemben a testtől való eltávolodás, elemelkedés volt jellemző egészen addig, amíg az újabb szelfpszichológia s affektuselméletek meg nem fordították e tendenciát. Bloom felfigyelt a pszichoanalízisben megjelenő testszimbolika „felfelé vándorlására”: Freud figyelme főleg a genitáliákra koncentrált. Mivel innen már nem lehet följebb emelkedni, érdemes visszafordítani a figyelmet a megélt test felé, hiszen mindezen testi fókuszok egy erősen szimbolikus, kódolt testiségre utalnak, s nem annyira a közvetlenül átélhető, aktuális testre. Mi történik akkor, ha nemcsak a szimbólumok és tudattalan fantáziák útján közelítünk a testélményhez, hanem meghagyjuk azt egy időre a maga primer létmódjában – az észlelés és mozgás s az ezekhez kötődő affektusok élményvilágában?

A fenomenológia kifejezés jelentéstan, tünettant jelent. Minden dolgot félretéve Husserl szerint az „én-tapasztalatom”, a szubjektív tapasztalat a jelenségek értelmezésének alapja, és kiindulópontja a magyarázatainknak.

A fenomenológiában egyre nagyobb hangsúlya van a szubjektív, saját tapasztalatnak, de megjelenik ezzel párhuzamosan a tárgytapasztalat. E szerint az elmélet szerint a test a legszubjektívebb és legobjektívebb is tud lenni egyszerre. A test és ennek megtapasztalása az első tárgy az ember életében. A test a legeredendőbb alany–tárgy-viszony. Már a legelső tapasztalatokat szubjektíven és objektíven egyaránt megéljük. A test a legidegenebb és a legszubjektívebb is tud lenni egyszerre. A csecsemő életében ez a kettős tapasztalás köti őt össze a külvilággal, és ehhez képest képződik minden interszubjektív tapasztalás, elsőként az anyai, majd az egyre táguló környezetben.

A test átélt érzetek hordozója, minden érzés hordozója a test – a valóságról. Mozgás által tapasztaljuk meg a test valóságát. A testem mozgása az a világ, ahol már voltam, és ahová mehetek. A test mozgásának normaképző funk-

ciója van, szubjektív minták, mennyiségi és minőségi mértékek kialakulását eredményezi.

A testtapasztalat útján épül föl a valóság konstruáló ereje. Nagyon fontos a test tudatos mozgatása, fontosak az érzések, a testtapasztalatok, a visszajelzések. Azt hiszem a fenomenológiai gondolkodók elméletei, az idegtudomány és a pszichológia kutatásai összekapcsolhatóak, ahogyan Horváth Lajos említi, egy „hibrid diskurzussal” állunk szemben. Horváth Lajos a dinamikus rendszerszemlélet mellett a neurofenomenológia, leginkább az epokhé és a testi tapasztalat (propriocepció, kinesztézisek) szerepét emeli ki a husserli filozófiából. A fenomenális mező és az intencionális cselekvés pedig nem redukálható egyszerűen konkrét agyi területekre, hanem a testreguláció, a szenzomotoros kapcsolat és az interszubjektív interakció összefonódó közegében artikulálódnak ezek a sajátosságok. Ennek a mondatnak a megértéséhez fontos pontosítanunk fogalmakat. A fenomenális mező Rogers értelmezésében az ember folyamatosan változó, egyéni élményvilága. Ezt az élménymezőt nemcsak, hogy megtapasztalja, hanem saját szempontjából értékeli is, pozitív, negatív lenyomatként minősíti. Ezen tapasztalatok nem minden esetben tudatosak. Horváth Lajos neurofenomenológiai értelmezése szerint az intencionális, szándékos cselekvés nem egy konkrét agyi terület irányításával működik, hanem a mozgó és érzékelő szervek összehangolásával a testszabályozás, az idegrendszer különböző, egy kölcsönösen tudatos kölcsönhatás által összpontosul a szándékos cselekvés végrehajtására. Az egyéni élmények, a test koordinálása, a szenzomotoros lenyomatok csak valamilyen személy, tárgy vagy helyzet viszonylatában értelmezhetőek. Ennek a dinamikus, pillanatnyi állapotnak az értelmezése teszi újszerűvé a test értelmezését.

Az első mozdulatokban, elmozdulásokban, levegővételben, reakcióban megjelenik a felfedezés játéka. A látható és a láthatatlan. Az emberek világában és egymásban való benne foglaltsága még ha nem is képes másképp kialakulni, csupán az észleleteken és tetteken keresztül, mégis merőleges irányt képez az aktualitások tér-időbeli sokaságához képest. *Maurice Merleau-Ponty* (2007) szerint az észleleteken keresztül reagál a gyermek először – ösztönösen –, reflexek segítségével, majd elindul ezen reflexválaszok tapasztalatain keresztül a mozgásfejlődés rögzös útján.

## Idegrendszer, tanulás, mozgás

C. H. Delacato munkatársaival (G. Doman, G. Fay) 1959-ben kiadta *Az olvasási problémák megelőzése és kezelése*, majd 1963-ban *A beszéd- és olvasásproblémák diagnózisa és gyógyítása* című könyvét. Delacato állításai szerint az anyanyelvi kommunikáció gyermekkori problémái 6 olyan tünetegyüttesre oszthatók, melyek súlyosságában és fejlődésükben szigorúan egymásra épülnek: az afázia, a késleltetett beszéd, a dadogás, a gyenge olvasás, a rossz írás, a normális olvasás, amely elmarad a gyerek matematikai készségeitől. Állítása szerint csak akkor kezelhetünk eredményesen egy problémát, ha az alatta levő szintet már rendbe hoztuk, mert olyan szoros az egymásra épültségük. Az emberi idegrendszeri egyedfejlődés megismétli a törzsfjlődés fontosabb állomásait. A törzsfjlődés során bekövetkező nagyobb lépcsőfokok alapvető mozgásmintái megismétlődnek a gyermek idegrendszerének egyedfejlődésében: a halmozgás, a magzati és születés utáni mozgások, a kúszás a hullók mozgásának felel meg, a mászás a gerincesek mozgásának, a járás emberi jellemző. Ha a gyermek problémátlanul végighalad ezen a törzsfjlődési soron, akkor várható, hogy problémátlan lesz az emberi egyedfejlődésben való végighaladása. Ezt rekapitulációs elméletnek hívják. Katona szerint a rekapitulációs elmélet elavult, értelmében arra kellene gondolnunk, hogy a humánspecifikus ülés, állás, járás mechanizmusának idegrendszeri elemei csak ráépültek a többire, és az emberi egyedfejlődés több millió éve alatt nem szervezték át az idegrendszer egészét, ez pedig aligha lehetséges.

Az **Ayres-terápia** kifejlesztője Anna Jean Ayres (1920–1988) amerikai ergoterapeuta, aki a gyermeki fejlődést figyelembe véve fejlesztette ki metódusát, a szenzoros integrációs terápiát. Az Ayres-terápiát két alapelv határozza meg, az egyik az a neurológiai folyamat, mely feldolgozza és rendezi a környezetből jövő ingereket (intermodalitás), hogy a testünket megfelelően tudjuk használni (önérzékelés vagy propiocepció). A másik, mely szerint a viselkedés és a neuropszichológiai folyamatok között összefüggés van. Ayres szerint ott van szükség a szenzoros integrációs terápiára, ahol ez az információfeldolgozás sérült.

Magyarországon 1975-ben bízta meg az Egészségügyi Minisztérium Katona Ferencet egy fejlődésneurológiai osztály létrehozásával a Svábhegyi Gyermekgyógyintézetben, aki akkorra már egy saját diagnosztikai és terápiás rendszert dolgozott ki a méhen belül kialakult idegrendszeri rendellenességek születés utáni, nagyon korai gyógyítására. A „Katona-módszer” kidolgozása során íródott publikációk, neurológiai kutatások, eredmények a mai

napig alapirodalomnak számítanak a mozgásfejlesztés idegrendszeri kapcsolódásainak felismerésében, és alapul szolgáltak mozgásfejlesztő módszerek kifejlesztéséhez. A doktor úr szerint a humán központi idegrendszer változása során az érzékszervi és a mozgásbeli fejlődés elválaszthatatlan egymástól. Az izomzat tónusa lényegében beidegzéséből fakad, amelyben a receptorok visszajelző működése befolyásolja a mozgató idegrostok működését. A mozgásszabályozás különböző rendszerei már a magzati fejlődés első hónapjában is együttműködnek. A vestibuláris és vizuális rendszer együttműködése már születéstől fogva befolyásolja és irányítja a mozgás fejlődését. Az antigravitációs testtartási formák kialakulása, a végleges mozgásminták kibontakozása nem lehetséges a különböző receptorrendszerek összjátéka nélkül. (Katona Ferenc, 2001) A központi idegrendszer saját fejlődése közben használja szervezet belső rendszereiből és a külvilágból szerzett tapasztalatokat érési folyamataihoz.

Ma már nem egy koncepció alakult ki, amely kapcsolatot feltételez a csecsemő perceptív működésének, figyelmének, fogalomalkotásának, értelmi világának fejlődésében. Ezek szoros összefüggésben vannak a későbbi kognitív funkciók fejlődésével. A csecsemő receptorrendszerei nemcsak passzívan gyűjtik a külvilágból érkező ingereket, hanem agyi szabályozásuk aktívan a környezet felé fordítja az intero-, exteroceptorait. (Katona Ferenc, 2001)

Marton Dévényi Anna **Alapozó Terápia** nevű módszere az elemi mozgásmintákra és a mozgáskoordináció fejlesztésére támaszkodó komplex, több agyi területre kiterjedő idegrendszer-fejlesztés eszköze. Története az anyanyelvi, megkésett és zavart, elakadt beszédfejlődésű, diszfáziás, diszlexiás, helyesírásgyenge és alaki diszgráfias problémákkal küszködő gyermekeken való segíteni akarásból indult ki 1992-ben. Lassú haladást tapasztaltak a **beszéd és az olvasás területén**, a javulás gyakran nem tapadt meg. Gyengének találták az automatizációt: a gyerek már képes volt továbbjutni az eredeti szintnél, de az új készség nem jutott el a **begyakorlottság** szintjéig. A **fejlesztési tapasztalat** azt mutatja, hogy új készséget akkor lehet biztonsággal tanítani, ha az előző már az automatizáció útjára lépett. A fentieknek anatómiai-idegéletani alapja lehet, hogy minden új tanulásához az agykéreg több mozaikját és hosszú összeköttetéseinek útját veszi igénybe a tanulnivaló. Automatizálódásnál a tudás a basalis ganglionokba és azok összeköttetéseibe kerül, és az agykéreg részben felszabadulva felkészülhet az új feladatra.

Eredetileg a Philadelphiai Rehabilitációs Központ 1950–1960-ban alapított fejlődéstani szemléletű iskolája szerint indultak (G. Doman, T. Fay, C. H. Delacato), mely elméletileg a mozgás legkiemelkedőbb fejlődéstani lép-

csőiből indul ki – kúszás, mászás, paralaterális járás, keresztezett járás, korai dominancia választás –, és ezen sor koronájának tekinti a ráépülő beszédet. A szakirodalom szerint az anyanyelvi problémás gyerekek 70%-ánál vannak elmaradások vagy/és problémák, esetleg zsákutcák a mozgásfejlődés egyes területein, és ezeket rendbe hozva a nyelvi fejlesztés, ill. fejlődés is könnyebbé válik.

Porkolábné dr. Balogh Katalin (1935–2005) tanár, pszichológus, egyetemi docens, az egeri főiskola magántanára, a Fejlesztő Pedagógusok Egyesületének alapító elnöke, a **Tanulási zavarok megelőzése preventív óvodai fejlesztő-program** kidolgozója. Az intézményesített mozgásfejlesztésben ez a módszer került be először és a legnagyobb, de nem elég nagy hangsúllyal. Négyéves fejlesztő kísérlet eredményeként 1992-ben megjelent óvónői kézikönyv a *Kudarc nélkül az iskolában*. Két új óvodai alternatív program kidolgozásában vett részt, sok magyar óvoda ezen elvek alapján dolgozik (Komplex prevenció óvodai program, Játék – Mozgás – Kommunikáció óvodai program). 1996-ban *Komplex prevenció óvodai program* címmel kézikönyv készült óvónők számára, mely a teljes óvodai nevelési területre tartalmaz fejlesztést.

A motoros készségek fejlődési szintje lényeges szerepet játszik a percepció fejlődésében, a percepció előfeltétele a fogalmi gondolkodásnak, ebből következően a tanulási zavarok kompenzálása érdekében első lépésként a motoros és a percepció készségeket kell fejleszteni. Az úgynevezett alacsonyabb szintek erősítésével vagy szükség szerinti újratanulásával pozitívan befolyásolhatjuk a magasabb rendű, bonyolultabb funkciókat. (Porkolábné Balogh Katalin 1988)

**Fodorné Földi Rita**, a Károli Gáspár Református Egyetem tanszékvezetője a hiperaktivitás és magatartási zavarok, tanulási zavarok neuropszichológiája, etiológiája, prevenciója, a mozgásfejlődés zavarainak szerepe a perceptuális funkciók szerveződésében, illetve a kognitív képességek alakulásában témákat járta körül kutatásaiban a 1990-es években. Az iskolai teljesítményproblémák és a háttérben meghúzódó folyamatok vizsgálata komoly kihívást jelent a tanulási képességeket vizsgáló szakértői bizottságokban dolgozó szakemberek számára. A probléma elsősorban abból adódik, hogy a tünetek és az okok rendkívüli változatosságot mutatnak. Az organikus, környezeti tényezők közé a korai idegrendszeri sérülések és az idegrendszert érintő megbetegedések mellett odasorolhatjuk a genetikai és farmakológiai tényezőket, melyek hatással vannak az idegrendszer korai szerveződésére és ezáltal az agyi funkciók alakulására. A fellépő tünetek csoportosítása hasonló nehézséget jelent, hiszen a funkciózavarok leginkább az olvasás, az írás és a számolás elsajátításában

okoznak nehézséget. A neuropszichológiai vizsgálatok arra utalnak, hogy a teljesítményben megjelenő nehézségek háttérében eltérő funkciózavarok állhatnak. A szenzoros integráció által a beérkező ingerületeket az agy rendszerezi, a sokféle részletből egységes egészet alkot. Az integráció elsősorban motoros reakciók függvénye, mert a környezeti ingerre létrejött adaptív válasz célirányos értelmes cselekvések következménye. Fodorné szerint a testnevelési játékok a gyermek elsődleges tevékenységébe illeszkedve biztosítják azokat a változatos ingerfelvételeket, amelyek a biológiai fejlődés és érés alapját képezik. A játékban megvalósul a szenzoros-perceptuális és motoros rendszerek közötti interakció, ez biztosítja a fejlődést, mivel mozgás közben a gyermek a szenzoros percepcióhoz igazítja mozgásválaszait. A játék folyamán fejlődnek a pszichikus alapfunkciók, és mivel mozgás közben az egyes érzékszervekből származó információk is kapcsolatba kerülnek egymással, fejlődik az érzékek közötti asszociáció, az interszenzoros integritás. Mivel a testnevelési játékok a szabályok változtatásával könnyíthetők és nehezíthetők, lehetőség nyílik arra is, hogy a korosztálynak és a csoport fejlettségének megfelelőt válasszunk. Ez természetesen azt jelenti, hogy hatékonyan alkalmazhatók az iskolában a testnevelési órán, de az udvaron szabad játékidőben is vagy éppen az osztályteremben. Fodorné a testnevelési játékok fejlesztő hatása mellett labdatérapiás strukturált gyakorlatsorok összeállításával próbálkozott a különböző idegrendszeri éretlenségek fejlesztésében.

**A Hidroterápiás Rehabilitációs Gimnasztika / HRG módszer** dr. Lakatos Katalin nevéhez köthető 1994 óta levédett magyar rehabilitációs eljárás. Az eljárást egy igen komoly és összetett vizsgálat előzi meg, melyben az idegrendszeri és szenzoros érettséget/éretlenséget veszik górcső alá, és ennek megfelelően alakítják ki a terápiás programot. A foglalkozás derékig érő, langyos vízben történik, szülői vagy terapeutás segítséggel. A gyakran végzett és intenzív mozgások által hatnak a magasabb szintű idegrendszeri funkciókra, tehát a mozgás, a figyelem, a beszéd, az utánzás és a kognitív területekre. A HRG terápiának csupán egy része az autistákkal való foglalkozás, ugyanúgy hatékony a mozgásfejlődésben elmaradott gyerekeknél, figyelemzavarosoknál, agyvérzésen átesetteknél.

A chesteri **Neuro-Fiziológiai Pszichológia Intézet / INPP** igazgatója, Salyly Goddard Blythe és munkatársai több mint húsz éve dolgoznak az idegrendszeri fejlődés területén, számos könyv és megjelent tanulmány szerzői a gyermek-fejlődéstan, illetve bizonyos tanulási nehézségek esetében érvényes idegrendszeri fejlődés témakörében. *Reflexek, Tanulás és viselkedés, Figyelem,*



*Egyensúly és Koordináció, A kiegyensúlyozott gyermek* című könyveiben már magyar nyelven is bemutatja az elméletet és a módszerét. Az ember csak akkor képes teljes mozdulatlanságban, nyugodtan ülni vagy állni, ha izmainak egész csoportja működik együtt teljes összhangban az egyensúllyal és a testtartási reflexekkel. Azok a gyermekek, akiknél a testtartás szabályozása fejletlen, nehezen tudnak megülni egy helyben és odafigyelni bármire, mivel az agy tudatos működéséért felelős részének küzdenie kell azért, hogy fenntarthassa az egyensúlyt, a testtartás és az ösztönös mozgások feletti uralmat, vagyis meg kell harcolnia mindazokért a működéséért, amelyeknek már az 5. életévtől kezdve olyan kéreg alatti agyrészek, mint a thalamus, a kisagy és az agytörzs automatikus szabályozása alatt kellene állniuk. (Sally Goodhard, 2006)

Annak, hogy egy gyerek miért marad le az olvasási és írási készségekben, számos oka lehet. Néhánnyal ezek közül foglalkozik maga az oktatási rendszer, illetve a korai fejlesztést megcélzó kezdeményezések is. Mindezek mellett azonban jelentős marad azon gyermekek aránya, akiknek az alap készségek elsajátítása továbbra is az elvárható szint alatt van az általános iskola végére. Az iskolaérettség többet jelent, mint a gyermek egyszerű kronológiai életkorát, mely a beiratkozáshoz szükséges. Ahhoz, hogy egy tanulási környezetben jól teljesítsen, tudnia kell nyugodtan ülni, figyelmesnek lenni, tollat, ceruzát használni és egy sor olyan szemmozgást irányítani, amelyek szükségesek ahhoz, hogy az írás vonalát félrenézés, eltévedés nélkül követni tudja a papíron. Ezek olyan fizikai képességek, melyek a motoros készségek és a testtartáskontroll fejlődésével, érettségével hozhatók összefüggésbe. Az INPP módszer célja, hogy az esetleg fennmaradt, primitív – az iskolai tanulás során nem szükséges – mozgásmintákat, automatikus reakciókat felváltva a mozgásprogram tudatosan összeállított gyakorlatainak rendszeres ismétlésével tudatos mozdulatokat, mozgássort építsen újra, és így egyre tudatosabb, sikeresebb mozgást, irányítást érjen el. Ismétlés a tudás anyja – mondja a régi közmondás, és vallja az INPP program megalkotója is. A gyakorlatprogram legfontosabb kritériuma a 9–12 hónapon át tartó napi rendszerességgel végzett gyakorlás. Minden tanítási napon 10-15 percben.

A fejlesztések során figyelembe kell venni az életkori és egyéni sajátosságok által meghatározott fejlettségi szintet. A fejlődési törvény azt fejezi ki, hogy az idegrendszer működésének alakítása annál valószínűbb, minél fiatalabb az idegrendszer. Minél fiatalabb korban, minél hosszabb ideig tart az ingersegeny környezet hatása, annál kisebb az esélye, hogy a kialakult veszteséget utólag pótolni lehessen. A magyarországi mozgásfejlesztő módszerek széles skálája

remélhetőleg hozzásegíti a hazai intézményesített nevelés színtereit, hogy a mozgásfejlesztést a helyén kezeljék. A mozgás és az idegrendszer kapcsolatának egyre szélesebb körű, orvosi, sporttudományi, pszichológiai, neurológiai megjelenése az emberi test holisztikus értelmezését erősíti, ami a test–lélek–szellem elválaszthatatlan egységét és egymásra hatását tükrözi. Ez segíti a megértést, és támogatja a korai mozgásfejlesztés jelentőségét.

### FELHASZNÁLT IRODALOM

- BLOOM, K. (2006): *The Embodied Self. Movement and Psychoanalysis*, London, Karnac.
- DR. MARTON DÉVÉNYI ÉVA, SZERDAHELYI MÁRTON, TÓTH GÁBOR, DR. KERESZTESI KATALIN (1999): *Alapozó terápiák tanulmány, Alapozó Terápiák Alapítvány*.
- FODORNÉ DR. FÖLDI RITA (2003): *Testnevelési játékok a tanulási zavarok prevenciójában és korrekciójában*, ELTE Eötvös Kiadó.
- FODORNÉ FÖLDI RITA (2005): *Tanulási zavart okozó funkciózavarok differenciáldiagnosztikája neuropszichológiai eljárások*. *Fejlesztő Pedagógia* 2005/ 1.szám 5–12 old.
- FOUCAULT M. (1990): *Felügyelet és büntetés*. Budapest, Gondolat.
- HAMZA–FODORNÉ–TÓTH (1995): *Játék, egyensúlyozás, vízhez szoktatás*, Nagy–Gáspár Kft, Budapest.
- HORVÁTH LAJOS (2011): *Neurofenomenológia és a megtestesült elme*. *Magyar Tudomány* 2011/11. 1306–1315 old.
- MAURICE MERLEAU-PONTY (2007): *A látható és láthatalan*. Budapest, L'Harmattan, 2007. 162. old.
- MERÉNYI M. (2008): *Mozgás- és táncterápiák helye a pszichoterápiák között. A pszichodinamikus mozgás- és táncterápia testfelfogása*. *Pszichodráma Újság*, 20: 59–68.
- PIAGET, JEAN (1970): *Válogatott tanulmányok*, Gondolat, 66–76. p.

PORKOLÁBNÉ BALOGH KATALIN (1999): Kudarc nélkül az iskolában, Komplex prevenciós óvodai program, Volán Humán Oktatási és Szolgáltató RT., Bp.

SALLY GODDARD (2006): Reflexek, tanulás, viselkedés, Budapest, Medicina, ISBN 963 226 071

SALLY GODDARD (2009): A kiegyensúlyozott gyermek Budapest, Medicina, ISBN 978 963 226 258 1

VERMES K. (2006): A test valósága, mint élmény, kép, kapcsolat. Pszichoterápia, 15/6 425–431.