Ayudamos a los que ayudan.

obra social

asistencia social

Hay personas que requieren una ayuda especial: mayores discapacitados, niños desprotegidos, minusválidos físicos y psíquicos, colectivos en riesgo de exclusión social…

Personas que necesitan **más atención, más asistencia, más solidaridad**.

Afortunadamente, cuentan con el trabajo y el apoyo de muchas entidades y asociaciones que atienden a estos colectivos desfavorecidos.

Y cuentan también con la colaboración de **kutxa**, que a través de su **Obra Social** aporta ayudas económicas a todas estas asociaciones(*).

A todos ellos les tendemos nuestra mano.

*(*) El año 2009 la Obra Social de kutxa ha destinado más de **46 millones** de euros al área de Sanidad, Asistencia Social y Solidaridad. Y el Programa KutxaZabal lleva ya repartidos **16 millones** de euros entre estas asociaciones (2003-2009).*

¿qué quieres mañana?

www.kutxa.net

kutxa

cuadernos de

Psicomotricidad

Psikomotrizitateko kuadernoak

UNED BERGARA

Escuela de Psicomotricidad

nº 39 - 2ª época
Junio de 2010
5,50 €



Annette Bauer
Melissa Valdivia
Arantza Iruretagoyena
Ianire Jaio
Maider Arrizabalaga
Mª José Intxausti
Soraya Alonso

cappi

CENTRO DE AYUDA PSICOMOTRIZ Y PSICOLOGIA INFANTIL

Centro de ayuda psicomotriz que ofrece a niñas y niños en dificultad un lugar donde expresar su mundo interior, a través de la vía corporal.

- Atención individual y en pequeño grupo, desde la primera infancia hasta la adolescencia.
- Psicodiagnóstico.
- Apoyo psicopedagógico.
- Orientación familiar.

Elena Rodríguez Ibarrondo
psicóloga, pedagoga y terapeuta psicomotriz

Gregorio de la Revilla, 20 - bajo izda. 48011 - Bilbao
Tlfno. y fax: 944276528

CENTRO DE RECUPERACION ESCOLAR

profesionales de la educación

Gabinete psicopedagógico y sala de psicomotricidad

Manoli Jiménez

Kareaga Goikoa, 20 - entrepl. izda. 48970 - Basauri (Bizkaia)
Tlfno.: 944402164

Natividad Sánchez Marco
Pedagogoterapeuta y psicomotricista

Araba Etorbidea, 3-2.
Edificio Eskatu
20500 - Arrasate (Gipuzkoa)
Tlfno.: 943770805

MUGI
PSIKOMOTRIZITATE PREBENTZIO ETA LAGUNTZA ZENTRUA
CENTRO DE PREVENCIÓN Y AYUDA PSICOMOTRIZ

- ✓ Sesiones en el ámbito preventivo y educativo.
- ✓ Sesiones de ayuda psicomotriz dirigida a trastornos psicomotores, bloqueos en aprendizajes escolares, problemas de conducta (agresividad, inhibición, atención, etc.), síndrome de down, autismo...

HIRUGAR

Psicología, Pedagogía y Psicomotricidad

Berminghan, 6.-bajo dcha. 20002 - Donostia. **Tlf.: 943 32 17 44**

Marisa Angulo, psicóloga y psicomotricista.
Alvaro Beñaran, pedagogo y psicomotricista.
Jon Perez de Arriluzea, psicólogo y psicomotricista.

CENTRO DE PSICOLOGÍA Y PEDAGOGÍA

Diagnóstico, Reeducación y Terapia
Reeducación y Terapia psicomotriz

Ana García Olalla
Pedagoga y psicomotricista

Marian Pascual
Psicóloga y psicomotricista

Hurtado de Amezaga, 15-1° dcha. 48008 - Bilbao.
Tlfno.: 944445996. R.P.S.: 263/97

Kiribil

Centro de Psicología y Psicomotricidad



ÁREAS DE ACTUACIÓN

Educativa
- de 1 a 8 años
- grupos reducidos
- máximo cinco niñas/os

Terapéutica
- Ayuda al niño/a a superar las dificultades que pueda encontrar en su desarrollo.
- Apoyo familiar y escolar.

Colón de Larreategui, 26-1° E - BILBAO **Telf.: 944 24 43 24**

MARGARITA ARESTI
HAUR ZENTROA
GABINETE INFANTIL

Psicomotricidad-Psicología
Pedagogía - Logopedia
Atención Temprana

Kasune, 29 -Tel 94 430 53 09
48993-Algorta-Getxo-Bizkaia
margaritaaresti@telefonica.net

UGATZ

UMEAREN GARAPENERAKO ADITASUN ZENTROA
CENTRO DE ATENCIÓN AL DESARROLLO INFANTIL

- ATENCIÓN TEMPRANA.
- PSICOMOTRICIDAD.
- FISIOTERAPIA.
- LOGOPEDIA.

Juan de Olazaran, 1-bajo. 48200 Durango
Tfn.: 944668370 - 615782090
e-mail: ugatz@euskalnet.net

IKASTETXEA 40. URTEURRENA-ANIVERSARIO
Centro de Formación SAN JOSÉ DE CALASANZ
Prestakuntza Zentroa

Formación Obligatoria
- o Educación Infantil
- o Educación Primaria
- o Educación Secundaria

Formación Profesional
- o Ciclo Formativo Grado Superior Educación Infantil
- o Ciclo Formativo Grado Superior Integración Social

Información: Teléfono 94 4613519
secretaria@sjcalasanz.com www.sjcalasanz.com

SALTOKA

Centro de Psicomotricidad y Psicología Infantil

Julio Urkijo, 11- 48014 Bilbao
Tel.: 944010882 - Fax: 944010833
www.euskalnet.net/saltoka
saltoka@euskalnet.net

Servicios educativos de atención individual y en pequeños grupos

Servicios en el centro	Servicios externos	Servicios gratuitos
- Dificultades de lenguaje - Trastornos del sueño - Trastornos motores - Dificultades escolares - Problemas de conducta - Discapacidades	- Actividades extraescolares - Formación a Educadores	- Charlas en centros dirigidas a padres, tutores y educadores

Ayudamos a crecer con equilibrio

izanez
psikomotrizitate gunea

- Psikomotrizitatea
- Psikologia
- Harreta goiztiarra
- Gorputz erredukazioa (RCF)
- Logopedia
- Familia bitartekaritza

Sta. Cecilia, 4/6-atzekaldea (metro Basarrate). 48004 - Bilbao
944116832 izanez@izanezgunea.es www.izanezgunea.es

HAZI

Psikomotrizitate laguntza Zentrua
Ezozi Arizaga - Garbiñe Azurmendi

Arreta Goiztiarra. Haurtzaroa. Nerabezaroa
Atención temprana. Infantil. Adolescencia

Siervas de Jesús 27-1°-n°14. Vitoria-Gasteiz T. 626365192 · 615707530

cuadernos de Psicomotricidad

Harpidetza/*Suscripción*

BIDALI/*ENVIAR:* Psikomotrizitatea. Apdo.: 69. - 20570 - Bergara

Izen-abizenak _____
Nombre y apellidos

Helbidea _____
Dirección

Herria _____ **Herrialdea** _____ **P.K.** _____
Población *Provincia* *C.P.*

Telefonoa _____ **Posta elektronikoa** _____
Teléfono *Correo electrónico*

Helbideratzea/*Domiciliación:*

Banketxea/*Entidad:* _____ Kontua/*Cuenta:* _____/ _____/ ___/ _____

Urteko harpidetza (2 ale): 11,00 € ***Suscripción anual (2 ejemplares): 11,00 €*** **Nazioartekoa/*Internacional*: 15,00 €**

Atzeratutako aleak/*Atrasados*

Bete goian eskatutako datuak heldideratzearena ez ezik, idatzi ale-kopurua portada bakoitzaren lauki zurian eta bidali dagokion ingresoaren egiaztagiriarekin batera. Igresoaren kontu zenbakia 2101/0070/89/0011314945 da. Egun gutxi barru eskatutako aleak jasoko dituzu.

Rellena los datos anteriores salvo los de la domiciliación, escribe en el recuadro blanco de cada portada el número de ejemplares deseado, y envíanosla junto con el justificante de ingreso en la cuenta 2101/0070/89/0011314945 por el importe correnspondiente. En unos días recibirás tu pedido.



EDITA:
Luzaro Escuela de Psicomotricidad. UNED
Pz. S. Martín de Agirre, s/n.
20570 - Bergara (Gipuzkoa)
Tfno.: 943769033. Fax: 943762721
E-mail: info@bergara.uned.es

La Escuela es miembro de ASEFOP, Asociación Europea de Escuelas de Formación en la Práctica Psicomotriz.

ISSN: 1576-6829
REGISTRO LEGAL: SS-580/2000

DIRECCIÓN:
Álvaro Beñaran
Ricardo Fernández

CONSEJO EDITORIAL:
Álvaro Beñaran
Marixa Berriozabal
Ricardo Fernández
Jon Pérez de Arriluzea
Nati Sánchez

DELEGADA PARA AMÉRICA LATINA:
Melissa Valdivia

COLABORACIONES:
Annette Bauer
Melissa Valdivia
Arantza Iruretagoyena
Ianire Jaio
Maider Arrizabalaga
Mª José Intxausti
Soraya Alonso

DISEÑO Y MAQUETACIÓN:
Rikardo Acebo

FOTOMECÁNICA E IMPRENTA:
K3. Amillaga, 1- pab. 6 Apdo.: 216. 20570 - Bergara

PUBLICIDAD Y SUSCRIPCIONES:
Escuela de Psicomotricidad. UNED-Bergara.
Pz. S. Martín de Agirre, s/n. 20570 - Bergara (Gipuzkoa)
Tfno.: 943769033. Fax: 943762721
E-mail: info@bergara.uned.es

Esta revista se edita con la ayuda económica de kutxa



"Superman"

cuadernos de Psicomotricidad puede ser utilizada con entera libertad. Si haces uso de nuestros artículos, te agradeceremos que cites las fuentes.

cuadernos de Psicomotricidad no comparte necesariamente las opiniones expresadas en los artículos de estas páginas, que corresponden exclusivamente a sus autoras y autores.

EDITORIALA 5

EDITORIAL 6

Dossier

Annette Bauer: "El niño autista: Enfoque psicomotor y sensorial 7
Melissa Valdivia: "Integración de afectos. Integración sensorial" 16
Arantza Iruretagoyena: "Reflexiones en torno a la angustia arcaica de caída y su relación con los apoyos (Winnicott-Lowen-Aucouturier)": 18

CUENTA TU EXPERIENCIA

Ianire Jaio y Maider Arrizabalaga: "No sólo con niños, sino también con sus familias" 29

RESUMEN

Mª José Intxausti: "Desde Canadá" 35

HUMANIDADES Y SALUD

Soraya Alonso: "Masaje infantil: el placer de compartir" 37

INFORMACIONES 40

Centros activos de la ASEFOP www.asefop.org

- BERNARD AUCOUTURIER
3, Rue Victor Luzarche, 37000 Tours
Tel: 0033247050124 Fax: 0033247058116
E-mail: aucouturiertours@aol.com

- AEC – Associació per la Expressió i la Comunicació
Apartado de Correos 36109 de Barcelona
Tel: 629334277
E-mail: asscomexp@eresmas.net

- ARFAP – Associazione per la Ricerca e la Formazione all´Aiuto Psicomotorio
Via Fra Antonio Eremita 31, 36061 Bassano del Grappa (VI)
Tel/fax: 0039042430395
E-mail: arfapbassano@supereva.it - www.arfapbassano.it

- CEFOPP- Centro de Estudios y Formación en Práctica Psicomotriz Bernard Aucouturier
López de Hoyos 11 bajo dcha, 28006 Madrid
Tel/fax: 915641234
E-mail: cefopp@retemail.es

- CEFPP- Centro de Estudos e Formaçào em Práctica Psicomotora
Pavilhao Municipal, Avda Miguel Bombarda 1 Andar, 8500 Portimao
Tel: 00351282491492 (A. Machado) 968099092 - 962631253
E-mail: cefpp@clix.pt

- CFP – Centro di Formazione Permanente Spazio Psico-motorio
Via Brione 40, 10143 Torino
Tel/Fax: 0039 011 7412840
E-mail: info@cfptorino.it - www.cfptorino.it

- CNRPP- Centro Nazionale di Ricerca in Pratica Psicomotoria
Via Lanzone 47, 20123 Milano
Tel/Fax: 0039 0286571 8
E-mail: cnrpp@libero.it - www.cnrpp.com

- GREPPA- Groupe de Recherche en Pratique Psychomotrice Aucouturier
14, Rue du Gruyer, 1170 Bruxelles
Tel/Fax: 003226727274
E-mail: philippelemenu@skynet.be

- LUZARO (Escuela de Psicomotricidad de la UNED)
Plaza San Martín de Aguirre 4, 20570 Bergara (Guipuzcoa)
Tel: 943769033 Fax: 943762721
E-mail: info@bergara.uned.es

- PERCORSI
Via F. E. De Giovanni, 16/E 40129 Bologna (Italia)
Telefax: 00 39 051 355 559
E-mail: percorsipsicomotori@hotmail.com - www.percorsipsicomotori.org

- ZAPPA (BONN)
Professor – Neu – Allee, 6
D – 53225 Bonn
E-mail: esser@zappa-bonn.de

Normas de colaboración

Si deseas colaborar con cuadernos de psicomotricidad deberás tener en cuenta los criterios que exponemos a continuación:

- La extensión máxima de los artículos será de seis páginas, escritas a espacio y medio.
- El artículo debe ser enviado por correo electrónico en formato Word, a la Escuela de Psicomotricidad, Uned (Marixa Berriozabal). E-mail: info@bergara.uned.es
- Adjunta las fotos e ilustraciones oportunas, a poder ser originales y de buena calidad. Si lo haces en formato digital, procura que sea TIFF o JPG, pues otros formatos no nos garatizan su posterior reproducción; tampoco la incluyas en Word porque pierden la calidad suficiente para ser impresas). Y si es importante, señálanos la posición de estas imágenes en el artículo.
- Escribe brevemente cómo quieres que te presentemos en tu artículo.
- Es conveniente señalar las frases o ideas que se quieras destacar en el artículo, pero no abuses del uso de negritas, cursivas, subrayados y otros estilos.
- Si utilizas referencias bibliográficas, por favor, utiliza las normas APA.

Según el material recibido, el Consejo Editorial se pondrá en comunicación con la persona autora del mismo, reservándose el derecho de elegir qué artículos se editan en un número u otro, en función de los objetivos de calidad de la publicación.

Luzaro, Escuela de Psicomotricidad de Bergara

www.uned.es/ca-bergara
Tfno: 943769033
Email: mberriozabal@bergara.uned.es

Formación bienal en Práctica Educativa

◆ XXIV Promoción de Formación Bienal Educativa (2011-2012). El plazo de preinscripción acabará el 31 de octubre de 2010.

Formación bienal en Práctica de Ayuda

◆ IV Promoción de Formación Bienal de Ayuda (2011-2012). Como en la formación educativa, la preinscripción acabará también el 31 de octubre de 2010.

Próximos Cursos de sensibilización

◆ Recordad que son un requisito imprescindible para acceder a la formación bienal.

◆ El único que queda por hacer este año, el de Vitoria-Gasteiz, tiene ya todas las plazas cubiertas.

◆ En cuanto a los del 2011, una vez sepamos las fechas, los horarios y los lugares concretos, haremos amplia divulgación por los canales habituales. Como ya sabéis, realizamos uno en cada territorio de la comunidad autónoma.

Solicitud de actualización de datos

◆ Os seguimos recordando las virtudes del uso del correo electrónico como medio para enviar la información de la escuela. Es un instrumento muy rápido y eficaz. Por ello os pedimos, sobre todo al exalumnado, que nos enviéis vuestra dirección electrónica. También vuestros datos de dirección postal y de teléfono si no los habéis actualizado, ya que algunas cartas nos vienen devueltas.

Eskerrik asko!

Pertsonei begirunea izatea. Pertsonaren heltze prozesuan pertsona bera izan behar da protagonista. Baldintza egokiak lortu behar dira pertsonak berak ekimena izateko. Segurtasun eta konfiantza giroa behar da autonomiaz eta askatasunez egin eta sortu ahal izateko. Pertsona bakoitzaren ahalmen eta gaitasunak izan behar dira abiapuntu, ez pertsonaren zailtasunak. Horiek guztiak psikomotrizitateko praktikaren oinarrizko hastapenak dira eta gure aldizkarira ekarri gura ditugu.

Gure proiektua elkarlanean eraikitzeko dinamika lortu gura dugu; horretarako, zuen partaidetza eta praktika honetan diharduten profesional guztiena behar dugu, izan ere, asko dira honetan dihardutenak, bai Euskal Herrian bertan, baita Europa eta Amerikan ere.

Gure asmoa da aldizkari honetan biltzea bai hezkuntzan, bai aholkularitzan dihardugunon eskarmentuak eta hausnarketak, horixe baita gure langintzaren kalitatean eta zorroztasunean hobetzeko modu egokia.

Horrezaz gain, bestelako diziplinetarako bidea erraztuko diguten profesionalen ekarpenak nahi ditugu, badaude-eta bestelako pedagogiak eta bestelako ikuspuntu psikologiko eta terapeutikoak.

Ikusiko duzuenez, ale honetan psikomotrizitateko profesionalen partaidetza izan dugu oinarri eta haren gainean ehundu dugu aldizkaria. Gai askotarikoak daude, baina badago gai horiek guztiak lotzen dituen ardatza: gizakiaren gorabeherak eta gizakiari bizitzan zehar urratsak ematen laguntzen ari direnen lana.

Gizakion bidea atseginez betea da, baina ez da beti erraza. Gure aldizkari honekin moduak eta motibazioak bilatzen lagundu gura dizugu, ibilbide horrek zentzua izan dezan.

Eta amaitzeko gonbitea: lagundu guri eta bidali zuen artikuluak, eman aukera guri zuen artikuluen bidez ikasteko, zuen idatziekin aberastu egiten garelako, bai profesionalki, baita pertsonalki ere. Halaber, lankidetza horretan sakonduz gero, aldizkari hau zuena ere izango da eta bat etorriko da gure praktikarako aldarrikatu ditugun hastapenekin. ■

El respeto a la persona. Que la persona sea protagonista de su proceso de maduración. Crear las condiciones necesarias para que la persona pueda tomar la iniciativa. Crear un ambiente de seguridad y confianza que posibilite hacer y crear en autonomía y libertad. Partir de las competencias y capacidades de cada uno y no de sus dificultades. Todos estos son principios básicos de la práctica psicomotriz, principios que deseamos extender a nuestra revista.

Es nuestro objetivo conseguir una dinámica de construcción conjunta de este proyecto, contando con vuestra participación y la de todos aquellos profesionales de esta práctica que son ya muchos, en el País Vasco, y en toda Europa y América.

Conseguir una revista en la que poder compartir las experiencias y las reflexiones de cuantos trabajamos tanto en educación como en ayuda, de forma que vayamos dando a nuestra profesión mayores niveles de calidad y rigor.

Y junto a esto, buscar las aportaciones de profesionales que nos acerquen a otras disciplinas, a otras pedagogías, a otros enfoques psicológicos y terapéuticos.

Este número, como podréis comprobar, está construido sobre esa base de participación de los profesionales de la psicomotricidad. Hay temas muy diversos, pero unidos siempre en torno a las vicisitudes del ser humano y el trabajo de quienes tratan de acompañar a éste en su recorrido de desarrollo vital.

Una vez más, esperamos que esta revista os sirva para seguir encontrando caminos y motivaciones que den sentido a un camino que, siendo gratificante, no siempre es fácil.

Y una vez más, os invitamos a colaborar y darnos la oportunidad de seguir aprendiendo con vuestros artículos, que no sólo nos enriquecen profesional y personalmente, sino que nos permiten que esta revista sea vuestra revista y sea coherente con los principios antes comentados de nuestra práctica. ■

unas cuantas horas al día. Con lo cual, compartir ese espacio es algo muy importante. El espacio "huele" a sus hijas e hijos; ese olor que comparten madre e hijo durante mucho tiempo y que hay que conservar para su buena comunicación.

Cuando finalizamos el curso les ofrezco un cuestionario en el que hacen una valoración del curso. He recogido lo más significativo:

- Dicen que en el grupo se sienten muy a gusto; que el ambiente que se respira es muy tranquilo y relajante y que les ayuda a "desconectar" del estrés diario. Es un momento de relax y aprendizaje.
- Dicen poder hablar de sus emociones, alegrías y frustraciones. Un momento de "terapia" y de liberación de tensiones.
- El espacio donde nos juntamos también es importante pues es el lugar donde están sus niñas y niños. En este lugar están en contacto con el ambiente y las producciones que realizan (dibujos, etc.).
- Sienten más cercanía en este momento con ellos. Destacan la importancia de que el curso lo imparta la tutora de sus hijas e hijos, pues se establece una cercanía poco habitual, y a la que todavía no estamos demasiado acostumbrados. Es un lujo poder compartir tanto tan "especial" con la persona que se encarga de sus niñas y niños durante tanto tiempo.
- Con respecto a la práctica con sus hijas e hijos, han aprendido a mirar, a respetar, a dar y recibir, a compartir (al igual que yo con el grupo y el grupo conmigo), a relajarse, a respetar los ritmos de cada uno.
- Se han dado cuenta de todo lo que se puede transmitir por medio del tacto y la mirada; de cuánta emoción puede fluir por medio de la comunicación no verbal.
- Que el estado emocional de la niña o niño depende mucho de cómo te sientas tú y de lo que le transmitas.
- Han aprendido a respetarle, a relacionarse, y se han abierto el uno al otro emocionalmente.

Podría extenderme muchísimo contando esta experiencia, pero he recogido solamente lo más significativo. Lo que sí quiero destacar es la relación tan estrecha que se crea en el grupo y la facilidad y naturalidad con la que se habla de sentimientos y emociones, cuando lo "normal" es no hacerlo con tanta facilidad, pues muchas veces es difícil de expresar.

La satisfacción que expresan al finalizar el curso es general y se les ve con muchas ganas de aprender y practicar.

Para ponerle el punto final al curso y agradecerles su participación, les entrego un recuerdo que yo misma he elaborado.

Referencias bibliográficas

Bach, E. y Darder, P. Sedúcete para seducir. **Paidos ibérica, 2002. Barcelona.** ■

Soraya Alonso

emocionales profundos, a veces más que cualquier palabra.

En el centro donde trabajo tenemos muy en cuenta a las niñas y niños como un seres que necesitan del adulto, un adulto que le dé seguridad emocional, que esté en su mundo, ayudándole y ofreciéndole todo lo que todavía no son capaces de obtener por sus propios medios.

También entendemos que tenemos que compartir todo el trabajo que hacemos dentro de este nuestro pequeño espacio. ¿Quién mejor para compartir que las familias de las niñas y niños?

Para que madres y padres entiendan que hay una forma fácil, fascinante y gratificante de ayudar a niñas y niños y de ayudarnos (pues para todos es muy saludable), todos los comienzos de curso escolar les organizo un curso de masaje infantil.



No tengo mucho espacio (lo realizo dentro del aula), por lo que limito el número de participantes a 15 personas. Las sesiones se realizan en cinco días, uno a la semana, y la duración es de 1h. 30m.

Les explico en qué consiste el curso; les hago saber que lo que van a aprender es lo que yo hago con las niñas y niños en el aula.

La mayoría en el grupo son madres; a los padres todavía les cuesta un poco vincularse de esta manera en la educación de sus hijos.

Además de aprender la técnica en los pasos del masaje, también hablamos de temas que son interesantes en torno a la edad de estos niños, que es de dos años. Hablamos sobre las emociones, el vínculo, la adaptación a la escuela infantil, el llanto, las rabietas, etc.

Hablamos de cómo les ha ido el masaje en casa, de qué han sentido, de qué creen que han sentido sus niñas y niños. Si sienten que logran comunicarse por medio del tacto, si tienen alguna dificultad en cuanto a la técnica o a lo emocional.

Tenemos momentos muy bonitos de reflexión sobre cómo somos, qué hacemos y cómo nos sentimos. Son unos días muy importantes y muy bonitos, en los que no suelen faltar a la cita.

Respecto al espacio donde lo realizamos, aunque no es muy grande, les encanta, pues es el espacio donde "viven" sus hijas e hijos durante

Annette Bauer es terapeuta en psicomotricidad y formadora de la Asefop en la Escuela Belga de Práctica Psicomotriz.

El niño autista: Enfoque psicomotor y sensorial

Introducción

Esta presentación de la ayuda psicomotriz individual realizada con un niño autista es una tentativa personal de situar al niño en su evolución y dar sentido a algunos comportamientos, posturas, actitudes corporales y utilizaciones de objetos frecuentemente encontrados en nuestra clínica con los niños autistas.

Presentación del niño

El niño tiene casi 5 años cuando entra en nuestro centro de día. Su seguimiento estará garantizado en el marco de un grupo de vida. Frecuentará distintos talleres que cubrirán los campos corporales, expresivos, cognitivos y sociales.

En su último año de tratamiento, frecuentará la escuela durante algunas horas por semana, y se beneficiará también de un seguimiento individual en logopedia.

El equipo de terapia familiar se entrevistará regularmente con los padres.

Algunos datos de la anamnesis

El niño se habría desarrollado normalmente hasta los 15 meses, luego presenta una regresión y pierde las pocas palabras que decía; es el último de tres hermanos.

Los padres explican que en la escuela a la que ha acudido (1er año de parvulario) estuvo bien atendido: se ha socializado, se ha abierto a la relación, ha aprendido a defender sus objetos, se opone cuando un adulto quiere imponerle su voluntad y es capaz de imitar algunos comportamientos y puede repetir algunas melodías.

Le gusta encontrar un contacto cercano cuando tiene que consolarse; puede llorar cuando no ve a nadie cerca; pide atención por parte del adulto,

puede correr rápidamente pero no se pone en peligro.

Come bien y de todo; duerme toda la noche pero se mantiene despierto mientras los adultos están levantados. Es fuerte, lleno de energía y siempre en movimiento.

Pretende controlar al adulto, se mete los objetos en la boca y puede morder o arañar ante la frustración.

Los exámenes médicos realizados no destacan nada orgánico, ni problemas al nivel ORL (oído). El diagnóstico de autismo infantil con hiperactividad se propone antes de su entrada en el centro, con un problema asociado de retraso mental medio.

El objetivo de la ayuda psicomotriz individual

Contempla un trabajo de estructuración psíquica y de construcción de la identidad, a través del consiguiente acercamiento corporal, favoreciendo la distensión y el establecimiento de una envoltura corporal más unificada y diferenciada.

El seguimiento comienza en enero de 2005, a razón de dos sesiones de una hora por semana. La técnica utilizada es la práctica psicomotriz Aucouturier en su vertiente de ayuda individual.

Nuestra acción se basa en unos principios básicos, que son importantes de recordar:

- La evolución del niño se considera dentro de un conjunto de relaciones emocionales, no es un ser aislado.
- Nuestra acción se centra en una dinámica de maduración psicológica inseparable de una dinámica de placer. El psicomotricista se implica profundamente, se compromete con el niño autista en un diálogo tónico-emocional donde todo son matices: una posición, una mirada, una sonrisa, una inmovilidad, un gesto; es la autenticidad que es experimentada por el niño y el psicomotricista debe tener confianza en su espontaneidad, de ahí la cuestión de su formación.
- Esta ayuda al niño es inseparable de un dispositivo espacial y temporal que facilita el desarrollo de la función simbólica de reaseguración que es la permanencia.
- La acogida, la escucha, la disponibilidad son conceptos vivenciados de nuestra filosofía. Creemos en el proceso del niño, en su singularidad y nos negamos a fijar a priori los límites de sus potencialidades.
- En el marco de esta actividad, el niño utiliza libremente el material, material que puede encontrar en cada sesión.

Este niño demostrará iniciativas asombrosas en la utilización del material, y en la búsqueda de algunos objetos. Cada sesión presentará algunas repeticiones pero veremos también aparecer novedades, novedades que serán conservadas y elaboradas por el niño.

Soraya Alonso Mediavilla es educadora infantil, educadora de masaje infantil y psicomotricista. Trabaja en en Kili-kolo Haur Hezkuntza, AMPA de la ikastola Aresketa de Amurrio (Araba), en las aulas de 2 años, centro en el que lleva 18 años.

Masaje infantil: el placer de compartir

Nos guste o no, tenemos que reconocer que dependemos del otro y que el otro depende de nosotros. La interacción es la base de la relación educativa. El niño crece, se conoce, conoce a los demás y la realidad que lo envuelve con el soporte espontáneo-intencionado afectivo y racional de las personas cercanas. Una relación frágil, discontinua y especialmente falta de afecto, es decir, sin una interacción personal sólida y cálida, produce efectos negativos palpables. Una emoción es el resultado de la relación o de la vinculación personal que cada individuo establece con los demás y con la realidad que le rodea.

Es muy importante que los padres y madres sintonicen con las emociones de sus hijas e hijos, pues las niñas y niños dejarán de expresar e incluso de sentir aquellas emociones que no sean captadas, aceptadas o correspondidas por los padres, con lo cual, su registro emocional cada vez será más pobre y restringido dando lugar al sufrimiento emocional.

La finalidad primordial del desarrollo emocional no es conocer lo que soy, lo que siento o lo que me pasa, ni cambiarlo ni controlarlo; es compartirlo. Compartir el placer, el de ser escuchado, de ser respetado, de ser mirado, de ser querido, de ser tocado y también el placer de tocar; tocar con respeto y con permiso, con cuidado, para sentirnos bien los dos.

Sin comunicar ni compartir nuestras emociones no se puede producir una buena conexión con el otro. Y sin contacto corporal directo se pierden algunos de los elementos clave de la comunicación. Soy capaz de crear lazos de afecto auténticos con el otro, cuando soy capaz de sentir en mi cuerpo lo que el otro me está diciendo, porque antes he podido sentir a fondo mis emociones en mí mismo. Lo que comunicamos mediante el cuerpo y percibimos a través de él, tiene mucha fuerza y causa impactos

segunda encontraríamos criterios y razones que nos presentarían una llamativa heterogeneidad.

Creo que cada persona hace un esfuerzo importante por tratar de entender algunas cuestiones en particular; sobre ellas vuelve una y otra vez, acumulando evidencias y argumentos. Vamos uniendo los hechos con un hilo de sentido para no perdernos, para tener una guía y también una sensación de continuidad que nos permita tener nuestra propia historia, en la que reconocernos.

Las cosas, cuando suceden, nos exigen dedicación; es más tarde cuando podemos dedicarles una atención pensante, al recordarlas, al rememorarlas. Esa dedicación nos puede aportar esa ampliación de sentido y, por lo tanto, servirnos de guía para cuando vuelvan a suceder, es decir, cuando de nuevo estemos atrapados en la acción.

Resulta muy satisfactorio cuando sentimos que nuestro margen de actuación, de acción, se ha ampliado de una manera "natural", es decir, ya no tenemos que pensar cómo es la manera de hacer esto o aquello, ahora surge. Antes le hemos dado muchas vueltas, hemos pensado, recopilado reflexiones y estrategias y ahora está ya en nuestra manera de hacer. Repito mucho la palabra hacer porque Max van Manen reconoce que en esta eterna discusión entre la teoría y la práctica, la acción está primero y la teoría después aunque sus interconexiones son las que enriquece a ambas.

No resulta ninguna novedad hablar de la importancia de la reflexión en la educación, pero creo que sí es una novedad reconocer que su valor no está unido a una actividad intelectual abstracta, sino a la vivencia particular y concreta de cada docente. Mi reflexión está unida a mi acción, lo que conlleva aspectos personales con los que hay que ser cuidadoso.

Pero esta vinculación a la vivencia es lo que se convierte en un incentivo para la reflexión que tiene una gran potencialidad. Me interesa pensar sobre mi acción porque me va a servir a mí, porque va a tener efectos en mi manera de hacer. En este párrafo repito también el pronombre mí, porque creo que los docentes necesitamos con urgencia que nuestro trabajo no sólo nos exija dedicación y esfuerzo, sino que además nos enriquezca y nos incentive en lo personal.

Otro aspecto que quiero recuperar de este libro es el valor que en este recorrido tienen los otros; por un lado, porque son potenciales interlocutores, y por otro, porque representan la alteridad. Un buen interlocutor es una gran ayuda en esta difícil búsqueda del sentido, y otra experiencia diferente de la nuestra nos muestra el interés de la singularidad y el valor de la complementariedad. Dice este autor que es verdad que en esta época donde las influencias administrativas y tecnológicas han penetrado de manera intensa y profunda en nuestra vida y en el trabajo (también en el docente), hay que recordar qué es lo esencial, lo que conlleva un esfuerzo, pero también orienta y aclara.

Podemos encontrar a Max van Manen en la Universidad de Alberta (Canadá). Está vinculado a la Fenomenología y a la investigación cualitativa; ha escrito varios libros y en su página web, podemos encontrar, entre otras cosas, más referencias bibliográficas:

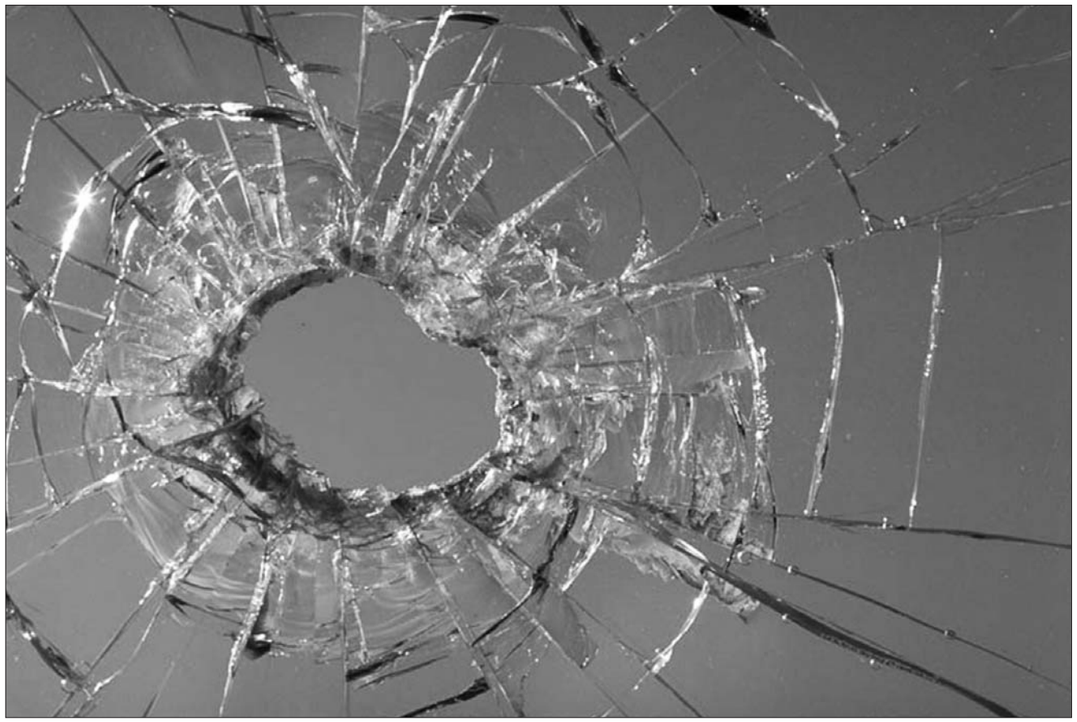
www. phenomenologyonline.com/max/index.html ■

Desarrollo del seguimiento psicomotor

Al principio del seguimiento el niño se muestra agitado, en un movimiento incesante, pasando de una cosa a otra, mostrando una necesidad incontrolable de volver a tirarse contra los cojines puestos en posición vertical para luego dejarse caer; progresivamente va a solicitar ser llevado y situado en las colchonetas. Este interés va a impulsarle a construir conmigo esta estructura vertical que progresivamente construirá solo, pero siempre para ser levantado y llevado.

Está en la búsqueda de apoyos, como si tuviera que encontrar el suelo, es decir, una base sólida. Investirá rápidamente la funda de un colchón para introducirse, cubrirse completamente y asomar la cabeza, como en un juego de "cucú" pero sin mirada de intercambio conmigo; aparece una necesidad de envoltura, de continente.

La mirada está, por así decirlo, ausente, a veces mira de lado; cuando el niño está cercano a mí, cara a cara, su mirada se disocia.



Manifiesta poco interés por los objetos pequeños.

Se muestra tenso, crispado, viviendo mal las frustraciones sobre todo en los finales de sesión donde pretende morderme o arañarme la mano o el brazo.

Después de una decena de sesiones, manifiesta su placer de venir y puede llorar con grandes lágrimas al final de la sesión, mostrándome todo su desamparo cuando dejamos la sala, pero se puede dejar consolar.

Con el fin de sostener al niño en este paso difícil, se pensó un ritual: consiste en entregarle después de cada sesión una tarjeta de cita, hecha a su nombre con la fecha de su próxima sesión. Esta tarjeta le es entregada y puesta a la vista en su aula, para permitirle gestionar mejor la separación.

Voy a hablaros de unos extractos de 7 sesiones que abarcan el período de intervención, es decir, de enero de 2005 a julio de 2007. He elegido los extractos que me parece que mejor ilustran la intervención psicomotriz con este niño, tal como la concebimos en el marco de la práctica psicomotriz Aucouturier.

1ª sesión, después de dos meses de intervención, en marzo de 2005

1ª secuencia

- El interés del niño se desplaza hacia las colchonetas colocadas en horizontal en que entra, sale, separa… y a veces reúne dos a dos.
- Pasa de una cosa a otra con rapidez, yo pretendo ajustarme a su ritmo y ofrecerle estructuras, donde pueda experimentar continentes; reconstruyo intentando reunificarle y ajustarme a él.
- Yo podría hacer el vínculo con el concepto de la "Sintonía Emocional" de Stern donde la emoción se comparte entre la madre y el niño, pero aquí esta sintonía no está aún establecida y hay que construirla en común.

Mi preocupación es intentar reunificarle: ¿"Cómo voy a encontrar a este niño?"

2ª secuencia

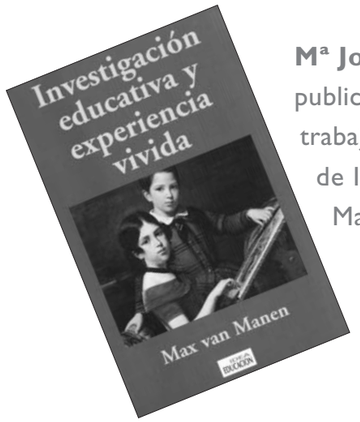
- Se coloca de espalda a la pared y busca mi mano.
- Sin mirada hacia mí
- Entra en la funda

Yo respondo a su petición de acercamiento, así como a los empujes de los pies y rodillas a partir de la envoltura.
Son los primeros intercambios en una proximidad.

3ª secuencia

- El niño construye conmigo una torre vertical, luego otra torre solo con los cilindros.
- Trata de hacer caer la torre de cojines intentando que caigan sobre él.

resumen



Mª José Intxausti nos ofrece un jugoso resumen de una publicación cuyo título no podría ser más sugerente para quienes trabajamos en psicomotricidad y en el mundo educativo, se trata de Investigación educativa y experiencia vivida de Max van Manen,

Desde Canadá

Es verdad que no a todas las personas les atrae de la misma manera pensar o reflexionar sobre los hechos que viven. Hay quien prefiere meterse de lleno en faena, incluso en faenas penosas, antes que ponerse a elucubrar. También creo que es cierto que esta desgana pensante puede estar ligada a que no siempre el esfuerzo que conlleva, se ve recompensado por alguna ventaja concreta e inmediata: ¿pensar para qué?

Esta apreciación, que presenta de una manera más o menos simplista a las personas segregadas según ejerzan o no su afición pensante, se acompaña de otra que creo que las reúne a todas, sin apenas diferencias, en un mismo bloque, en el cual las encontramos dedicadas a estas actividades: hablar, relatar, rememorar lo que les ha pasado, lo que han vivido. Somos contadores incansables, por supuesto con estilos bien diferenciados, intensidad variable y seleccionando los oyentes, pero necesitamos contar. Incluso si únicamente nos lo contamos a nosotros mismos.

Estas dos apreciaciones puede que, mejor desarrolladas, lleguen a ser interesantes o pueden simplemente acabar así, en lo que viene a ser un comentario sin más. El libro que os presento, Investigación educativa y experiencia vivida de Max van Manen, no sólo las desarrolla y las llega a hacer interesantes, sino que las convierte en ideas llenas de potencial para el mundo educativo. Sobre la vida que vivimos hablamos, pero sobre nuestro trabajo, también.

El trabajo en educación nos ofrece múltiples anécdotas, sucedidos, vivencias; curiosamente de todas ellas seleccionamos sólo algunas, o ellas nos seleccionan a nosotros. No pretendo que esto sea un juego de palabras. Pero no deja de ser misterioso, y por lo tanto interesante, darnos cuenta de que nuestra atención es selectiva y de que además normalmente gira en torno a una serie de temas más o menos estables. Aunque podríamos hacer una selección de centros de interés para todos los docentes, seguro que también podríamos hacer una segunda selección sobre cuáles interesan más a cada uno, y en esa

tido el dibujo, y mutuamente se dicen y escuchan lo que sale y entra de sus vivencias interiores.

Toda esta propuesta de descentramiento e interiorización mediante la expresión plástica y escrita sirve de paso para adentrarse en la siguiente propuesta: el ritual de salida.

Ritual de salida

En esta ocasión ofrecemos la posibilidad a los padres de compartir con los demás todo lo que necesiten decir. Algunos resaltan cierta situación ya vivida en la sala; otros, realizan conexiones entre lo que han vivido ellos mismos y lo que sus hijos puedan vivir.

Aunque este espacio no consista en una terapia, muchos de los adultos aprovechan para desahogarse y expresar todo tipo de emociones. Existe por tanto, un hueco para hablar y compartir experiencias, contener sentimientos y trabajar temas relacionados con la educación de sus hijos. "Los padres necesitan ser escuchados ya que muchos se sienten solos y confundidos entre tantos libros y especialistas que parecen tener razón, pero que llegan a resultar contradictorios" (Lourdes Cestero Montoya). Así, entre risas y lágrimas, claves y dudas, damos por finalizada la primera sesión con las familias.

El haber compartido esta experiencia con los padres, hace que nos sintamos fortalecidas en nuestro trabajo. Creemos haber conseguido que las familias miren con buenos ojos lo que hacemos; han creído en nuestra manera de hacer y en lo que sus hijos pueden evolucionar en la sala. Y esto ha influido, directamente y de manera positiva, en la actitud de los niños.

Somos las tres partes por tanto, las que salimos beneficiadas de este encuentro con las familias. Cada uno agradece al otro por haber creído en él y haberle reservado un espacio. Las familias nos dan las gracias por la labor que estamos haciendo y, al mismo tiempo, los niños agradecen a sus padres y madres por apostar una vez más por una relación más cercana y ajustada, ya que como bien afirmó José Miguel Castro, especialista en Educación Creadora, "un niño necesita adultos activos y que crecen". Nosotras damos mil gracias a los padres, madres y sus hijos por haber creído en nosotras y habernos enseñado tanto. ■

Referencias bibliográficas

Castro, J. M. Jugar, vivir, aprender. La deriva personal. III Jornadas de educación y crianza La Serrada. Alicante.

Cestero Montoya, L. El arte de ser padres. Talleres de crecimiento personal para padres. Artículo.

Gutiérrez, C. Crecer con los hijos. Artículo.

Parellada, C. 2007. Ver, observar, percibir: la mirada de la psicomotricidad como fuente entre la familia y la escuela. VIII Jornadas de práctica psicomotriz, reeducación y terapia, Vitoria-Gasteiz.

En el suelo le hago presiones en la totalidad del cuerpo para hacerle vivir sus propios límites corporales.

4ª secuencia

- Corto, toma apoyo de las manos sobre la colchoneta y sobre la hilera de cojines.
- Entra en el túnel horizontal; una parte de sus piernas y sus pies permanecen fuera.

Le propongo un continente, acepta y entra en el túnel.

Le toco en la planta de los pies.

5ª secuencia

- Entra en las colchonetas.
- Yo completo la construcción.
- Se deja caer.

Yo le acompaño en su caída sosteniendo las colchonetas y ofreciéndole un contacto de la mano en la cabeza.

2ª sesión, en torno a julio de 2005

1ª secuencia

- Primeras sonrisas dirigidas.
- Contenido en la tela, saca la cabeza, sonríe, se cubre y se levanta.
- Pretende morderme la cara en las primeras aproximaciones.
- La mirada comienza a fijarse.

E n los juegos compartidos con la funda mantengo el contacto a partir de sus pies.

2ª secuencia

- Toma la iniciativa de ir a buscar un balón hinchable, balón que inviste desde hace algunas sesiones, y a continuación va a colocarse en el ángulo de una pared; observa la pared, la toca con el balón y lo repite varias veces para permanecer un momento inmóvil de espalda a la pared.

3ª secuencia

- En el suelo boca abajo cuando su espalda entra en contacto con la colchoneta, su tonicidad cambia.

Comienza a moverse más lentamente.

- Va a vivir una experiencia corporal propioceptiva a partir de rodar y del contacto y apoyo sobre el suelo.

Parece reapropiarse de sus sensaciones.

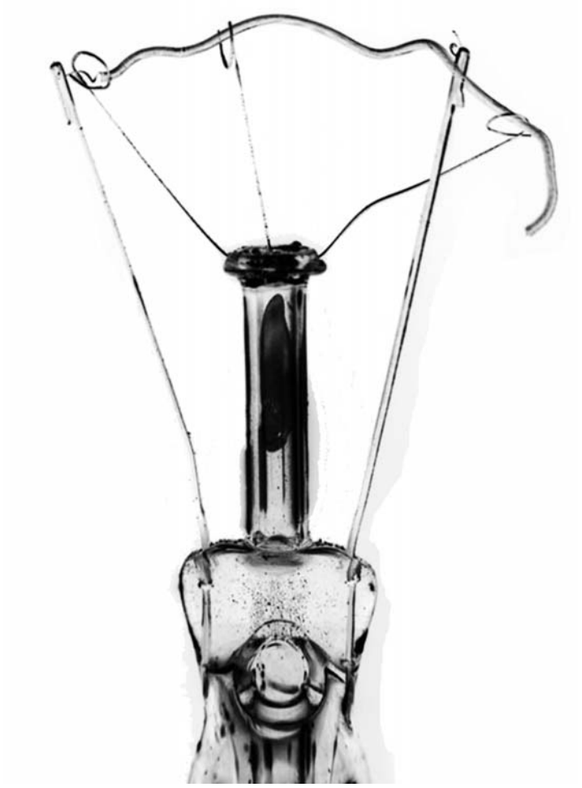
4ª secuencia

- En la hamaca, viene al contacto y permanece un momento con su espalda contra mí.

Parece por primera vez vivir una experiencia de continencia a partir de mi cuerpo sin la introducción de un intermediario.

5ª secuencia

- Va a buscar las formas que se encajan, vacía la caja, vuelve a cerrar la tapa.
- Separa todas las piezas y las retiene entre sus piernas.



Yo reúno lo que dispersa.

- Dispersa todo de nuevo, y reúne las dos partes de un pequeño barril amarillo, luego las dos partes de un pequeño barril azul.

6ª secuencia

- Con un medio barril en cada mano, se desplaza; los reúne, deposita el barril verticalmente sobre el suelo y toma los dos aros que se encuentran al suelo.
- Coloca sus rodillas y su cabeza dentro por dos veces, luego coloca su cabeza y sus pies.
- Va a reencontrar el eje vertical, va al ángulo de la pared y se coloca frente él tocando la línea del ángulo con la barbilla.

Parece encontrar una experiencia de continente a partir del aro.

Permanezco en contacto con él mediante con mi mirada.

3ª sesión, octubre de 2005

1ª secuencia

- El niño encuentra el placer de saltar en altura siendo sostenido; placer compartido juntos.
- Sube al marco de la ventana y toca con las dos manos el techo.

los padres y madres. Así, nuestra labor consiste en asistir al otro: por ejemplo, cuando percibimos la necesidad de expandirse en el espacio con un trazo concreto añadimos otro papel, unido al que ya tienen. Es de esta manera como los padres sienten que realmente su trabajo es importante. Si los que asistimos tomamos su trabajo en serio, sin juzgar ni querer interpretar, ellos también lo harán. Una vez dado por terminado este dibujo, los psicomotricistas acogen los trabajos con mucho cuidado y respeto.

Seguidamente, y para ir concluyendo con la representación, les proponemos que se coloquen en la sala, individualmente, en un lugar donde más lo necesitan, para comenzar a escribir lo que cada uno siente. Les aconsejamos que dejen salir a esas palabras que su cuerpo necesita expresar, de una manera fluida, aunque a primera vista parezca que no tengan sentido.

De la misma manera que la necesidad de moverse en el juego y la de trazar en el dibujo inunda sus cuerpos, una vez introducidos en la escritura, resulta impresionante percibir la necesidad de expresión que cada uno de ellos vive gracias a la acción que anteriormente han podido experimentar, y ahora a cierta distancia, pensarla. Así, reflexionan sobre lo que cada uno de ellos ha podido vivir en la sala, comprendiendo más profundamente su manera de ser y actuar.

Ya por último, los padres y madres se reúnen con la pareja con la que anteriormente han compar-



Es con esta experiencia con lo que realmente los adultos presentes van a poder experimentar lo que sus hijos viven en la sala y posteriormente poder asistir a sus necesidades con mayor ajuste. Conectarse con uno mismo nos ayuda a conectarnos mejor con el otro. En esta vivencia las familias se implican con todo el cuerpo, de una manera íntegra y profunda. Tratan con esto de aprender un lenguaje que no está escrito, pero que habita en sus cuerpos. Dicha expresividad motriz es la que les da la oportunidad de adentrarse en sus almas y descifrar lo que está inscrito en ellos, para comprenderse a sí mismo y acompañar al niño que tienen delante con mayor respeto.

Cuento

El llamamiento canturreado de "ipuinaren ordua iritsi da" ('ha llegado el momento del cuento') avisa a los padres del final del juego motor y del comienzo del cuento. En este caso, el cuento consiste en una reproducción de un vídeo realizado con imágenes de sus hijos e hijas en la sala.

Los padres y madres, después de haber experimentado situaciones similares por sus propios cuerpos, miran con atención todo lo que sus hijos son capaces de hacer y de ser. Es de esta manera como las familias llegan a colocarse en el lugar de sus hijos y conectan con lo que en cada uno de los momentos su hijo pueda estar viviendo. Este hecho ayuda a los padres a sentirse más cerca de sus pequeños e intuir ese punto de conexión donde la comunicación parece ser más efectiva.

En definitiva, es en este espacio donde los padres cambian la visión hacia sus hijos y reflexionan en silencio para cada uno encontrar en su interior aquello que necesita para acercarse más a sus pequeños. Cristóbal Gutiérrez, cuidador extraordinario del alma infantil, afirma que "los padres han de cultivar y solidificar los tres pilares que sostienen la crianza: la observación, la reflexión y la intervención. Observar para poder distinguir lo esencial de todo aquello que percibe. Reflexionar, pensar y reconsiderar los conceptos desde los cuales vemos la vida. Y, por último, aprender a intervenir para que el niño en lugar de obedecer, descubra cuáles son sus deseos y cómo llevarlos a cabo".

Representación

En esta ocasión, sugerimos a los padres y madres que se reúnan de dos en dos y colaborando el uno con el otro se expresen mediante un dibujo.

Al principio, paralizados, miran a su alrededor intentando asimilar la propuesta. Debe haber adultos que desde hace tiempo no han jugado con la expresividad plástica y les resulta violento coger la pintura y sin que se les dé una consigna comenzar a dibujar. Más tarde, una vez introducidos en el papel, es casi imposible que se detengan en su expresividad. De alguna manera algo en su interior guía para continuar dibujando sin parar.

Mientras los dibujos transcurren, las educadoras permanecen atentas a las necesidades internas de

Parece que busca vivir una experiencia de verticalidad.

2ª secuencia

- En la posición acostada, aparecen momentos de proximidad con intercambios alegres y distendidos.

Son para mí momentos de intercambio y comunicación.

4ª sesión, marzo de 2006

1ª secuencia

- Permanece un momento sostenido en mis brazos.

¿Parece encontrar un contacto con el cuerpo, que lo calma, que parece conocer y reencuentra?

- Al volver sobre la colchoneta parece que se lleva un breve momento el pulgar a la boca.

2ª secuencia

- Rodarlo sobre la colchoneta

Emisión de ruidos con la boca guardando al mismo tiempo el contacto con sus pies.

Todo ello tumbado.

3ª secuencia

- Toma la iniciativa de colocarse en la hamaca, le ayudo a hacerlo.
- Se instala solo, se balancea.

Yo mantengo el contacto por el intercambio sonoro y la mirada alejándome al mismo tiempo un poco.

- Se coloca transversalmente en la hamaca, cabeza y piernas fuera de la envoltura-hamaca.

Lo recoloco para que se sienta mejor contenido y me alejo.

- Permanece un momento solo balanceándose.

Permanezco en contacto con él por la mirada.

5ª sesión, julio de 2006

1ª secuencia

- Monta sobre el banco colocado en altura, con mi ayuda.
- Deja caer una pequeña pelota como para percibir la profundidad
- Luego, salto "a dos".

2ª secuencia

- Va a trepar de nuevo y a saltar solo.
- A continuación va a deslizarse bajo la manta, y saca sus piernas.

Yo le reunifico en silencio.

◆ Intercambios de placer compartidos vinculados al placer de reencontrarse.

6ª sesión, octubre de 2006

1ª secuencia

◆ Permanezco más a distancia, es él quien se acerca y se aleja de mí.
◆ Lo mismo con el túnel… aproximación, luego alejamiento.

La diferenciación parece instalarse.

2ª secuencia

◆ Aparecen los transvases de pelotas donde sigo estando a distancia, permaneciendo al mismo tiempo en contacto por la mirada y las palabras.
◆ Le devuelvo todas las pelotas cuando vuelca el cubo sobre su cabeza.
◆ Recogemos las pelotas juntos.

Está tranquilo y reanuda su actividad de transvases.

◆ Pone el cubo sobre su cabeza… viene hacia mí.

Parece que quiere que nuestras dos cabezas estén en un único cubo.

◆ Luego se aleja y sigue el transvase de las pelotas de un cubo al otro.

7ª sesión

1ª secuencia

◆ En la funda, sigue buscando siempre las presiones sobre el cuerpo.

Las presiones comienzan a poder hacerse directamente sobre el cuerpo.

◆ La mirada es viva, chispeante y directa, el placer está presente.

Al final de la sesión le presento dos libros sensoriales, fieltros y papel para dibujar, luego se firmará su tarjeta de cita.

Conclusiones

Los juegos corporales vividos en una relación de intercambios, en una relación de placer compartido, son para nosotros los psicomotricistas una estrategia fundamental para constitución de un sentimiento de unidad sí.

Desarrollar este sentimiento de unidad puede permitir al niño hacer frente a las angustias de caída o de no límite cuando éstas le invaden, y puede permitirle ser más sólido cuando se siente amenazado por la angustia.

Habéis podido ver que este camino es largo, que el niño tiene necesidad que guardar un determinado tipo de reaseguración, que es necesario no dejarse

dirigirnos a cada uno de ellos por su nombre, recoge lo especial y único de cada uno de su ser y su sentir.

Por último, para que sus posibles miedos a lo desconocido y a lo que está por llegar vayan deshaciéndose y acercándose a la realidad, les describimos sin profundizar demasiado, el itinerario que van a seguir en esta sesión. Imaginarse el esquema que van a recorrer les sirve también de ayuda para centrarse en lo que van a ser, sin que sean invadidos por demasiados fantasmas.

Relajación

Mediante esta práctica pretendemos que cada persona conecte con su interior en el aquí y ahora. Sugerimos que presten atención a aquellos puntos de tensión que puedan existir en sus cuerpos y que una vez identificados, intenten relajarlos y desbloquearlos a través de la respiración. Poco a poco, cada uno va tomando consciencia de su cuerpo y de lo que en ese momento siente. Una vez conectados y relajados van saliendo muy despacio, con movimientos suaves de esa situación, abriéndose de nuevo al espacio exterior de la sala.

Para acabar con la relajación, les sugerimos que se desplacen por la sala con calma, sin perder la conexión y conservando los beneficios que han conseguido. En ese caminar, cada uno con su sentir, se va encontrando con el otro para poco a poco entrar en relación con los demás.

La expresividad motriz

No sólo los niños, también los adultos necesitamos romper con la ley y con la simetría. Algunos nada más escuchar el ¡1,2, y 3! de la boca de la psicomotricista, corren hacia la torre para destruirla con la totalidad corporal; otros se quedan atrás, mirando sorprendidos la respuesta de destrucción de los demás. Entonces, una de las psicomotricistas ofrece una torre más bajita a ese adulto que se ha quedado atrás, pero que aún muestra tener deseo de destruir. Al principio avergonzado y más tarde con decisión, es cuando éste último consigue entrar en juego.

Al principio, existe en los padres una gran curiosidad e interés por descubrir todo lo que la sala les ofrece. Pero al mismo tiempo, se miran unos a otros, como preguntándose "¿y ahora, que hago?" Una vez vivida esa confusión entre "quiero y no me permito", entre "me gustaría, pero qué dirán", cada uno a su manera y a su ritmo, va entrando en una dimensión que hace mucho tiempo no había experimentado. Una dimensión que le lleva a la infancia, a las raíces de su verdadero ser y sentir.

En algunos el placer estalla con el movimiento, el salto y el grito; en otros, el displacer con la inhibición; y es en otros donde la agresividad les conduce hacia la destrucción, para de nuevo ser construido. Las psicomotricistas, sin olvidar que debemos actuar como con los niños, percibimos cada situación e intervenimos cuando creemos oportuno.

psicomotricistas no ha hecho más que empezar; un reto, porque nunca hasta ahora habíamos trabajado con ellas de esta manera; y una vez más, un reto, porque ante esta nueva situación desconocíamos nuestra propia respuesta así como la de los padres y madres que iban a asistir a las sesiones.



A la vez, está resultando una experiencia enriquecedora, llena de ilusiones y, cómo no, de miedos. En un principio la ilusión hizo que estalláramos en ideas, pero conforme se iba acercando el día de la primera sesión con las familias, los miedos empezaron a convertirse en casi protagonistas. Es gracias a estos últimos como pudimos darnos cuenta de la realidad y tocar tierra de una manera más protectora hacia nosotras mismas y ajustarnos con conciencia a las expectativas que las familias podrían tener en cuanto a estas sesiones. De esta manera, nuestro proyecto cambió de rumbo: describimos un itinerario simplificando aquello que a lo mejor a algunos padres y madres les podría venir grande y aquello que nosotras, como acompañantes, no estábamos seguras de desempeñar con disponibilidad. La primera sesión que íbamos a realizar con los adultos quedó en una sesión similar a la que desarrollamos con sus hijos:

Ritual de entrada

Algunos nada más entrar por la puerta se acercan con mucha decisión; otros entran con más timidez, primero observando el nuevo entorno en la que se encuentran, para más tarde ir adentrándose en ella. Cada padre y madre actúa de diferente manera, como cuando los niños llegan por primera vez a la sala.

Una vez reunidos todos, procedemos a las presentaciones, tanto nosotras como las familias. Es en la misma presentación donde la tensión que lleva cada uno de nosotros se va aflojando. Cada palabra expresada, aún con resistencias, ayuda a vivir con más calma y aceptación lo que hace unos instantes vivíamos con mayor angustia. Como bien nos recalcaba Miguel Ángel Domínguez Sevillano en la formación personal, "la cosa cuando se dice no es la cosa, sino que ya es otra cosa".

Entre otras, sugerimos a los padres que cuenten el porqué de asistir a esta sesión y cómo se sienten. Es de esta manera como cada uno de ellos se va conectando con su interior para poder expresarse desde dentro hacia fuera. Una vez ex-presado, la tensión y los miedos disminuyen y los cuerpos empiezan a aligerarse. Conforme cada uno de ellos va acabando con su presentación, una de las psicomotricistas coloca una pegatina a cada uno con su respectivo nombre. Este gesto además de servir para

desalentar por las repeticiones ya que este rodeo por el cuerpo ayuda al niño a estructurarse psíquicamente..

Lo que nos permite guiar nuestro enfoque psicomotor, es encontrar cómo permitir al niño poder entrar en contacto con el otro.

¿Qué proponerle para acceder a una formación de la envoltura sin encerrarse ni encerrarlo?

Cuando los niños autistas se atan a un único elemento sensorial, están con la falta de un continente; es necesario entonces volver de nuevo de manera sensorial a la envoltura del cuerpo, a la piel, que supone la localización de un límite, por medio de sensaciones corporales como los contactos, las presiones, los estiramientos, el peso, el calor y por manipulaciones, masajes y envolturas, experiencias que deben vivirse en una relación emocional intensa con el terapeuta.

El día en que este niño pueda expresar sus emociones, saldrá de su aislamiento (B. Aucouturier. El método Aucouturier ED. El Bouck 200). ■



Melissa Valdivia es maestra especializada en Educación por el Arte. También es psicomotricista y terapeuta psicomotriz y como tal trabaja con niños y niñas con dificultades y con sus familias, así como generando espacios de encuentro con maestras y profesionales del cuidado de niños pequeños.



Ianire Jaio y **Maider Arrizabalaga** trabajan como educadoras en diferentes centros educativos y como psicomotricistas, en horario extraescolar en la Escuela Pública Bedoñabe de Arrasate.

Integración de afectos. Integración sensorial

Si mencionamos el tema de las integraciones nos referimos a un todo con sus partes, a un todo integrado que funciona a la vez dentro de unos parámetros que permiten la eficacia de la acción.

Pero esta eficacia, en el caso de la Integración Sensorial, se remite a nuestros primeros momentos de vida, a nuestras primeras sensaciones, a nuestras primeras emociones.

Todo empieza cuando somos concebidos y llevados durante 9 meses aproximadamente en el vientre de nuestra madre. El bebé "siente" los movimientos del cuerpo de la madre, su respiración, los latidos de su corazón, el sonido de su voz, los sonidos externos; además ocurren una gran cantidad de estímulos sensoriales y el niño responde con la acción, con el movimiento, y entonces la madre siente "las pataditas", o movimientos bruscos, cuando ella habla en tono de voz específico o se queda quieto cuando ella está triste, etc. Todo esto es una antesala para los futuros movimientos del bebé durante su primer año de vida; es así como está motivado para gatear, arrastrarse, caminar, coger objetos, entre otras cosas.

Desde que el bebé nace, la madre intenta satisfacer las cambiantes necesidades de su bebé y le permite a éste tener una línea de vida, relativamente ininterrumpida; le permite también vivir estados de no integración y sosiego, confiado en un sostén real, acompañado de fases de integración que son parte de la tendencia de crecimiento heredada por el bebé.

El bebé pasa fácilmente de situaciones de integración a situaciones de no integración y la acumulación de estas experiencias conforma un modelo y establece una base para las expectativas del bebé. El bebé llega a creer en la seguridad y fiabilidad de los procesos internos que conducen a la integración, en una unidad.

No sólo con niños, sino también con sus familias

Desde un principio hemos creído que para realizar un trabajo verdaderamente completo y coherente con los niños que asistían a la sala, debíamos también integrar a las familias en la misma. "Primero son los padres y luego los hijos" (Carles Parellada). Todos los niños traen en la sombra a sus padres y madres y en esta edad de 2 a 6 años son quienes más necesitan hacerlo, aunque sea inconscientemente.

No sólo los hijos, sino que los padres también sienten todavía una gran necesidad de estar unidos a sus pequeños. Nada más abrir la puerta de la sala, cuando la sesión de psicomotricidad finaliza, los padres y las madres se acercan a los niños como queriendo averiguar qué es lo que han hecho y cómo se sienten. Realmente existe en los padres una gran curiosidad por descubrir lo que sus hijos son en la sala. También hay familias que le dan mucha importancia a saber lo que hacen sus hijos e intentan interrogar a las educadoras para descubrir aspectos que sus hijos no les quieren contar. Más tarde, son esos padres y madres quienes se dan cuenta de que lo que sus hijos viven en la sala es su privacidad y que nosotras, las psicomotricistas, no les vamos a contar mucho más de lo que sus niños les quieren contar, cuando no es necesario hacerlo.

Así que para una mayor comprensión y aceptación hacía lo que eligen sus hijos, contar o no lo que viven en la sala, y por la constatación de la tremenda importancia de las familias para los niños con quienes trabajamos, intentamos desarrollar el trabajo que veníamos realizando como psicomotricistas. Teníamos un gran reto por delante: no solamente trabajar con los niños, sino también con sus familias. "Para educar a un niño hace falta la tribu entera" (frase africana). Y así es como estamos viviendo el trabajo que vamos elaborando con las familias: como un gran reto. Un reto, porque nuestro recorrido profesional como

halla en lo más profundo del ser (como dice Winnicott, son "huellas conservadas pero no investidas"). Es algo muy profundo, anterior a la formación del psiquismo, algo que sucedió pero de lo que no queda recuerdo, algo anterior a la constitución del yo, sobre el que se colocaron las defensas para la supervivencia, y por ser la propia organización del yo la que se halla amenazada resulta tan insoportable su vivencia o "recuerdo".

Esa angustia de caer pasada había pasado a ser el aquí y ahora, y al ser vivida fue algo parecido a recordar. Su miedo escondido en el cuerpo, reprimido, oculto, su angustia de caída, el miedo al derrumbe, habían salido violentamente a la superficie.

"El derrumbe, dice Winnicott, es ese estado de cosas impensable que está por debajo de la organización de las defensas. Es una experiencia que ya fue vivida pero que paradójicamente no fue experimentada por el infante como tal, pues en ese momento no había tal bebé, es decir, un psiquismo que pudiese cualificar la experiencia.

El desmoronamiento es tan temido porque amenaza siempre con tener lugar en el futuro, y de hecho ya ha tenido lugar en el pasado. Pero -y aquí se encuentra la paradoja central-, ha tenido lugar sin haber encontrado su lugar psíquico, quedando registrado en el propio cuerpo.

Ha tenido lugar algo que carece de lugar, un estado del pasado que no puede recordarse a menos que sea experimentado en el presente por primera vez.

Ahora a mi amigo le tocaba trabajar y contextualizar la experiencia vivida con su terapeuta para que ese terror vivido, sentido y experimentado no le invadiera, y tomara conciencia de su desarraigo, reconociéndolo como parte de sí mismo.

Y a mí, a mí también, me quedaba la tarea de distanciarme emocionalmente, de trabajar mi propia angustia de caída y enmarcar teóricamente la experiencia compartida. ■

Referencias bibliográficas

Winnicott, W. D. (1991). Exploraciones psicoanalíticas I. Buenos Aires. Ed. Paidós.
Winnicott, W. D. Realidad y juego. Barcelona. Ed. Gedisa.
Lowen, A. (2007). La depresión y el cuerpo. Madrid. Alianza editorial.
Lowen, A. (1977). Bioenergética. México. Ed. Diana.
Aucutourier, B. (2007). Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz. Barcelona. Ed. Graó.

El bebé, gracias a las acciones de transformación que le procura el objeto externo, va incorporando un conjunto perceptivo sensomotor que es el resultado de la calidad de los cuidados que recibe: lo incorpora como envoltura externa olfativa, sonora, visual, táctil, cinestésica, postural, y llega a ser una envoltura propia. La cobertura externa se hace envoltura propia y le permite sentirse recubierto de manera continua. Anzieu (1993).

Pero ¿qué sucede cuando no se genera una cobertura externa que parta desde el cuidado y el placer de ser cuidado, del placer de ser sostenido y mirado desde el afecto? O ¿qué sucede cuando el objeto externo no está lo suficientemente preparado para sostener y atender desde el placer de ser atendido?

Es aquí, en este inicio de nuestra vida, donde se juegan nuestros vínculos, nuestra manera de relacionarnos, de integrarnos, de existir y estar donde nos corresponde.

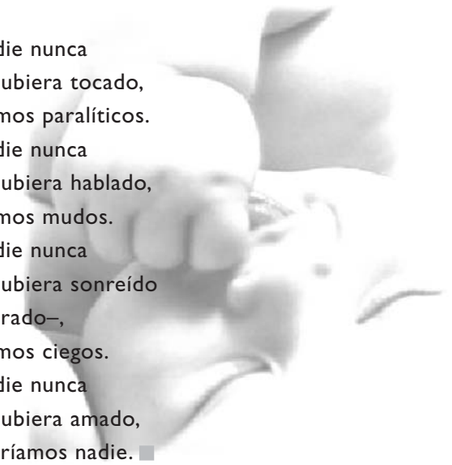
Y es que la envoltura propia, la de cada uno en particular, nos envuelve y resguarda, nos permite integrar e integrarnos en un otro.

Entonces cuando hablamos de una integración sensorial, nos remitimos a los afectos de esta sensorialidad, a los placeres y displaceres que ha vivido nuestro ser, a las huellas o a los engramas que se quedan registrados en nuestro cuerpo y que son expresados por nuestros sentidos, nuestros gestos, posturas, lenguaje, movimientos, respiración, etc.

Hoy en día vemos distintas situaciones en la que las niñas y niños pequeños hacen uso de sus sentidos de manera recurrente, porque es así como saben que "existen", que son escuchados y mirados por otros; aún no han podido conectar sus sentidos a la emoción, a su propia envoltura, a su parte más interna. Cuando este vínculo temprano con el objeto-madre se reactualice, se repare, se sostenga, estos niños podrán ir conectando poco a poco con su parte más profunda, se podrán ir integrando en sí mismos con sus habilidades y dificultades.

La integración parte de la unión y no de la separación de afectos, de la interiorización de experiencias placenteras, vividas en su totalidad.

Para terminar este pequeño artículo, quiero compartir un poema muy ilustrativo de Paul Beaudiquey, que aparece en el libro "Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz Aucouturier", escrito por Bernard Aucouturier:



Si nadie nunca
nos hubiera tocado,
seríamos paralíticos.
Si nadie nunca
nos hubiera hablado,
seríamos mudos.
Si nadie nunca
nos hubiera sonreído
–y mirado–,
seríamos ciegos.
Si nadie nunca
nos hubiera amado,
no seríamos nadie. ■

Arantza Iruretagoyena es profesora y psicomotricista, máster en bioenergética y alumna de la formación en ayuda de nuestra escuela.

Reflexiones en torno a la angustia arcaica de caída y su relación con los apoyos (Winnicott-Lowen-Aucouturier)

"Los humanos somos como los árboles, arraigados a la tierra en un extremo y tendiendo al cielo desde el otro. Cuán alto podemos tender depende de la fuerza de nuestro arraigo. Como criaturas de la tierra estamos conectados al suelo a través de las piernas y de los pies. Si la conexión es vital decimos que la persona está enraizada en la tierra., lo que significa que sabe quién es y dónde está parado. Estar enraizado es estar conectado con las realidades básicas de la vida: el cuerpo de uno, su sexualidad, las personas con las que mantiene relaciones."

"No basta con saber que uno tiene los pies en el suelo, lo que se requiere es el proceso energético en el que la onda de excitación descienda por el cuerpo hasta las piernas y los pies. Nos sentimos enraizados cuando la onda de excitación llega al suelo, invierte su dirección y fluye hacia arriba, como si la tierra nos empujara para sostenernos erguidos."

"La calidad del enraizamiento de un individuo determina su sensación interna de seguridad" (Lowen).

Estando realizando el curso de psicomotricidad de ayuda, aquél verano tuvimos una formación personal larga, en la que tuve la suerte de experimentar la seguridad del suelo y de los apoyos, y algo más tarde con la observación de vídeos de bebés, la comprensión de la angustia de pérdida de sí en el bebé. Integré corporalmente, engramé como diría B. Aucouturier, que en los primeros meses de vida, el bebé no es nada sin su madre, que necesita estar contenido y sostenido por la madre para poder llegar a ser. Tras esto surgió en mí la necesidad de buscar un marco teórico que me ayudara a entender mejor lo vivenciado en aquel curso y con todo este bagaje interno y un par de libros, me fui unos días al monte con un amigo.

Íbamos con la intención de realizar excursiones, no muy largas, ya que él tenía una dificultad para andar y no podía hacer marchas muy prolongadas (pies cavos y en posición de V al andar: apoyos frágiles).

"Un individuo no puede estar enraizado si tiene los arcos de los pies tan elevados que sus pies no entran en pleno contacto con la tierra, o si los pies han perdido elasticidad y son caídos. Los arcos elevados y progresivamente las funciones relacionales como la prensión, el equilibrio, la coordinación" (Aucouturier).

Un niño bien enraizado, es un bebé "delimitado", bien sostenido y contenido por las "buenas experiencias" y atenciones de la madre, que le hacen sentir que "es" y le evita la angustia arcaica de caer en el vacío. Este niño que se sentirá protegido en el tiempo, afectivamente y emocionalmente seguro, de adulto se sentirá firme sobre sus piernas y seguro de que el suelo está allí para sostenerlo. El niño se representa a sí mismo en función de sus sensaciones de apoyo. La seguridad de los apoyos favorece la seguridad emocional. Un adulto enraizado, como dice Lowen, ya no se impulsa a sí mismo hacia arriba sino que deja que lo sostenga el suelo.

Él se daba cuenta de que ese miedo a caer, no se solucionaba con fármacos, (incluso la explicación de que tenía vértigo le parecía algo superficial). Su imposibilidad de superar ese miedo a través de la voluntad le llenaba de rabia.

Y se comenzó a preguntar: en realidad, ¿a qué tengo miedo? No recordaba ninguna situación de gran miedo en su infancia, ni ningún trauma especial.

"Todas las vivencias del bebé son engramadas, van dejando su huella en lo somático (tono, órganos, etc.), el bebé no tiene madurez para elaborar sus vivencias en otro registro que no sea el propio cuerpo" (Aucouturier).

"Cualquier inseguridad que sienta el niño en la relación con su madre quedará registrada en su cuerpo. Inconscientemente el niño tensará el diafragma, contendrá la respiración y levantará los hombros con temor. Una vez que se ha registrado la inseguridad en su cuerpo, el individuo queda atrapado en un círculo vicioso, ya que continuará sintiéndose socavado mucho después de haber dejado de depender de la madre" (Lowen).

En la bajada se volvió a repetir esta emoción, de una forma más atenuada que el día anterior pero el simple hecho de no ver el final del camino en la distancia ya le daba terror, "por ahí no se puede ir, no hay camino", tenía que adelantarme para asegurarle que no había dificultad, que a pesar de que no viera el final del camino, el camino continuaba, un camino de tierra, un camino de bajada, de ninguna forma interrumpido por un precipicio. Me recordó el aparecer-desaparecer y el lejos-cerca, dos conceptos arcaicos en la relación bebé-objeto (madre). Él no podía soportar que el final del camino desapareciera (él no pudo soportar que su madre "desapareciera"). Eso le proporcionaba una gran inseguridad, llegando hasta paralizarle y limitarle el movimiento.

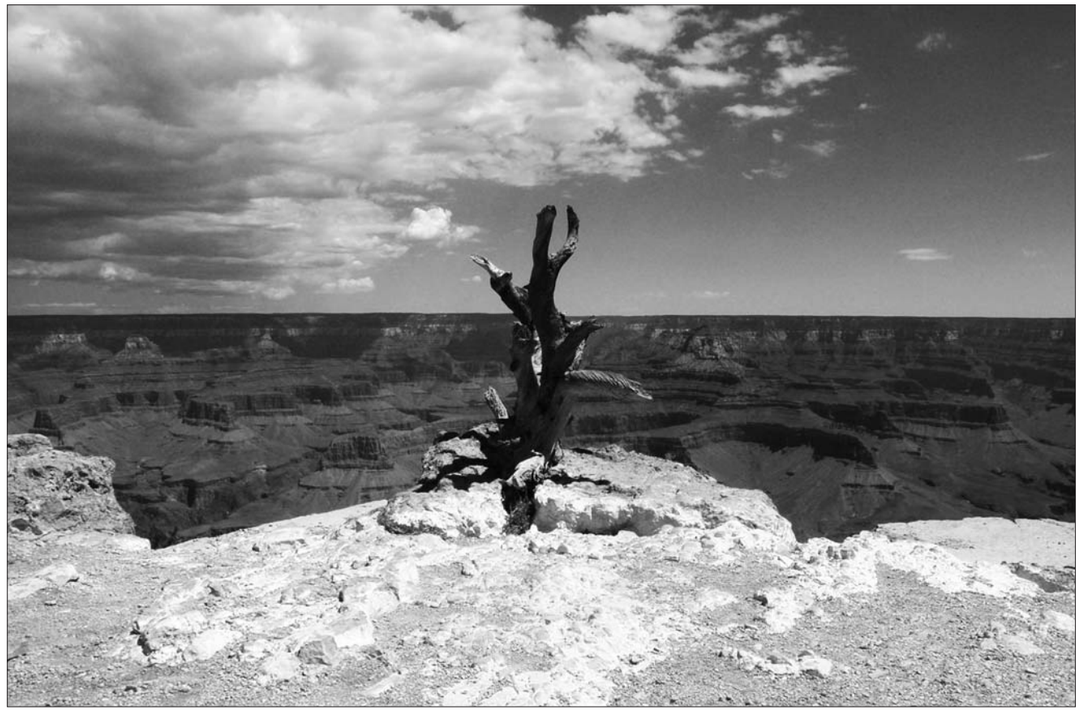
Al llegar abajo y ya en el coche, volvió a experimentar una bajada grande de energía, tenía frío, el viaje de vuelta lo hizo dormitando y bien tapado con una manta.

Aquello que no ha sido vivido, experimentado, que escapa a toda posibilidad de memorización se

sostén, y cómo de alguna forma estaban relacionadas.

"Los infantes humanos necesitan estar sostenidos por alguien para sentirse seguros, la necesidad que siente el infante de que lo sostengan para creerse seguro, es la causa que predispone a la ansiedad de caerse. El verdadero motivo es la carencia de contacto físico con la madre y el que no lo sostenga en sus brazos. En el bebé persiste su impulso de buscar contacto, pero va asociado con un temor creciente de que no hay base para esperar una respuesta, ni certidumbre de sus necesidades como organismo, ni motivo en qué apoyarse" (Lowen).

"Los niños que no se han sentido bien sostenidos, ni protegidos, experimentan el miedo a caer, a precipitarse al vacío o al abismo y a descoyuntarse. La angustia de caída nace de las manipulaciones violentas del bebé en el espacio. Esta angustia se apacigua en función de la envoltura del lactante por los padres durante los primeros meses. Por el contrario, si la intensidad de estas angustias perdura, desestabiliza las funciones corporales, inmunitarias, vegeta-



vados suelen observarse en individuos con piernas extremadamente delgadas. Criados por madres inaccesibles u hostiles, esos individuos se sienten obligados a despegarse del suelo.

Pararse o caminar con los pies vueltos hacia fuera en posición de V también puede ser resultado de una tensión crónica en los glúteos. En la mayoría de los casos, esa tensión se debe al entrenamiento prematuro del control de los esfínteres, que hace que el individuo tenga "un trasero apretado" y camine con los pies en posición de V" (Lowen).

Recogimos información sobre los itinerarios que podríamos realizar, y como en uno de ellos nos hablaban de algunos pasos aéreos, preguntamos en la oficina de información, contestándonos que no había ningún peligro y que era una excursión preciosa. Mi amigo observó que si se trataba de pasos de altura y con movimiento (por ejemplo un puente colgante), hacerlo resultaba dificultoso para él, pero nos aseguraron que la excursión se realizaba en todo momento a través de un camino de tierra y que en algún tramo no existía pared a la derecha, pero que el camino estaba bien trazado.

Lo dejamos para el día siguiente y aquella misma tarde dimos un paseo, que se alargó más de lo previsto, y se nos fue echando la noche encima sin tener mucha seguridad del camino de retorno hacia el camping. Mi amigo estaba cansado y todos los ruidos que se escuchaban (cantos de pájaros) empezaron a ser amenazantes para él. Al no poder disponer de la certeza del camino de vuelta, comenzó a inquietarle de manera tal vez un poco irracional. "El miedo condiciona, limita y distorsiona la vivencia de la realidad". No estábamos lejos del camping, y la dirección del camino de vuelta estaba bastante clara. "No veía la realidad sino la representación que se hacía de ella". Llegamos bastante cansados y nos fuimos a dormir.

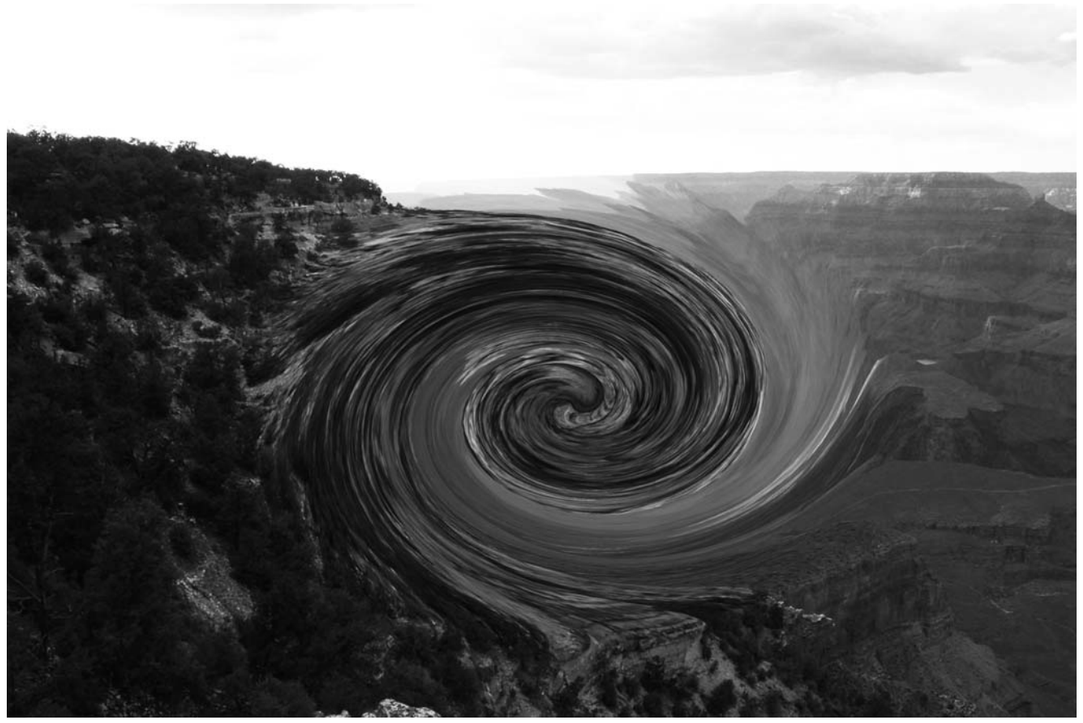
A la mañana siguiente, un día luminoso, nos pusimos temprano en movimiento, y después de subir hasta los 2.100 mts., decidimos volver por el camino de los "pasos aéreos" y comenzamos a descender: a la izquierda teníamos unas grandes formaciones rocosas, ante las cuales mi amigo ya mostró un cierto desasosiego, pero como a la derecha los pinares y el terreno se sucedían, al principio no pasó nada extraordinario. Llegó un momento en que yo iba feliz, haciendo fotos del paisaje que se observaba desde la altura por la que caminábamos, cuando la parte derecha del camino dejó de ser tierra para convertirse en un corte bastante vertical y desprotegido, la parte izquierda seguía siendo grandes rocas.

De repente vi a mi amigo que aceleraba el paso (síntoma de pánico) y oí unos sollozos. Por supuesto me preocupé y rápidamente acudí en su ayuda. Se tiró contra la pared y dijo "yo no puedo con esto" (terror paralizante). Mi primera sensación fue de estupor ya que el camino estaba perfectamente trazado, en un principio no llegué a observar la magnitud del terror que padecía mi amigo, había perdido el control y parecía sentir una muerte inminente.

Posteriormente vino a mi mente la angustia de caída: "Hay niños que tienen mucho miedo frente a la caída, con intensas descargas emocionales y la necesidad entonces de agarrarse, agarrarse el objeto, agarrarse a las personas. En algunos niños hay una angustia de caída por falta de haber sido sostenido" (Aucouturier).

"Existe el temor de que si se caen, no van a ser capaces de levantarse, saben que lo pueden hacer, que con un esfuerzo de su voluntad se pueden incorporar, pero de lo que no están seguros es de poderse levantar. Levantarse o surgir es como crecer. La fuerza para levantarse viene de abajo, a cada paso que damos apretamos la tierra con la planta y ésta responde a la presión empujándonos hacia arriba. Levantarse y caer son funciones antitéticas, que no pueden existir una sin la otra. El que no puede caerse no puede levantarse" (Lowen).

Le dije: si quieres te doy la mano y vamos poco a poco los dos, no se podía retroceder, o era adelante o quedarse o dejarse caer. Reconocí que mi amigo se encontraba en una situación en la que sentaba esa contención y sostén maternal que un terapeuta en esa transferencia se lo hubiera podido ofrecer, pero yo, era su amiga y también estaba impactada, necesitaba distancia para poder descargar y elaborar la tensión que yo también había acumulado. Así que no se me ocurrió otra cosa que ofrecerle un saco momia de plumas, que le marcase bien los límites, le envolviera, le abrigara y le contuviera, simbolizando ese continente que él pedía sin pedir.



Al día siguiente, al despertar y preguntarle qué tal había dormido me explicó que había estado soñando con que quería pasar, ir hacia adelante y que siempre encontraba un tope en el camino que se lo impedía.

"La sensación de caer debe obedecer a un movimiento interno.

Al caer dormido se retira la excitación y la energía de la superficie del cuerpo y de la mente. Lo mismo ocurre en el proceso de caerse. Las dos situaciones son energéticamente equivalentes. El rendir el control del ego supone el retiro de la energía y la retirada de la energía de la superficie de la mente y el cuerpo. Cuando el control del ego se identifica con la supervivencia, como ocurre con las personas que operan en gran parte a base de ejercitar la voluntad, hay una oposición consciente a rendir ese control y se producen situaciones de severa ansiedad" (Lowen).

Nos pusimos en marcha una vez más, yo pensé que iba a negarse a caminar, pero inició el camino con fuerzas y con ganas, empujado por la voluntad de superar lo anteriormente vivido, en la subida yo a duras penas podía mantener su ritmo. "La determinación por grande que sea, no puede reemplazar a la seguridad natural ni a la motilidad que uno obtiene de unas piernas bien equilibradas" (Lowen). Llegamos a un valle, precioso, verde y con un río transparente y espumoso, con sus grandes paredes extensas, como si fuera un gran nido que nos cobijara, un nido gigantesco abierto pero a la vez protector, y me dijo "qué bien me siento aquí; es como si estuviera en los brazos de mi madre" (simbolización del sostén y de la seguridad de la madre en el valle).

"La tierra es símbolo de la madre, que a su vez representa a la tierra. La madre y la madre tierra son las fuentes de nuestra fuerza. Todos somos hijos de la madre tierra y de nuestras madres respectivas, que deberían constituir para nosotros una fuente de fortaleza. La madre es nuestra tierra personal, así como la tierra es nuestra madre universal" (Lowen).

La verdad es que yo también sentí la misma sensación de calma, de sostenimiento, de abrazo de la madre tierra, de protección. Y en eso me vino la idea de la importancia del sostenimiento de los primeros días del bebé por la madre, de los límites, comprendí la necesidad de contener para no temer, para sentirse seguro, para ser. Comentamos la experiencia de ayer, del terror del vacío, del terror a la caída y la experiencia de hoy de la protección, del

El miedo a perder el control es un aspecto de la ansiedad de caída. Caer representa para todos los pacientes la rendición o entrega de su posición defensiva. Pero como esta posición se desarrolló para sobrevivir y lograr algún grado de contacto, independencia y libertad, su rendición provocará toda la ansiedad que hizo necesario al principio su desarrollo.

Existe también la ansiedad de sostenerse uno sobre sus propios pies, lo cual supone que está solo. Cuando somos adultos todos nos sostenemos solos, ésta es la realidad de nuestra existencia. El problema está en la transición entre soltarse y sentir que los pies se asientan firmemente sobre la tierra, ya que se experimenta la sensación de caer, con la ansiedad consiguiente.

Todo paciente que comience a desprenderse de sus ilusiones e intente bajar a la tierra de la realidad experimentará cierta sensación de caída.

Existe el temor de que si se caen, no van a ser capaces de levantarse, saben que lo pueden hacer con un esfuerzo de su voluntad se pueden incorporar, pero de lo que no están seguros es de poderse levantar. Levantarse o surgir es como crecer. La fuerza para levantarse viene de abajo., a cada paso que damos apretamos la tierra con la planta y ésta responde a la presión empujándonos hacia arriba. Levantarse y caer son funciones antitéticas, que no pueden existir una sin la otra. El que no puede caerse no puede levantarse.

Los seres humanos son susceptibles de la ansiedad de caída aún cuando están colocados sobre una base sólida.

La ansiedad neurótica procede de un conflicto interno entre un movimiento energético del cuerpo y el control inconsciente para limitar o detener ese movimiento. Este control se ejerce a través de las tensiones musculares crónicas estructuradas principalmente en la musculatura estriada o voluntaria, que está normalmente bajo el control del ego. Este control consciente se pierde cuando la tensión de un conjunto de músculos se hace crónica. No es que el control se rinda sino que se torna inconsciente".

Físicamente aquella tarde, fue tal el movimiento interno que vivió, se "descargó" en los servicios de una forma exagerada (el miedo extremo relajó los esfínteres), todos recordaremos la expresión "se cagó de miedo" (unidad psico-soma). Él comentó que nunca recordaba haberse vaciado tanto, incluso llegó a sentir naúseas (Lowen se refiere también al bloqueo diafragmático que surge en el pánico cuando una fuerte onda respiratoria no puede pasar libremente al vientre. Se lo impide una contracción en el diafragma que pueda resultar dolorosa y producir nausea).

Aquella noche estalló una fuerte tormenta y él buscó toda serie de excusas para que yo durmiera a su lado. Tuvo una gran bajada energética, tenía mucho frío, yo entendía su regresión, y que necesitía que su vida corría peligro, sensación irracional, ya que no lo había objetivamente.

"Debemos presumir que esa sensación irracional evoca un recuerdo grabado en el cuerpo de una situación de la niñez donde la vida estuvo en peligro" (Lowen).

"Lo que se teme es algo que ya ocurrió. Se trata de una agonía primitiva, más que de angustia" (Winnicott).

Estaba claro que él no se quería dejar caer; no podíamos retroceder ya que habíamos pasado un gran tramo "peligroso" y desconocíamos la longitud del camino que aún teníamos que recorrer. Así que yo por delante, dándole la mano izquierda y él apoyándose en la parte posterior de mi mochila, la cabeza baja (para no ver nada más que el camino), encogido el cuerpo sobre mí, a veces se hacía una especie de orejeras con la mano para ver exclusivamente el suelo y no los alrededores, seguimos caminando bastante rápidamente ya que él, de alguna forma, con su propia angustia, empujaba a la mía propia. Yo iba "relativamente" segura; era consciente de que llegar a buen término dependía de mi actitud. A pesar de que no había peligro, yo marcaba las pisadas una tras otra con gran firmeza. La postura que adoptó mi amigo me impactó de gran manera: era como si estuviera disminuido, indefenso, desvitalizado, no era un adulto autónomo, era un alguien que no pensaba, era una carga totalmente a mi merced. El cuerpo hacia adelante, casi arrastrado, sin voluntad ni autonomía suficiente para andar por la vida por sí mismo.

Le repetía frecuentemente: "hay suelo bajo tus pies, hay tierra, hay camino, no te preocupes, vete dando paso tras paso, sigue detrás de mí, yo te ayudo". En un momento se derrumbó (magnitud del terror que le paralizaba), se echó contra la pared, le pregunté si quería descansar, "quiero terminar esto cuanto antes" me dijo, a la vez que daba golpes de rabia contra la roca sin dejar de sollozar.

"El tener miedo pero negarlo provoca un colgamiento. El individuo no puede avanzar por el miedo que tiene, pero tampoco retroceder porque ha negado ese miedo. La represión del miedo produce en consecuencia la represión de la ira que lo acompaña. Como no hay nada que temer tampoco hay motivo para irritarse. Pero las emociones reprimidas siempre buscan el camino de aflorar indirectamente a la superficie" (Lowen).

Yo le repetía: "no hay peligro, tienes tierra bajo tus pies, vamos caminando sobre el camino, respira, grita, no aguantes tu miedo, pero sigue caminando, poco a poco llegaremos, falta poco para ello". Me vinieron a la cabeza las palabras de Lowen: "Cuando se está asustado no se pisa fuerte: el miedo lo despega a uno de la tierra".

Y reanudamos la marcha, para el resto de caminantes debería ser impactante (así como para mí

también lo era) ver a dos personas adultas, una llevando y arrastrando a la otra que no miraba, y se agarraba a mí como un poseso: "¿necesitáis ayuda?" me preguntaban, yo respondía: "no, ya se estaba recuperando, gracias". Yo iba anticipando el camino y cuál fue mi susto, que naturalmente disimulé, cuando vi que un trozo del camino no era más que tierra suelta que miraba hacia abajo, había que pasar rápidamente colocando bien los pies. Yo ya me veía arrastrada por él hacia el precipicio, le dije "bueno ahora hay que pasar deprisa y colocando bien los pies", me hizo caso aunque luego me dijo que en cuanto oyó eso le entró un gran terror.

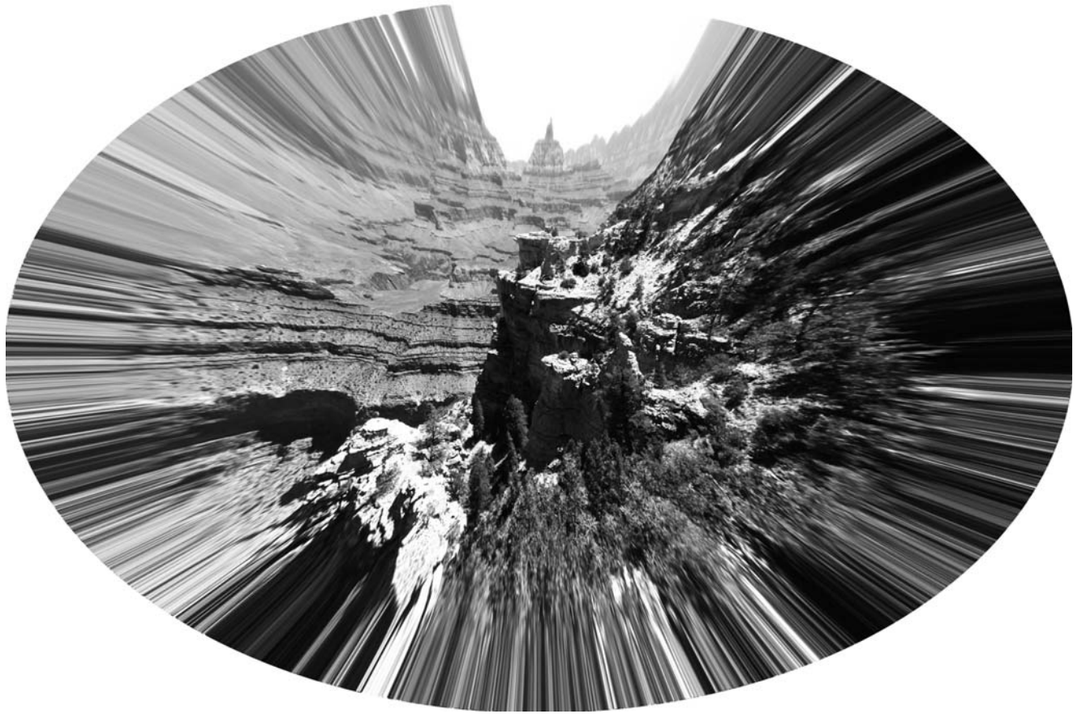
Y así conseguimos llegar al final del "peligroso" camino (así había sido para ambos), donde ya más tranquilos, realizamos una serie de respiraciones profundas, el grito que yo le aconsejaba sacar para liberar tensión, no le salía, pero al terminar el "desfiladero", ya me pudo soltar y caminar él solo. Yo le dije, respirando también profundamente "bueno, asunto superado" él me respondió "no, yo no lo he superado, no he sido yo, no lo he hecho yo, he llegado al final del camino gracias a ti, a la seguridad que me dabas, yo no lo he hecho, no era yo". Añadió, "tengo un tope entre el pecho y la tripa, no puedo respirar bien" (el diafragma a causa del pánico sufrido se había quedado en posición de inspiración).

"La tensión diafragmática está íntimamente relacionada con la ansiedad de caer, puesto que reduce la propagación de la excitación a la parte inferior del cuerpo. La ansiedad de caída y los trastornos de respiración son dos aspectos de un mismo proceso" (Lowen).

Dedicamos un tiempo a realizar respiraciones y a tratar de desbloquear el diafragma pero el grito no salía y el tope siguió.

Una vez llegados al camping y tras habernos duchado y descansado un rato, pudimos poner palabras a la experiencia pasada. Su primera reacción fue de rabia contra la de la oficina de turismo por no habernos avisado que para las personas con vértigo (en ningún momento él había comentado que tenía vértigo) ese trayecto podría ser dificultoso. Después de preparar la comida, comer, recoger, él se tumbó en una hamaca para hacer una pequeña siesta y descansar. NO PUDO, le venían a la cabeza todas las imágenes del camino en las que estaba a punto de despeñarse, yo le aconsejé que se tumbara en el suelo (experimentar el contacto del cuerpo con la superficie, le iba a hacer sentirse más seguro, algo que yo había experimentado hacía poco tiempo en la formación personal), ya que, quizás al sentir todos los apoyos y la seguridad del suelo, de allí ya no podía ir más abajo (reencontrar el suelo, punto de partida de la seguridad), se calmaría, y así fue capaz de tranquilizarse algo.

"El suelo se convierte en un amigo, en un consolador firme y seguro, que siempre está junto a uno, que puede impedir que se hiera dolorosamente, aunque se haga uno daño. No se puede caer si ya



está uno abajo. Y cuando uno está ya abajo pueden solucionarse muchos problemas que quizás fuesen difíciles creyendo que se podría caer uno. El dejarse caer devuelve a la persona a la seguridad sólida de la tierra y le permite renovar su energía y fuerza en las fuentes de su ser" (Lowen).

Yo me sentí con necesidad de mantener una cierta distancia con él; había sido muy intenso también para mí, mis propios temores y dificultades, mi propia angustia de caída habían aflorado inconscientemente y necesitaba distancia para recomponerme.

Una vez que estuvimos más tranquilos iniciamos la lectura del capítulo del libro de Lowen La ansiedad de caída, intentando dar explicación o poner un marco teórico a la vez que poníamos distancia a lo experimentado emocional y corporalmente.

"… Cuando el sujeto está débilmente asentado, el peligro de partirse en dos, ser victima de un ataque histérico, experimentar ansiedad o desplomarse es grande.