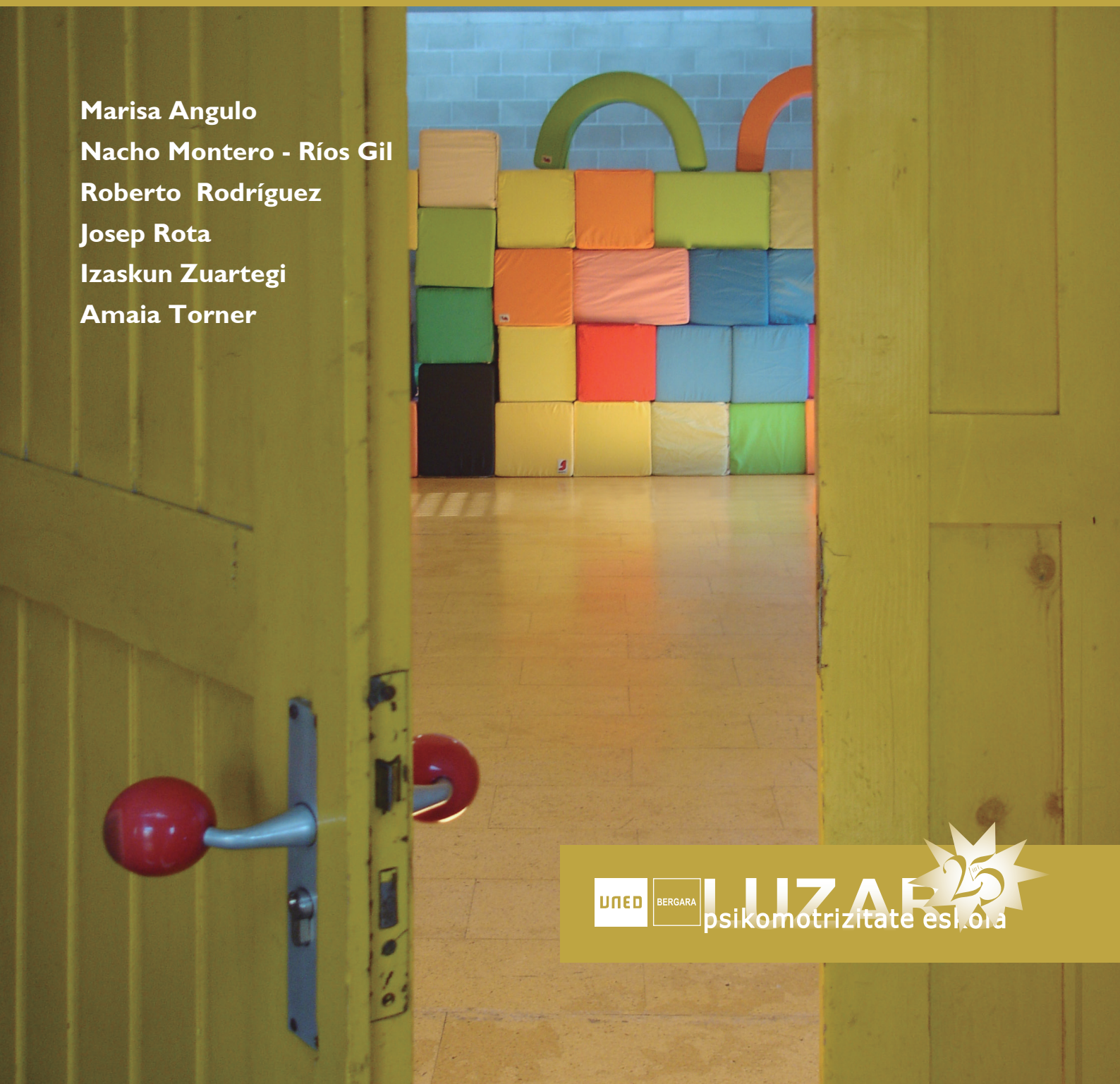
cuadernos de psicomotricidad

Psikomotrizitateko kuadernoak

nº 45 - 1ª época · Mayo de 2013 · 5,50 €



Marisa Angulo
Nacho Montero - Ríos Gil
Roberto Rodríguez
Josep Rota
Izaskun Zuartegi
Amaia Torner

UNED BERGARA LUZAR 25 psikomotrizitate eskola

cappi

CENTRO DE AYUDA PSICOMOTRIZ Y PSICOLOGIA INFANTIL

Centro de ayuda psicomotriz, un lugar donde niñas y niños en dificultad se expresan a través de la vía corporal.

Elena Rodríguez Ibarrondo
psicóloga clínica, pedagoga y terapeuta psicomotriz

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

Gregorio de la Revilla, 20-bajo izda. 48011-Bilbao
Tlfno. y fax: 944276528. E-mail: cappi@ilaba.e.telefonica.net

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.: 636388540

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 PSICOMOTRICIDAD

Mariam Pascual
Psicóloga, psicoterapeuta y psicomotricista

Itxaso Urquijo
Psicoterapeuta 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**

EDITA:
Luzaro, Escuela de Psicomotricidad de la UNED de Bergara
Pz. San Martín de Agirre, s/n.
20570 - Bergara (Gipuzkoa)
Tfno: 943769033 - Fax: 943762721
E-mail: m.berriozabal@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

COORDINACIÓN:
Javier Ocejo

CONSEJO EDITORIAL:
Rikardo Acebo
Álvaro Beñaran
Marixa Berriozabal
Ricardo Fernández
Nati Sánchez

DELEGADA PARA AMÉRICA LATINA:
Melissa Valdivia

COLABORADORES:
Marisa Angulo
Nacho Montero - Ríos Gil
Roberto Rodríguez
Josep Rota
Izaskun Zuartegi
Amaia Torner
Javier Ocejo

DISEÑO Y MAQUETACIÓN:
Cira Calero

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: m.berriozabal@bergara.uned.es



cuadernos de psicomotricidad puede ser utilizada con entera libertad. Si haces uso de nuestros artículos, te agradecemos 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.

Sumario

EDITORIALA 5

EDITORIAL 6

DOSSIER

Marisa Angulo
"Crecer y educar: una continua transformación" 7

Nacho Montero - Ríos Gil
"El camino anatómico hacia la bipedestación" 12

Roberto Rodríguez
"Me construyo en tu mirada" 19

Josep Rota
"Imagen corporal" 22

CUENTA TU EXPERIENCIA

Izaskun Zuartegi
"Aprendizaje de la natación con niños y niñas pequeños" 26

Amaia Torner
"Mi experiencia" 29

RESUMEN

Javier Ocejo
"Crecer juntos" de Montse Rizo 35

INFORMACIONES 40

editoriala

25 urte. Hazi. Eraiki. Bergarako UNEDeko LUZARO Psikomotrizitate Eskolak 25 urte betetzen ditu aurten, 2013an. ZORIONAK!

Era berean, XI. Psikomotrizitate jardunaldia daukagu aurten, Gasteizen, Europa jauregian. Gaia: "Gorputza haurtzaroan: zentzua eta esanahia". Horri buruzko argibide gehiago ale honen azken orrialdean.

Hazi eta eraiki, horretan dihardugu. Inoiz baino gehiago bestearen premia dugu, besteen premia, zuen premia, izan ere, zuei esker –aldizkariko irakurle, formazio ikastaroetako eta jardunaldiko partaide- gure praktika benetakoa da, errealitate bat. Eta aukera ere bada. Pertsonak gihar- eta neurona-makinak besterik ez direla sinestarazi nahi diguten hezkuntza sistemen eta sistema teraupeutikoen aurrean, etekin handien eta arrakasta materialen menpe dauden sistema horien aurrean, beste aukera bat da gurea.

Ez da kasualitate hutsa ale honetako aztergaia: haztea aipatzen dugu behin eta berriz, baita garapenean harremanek daukaten garrantzia ere. Halaber, begiradaren garrantziaz dihardugu, nola begiratzen dugun, eta umearen bidelagun bihurtzen gara, bizitza osatzeko bide horretan, umearen lagun.

Gero eta gehiago, gaur egun gizartean bizi ditugun egoerei (ustelkeria, materialismoa, indibidualismoa eta elkartasunik eza) erantzuteko hauxe da funtsezkoa: komunitatearen zeregintzat hartu behar da hezkuntza, norbanakoaren eta gizartearen eraikuntzaren arteko orekatzat.

Banakotasuna indibidualismoaren ordez. Elkarlana norgehiagokaren ordez. Komunitatea pertsonalismoaren ordez. Komunikazioa bakardadearen ordez.

Norbanakoen desioak eta kolektiboen desioak uztartu behar ditugu, koherentziaz. Helburu hori erdiesteko identitatea indartzeko hezkuntza arloko estrategiak eta estrategia terapeutikoak garatu behar dira, norbanakoari lagunduz, norbanakoari babesa eskainiz, segurtasuna emanez. Azken finean, subjektu izateko plazerra eta balioa eskuratzen lagundu behar diogu. Ildo horretatik bere burua errespetatzen jakingo du, baita besteak errespetatzen ere. Izateko eta ekiteko desioari helduko dio. Hazteko eta autonomo izateko desioari. Bera baloratzen duten eta balioa ematen dioten beste horiekin komunikatzeko desioa.

Pertsonari jaramonik egin ezean, ahalguztiduntasun-desioak itsututa bizi bagara, balio hauek baino ez ditugu lortuko: "gehiago izan=gehiago eduki"; "Garaitu=galdu"; "Neu izan= zu baino gehiago izan", eta abar.

Hazi egiten gara. Elkarrekin hazten gara. Gehiago gara zuek gehiago zaretelako. Hezkuntza komunitatea osatzen dugu, laguntza komunitatea, denok hobeto sentitzeko.

Ni hazteak ez dakar berekin zu atzean geratzea. Zuek barik gu ez gara ezer.

Etorri XI. Psikomotrizitate Jardunaldira! Gasteizen, 2013ko azaroaren 8, 9 eta 10ean. Zain izango gaituzue!

25 años. Crecer. Construir. Nuestra Escuela de Psicomotricidad, LUZARO, de la UNED de Bergara cumple 25 años este 2013. ZORIONAK!

Este año celebramos también las XI jornadas de Psicomotricidad, en Gasteiz, en el Palacio Europa, con el tema "El cuerpo en la infancia, sentido y significado". Podéis ver la información en la contraportada de este número.

Crecemos y construimos. Y más que nunca necesitamos del otro, de los otros, de vosotros, porque con vuestra presencia como lectores de nuestra revista, como participantes en nuestros cursos de formación y en nuestras Jornadas, sois los que hacéis posible que nuestra práctica siga siendo una realidad y una alternativa, ante las amenazas de sistemas educativos y terapéuticos que pretenden convertir la persona en una máquina de músculos y neuronas, al servicio de altos rendimientos y éxitos materiales.

No es casual que en este número se hable tanto de crecer y de la importancia de la relación en ese proceso de desarrollo, de la importancia de la mirada, del cómo miramos y acompañamos al niño en la construcción de su existir.

Cada vez más, hay algo que se nos impone como esencial para poder dar respuesta a la actual situación social de corrupción, materialismo, individualismo e insolidaridad: es la necesidad de entender la educación en su dimensión de comunidad, construir el necesario equilibrio entre construcción individual y social.

Individualidad frente a individualismo. Colaboración frente a competencia. Comunidad frente a personalismo. Comunicación frente a soledad.

Tenemos que conseguir hacer coherentes los deseos individuales y los colectivos. Y ello supone desarrollar estrategias educativas y terapéuticas que fortalezcan la identidad del individuo a partir de acompañarle, sostenerle, acogerle, para que se sienta en seguridad y pueda construir el placer y el valor de ser sujeto. Ello le permitirá construir el respeto por sí mismo y por el otro. Le permitirá acceder al deseo de ser y actuar. Al deseo de crecer y ser autónomo. Al deseo de comunicarse con esos otros que valora y le dan valor.

Si se abandona a la persona. Si solo vemos objetos de nuestros deseos de omnipotencia, solo conseguiremos construir estos valores: "ser más = tener más"; "Vencer = derrotar"; "Ser yo = ser más que tú", etc.

Crecemos. Crecemos juntos. Somos más porque sois más. Construimos una comunidad educativa, de ayuda, para que todos nos sintamos mejor.

Mi crecimiento no puede ser tu estancamiento. Sin vosotros no podemos ser.

¡Os esperamos en las XI Jornadas de Psicomotricidad de Gasteiz, los días 8, 9 y 10 de noviembre de 2013!

Marisa Angulo

Psicóloga. Psicomotricista. Miembro del Centro de Psicomotricidad Hirugar.
Máster en psicoanálisis de niños y adolescentes.

"Crecer y educar: una continua transformación"

El sentido de la práctica psicomotriz

Cada edad en la vida del niño forma parte de un todo basado en procesos anteriores que lo configuran como una unidad completa y estable en sí misma y que, a la vez, está bajo la influencia de tendencias madurativas impresas en él, que lo impulsan hacia delante y le convierten en algo incompleto e inestable que, continuamente, busca un equilibrio, la organización y coordinación entre todos sus sistemas.

Esta aparente paradoja solo puede ser traducida a través del entendimiento y la comprensión del momento y la etapa evolutiva en la que el niño se encuentra, por parte de las personas que configuran su entorno significativo y estructurante. Se trataría de un contexto familiar, un contexto escolar y un contexto social totalmente permeables, interdependientes e influenciables entre sí.

En el nivel inicial, se cuenta con una información y una constitución genética que por sí mismas no nos convierten en personas; es en la interacción con el entorno físico y humano que se activan, se actualizan y se ponen en funcionamiento para formar esa entidad corporal, esa entidad intelectual y esa entidad afectiva que definirán a ese ser como un todo original, único e indisoluble. Existe, por tanto, una continua dialéctica: interior-exterior donde adquieren primordial relevancia las respuestas que ese niño recibe a sus actuaciones.

Esto convierte a la figura del educador en uno de los pilares y en uno de los motores fundamentales en la continua constitución y metamorfosis en que está sumergido el niño. Y es, precisamente, de una importancia capital en lo que se refiere a las etapas que abarca la Escuela Infantil, por tratarse de edades orientadas, prioritariamente, a la construcción del yo, de la personalidad.

Es en esa búsqueda, en ese movimiento por dentro y proyectado hacia fuera provocando una reacción que modifica, amplía y organiza de nuevo el interior, que se irá configurando un sustrato profundo que será la base sobre la que se asienten procesos posteriores de diferente naturaleza y una estructura central alrededor de la cual se irá elaborando y ordenando su realidad corporal, sensitiva, emocional, cognitiva, relacional, etc.



El niño se encuentra inmerso en el mundo interno y externo en continuo cambio, contando con un elemento que le acompañará siempre y que, desde los inicios de su vida, será el acelerador o el freno de todos sus procesos psicológicos: se trata del afecto, esa fuerza presente en todo momento y que actúa como imán o como revulsivo, acercando o alejando, uniendo o separando, movilizando o paralizando y que tiñe todas sus producciones y expresiones.

Es el motor que activa y pone en movimiento todos los aspectos corporales y mentales durante toda su vida.

Es, por tanto, imprescindible tener siempre presente esta emoción, estos sentimientos inherentes en el niño a la hora de elaborar cualquier proyecto orientado hacia él.

De igual modo, es fundamental tener en cuenta todo el mundo afectivo que se despierta en el trabajo con el niño, en lo que al adulto se refiere: ser conscientes y aceptar todo lo que se moviliza por dentro en el trato con él; encanto o desencanto, ternura o agresividad, atracción o repulsa son algunos de los sentimientos que pueden aflorar y que, si no se tienen en cuenta, estarán influyendo y enturbiando el trabajo y la coherencia del mismo.

Existen dos pilares sobre los cuales debe asentarse el hacer diario con el niño: comprensión y aceptación. Y esto pasa, inevitablemente, por la comprensión y la aceptación propias; conocer nuestros sentimientos y emociones, nuestro mundo psicológico, su funcionamiento, nuestros límites con sus carencias y excesos. Solo así podremos actuar con claridad, situándonos en nuestro lugar frente a nosotros mismos y frente al niño.

Estos aspectos adquieren mayor peso y relevancia cuando se refieren a niños pertenecientes al área de la educación especial sea cual sea el nivel y la naturaleza de su "especialidad". Es difícil entender y, por tanto, aceptar a estas personas; esto hace que tanto ellos como sus profesores, se encuentren ante un mismo sentimiento: la soledad y, a veces, la indefensión.

La soledad del adulto no está referida, exclusivamente, al tema de no tener suficiente información, suficiente infraestructura y apoyo, dentro y fuera del aula, para poder responder las necesidades formativas de esos niños, sino también al sentimiento de soledad y frustración del adulto frente a situaciones que le desbordan y desorientan y que, en teoría, debiera saber encauzar, pero que, en la realidad, le hacen sentirse sin recursos ni estrategias en las que apoyarse.

Se encuentra, en muchos casos ante confrontaciones que le hacen involucrarse como si de un tema personal se tratase: ese niño le hace sentirse herido, agredido, retado e incluso le puede producir temor e inseguridad.

Aquí entraría, en primer lugar, la prioridad de conocerse a uno mismo para saber qué resortes se ponen en funcionamiento y se disparan ante determinadas personas y situaciones para, después, separar el plano personal del plano profesional y poder ejercer el papel que corresponde como



figura con capacidad de acoger y de contener las producciones del niño. Este es uno de los objetivos básicos de la Formación Personal de los psicomotricistas. El educador no puede situarse al mismo nivel que él, porque puede verse envuelto en esas manifestaciones y desde ahí no hay salida, no hay efecto de ayuda ni en el plano individual ni académico.

No es desde dentro del ring, donde el niño te siente como un contrincante, desde donde se puede trabajar, sino saliendo de él, observando y percibiendo desde la distancia y desde la comprensión.

Desde este punto, puede verse que lo que esa persona manifiesta son llamadas de atención, peticiones de ayuda sobre determinados aspectos muy profundos en los que se encuentra trabado y de los que no puede salir, aspectos que subyacen y que son el motor de su conducta.

Lo que realmente importa, a partir de aquí, no son sus comportamientos, más o menos llamativos, sino las respuestas que demos a esos comportamientos; esa será la clave.

Esto lleva a muchos niños con discapacidades, ya sean fisiológicas o psicológicas, a ese sentimiento hondo de soledad que le va fijando y situando en sus manifestaciones como medio de existencia y las irá adoptando de un modo cada vez más claro, llegando, finalmente, a formar parte de su personalidad y de su comportamiento habitual Por eso es necesario ayudarle a salir de ahí cambiando nuestra mirada sobre ellos.

Si no es posible hacerlo en base al entendimiento de su actuar, al menos con la aceptación sin enjuiciarle, sin calificarle y posibilitándole el cambio a través de situarle en aquello que sabe hacer y es competente. Es distanciarnos y distanciarle de aquellas dificultades que le tienen atrapado y a partir de las cuales ha sido definido y en las que ha estado focalizado sin encontrar salida.

Aquellos aspectos en los que posemos nuestra atención quedarán fuertemente fijados, dada nuestra relevancia como figuras significativas en su mapa afectivo; por tanto, nuestra atención orientada en un punto, actuará como un potente foco con el poder de oscurecer todos los demás puntos, elevándolo a un primer plano. Por otro lado, hay que tener en cuenta que el niño por sí mismo no tiene la capacidad de cambiar de registro, de estrategia; somos los adultos los que podemos y debemos hacerlo.

La franja de edad situada en la Escuela Infantil, puede considerarse como única en cuanto a la riqueza de la expresión del niño; de aquí la importancia de permitir, en la medida de lo posible, que pueda llevarse a cabo de un modo libre y espontáneo.

Es actuando como puede conocerse y conocer el mundo, transformarse y transformar lo que le rodea, construirse y construir, experimentar, madurar. Su expresividad libre nos permite conocerle mejor, porque es en la espontaneidad del acto infantil donde se nos muestra tal cual es: con su estructura corporal, su bagaje afectivo y sus componentes psicológicos, presentado como un todo ensamblado e indisoluble.

Aquí es donde la propuesta de la Práctica Psicomotriz se presentaría como un elemento interesante para conocer al niño, para entenderle y para dar viabilidad y sentido a su expresividad natural, a su necesidad vital de movimiento, a su comunicación consigo mismo y con el otro, ya sean niños discapacitados o no.

Es proporcionarle un tiempo, un espacio y unos materiales donde pueda abrirse, decirse, proyectarse, vivirse, teniendo a su disposición un adulto que escucha y recibe su libre actuar porque están en un área donde no hay objetivos académicos, ni presiones, ni metas concretas, salvo la del juego como expresión espontánea de su ser y estar, aquí y ahora.

Es a través de ese juego, que puede construir esa base necesaria para, más tarde, poder acceder, en base a una maduración organización y estructuración corporal y mental, al pensamiento abstracto, a la conceptualización, a la adquisición de contenidos propiamente académicos, pero en base a unos cimientos sólidos y preparados sustentados en una experiencia psicomotriz.



Todo acto producido por el niño, desde el más evidente al más sutil, es un acto sabio, inteligente, cargado de un sentido y un fundamento realmente profundos; es toda una información de primera mano, muy valiosa con la que los profesionales que trabajamos con ellos, contamos. Favorecer y facilitar su actuar espontáneo, dentro del ámbito y de las condiciones convenientes, es una estrategia importante para los niños de estas edades, ya que, entre otras cosas, es en el acto y en el movimiento donde queda expresamente reflejado todo su ser biológico, psicológico, afectivo, mental. Por eso, buscar ese espacio, la sala de psicomotricidad, y ese tiempo, la sesión de psicomotricidad, hace que les veamos y descubramos de otra manera, que podamos entenderles mejor, que se sientan más entendidos; no solo es contar con un lugar propicio para detectar dificultades, sino un elemento importante de apoyo y acompañamiento a su impronta natural a madurar. Acompañar y fomentar esa transformación personal que nos impulsa, así mismo, a situarnos en una dinámica de movimiento y de cambio. Después de todo, ¿no es en eso en lo que consiste el trabajo del niño?

Nacho Montero-Ríos Gil

Terapeuta craneosacral biodinámico. Psicólogo y psicoterapeuta reichiano. Coordinador del equipo de salud de la Fundación Red Sostenible y Creativa. Investiga en los procesos de dolor y sobre los desequilibrios hormonales, anímicos–cognitivos y metabólicos, con neonatos, adultos y ancianos.



El camino anatómico hacia la bipedestación

El principio del principio

Todo lo que acontece en la naturaleza sigue un proceso madurativo particular. Un desarrollo en función a un "plan celular", una memoria de especie, sea vegetal o animal. En el caso del ser humano no es diferente.

Desde antes del parto, al interior del mundo acuático de nuestra vida intrauterina ya se ha venido produciendo un "calentamiento" para pasar de un medio acuático a un medio aéreo y gravitacional.

Antes de nacer, hemos empezado a patalear, llevamos tiempo entrenándonos para la lactancia succionando nuestras manos y bracitos, accionando el cuello, la columna, la pelvis, el tronco… todo esto en un medio acuático el cual es el más apropiado para un subsistema músculo-esquelético de alta plasticidad como el nuestro. Toda esta preparación para contrarrestar la influencia de la gravedad propia de un medio aéreo al que naceremos en breve.

Cuando nos dejan nacer, empujamos junto al cuerpo de la madre, que nos ayuda con la fuerza de sus contracciones, activando toda nuestra musculatura, la cual como decía se ha venido entrenando primero para este importante momento y más tarde para adaptarnos a un medio en donde la fuerza de la gravedad será un componente esencial en nuestra vida terrestre.

El espacio uterino comienza a no ser suficiente para acoger las necesidades de un organismo que ya esta maduro para poder sobrevivir fuera de él.

Apoyados en los huesos de la pelvis de nuestra madre nos vamos introduciendo poco a poco, a ritmo de contracciones, nadamos con fuerza hacia el canal del parto. Nuestro cuello esta preparado para asumir esa función que recoge toda la fuerza de nuestro cuerpo para ayudar a que la cabeza pueda empujar.

Todo nuestro Sistema y el de la madre se expresan con el ritmo primario de la vida, Contracción–Tensión-Expansión-Relajación. Un ritmo de marea, de latido, de contracciones. Ambos Sistemas están unidos en una misma función.

Nacemos amablemente estrujados, sobados, cansados. Nacemos recubiertos de una capa de grasa llamada vernix serosa.

A pesar de ese nombre, su función es fundamental en todo este proceso de alumbramiento. Enjabonados en ella hemos resbalado entre huesos por canales angostos de manera más suave y más rápida y al nacer aún nos recubre nuestra capa amiga dándonos seguridad.

Por eso no es muy saludable que nos la quiten lavándonos y poniéndonos telas extrañas por muy bonitas que les parezca a otros. Nuestro cuerpo esta bien, no tenemos frío y el único calor que necesitamos es el de nuestro compañero de viaje, el cuerpo de la madre y sus caricias.

Si nos abrazan y nos llevan a ese cuerpo, compañero de 9 meses de transformación, maduración y crecimiento, de manera instintiva nuestra boca se fusiona con el pezón materno y nuestro conocido y experimentado reflejo de succión reaparece. Luego llantos y risas.

Al deglutir la leche materna todo nuestro sistema se pone en funcionamiento y empieza a nutrirse de otra manera para la que venía entrenándose 9 lunas antes.

Comienza la vida en otro medio, nuestro Sistema Neurovegetativo se va acoplando, el corazón adapta su ritmo, el sistema digestivo, circulatorios y musculo-esquelético comienzan a transformarse para culminar esa adaptación.

Nuestros músculos inician una tonicidad acorde a las necesidades de sostén frente a este nuevo elemento que es la fuerza de la gravedad.

Pronto, quizás 12 meses, quizás algunos meses más, quizás algunos meses menos, nos pondremos de pie y comenzaremos a explorar plenamente este nuevo territorio, tan apasionante y lleno de estímulos sensoriales.

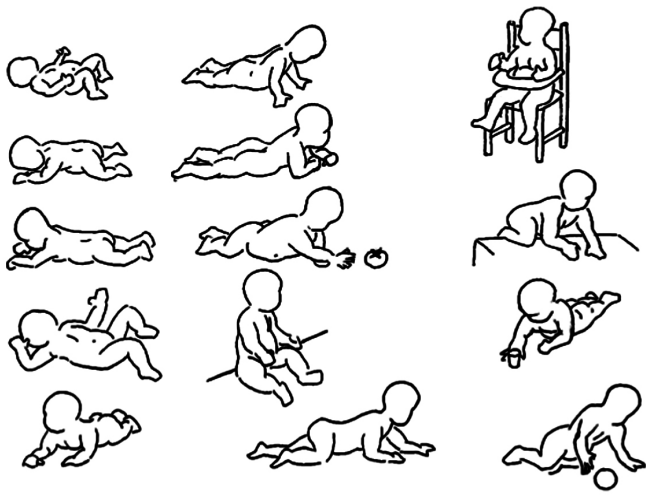
Pero para culminar este importante paso evolutivo habremos tenido que recorrer un necesario camino de maduración musculo-esquelética. Nuestros huesos aún plásticos tendrán que fortalecerse para ejercer su función de sostén y también nuestros músculos.

Nuestra columna comenzará a crear sus curvas fisiológicas y cuando todo esto este preparado nos pondremos de pie y comenzaremos una nueva relación con el mundo.

Las curvas de la columna

Nuestra columna comienza a madurar una suave lordosis cervical en la lactancia, por medio de los pequeños intentos de levantar la cabeza y mirar el mundo que nos rodea. Será la relación con el exterior, con la madre, lo que iniciará todo un proceso de tonificación muscular del cuello que al poco tiempo se convertirá en el facilitador para que nos pongamos de pie.

Esta tonificación muscular continuará madurando en todo el proceso inicial de exploración del mundo y lo más importante esta tonificación muscular se desarrolla desde la motivación de la criatura, desde su deseo inherente de relacionarse, de explorar y de alcanzar "logros" en ese nuevo mundo al que acaba de nacer.



Así, alcanzar la pelota que se escapa. Coger un objeto alejado. Trepar por el desnivel de un cojín. Mirar el rostro del adulto. Bajar un escalón. Subir un escalón. Coger, prensar, tirar, etc.

En esta maduración psicotónica jugarán un papel fundamental los padres, al permitir y facilitar, entre otras cosas, el mayor contacto de la niña o niño con el suelo. Al facilitar los medios para que vaya descalzo el mayor tiempo posible. Y también al acoplarse al ritmo de su hija o hijo, permitiendo que las acciones se resuelvan con su ritmo y por ella o él mismo.

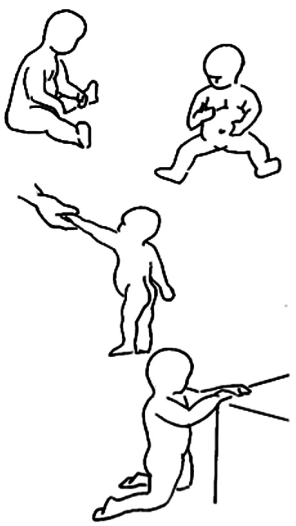
Los padres son fundamentales en este acompañar, en este animar solidariamente tanto los esfuerzos como los "logros psicomotrices" de sus hijas e hijos para que maduren equilibradamente. La clave está en acompañar sin intervenir, permitiendo de esta manera que sea el propio niño quien resuelva las diferentes situaciones que se plantea. Sólo deberíamos intervenir si observamos peligro real para nuestros pequeños. Paso a paso, poco a poco vamos dominando el espacio.

En el proceso de exploración, relación y dominio del espacio aéreo y gravitacional iremos alcanzando la posición de pie. Será a partir de ese momento que se consolidarán nuestras curvas raquídeas y se construirán nuestros apoyos, los arcos plantares.

En los estudios realizados por Gesell, la aparición de los músculos en el feto respeta el siguiente orden:

- Músculos de la Cabeza.
- Músculos del Tronco.
- Músculos de los Brazos.
- Músculos de las Piernas.
- Músculos de las Manos.
- Músculos de los Pies.
- Músculos de los Dedos. Músculos del Tobillo.

La relación estable entre el cuello, las curvas raquídeas y los arcos plantares de los pies determinarán a nivel anatómico un parte importante de la posición y de la postura .



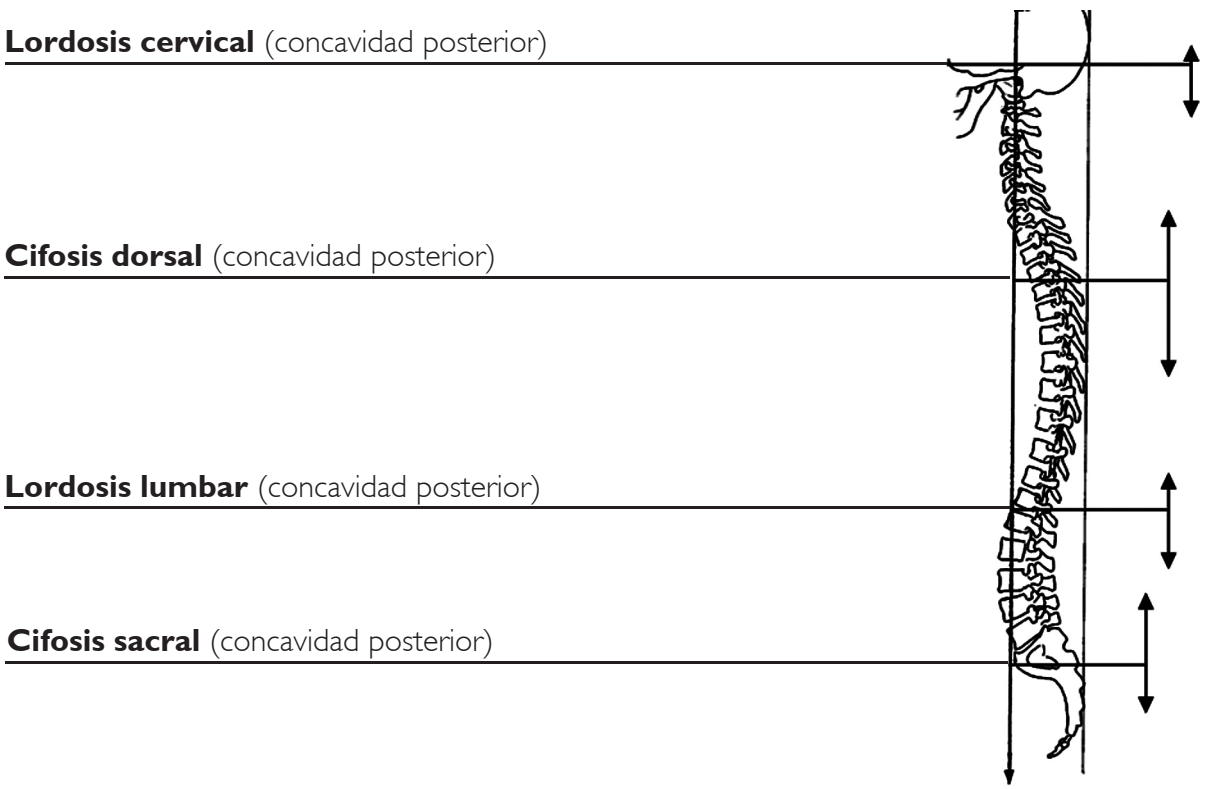
Al ser la columna una única unidad funcional (se divide por razones pedagógicas en cervical, dorsal, lumbar, sacral), esta suave lordosis cervical creará por reflejo una suave cifosis dorsal la cual a su vez facilitará otra suave lordosis lumbar para terminar con una suave cifosis sacra (como el meandro de un río).

Las curvas fisiológicas se irán formando, acoplando, moldeándose, conforme precisemos de una mayor movilidad.

Estas curvas fisiológicas se desarrollan poco a poco antes de ponernos de pie y posteriormente irán madurando como el resto de nuestro de cuerpo.

¿Porqué nuestra columna tiene curvas y por el contrario no es recta (en un plano sagital)? ¿Qué funcionalidad cumplen las curvas de nuestro raquis?

La respuesta, en pocas palabras, es: porque si no tuviéramos curvas necesitaríamos unos pies tan grandes como los zapatos de un payaso para sostenernos.



La columna se curva con la finalidad biológica, de desplazar nuestros pesos para poder sustentarnos en los pies, cuya amplitud y superficie de apoyo no serían suficiente para sostener el "edificio corporal" que se le viene encima.

Los miembros inferiores, las piernas, al principio se encuentran en flexión, abducción y rotación interna y poco a poco, se irán extendiendo a medida que su musculatura se vaya ejercitando. La maduración tónica de la musculatura de la pelvis, en relación con la musculatura cervical será lo que nos facilitará el paso a la posición de pie.

De ahí que es tan importante el gateo en los niños, pues las musculaturas que precisan tonificarse para ponernos de pie, son las del cuello, la musculatura paravertebral y las de la pelvis y éstas son las que se ponen en acción en el gateo.

Cuando el niño intenta levantarse, en un primer momento, acercará sus miembros superiores e inferiores a la columna vertebral cuya musculatura continúa desarrollándose como lo hacía en la posición cuadrúpeda y sentada, con movimientos dirigidos a corregir los desequilibrios producidos por la cabeza. A partir de cuando adquiera la posición bipedeste se reagrupará en un todo, tanto en el plano mecánico como a nivel del esquema corporal, actuando como una marioneta donde cada movimiento que realiza a nivel de los miembros influirá sobre el tronco y viceversa.

La posición de la cabeza cumple una función primordial: "mantener o restaurar la horizontalidad de la mirada" (equilibrio de nuestro Sistema Vestibular).

Para ello, a nivel anatómico, cuenta con los músculos esternocleidomastoideos los cuales van a proporcionarle una supremacía y una relativa independencia del raquis. Estos músculos están unidos, por unas conexiones nerviosas, al complejo vestibular y a los núcleos oculomotores, participando así en nuestro equilibrio y en la coordinación entre la dirección de la mirada y los movimientos del cuello o de la cabeza, por medio del nervio espinal.

En estos momentos en los que comenzamos a incorporarnos, se empezará a consolidar la bóveda plantar (el arco del pie). Ves, es por esto que nuestros hijos/as al nacer tienen los pies regordetes y sin un arco plantar consolidado.

Nuestra naturaleza es muy sabia, pues ¿para qué necesita un bebé el arco plantar si hasta dentro de unos meses su posición será la de estar tumbado, gatear, rodar y sobretodo estar al bracito?

La función tónica, se da en el sentido contrario a la ley céfalo-caudal en la que primero maduran los telerreceptores y de ahí hasta el control de nuestros esfínteres.

Pero nuestra función tónica, base de la modulación antigravitacional, que posibilita al hombre la postura bípeda característica, realiza una maduración caudo-cefálica, de ahí la enorme importancia del contacto con el suelo para las niñas y niños, de la que depende la armonización automática y voluntaria.

Será la relación con el suelo, con la tierra, la que a modo de feedback reorganiza a nivel neurológico y psicomotor todas y cada una de las señales que nuestro organismo sensorial va captando y estructurando para mantenernos en equilibrio.

Mediante esta maduración se percibe, cómo cada actividad motriz presupone una actividad postural.

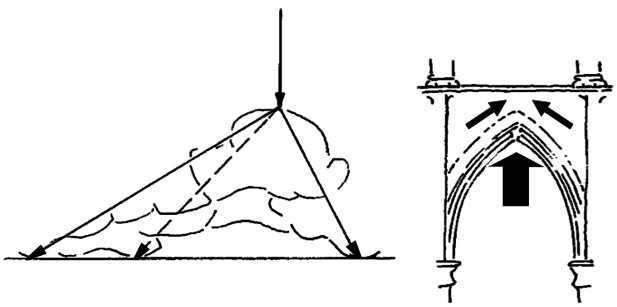
El movimiento no se opone a la postura. La acción no se opone a la actitud bípeda. La coordinación no se opone a la equilibración.

Se trata, utilizando la terminología de Hamburguer, de una progresiva reactivación (feed back)

propioceptiva, en la cual se encuentra la función tónica que pone todas las estructuras somáticas (músculos, tendones, articulaciones, vísceras, órganos, aparatos vitales, etc.) en confrontación integral con las estructuras cerebrales. Aquí esta la aparición del enfoque psicosomático o psicomotor del desarrollo humano.

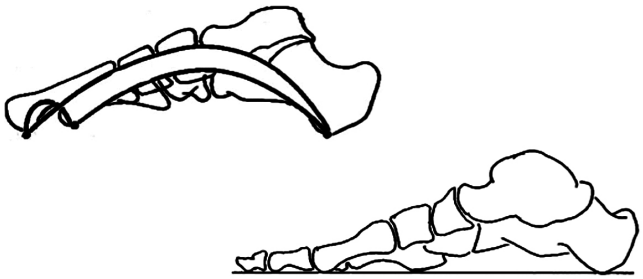
El Pie

En cuanto al pie, gracias a su disposición ósea, representada por el número de huesos que lo forman y por la complejidad de su sistema muscular y articular, tiene la facultad de apoyarse en el suelo cuando estamos de pie, aunque la posición del miembro inferior no sea perfectamente vertical.



En este movimiento de adaptación del pie a las posiciones del miembro inferior, los músculos dinámicos (músculos anteriores del miembro inferior y los músculos peroneos laterales) desempeñan un papel esencial.

Vemos como este complejo sistema articular del pie va a permitir el buen desarrollo del paso y la adaptación en un suelo desigual, de ahí la importancia de no olvidarnos de que, "es el pie el que debe adaptarse al suelo y no el suelo el que se adapta al pie" (esto también cuestiona, el uso, en ocasiones indiscriminado, de las plantillas ortopédicas).



La estructura del arco plantar es parecida a la de un arco gótico. El centro del arco es sostenido por la presión ascendente que recibe de sus pilares. Cuanta más carga reciben los pilares, más sube el arco.

"La gravedad no aplasta el arco plantar, sino que lo eleva". Cuando el arco del pie se aplana en el suelo es porque los pilares, sin un centro sólido, ceden. "Es la rotación interna del fémur la que hace bascular el pie y aplana el calcáneo".

La planta del pie, vista en conjunto, podemos compararla a una bóveda sostenida por tres arcos (interno, externo, transversal) y por tres puntos de apoyo (1° metatarsiano, 5° metatarsiano, tuberosidad posterior del calcáneo), estando estos puntos de apoyo comprendidos en la huella plantar.

En cuanto a la estática, en el plano postural, se ve con facilidad la evolución del niño entre el nacimiento y los dos años. El recién nacido, no puede mantener la cabeza, pero a los dos años ya se ha producido una madurez muscular y tónica que permite la marcha.

Esta evolución, depende de la progresión común de todas las vértebras: la Ley Céfalo-caudal (descubierta por Coghill en 1929), que en resumen demuestra que: "el crecimiento avanza en ondas sucesivas desde la extremidad cefálica hasta la extremidad caudal". Por ello, el desarrollo del control cortical sobre la actividad neuromuscular evoluciona según una dirección cráneo-caudal, empezando por el segmento cefálico y continuando hasta los miembros inferiores.

La relación céfalo-caudal de la maduración

El orden de aparición de los músculos, supone el orden madurativo y tónico. Por tanto, las primeras estructuras del comportamiento humano son de orden motor y bioenergético. Sólo más tarde, serán de orden mental. El movimiento refleja el comportamiento en estrecha analogía con la organización progresiva del sistema nervioso.

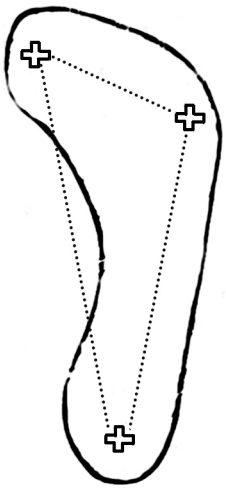
A medida que el niño adquiere comportamientos motores, experimenta una psicología que le es propia y que está en paralelo con la estructuración progresiva del sistema nervioso. Por eso, no es de extrañar que todo conflicto o inquietud suscite una reacción muscular de defensa.

Hay una relación de equivalencia entre una tensión nerviosa y una tensión muscular. Según Janet: "toda tensión nerviosa se acompaña de una tensión muscular" y "toda perturbación psíquica genera una alteración de la motilidad", puesto que la unidad de la persona se encuentra globalmente afectada.

Es por ello que la "acción psicomotriz es tan importante y tan reparadora en todos aquellos que casos que presentan déficits madurativos y por tanto psicomotores.

Par terminar esta reflexión sólo decir que: "todos los movimientos de enderezamiento se inician, a partir de la maduración tónica de la musculatura del cuello, siguiendo el proceso madurativo céfalo-caudal y será que al entrar en contacto con la tierra, culminará la función tónica, desarrollando las diferentes capacidades neurológicas de que disponemos para vivir y desenvolvernos plenamente en este mundo en al que hemos venido por un tiempo."

"Piensa globalmente y actúa localmente"



Bibliografía:

• **El primer año en la vida del niño**. René Spitz. Ed. Fonde de Cultura Económica

• **Saltando las Olas.** María Montero-Rios Gil. Ed. Obstare.

• **Diario de un Educastrador.** J. Celma. Ed De la Flor. BBAA1972

• **La vida fetal, el nacimiento y el futuro de la humanidad.** Michael Odent. Ed. Hacer

• **Ontogénesis de la Motricidad.** Victor Da Fonseca. Ed.Colección Textos Fundamentales

• **Biología de la Indefensión.** Nacho Montero-Rios Gil. Autoedición 2010.

Roberto Rodríguez
Psicomotricidad Serena

Me construyo en tu mirada

Proceso y desarrollo de la identidad del bebé a través de la mirada del adulto

Desde que un bebé es concebido, uno de los primeros deseos maternos y paternos que se producen en el momento del nacimiento es mirarle. Esta situación culmina un periodo de deseos e ilusión, gestado durante nueve meses, en el que el bebé es sentido, pensado e imaginado por sus padres. A partir de ese momento, la mirada se convierte en una envoltura psíquica y tónica que acompaña al bebé en su desarrollo.

Al hablar de la mirada, no hacemos referencia a la fotográfica, basada en una imagen que sitúa y orienta, sino a **la mirada psicomotriz**. Es ésa una mirada maternante, tónica, sensitiva, cargada de afectos y emociones, de seguridad, llena de cariño, amor, ternura, llena de sentimientos, que tonifica y estimula, mirada que seduce, que expresa y comunica; que le dice al bebé que existe.

Junto con el calor corporal, el contacto con la piel, la respiración, el mecimiento y la voz, la mirada establece un diálogo y permite una comunicación que, en las mejores condiciones, lleva a un acuerdo de las tensiones tónicas. Ese deseo fusional desembocará más tarde en el descubrimiento y la afirmación de la identidad. El bebé que se siente mirado inviste el placer de la mirada maternante para transformarlo, progresivamente, en el placer de la acción de actuar sobre ella y de actuar sobre sí.

Por una mirada un mundo
por una sonrisa, un cielo,
por un beso…,¡yo no sé
qué te diera por un beso!
(Gustavo Adolfo Bécquer)

Desde su sentir, si el recién nacido pudiera hablar seguramente diría: "Todo mi mundo está en tu mirada". Porque de todos los sentidos de que disponemos, sólo uno, el sentido de la vista, presenta una clara carencia en su desarrollo durante el nacimiento, finalizando su maduración en los primeros meses de vida extrauterina. Por lo tanto, el bebé daría "por una mirada un mundo", y como tal, busca la mirada maternante, nexo de unión entre su mundo intrauterino con su nuevo mundo y refuerza ese vínculo que le permite construirse a sí mismo. Así pues, contenido por la otra mirada, sostenido por las emociones, los placeres y displaceres, el bebé

experimenta un estado de globalidad corporal, en el que su identidad se va construyendo según la calidad de sus afectos.

"Para que pueda construirse la búsqueda de su identidad, es necesario previamente que el cuerpo quede reunido en una imagen global. De esta manera la imagen maternante es como un espejo en el que se refleja toda su globalidad más afectiva, emocional y tónica que permite construir su yo corporal" (El cuerpo y el inconsciente en educación y terapia de André Lapierre y Bernard Aucouturier).

El viaje de la mirada 0-6 años

Vamos a permitirnos durante unos instantes situarnos bajo la piel del neonato en sus primeros momentos de vida extrauterina, para realizar un breve recorrido del sentir de la mirada, la relación que se establece y cómo la mirada le construye.

La maduración del sentido de la vista se realiza por medio de un proceso neurológico evolutivo complejo hasta tal punto que, fisiológicamente, su desarrollo no está finalizado en el nacimiento.

La conducta del recién nacido consiste en automatismos y movimientos incontrolados. Según Wallon es el periodo de impulsividad motriz, descargas tónicas bruscas y no controladas, que irán madurando hacia los movimientos controlados.

Es en esos primeros instantes de vida, se produce una conexión con la mirada del adulto, que le permite construirse a sí mismo, contenido por la otra mirada, sostenido por las emociones, expresado a través de la mirada maternante. Es un estado placentero que queda biológicamente grabado para siempre, que le permite vivenciar un estado fusional, indiferenciado.

Se establece una relación fusional que lleva a un estado de globalidad fusional. El bebé está unido umbilicalmente con otros ojos, con otra mirada que es la prolongación de sus propios ojos, porque aunque todavía no ha desarrollado el sentido de la vista al completo, se reconoce en la mirada envolvente de la madre que, con su mirada psicomotriz, permite vivirse en el otro, crecer, en un constante diálogo bidireccional, afectivo, tónico y emocional creando una sólida base, una estructura vital de desarrollo para el recién nacido, cuya identidad se va a construir según la calidad de sus afectos.

*"Son los ojos, por donde entran las imágenes del mundo, la imagen del otro, pero también por donde sale la mirada que penetrará en el otro. Intercambio de miradas que conectan con el rostro del otro" (*El cuerpo y el inconsciente en educación y terapia de André Lapierre y Bernard Aucouturier).

A pesar de la carencias que presenta el sentido de la vista al nacer, se produce un rápido proceso de maduración y, a las pocas semanas, el bebé distingue entre claridad y oscuridad, y también los contornos; a los tres meses ya distingue los colores, pero si hay algo que llama especialmente la atención durante ese periodo, es el momento casi mágico en el que el bebé desplaza su brazo hacia la cara de la madre como para querer apropiarse de la mirada maternante, para que ésta le mire y le comunique, le exprese, le sonría, le juegue, produciendo una reacción del sistema visual en su conjunto a los estímulos luminosos, de la madre y mano propia, pero también una reacción de mirar y ser mirado, en su más amplio sentido, global y psicomotriz.

Es hacia los tres meses cuando el bebé reconoce signos, ojos nariz, boca, etc. Es el momento en que llega la aparición de la sonrisa; es el primer paso para identificar objetos y personas.

En ese tiempo, la madre ha podido desplegar un arcoíris de miradas, expresivas, comprensivas,

estimulantes, infinitas, en las que el bebé se refleja, se ve a sí mismo, porque todavía no se sabe como un ser separado del otro.

Tal es así que hacia los ocho meses de vida, en la etapa de la angustia, es capaz de distinguir entre lo conocido y lo desconocido hasta tal punto, que reacciona ante la ausencia de la madre; cuando pierde ese hilo de comunicación que le contiene y le identifica, así como cuando lo vuelve a encontrar, reacciona con el cuerpo y su mirada, porque en realidad, el bebé se encuentra a sí mismo.

En este continuo mirar y ser mirado, el bebé llega hacia los primeros pasos, entre los doce y diez y ocho meses, en el que el logro psicomotor ha sido acompañado por esos ojos que apoyan, que juzgan, que protegen, que seducen, que segurizan, pero también que culpabilizan, que exigen, que aman.

Esa mirada global, que permite la construcción del yo corporal y la adquisición de nociones como el espacio y el tiempo, permite más adelante la aparición del lenguaje, soporte del pensamiento, como otra forma de comunicar además de su mirada, pero que se realiza bajo ese permanente diálogo visual, tónico y afectivo.

Este diálogo compartido, visual y oral, lleva al bebé al descubrimiento del yo, a la búsqueda de sus propios límites, a la autoconfianza. Es el comienzo de la autosuficiencia hacia los tres años. Para perder más tarde, hacia los seis años, el egocentrismo; es la conquista de la diferenciación, de ser yo entre los demás; conciencia de otros puntos de vista diferentes. Se ve a sí mismo, a los objetos, a las personas, como seres diferentes, desde diferentes puntos de vista, con mirada psicomotriz, desde diferentes sensaciones y emociones, dependiendo de la calidad de sus afectos de sus formas de ser visto y mirado en el espacio, en el tiempo.



Porque durante todo ese tiempo, cuando el bebé te mira, te toca la cara para que le mires, te busca con la mirada, con sus gestos, emociones, con gritos y sus palabras cuando se producen, buscan tu mirada, porque las miradas están llenas de sentido, llenas de significado. Es por ello por lo que te dice, te grita: "¡Mírame! ¡Mira mamá/papá! ¡Mira qué hago! ¡Mira cómo lo hago! ¡Mira qué estoy haciendo!"

Porque en ese largo viaje de la mirada, hay un sentido: el sentido de ser visto, el de construirse a sí mismo bajo la mirada del otro.

Josep Rota Iglesias
es psicólogo y psicomotricista, formador de la AEC (escuela ASEFOP de Barcelona)

La imagen corporal

Sé que hay mucha bibliografía sobre el tema de la imagen corporal, pero no voy a referirme a ella de una forma explícita, ni hacer un recorrido por las referencias más significativas. De todas formas, también sé que no invento nada; que mi bagaje de conocimientos está influido por todas mis lecturas y también por toda mi experiencia en el ámbito de la educación y de la ayuda terapéutica.

Un contexto teórico y experiencial mío que, durante muchos años, se situó en el ámbito de la práctica psicomotriz, iniciada por el profesor Bernard Aucouturier; una elaboración teórico-práctica, que continuaron todos los profesionales de las escuelas de formación de la ASEFOP. A esta experiencia me remito, sobretodo, a la hora de escribir sobre este tema.

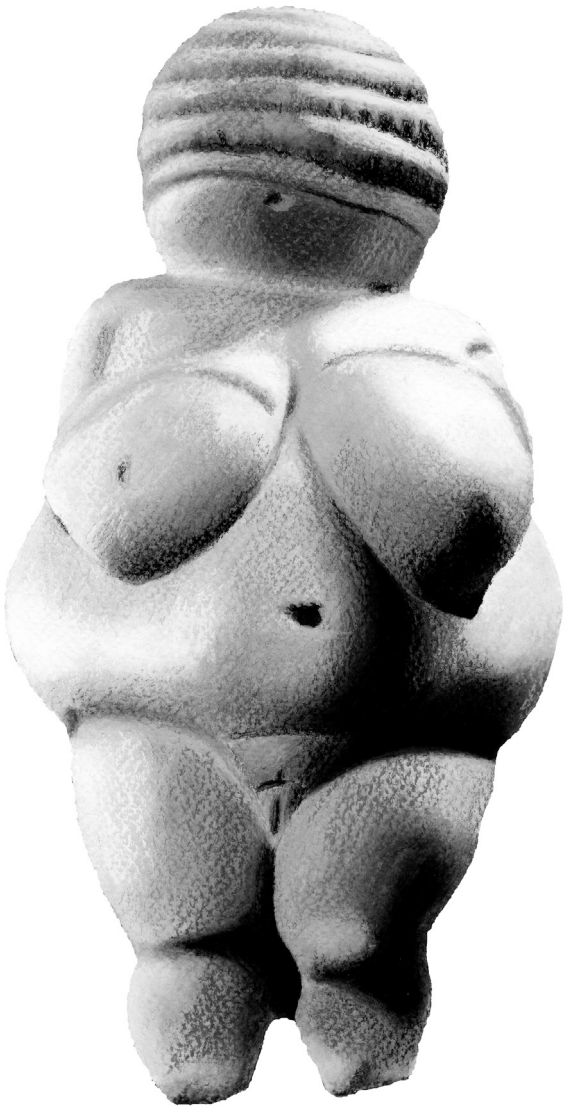
Hace muchos años que me dedico a la formación de profesionales psicomotricistas en los ámbitos de la ayuda educativa y preventiva y también en el ámbito de la ayuda terapéutica. Al inicio de todos mis actos formativos, explico un concepto teórico, que para mí es fundamental, para poder entender y significar el tipo de intervención que utilizamos en la ayuda psicomotriz. Se trata del concepto de Unidad Corporal.

El concepto de Unidad Corporal

Es una forma teórica de entender el concepto de cuerpo. A partir del paradigma teórico donde situemos el cuerpo, se llevará a cabo un tipo de intervención u otra en el abordaje psicomotor, tanto educativo como terapéutico.

El concepto de Unidad Corporal hace referencia a la relación entre dos polos que podemos situar en el cuerpo:

- Uno de ellos hace referencia a las facetas corporales funcional e instrumental, donde podemos ubicar todos los aspectos que situamos del lado del cuerpo real (competencias motrices, capacidades coordinativas, de organización y estructuración del espacio corporal y también del espacio exterior, etc.). Sin que sea del todo exacto, porque nunca las palabras significan con exactitud lo que uno quiere transmitir, podríamos equiparar este polo a lo que conocemos como Esquema Corporal. Un Esquema Corporal sometido a unas leyes de maduración neurobiológicas, dentro de un contexto social y que, para todos los humanos, evoluciona de una forma parecida. En la literatura clásica psicomotriz se describen las tres grandes etapas del esquema



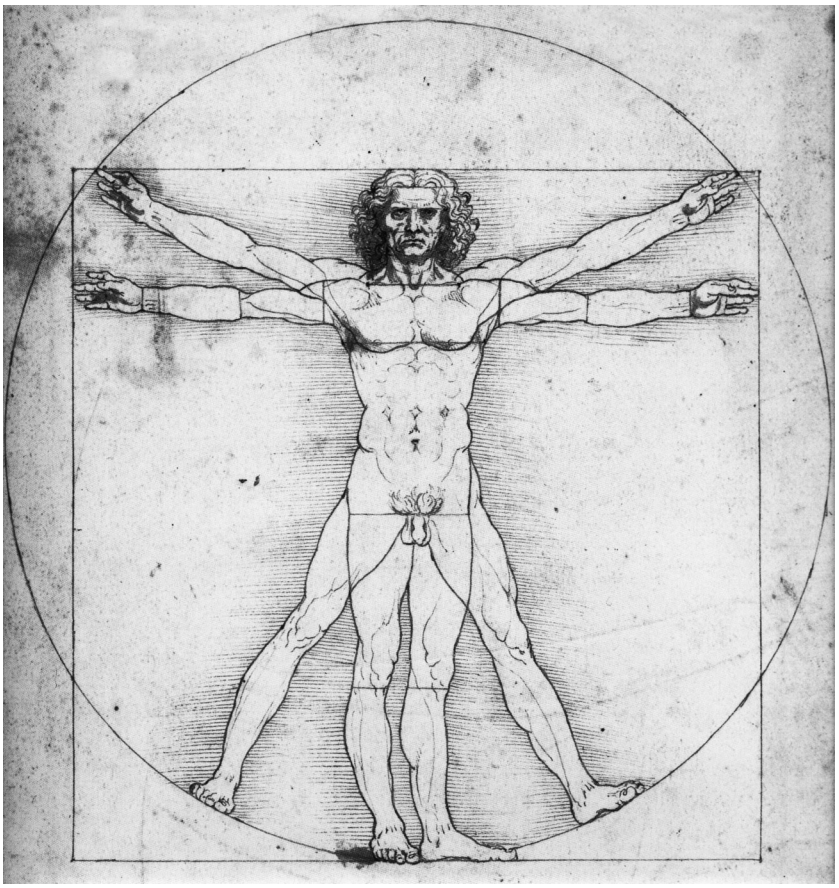
corporal: La vivencia corporal, de los 0 a los 3 años; la percepción corporal, de los 3 a los 6 años; la representación corporal, de los 7 a los 12 años. A esta edad se considera que el Esquema Corporal del sujeto está organizado y consolidado y que, como digo, su evolución se realiza de una manera más o menos homogénea para todos, en un ambiente de maduración lo suficientemente armónico.

· En el otro polo de esta Unidad Corporal, podemos situar todo lo que se refiere a las emociones y a los afectos; y también toda la vida fantasmática, que se origina en la dinámica interna de la persona. Podemos englobar todos estos aspectos en lo que, justamente, definimos como Imagen Corporal. Una Imagen Corporal que, a diferencia del Esquema Corporal, es el resultado de toda la historia de relación del sujeto, de su biografía personal. Una Imagen Corporal que es voluble y modificable, a partir precisamente de las interacciones que el sujeto realiza con su entorno. A diferencia también de lo que decía refiriéndome al cuerpo como esquema, la Imagen Corporal empieza a gestarse cuando los progenitores empiezan a pensar en el futuro ser y se completa al final de su existencia. No obstante, existe una " Imagen Corporal de base" (así se describe en la teoría del Desarrollo Psicomotor). Es la imagen que se estructura durante los tres primeros años de vida; una imagen fundamental, porque fundamenta todo el desarrollo posterior de la persona.

Todo este discurso es una pura elucubración teórica, que nos permite comprender la dinámica que se establece en el interior de la Unidad Corporal. Los dos polos no están separados; los dos se condicionan mutuamente. Se trata de una unidad.

Françoise Dolto, en su libro *"La imagen inconsciente del cuerpo"*, escribe que el hombre establece las relaciones con los demás, através de su cuerpo real, atravesado por la Imagen Corporal.

A través de la experiencia clínica, podemos ver claramente la interrelación estrecha y la interdependencia que se dan entre estos dos polos. El cuerpo como esquema no puede existir sin el cuerpo como imagen, y al revés. Se trata del investimiento que cada persona hace de su propio cuerpo. Emociones y afectos concretos tienen una clara incidencia en las capacidades funcionales e



instrumentales del cuerpo. Pensemos, por ejemplo, en las emociones de inseguridad, miedo, terror, que pueden disminuir e incluso llegar a paralizar las capacidades motrices del sujeto. Y al revés, un cuerpo con unos handicaps somáticos, por ejemplo una parálisis cerebral, sin duda influye en la Imagen Corporal del sujeto.

Sin necesidad de referirnos a situaciones patológicas, toda la expresividad motriz de los niños es el resultado de esta dinámica que se lleva a cabo en el interior de la Unidad Corporal. En psicomotricidad hablamos de expresividad motriz refiriéndonos a las relaciones que el niño establece con el espacio, el tiempo, los objetos, los otros, etc.

El cuerpo es un cuerpo de relación y sirve fundamentalmente para relacionarnos. Es a través de estas relaciones como el sujeto organiza y estructura su Imagen Corporal. Quiero referirme en este punto a un libro, para mí muy significativo, del psicoanalista catalán Ramon Riera, sobre el tema de la importancia de la relación y las interacciones en el crecimiento madurativo de las personas. Se titula el libro "La conexión emocional". Aporto literalmente unos párrafos, que me parecen muy ilustrativos:

"Las emociones del niño, que no reciben una validación empática por parte de los adultos, serán vividas como una tara... Un hecho muy relevante en los humanos es que sólo podemos tomar consciencia

de aquellas experiencias con las cuales nuestro entorno sintoniza emocionalmente. Los hechos traumáticos dejan secuelas, cuando no ha existido un entorno empático, que haya permitido generar una buena toma de consciencia de estos hechos."

"Los humanos estamos diseñados para nacer en un entorno familiar empático, que sintonize con nuestras emociones y que esté verdaderamente interesado en saber qué sentimos. De la misma manera que necesitamos un ambiente con oxígeno, la biología cerebral necesita encontrarse con un ambiente receptivo de nuestras emociones".

La intervención psicomotriz, tanto en la educación como en la ayuda terapéutica, es un abordage global. Y es global, por que aborda y tiene en cuenta la Unidad Corporal del sujeto. Los niños expresan y significan esta Unidad Corporal a través de sus juegos, en cada uno de sus diferentes niveles: De reaseguramiento, presimbólicos y simbólicos. Los niños y niñas manifiestan y representan esta Unidad Corporal a través de su expresividad motriz y plástica a lo largo de la sesión de psicomotricidad.

El dispositivo espacial y temporal de la sesión permite que el niño y niña se manifieste desde su globalidad, desde su autenticidad. Las personas somos psicosomáticas durante toda nuestra vida, pero es justamente en esta etapa infantil, de los 0 a los 6 años, cuando estos dos polos, lo psíquico y lo somático, son más indisolubles.

Las relaciones están en la base de la estructura dinámica de la persona. Hay muchos autores que han hecho un especial hincapié en este tema. Sin olvidarnos de la "madre suficientemente buena" de Winnicott, quiero citar a uno en especial, que se ha referido a los buenos tratos, como un elemento fundamental de la estructura de la persona: Jorge Barudy, psiquiatra chileno, en su libro "Los buenos tratos a la infancia", escribe:



"Los buenos tratos a niñas y niños aseguran el buen desarrollo y el bienestar infantil y son la base del equilibrio mental de los futuros adultos y, por tanto, de toda la sociedad. El punto de partida de los buenos tratos a la infancia es la capacidad de madres y padres para responder correctamente a las necesidades infantiles de cuidado, protección, educación, respeto, empatía y apego.

La competencia parental en estos aspectos vitales permite que las niñas y niños puedan crecer como personas capaces de autoestima y de tratar bien a los demás. En este sentido, los buenos tratos pueden romper el círculo vicioso de la violencia que se perpetua entre generaciones y crear una cultura general del buen trato en la sociedad".

Bibliografía

• Dolto, F.: " La imagen inconsciente del cuerpo". Paidós. Barcelona. 1984.

• Barudy, J.; Dantagnan, M.: "Los buenos tratos a la infancia". Gedisa. Barcelona, 2006.

• Riera, R.: "La conexión emocional". Octaedro. Barcelona, 2011.

cuenta tu experiencia

Izaskun Zuartegi
es psicopedagoga y especialista en Práctica Psicomotriz Educativa y de Ayuda. Actualmente trabaja como monitora de actividades físico-recreativas en Tolosa y dedica otra parte importante de su tiempo a la ayuda psicomotriz.

Aprendizaje de la natación

con niños y niñas pequeños

Me gustaría poder pararme más a menudo para poder reflexionar sobre lo que siento cuando estoy trabajando con niñas y niños pequeños en el marco del aprendizaje de la natación, tal como lo denominan en el polideportivo en el que trabajo.

Yo, que me siento acompañante del itinerario personal de cada niña o niño que se acerca a mí para tener experiencias gratificantes en el agua, desearía que en dicho marco la dinámica que se plantea en el modo de entrar en relación con el medio acuático fuese planteado de otra manera; es decir, donde el juego libre y espontáneo fuese la piedra angular para el acercamiento del niño a ese medio que no domina todavía. Pero, la realidad está muy lejos de ello. Se denominan "aptitudes para niveles de natación" las que los adultos (estemos de acuerdo o no) marcamos y tenemos en mente para el aprendizaje.

A pesar de todo ello, me quedo con las vivencias positivas en mí y en los niños, que son muchas. Y especialmente me voy a parar en una de ellas y tratar de elaborar en cierta medida un tema, que los psicomotricistas dinámicos conocemos muy bien: el fantasma o angustia de devoración. Allá voy.

La mayoría de las sesiones en natación corresponden a ejercicios y juegos estructurados marcados por el adulto-profesor de natación, y pocas veces son oídas las propuestas de las niñas y niños.

Pero he ahí que me he encontrado con una ocasión que me daba juego para que la sesión de natación se fuera transformando en un juego de reaseguración profunda, como decimos los psicomotricistas. En la última sesión del curso se les deja todo el tiempo para que exploren y jueguen con el material. Tienen libertad de ir a un lugar u otro (tobogán, tapices, figuras, etc.) y jugar de distintas maneras.

Ese día, un niño comenzó a hacer ademanes de subirse al tapiz cuando otros niños trataban de mantenerse sentados en el mismo sin caerse, y a mí se me ocurrió decirles: "¡Cuidado, viene un tiburón!" Los niños, de repente, entraron en el juego con gritos y algarabías; unos salían de la pileta cuando el supuesto tiburón se acercaba y la emoción se apoderaba de ellos a raudales. Una expresión de emoción y placer que nunca en ninguna de las otras sesiones durante el curso había percibido.



Y cuando yo hacía de tiburón, un tiburón grande con la aleta encima de la cabeza que iba tumbado dentro del agua, la estampida emocionante y jugada era impresionante.

Cuando yo sacaba la cabeza después de haber intentado devorar a unos cuantos niños, mi placer también era grande; una gran risa y entonces 3 ó 4 niños querían hacer de tiburones. Así la piscina se llenaba de tiburones con sus aletas en la cabeza tratando de comernos al resto de niños y especialmente a mí.

Venían en grupo, la presa era la profesora que enseña a nadar y que ese día se transformaba como nunca, maleable y más accesible que nunca. En algunos ojos yo percibía una sorpresa, un gozo indescriptible. Si bien durante las sesiones trato de vivir las actitudes de todo buen acompañante en psicomotricidad, en esa sesión se añadía el jugar para ellos desde su deseo.

El juego del tiburón que trata de volcar el barco y devorar a los que están en el agua se repite en las sesiones de juego libre en la piscina, pero ahora escribo sobre dicho juego desde la cercanía de la emoción que ayer viví, y también con la descentración emocional que me va a permitir hablar sobre el simbolismo recreado en dicho juego y lo que supone con respecto a la reaseguración profunda en el niño.

Un tiburón grande (yo) que ataca hace alusión a un perseguidor; en el caso del niño "sano" puede jugar a escapar de él, sentir que puede hacer algo para no dejarse atrapar, jugar el miedo a ser devorado. Constituye un juego realmente asegurante en un nivel profundo. ¡Y qué decir del niño que se presta a hacer de tiburón, que va a devorar simbólicamente a aquel otro que en principio lo puede haber vivido como alguien "indestructible", que va a manejar de forma adecuada sus impulsos destructivos y agresivos sin sentirse culpable por tenerlos!

Hace tiempo leí un artículo titulado "Interpretaciones posibles de algunos juegos que se repiten en una sesión psicomotriz", que escribió Silvie Donet para Cuadernos de Psicomotricidad. Decía que "mediante los juegos en torno a la angustia de devoración el niño canaliza sus pulsiones agresivas (que participan en la dinámica vital destrucción/construcción).

Los animales carnívoros simbolizan, con sus dientes y sus garras, tanto los deseos de omnipotencia como el universo pulsional en el cual el niño se debate; hacen referencia a la oralidad bajo su forma primitiva (canibalismo)". Continúa Silvie Donnet diciendo que "el cocodrilo evoca también los fantasmas de devoración y de poder total, pero además de eso, evoca una vida en el agua, horizontal, donde el niño se desplaza según el eje del cuerpo; es un símbolo de ferocidad, dominando indiscutiblemente con fuerza y rapidez (¿evocando las fuerzas destructivas desde la noche de los tiempos?) El tiburón sugiere también estas fuerzas devoradoras, devastadoras y ambivalentes que agitan al niño."

Me paro ante la frase puesta por Silvie Donet en interrogación arriba en la que señala las fuerzas destructivas que vienen desde la noche de los tiempos. En su día me llamaron la atención esas palabras, pues recordé haber leído algo sobre ello en un libro de Therese Bertherat, creadora de la antigimnasia, cuando yo participaba en un grupo de esa disciplina.

El libro se titula "las estaciones del cuerpo" y en el capítulo 4 titulado "la noche de los tiempos" hace referencia a este tema. Traigo a este escrito algunas ideas suyas que aparecen en el libro: "De hecho, salimos de las aguas limosas de la tierra, pero hemos salido afrontando grandes riesgos y peligros. Salimos del limo penosamente, después de haber permanecido en él un número colosal de siglos, de milenios." Y en otro momento prosigue así: "…tenemos chimpancés, pero también una cierta musaraña, peces, algas, bacterias y, en especial reptiles, reptiles en cantidad… Todos están incorporados a la lista de nuestros ancestros.

De hecho, están incorporados a nosotros, están íntimamente mezclados a la pasta de la que estamos hechos, y tan bien mezclados que no queda ni un grumo." Y añade: "Mucha gente se apasiona por la historia del planeta, por la aparición de la vida, por el maravilloso zoológico de las especies que nos han precedido. Ojalá su espíritu -y en especial su cuerpo- atinaran a sentir moverse en ellos la lejana parentela, siempre viva…" Y para entender mejor el significado de "la noche de los tiempos", me he decidido a escoger unos cuantos párrafos que me han parecido interesantes para esa mayor comprensión de lo que nos puede estar habitando tanto a los niños como a los adultos.

Thérèse Bertherat escribe: "Nosotros, es decir nuestros ancestros, permanecimos durante millones de años (quinientos, seiscientos millones de años según los expertos) en el fondo de los océanos, en prudentes, abismales meditaciones… Por fin, nuestros ancestros abandonaron las aguas pero a disgusto, parece. No eligieron abandonarlas, fueron las aguas las que se retiraron. Ellos, forzados por las conmociones geológicas, llevados por un furioso instinto de vida, tantearon -¿con el pie?- la tierra firme… aunque no tan firme; más bien movediza, convulsionada, nada cómoda."

Deseo terminar este artículo con estas palabras que nacen de mi creencia sobre la ambivalencia que existe en todo ser humano: miedo a ser destruido y miedo a destruir al otro cuando surge dentro de nosotros una fuerza incontenible, difícil de manejar. ¡Qué decir pues de los niños, cuando su sistema emocional funciona junto a su inteligencia, que todavía tiene mucho camino que recorrer hasta que se produce una cierta madurez para descentrarse, y poder separar lo que es objetivo de lo subjetivo ligado a su vivencia!

Para que el niño pueda comprenderse en lo que vive, necesita encontrar un acompañante adulto que le ayude a canalizar lo que bulle en su interior, proporcionándole un espacio y un tiempo estructurado y donde el niño se sienta contenido y apoyado afectivamente.

El niño va a crecer y construir su identidad, oscilando en esa dialéctica ambivalente: agresividad y fuerza destructiva (para construirse) y miedo a ser destruido. En el fondo de todo ello y paralelo a esto está el deseo de amar y ser uno mismo y el miedo arcaico a no ser amado, a ser abandonado y a perderse.

Amaia Torner
es educadora infantil y psicomotricista

Mi experiencia

Recientemente he acabado la formación en Práctica Psicomotriz Educativa, habiendo realizado mis prácticas en la ikastola de Urretxu-Zumarraga con 6 niños, de 0-1 años.

Quiero contaros cómo he trabajado la psicomotricidad con niños de esta edad. Para ello, además de sobre la importancia de la psicomotricidad, voy a escribir sobre el movimiento autónomo libre y la teoría del apego. También haré una breve reflexión a partir de lo recogido en las sesiones.

La clave de la psicomotricidad es proporcionar un espacio al niño en el que éste sea el protagonista de su desarrollo y del proceso que está realizando. Siempre dentro de un marco, siendo fundamental respetar y tomar en cuenta las necesidades y características que tiene el niño según su edad.

El objetivo del trabajo psicomotor con los niños que aún no tienen un año, será conocer el placer de su cuerpo y su movimiento. Y para que el niño se viva con placer, tiene que tener al lado un adulto que le dé seguridad.

En la Escuela Infantil han vivido la primera separación de su ambiente familiar y las educadoras nos convertimos en personas sobre las que proyectar sus necesidades de apego.

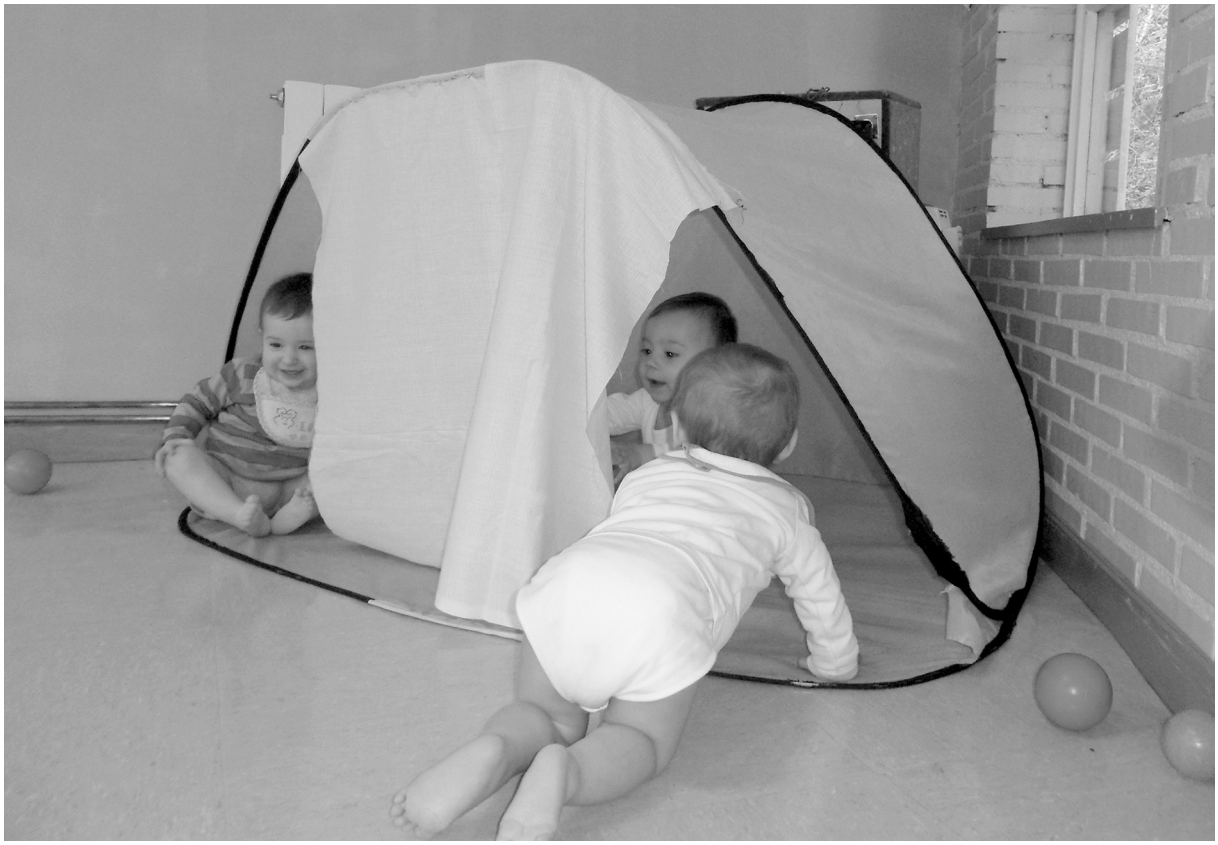
Cuánto más pequeños son más necesidad tienen de vivir este apego a modo de seguridad afectiva, esto les ayudará a abrirse al mundo y a otras personas, es decir, a sumergirse en la socialización.

El vínculo de apego

El apego es el vínculo afectivo permanente y duradero entre dos personas y alienta a mantener la proximidad y la interacción entre ambos. El individuo, niño o adulto, encuentra una base de seguridad en la otra persona. Desde esta base, examina el mundo físico y social, siendo al mismo tiempo un refugio y consuelo para él, que le tranquiliza ante las situaciones de ansiedad, tristeza y miedo.

La teoría del apego (J. Bolwby, 1976) propone que el niño tiene biológicamente una necesidad concreta: es la tendencia a interactuar con otras personas, que tiene como fin dirigirse a una figura específica.

La proximidad entre el niño y la persona de apego es tan esencial como la alimentación para la supervivencia del niño.Por lo general, la madre es la figura de apego primario. Al fin y al cabo, la figura de apego es la persona que cubre las necesidades del niño de modo permanente y firme.



Las personas que han construido un apego seguro tienen un esquema claro de sí mismas, y saben que son capaces de atraer la atención de los demás cuando lo necesitan.

También saben que hay otros dispuestos a proporcionar ese apoyo, y eso les hace sentirse bien; se sienten igual de cómodos cuando tienen que pedir ayuda o cuando están en autonomía. Consiguen la tranquilidad.

Cuando el vínculo de apego está bien construido, tendrán facilidad para adecuarse a la nueva situación de la Escuela Infantil. Nuestro trabajo sería no adelantarnos a su propia acción, de acuerdo con la teoría del movimiento autónomo libre.

Movimiento autónomo libre

Es básico dejar actuar al niño en el espacio. Hay que dejarles libres, es decir, respetar su ritmo, y hay que darles tiempo para pasar por todas las fases: encontrar algo nuevo, repetir, y entonces completar.

Según dice Pikler, el niño que crece en el movimiento libre autónomo consigue el conocimiento total de sus capacidades y de su cuerpo, conociendo bien sus limitaciones, y teniendo confianza en sí mismo. Sin embargo, para que el niño tenga confianza en sí mismo, previamente la persona que tiene una relación estable con él le ha debido demostrar la confianza que posee en sus capacidades.

Sesiones

Para los niños pequeños es de gran importancia la simplicidad de los materiales y el espacio. Tenemos que adaptar el espacio a la expresividad de los niños. Esta sala debe dar una respuesta a los movimientos del niño, a sus deseos y a sus necesidades. Tenemos que tener en cuenta todas las necesidades y deseos del niño.

Para empezar, tal y como dice Sonia Compostela en una entrevista, el primer objeto, el básico, es el suelo. El piso de nuestra sala está forrado de sintasol y aunque no es tan agradable como la madera, está bien para estar tumbado y para desplazarse.

Sin embargo, en las primeras sesiones, utilicé una colchoneta firme para que los niños experimentasen la horizontalidad. Estar sobre una base fuerte y segura ofrece al niño la posibilidad de encontrar diferentes posturas corporales.

En cuanto al material, cubos, cajas y recipientes, tapas, etc., son adecuados para poder realizar las acciones de coger, dejar, meter, sacar, tirar, juntar, etc. Cuando son capaces de desplazarse podemos sacar pelotas: tirar, coger de nuevo, observar cómo se mueven en el espacio, etc.

Sin embargo, el espacio sensoriomotor ha sido el máximo protagonista en estas sesiones. Cuando comenzaron a desplazarse arrastrándose, andando a gatas o sentados, puse bloques de diferentes formas y alturas, alrededor de una plataforma de una sólida base de madera.

Gracias a esto, al encontrarse con un espacio que tenía diferentes alturas y rampas, los niños realizaron renovados esfuerzos para encontrar posturas corporales nuevas con las que adecuarse a estas diferentes propuestas espaciales. Vivieron los desequilibrios, y en ese mismo momento consiguieron el movimiento natural. Precisamente porque vivieron esas experiencias en un ambiente de seguridad, han tenido la oportunidad de crear este movimiento natural.

He cambiado una y otra vez este espacio durante el curso. Al principio puse bloques simples y de poca altura y, al ir avanzando su movimiento, he ido introduciendo algún circuito y bloques más grandes.

A pesar de ser pequeños, cuando ya están adaptados la nueva sala y espacios, podemos hacer breves rituales para comenzar y terminar las sesiones. Al entrar a la sala, nos sentábamos en una colchoneta y cantábamos "Agongon Mariagongon", diciendo el nombre de cada niño.

Este ritual de entrada puede considerarse como un puente para pasar de otro tipo de actividad a la práctica psicomotriz. Además, como hemos hecho las sesiones a primera hora, estaba también la transición de casa a la Escuela Infantil y nos parecía imprescindible actuar con cuidado.

En cuanto al ritual de salida, hemos terminado las sesiones con un pequeño masaje. Es una manera de cerrar la sesión, y como terminar la sesión con un coloquio es imposible en esta edad, tocar el cuerpo con el que tanto han trabajado es beneficioso. Al dar los masajes trabajamos diversos beneficios: predisposición a escuchar las emociones del otro, la aceptación de sus expresiones, la relajación, la calma, la estimulación, trabajar la comunicación.

También el cariño, el calor, el apego, la contención. Les he dado la posibilidad de darse aceite en las manos, tocar el aceite y acariciar su cuerpo. He hecho masaje de pies y de manos y he tratado de terminar en la zona de la cintura, para expresar la totalidad corporal y que ahí tienen las piernas.

Y con esto se termina y antes de ir al aula de al lado, hemos cantado la canción "Agur, agur, agur" en todas las sesiones.

Al final, los rituales también ayudan dando al niño lo que necesita: la calma, las rutinas y las repeticiones necesarias para conseguir la seguridad.

En lo que se refiere al papel del adulto, por un lado subrayaría la necesidad del contacto físico, los gestos, las palabras, las miradas, que son los medios que se utilizan en todo momento para reconocer al niño. Ya que todavía no son capaces de comunicarse verbalmente, me he centrado en su cuerpo y he puesto palabras a sus acciones. He desarrollado también la función de espejo. Antes de hacer cualquier cosa siempre les he adelantado verbalmente lo que iba a hacer; "te voy a quitar los mocos, ¿vale?", por ejemplo.

Por otra parte, nuestras posiciones corporales tienen también gran importancia en estas sesiones. Siendo la persona que les vamos a dar seguridad a los niños tenemos que estar atentas con la pérdida de la verticalidad y la estrategia para encaminar la acción al sitio que queremos será sentarnos en ese lugar. Debemos mostrarles que estamos ahí físicamente, pero sin invadir.

El desarrollo de los niños

A lo largo de estas sesiones he podido analizar la evolución del movimiento de todos los niños. Es el caso de dos niñas a las que enseñaron en casa la postura de sentadas sin que ellas fueran capaces de hacerlo por sí solas.

Si bien al principio pasaban mucho tiempo tumbadas, en la medida en que las sesiones avanzaron, se sentían muy cómodas en la postura de sentadas y he intentado que recuperasen los movimientos y posturas perdidos.

Para ello, he utilizado diversas estrategias: ponerme a su lado tumbada, juntando mi mano con la suya, cantar alguna canción, etc. Tenía como objetivo que estuvieran lo más tranquilas posible en la posición de tumbadas, con la intención de que adquirieran por sí mismas las diferentes posturas. A pesar de que el proceso ha ido despacio, han accedido al gateo de forma autónoma.

Los otros cuatro niños han seguido el mismo camino, cada uno a su ritmo, pero han ido adquiriendo las diferentes posturas por sí mismos, sin que nadie se lo enseñase. He disfrutado viendo este proceso hermoso y natural. Al principio, de estar boca arriba pasaron a estar boca abajo.

En esta postura fueron capaces de realizar algunos movimientos: mantenerse sobre la tripa, extender los brazos; enseguida fueron capaces de desplazarse a rastras. Al principio hacia atrás, luego hacia delante. Aprendieron también a andar a gatas. Han andado con gran seguridad, con gran velocidad. Los cuatro son capaces de ponerse de pie agarrados a algo y dos de ellos han comenzado a andar.

El grupo

En lo que se refiere a la relación que ha habido entre los niños, destacaría las imitaciones que se han realizado en todas las sesiones: por un lado, los intercambios que ha habido a través de los objetos y, por otro, las acciones compartidas a través del cuerpo.

En las imitaciones que se han producido con los botes y las tapas, esto es lo que se ha repetido en muchas ocasiones: cuando un niño coge un bote y lo golpea contra el suelo, o cuando coge un bote en cada mano y los golpea entre sí, algún otro niño se ponía al lado y, mirando con atención, realizaba los mismos gestos, imitando la acción.

Los niños que habían realizado la imitación se ponían al lado del que tenía la iniciativa y continuaban juntos la misma acción. Al intercambiarse las miradas



los niños expresan el deseo que tienen de jugar juntos. Además, en algunas ocasiones quien se ha acercado a quien realizaba la acción ha sido un niño que estaba lejos. Aquí se ha puesto en evidencia un alto nivel de interés.

Por otro lado, ha habido algunas imitaciones sin objetos, golpeando, por ejemplo, con las manos sobre la plataforma, en la calefacción y en otros lugares.

El cuerpo que está en movimiento nos hace llegar diversas emociones. Inmensa satisfacción, alegría. Podemos decir que se produce un contagio emocional, cuando la acción se amplía cada vez más y aparece una mayor fusión emocional a través de las risas y los gritos. En esos momentos se ve el deseo de comunicarse y el deseo de expresar juntos esas emociones, a través de la cercanía, la vocalización, la mirada, la postura, el gesto.

Por último, quiero señalar las experiencias de intercambio y los juegos de cucú en la casita (telas de una tienda de camping colgando). En el caso de la casita, en algunas situaciones un niño ha entrado por un lado de la tela y ha salido por el otro sin mirar alrededor. Pero en la mayoría de los casos, el niño que ha tenido la iniciativa ha entrado en la casa y ha mirado hacia afuera por un lado de la tela con la intención de comunicarse con el otro.

En estas ocasiones los niños organizan juegos para experimentar diferentes posibilidades: estoy o no estoy para el otro (estar presente/estar ausente).



Lo que se ve desde dentro o estando fuera es distinto y puede experimentar también el ser visto o no ser visto por los otros compañeros (ver/no ver y ser visto/no ser visto).

En los juegos de cucú también pueden expresar el "aquí estoy y no estoy". Algunas veces, poniéndose una tela en la cabeza y mirándome, me han expresado que han "desaparecido". En otras ocasiones, han tapado su cabeza y se han puesto ante el espejo. "¿Quién soy yo? Aquí estoy/no estoy".

Como en la situación de la casita, nos hemos mirado y han jugado al cucú: Aparezco o desaparezco para ti. Para terminar, quiero expresaros lo enriquecedora que ha sido esta experiencia.

La psicomotricidad me ha enseñado a mirar al niño de otra manera; escuchándole, comprendiéndole, comunicándome, ajustándome a sus necesidades. Y como he dicho, a pesar de ser niños que no hablan, poniéndose en su lugar y teniendo confianza en sus capacidades seremos capaces de comunicarnos.

resumen

Javier Ocejo

coordinador de esta revista, nos presenta Crecer juntos, un libro de Montse Rizo, editado por Octaedro, que condensa de forma amena y sencilla el mundo de los bebés y niños pequeños.

Crecer juntos

El libro, con muy buenas ilustraciones a todo color, se estructura en cuatro partes a las que añade al final de ellos una tabla orientativa del desarrollo global infantil hasta los tres años de edad.

Montse escribe en primera persona, presentándose como si fuera el bebé, y esto hace que nos pongamos en la piel de ese ser que ha de desarrollarse. De esta manera, nos explica de una manera muy natural el recorrido de embrión a feto, de bebé a niño.

Según va desarrollando el primer capítulo ya nos da la noción de recién nacido sano: "aquel que nace entre las 38 y las 42 semanas de gestación, tiene un peso entre los 2.500 gramos y los 4.500 y no presenta ninguna alteración observable a las exploraciones pediátricas".

Es un libro muy práctico, respondiendo a preguntas que todos los padres nos hacemos: si los niños de ahora son más listos que los de antes o si algo no está bien, etc.

Así, poco a poco, nos informa de cosas que hay que saber como, por ejemplo, que si se nace antes de tiempo la maduración necesaria para poder regresar a casa es la correspondiente a las 38 semanas de gestación y que hay que tener un peso mínimo de 2.000 gramos.

Nuestra autora va avanzando en los temas explicando la función de los sentidos y revela que los más primarios son el olfato y el gusto, o cosas tan interesantes como que el niño necesitará años para que le gusten los sabores ácido y amargo. Un consejo que nos da es que en la lactancia hay que tener cuidado con comer picante o productos que contengan alcohol.

A la hora de organizar el libro sigue el orden del desarrollo humano y se va deteniendo en los momentos clave apoyándose en recuadros, a otro color, para resaltar cosas importantes y que no debemos olvidar.

Nos dice que el oído está muy desarrollado al

nacer y que hay que recordar que las palabras que transmiten nuestros afectos son las más aprendidas. Por el contrario, la vista necesitará más tiempo para funcionar óptimamente: De los tres a los nueve meses se consolidará y, a partir de aquí, el bebé querrá agarrar todo lo que ve.

Siguiendo el libro nos damos cuenta de que crecer es un desarrollo en el que un avance se apoya sobre un avance anterior. Por ejemplo: una vez que la vista está preparada a los nueve meses, esto posibilitará que se inicie el tiempo de empezar a gatear.

Rizo deja claro su saber al hablar de los masajes: hay que escuchar las necesidades del bebé y no imponer una técnica y un tiempo porque así el masaje se convierte en una comunicación emocional. Mirarle a la cara, masajearle, hablarle y sonreírle es lo que le permitirá aprender a imitar las expresiones emocionales.

Este es un aspecto importante ya que con nuestra relación ayudamos a regular las emociones del niño. Las caricias despiertan la sensibilidad corporal y, junto con la voz, ayudan a establecer vínculos afectivos seguros con las personas.

En el apartado de aprendiendo a sentir, Montse habla de los miedos y de las distintas razones para llorar. Nos señala que hay que tener cuidado con lo que verbalizamos al niño. Por ejemplo: "Te quedarás solo", "nadie te querrá", "si haces eso yo me marcho o te dejo", etc. No hay que decir este tipo de cosas y hay que ser tolerantes.

Tenemos que comprender que a los dos años su emoción no tiene límites y mientras madura y entiende, pues si quiere algo de otro niño se lo quitará sin miramientos o si le molesta le empujará o morderá. Por lo tanto, es importante poner palabras a sus emociones de forma sencilla y sin grandes explicaciones. También a esa edad es la etapa del "no". Nos dice que no a muchas cosas y es una etapa que no debemos vivir como una desobediencia o provocación. Si afinamos nuestra flexibilidad con estas rebeldías esto hará que el paso por esta etapa sea corto.

En esta parte del libro nos explica algo importante. Muchos adultos distraen a los niños para que los padres se puedan marchar, pensando que así el niño no se dará cuenta y no llorará; esto es un error ya que el niño no comprende que "desaparezcamos" y al final provocamos un sentimiento de desconfianza, por lo que no querrá luego separarse de nosotros ni un momento.

Entender sus miedos, anticiparlos, es nuestra labor. El miedo a que papá o mamá no estén se inicia ya sobre los ocho meses. Elementos que les tranquilizarán y que podemos usar son los peluches, los muñecos o la ropa. Para darnos cuenta de lo que le pasa al niño debemos mirar si ríe o llora, pues son expresiones que utilizan frecuentemente porque no pueden poner palabras a sus estados anímicos.

Se recomienda jugar. Cuando jugamos con el bebé se le ayuda a aprender y a nosotros además nos permite chequear que todo va bien: que oye bien, que ve bien, que responde a nuestras sonrisas, que nos busca con la mirada, etc.

Si con un año de edad se queda indiferente a las personas o fijado a los dibujos de la televisión, o tiene rabietas difíciles de calmar o incluso no tolera los cambios de lugar o personas, entonces estamos ante síntomas como para consultar al pediatra.

El segundo capítulo del libro se llama la conquista del mundo. Empieza diciéndonos que la genética no es suficiente, que predispone pero no determina. Como anécdota nos cuenta que los hijos no biológicos se acaban pareciendo a sus padres adoptivos por la convivencia.

Y así leyendo llegamos al apartado del desarrollo psicomotor. Como bien sabemos los psicomotricistas el deseo de explorar y lo estimulante que sea el ambiente es clave ya que facilita o limita el desarrollo final de los niños.

Con las manos un bebé agarra el mundo ya que los dedos son muy sensitivos e informan de las cualidades de los objetos: duros, blandos, fríos, calientes, pesados, ligeros, etc.; las manos son una gran herramienta, una navaja suiza, que aprender a utilizar.

Como dice Montse, "para conseguir grandes proezas es preciso que lo haga despacio y paulatinamente". Podemos decir que sobre los siete meses es capaz de estar sentado sin caerse y se le puede sentar en tronas para comer.

Con respecto al gateo, "la mejor de las gimnasias", Rizo nos dice que hay muchos estudios que relacionan problemas de lateralización con la ausencia de gatear y que a veces lo que dificulta el gateo espontáneo son las prisas de los padres porque los niños se pongan en pie y anden. Hay que dar tiempo a que el cuerpo del bebé organice los mecanismos necesarios y propios para andar y correr con autonomía.

Con el andar llegan los peligros y los noes abundantes: "¡No toques eso!". "¡No subas ahí!". Montserrat recomienda ofrecer una alternativa a la negación; por ejemplo, "No puedes tocar esas botellas de detergente, pero sí jugar con estos botes de plástico".

Después de darnos estos consejos Montserrat va haciendo un repaso a todos esos productos para bebés y niños que hay en el mercado: tumbonas, sillas, tronas, parques, tacatacas, mochilas, etc., y nos explica sus ventajas y desventajas: Los andadores son rechazados por los profesionales porque evitan estar en el suelo y aprender a gatear. Por



este motivo, en muchos países están prohibidos ya que pueden deformar la espalda y las piernas. Otra cosa importante son los corralitos: no han de ser pequeños ni estar llenos de juguetes, con unos pocos y adecuados es más que suficiente. Tampoco conviene abusar de estos corralitos porque limitan mucho el deseo de explorar el entorno.

Ya cumplidos los dos años de edad veremos si es zurdo o diestro o si hay problemas de lateralidad cruzada, lo que le puede llevar a problemas para escribir o situarse en el espacio.

En el siguiente apartado de este libro se habla del pensamiento, el lenguaje y el juego. Los tres primeros años de vida son la base de la posterior



formación física, psíquica, emocional y relacional de nuestros hijos. Ser cómplices de lo que ocurre en esos momentos es fundamental.

Recordad que no hay que reñir a los pequeñines cuando tiran los juguetes, pues lo que están haciendo es explorar e investigar las propiedades de las cosas. Los niños son imaginación, creación y curiosidad. Por eso tendrán una etapa en la que nos freirán a preguntas: el famoso "¿y por qué?" que utilizarán a cada momento. Aquí es importante responderles pero mirándoles a los ojos y que las explicaciones sean claras y concretas. Partir de los ejemplos que ellos ya conocen es fundamental. No queda permitido a los adultos burlarse o bromear sobre su gran inocencia.

Otra de las recomendaciones es que no se debe presionar a los niños para que escojan constantemente en sus cosas cotidianas. Lo adecuado es acompañarles en la elección sin reprocharles las equivocaciones. Y otra cosa, aunque sean pequeños para expresarse verbalmente, ellos entienden "casi" todo lo que los adultos hablan.

En la tercera parte del texto junto a los pensamientos, como os decíamos unas líneas atrás, se habla del juego y los juguetes. El juego es fundamental para crecer, es la forma que ha dispuesto la naturaleza para que los niños se relacionen con el mundo y así desarrollen sus capacidades físicas, emocionales y de relación. No hay que preocuparse (si no es algo exagerado o una fijación) si repiten mucho un juego porque les gusta, pues mediante la repetición aprenden y ven nuevas posibilidades.

En los juguetes ellos viven una importante carga emocional por lo que hay juguetes que están rotos o sucios pero tienen un gran valor de apego. Por eso no es conveniente tirarlos; se pueden guardar durante una temporada.

Todos los niños al crecer van variando la forma de jugar: Entre los nueve y los doce meses se pasan el tiempo sacando objetos de los recipientes, vacían todo lo que pillan. Desde los doce llenan todos los agujeros. A los dos años imitan las tareas domésticas y a los tres quieren imitarnos a nosotros. Así irán integrando la identidad de género. Los juegos ficticios: reyes, princesas, superhéroes, etc. Son muy necesarios y también los juegos de lucha y guerra (podéis estar tranquilos) no los hacen agresivos ni belicosos. Es un juego "como si" y es necesario para entender el mundo adulto. La infancia es una etapa efímera e irreversible así que la atención con calidad y con una presencia atenta en la relación es fundamental para que se construyan equilibradamente. Canciones, cantinelas, cuentos,

etc.; sobre todo este tiempo compartido del que nos habla Montse es muy significativo para los niños.

El último capítulo trata del camino de la autonomía personal y el papel de los padres. Nos avisa que los valores esenciales de la conducta y la relación social los debe transmitir la familia.

Hay una frase en estas páginas de Montse que me gusta mucho: "Educar no es domesticar ni moldear mi carácter para que sea de la forma que habíais imaginado o querríais que fuera". Explicar, reprender, castigar y motivar son necesarios dentro de la comprensión de la edad y las circunstancias de cada niño. No se debe caer en las palabras de amenaza, en la indiferencia o el aislamiento. La paciencia y nuestra actitud es lo que lo ayudará a regular sus emociones. Tenemos que ser conscientes de que el niño aprende el repertorio emocional mirándonos a nosotros. Nuestro tono de voz, las expresiones corporales y faciales, etc.

Para educar se necesita una actitud positiva. No aventurar los fracasos, no decir ese "ya sabía yo que te ibas a caer", que dicen muchos. Buscamos la autonomía, que se ponga la ropa el mismo o con la mínima ayuda posible, que aprenda a limpiarse él solito y todas esas cosas que le ayudarán a ser una persona no dependiente propia de un futuro adulto sano.

Con respecto al aseo y el control de esfínteres lo explica muy bien: No es algo del deseo del adulto o de la voluntad del niño. Se necesita una madurez neurológica y emocional junto a la colaboración de todos para que controle los esfínteres. En este proceso es sumamente importante no culpabilizar, no reñir, no comparar, ni insultar o ridiculizar los intentos del niño. Para aquellos que no lo sepan, es fácil que los niños mojen la cama por la noche hasta los seis u ocho años.

Sobre la noche y el dormir la autora nos incluye un cuadro con los horarios de sueño-vigilia según las edades. Así nos informa de que a los tres años de edad hay que dormir diez horas nocturnas. Recordad que un buen descanso es primordial para crecer con salud.

Ya para finalizar, nos transmite que hay que prevenir más para curar menos y que hay enfermedades que son frecuentes en la infancia, como la fiebre, las convulsiones, las diarreas, etc., o por su gran curiosidad posibilidad de traumatismos, intoxicaciones y atragantamientos. Como ayuda previsora hay que tener un listado de teléfonos de urgencia y un pequeño botiquín.

De esta forma acaba el libro al que le añade una reflexión sobre los sentimientos que provoca la paternidad y la maternidad, a veces contrapuestos, por situaciones de impotencia, sensación de agobio y falta de libertad pero también de amor incondicional.

Es un libro que recomiendo para padres primerizos o para quienes estén pensando en ser padres. Montserrat lo ha escrito con un lenguaje sencillo, cercano y muy claro, lejos de los artificios de los conceptos teóricos tan propios de algunos profesionales de la pedagogía y la infancia. A su vez la presentación es muy bonita, a todo color y las fotos de los bebés están muy bien escogidas ilustrando las letras. Espero que disfrutéis de él si cae en vuestras manos.

informaciones

Luzaro, Escuela de Psicomotricidad de Bergara

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

Cursos de sensibilización 2013

Todavía nos quedan plazas para el de Gasteiz (13, 14 y 15 de septiembre). Os recordamos que este año, dada la demanda, hemos apostado por ofrecer sensibilización también en Iruña (27, 28 y 29 de septiembre).

Formación continua

Os agradecemos vivamente el recibimiento que habéis hecho a nuestra propuesta de formación continua.

Por este año sólo nos queda el que impartirá Juan Cruz Polentinos: **Análisis de vídeos de práctica psicomotriz educativa**, que será el 8 de junio de 9:00 a 14:00 en la UNED de Bergara. Tiene un coste de 35 euros y todavía estás a tiempo de apuntarte.

Nuevas promociones

Actualmente están en marcha las promociones 25ª y 26ª de Práctica Psicomotriz Educativa, y la 4ª de Ayuda. En los próximos meses lanzaremos las siguientes promociones en los dos ámbitos. No dejes de informarte en nuestra secretaría si te interesa nuestra formación.

XI Jornadas de Psicomotricidad

No te las pierdas porque en este año cumplimos nuestro 25 aniversario y estamos preparando un programa muy especial. Os proponemos reflexionar juntos sobre el cuerpo en la infancia y para ello nos acompañarán Mary Ángeles Cremades, presidenta de la ASEFOP; el semiótico Ivan Darrault, coautor junto con Aucouturier y Empinet del libro La práctica psicomotriz, reeducación y terapia; Philippe Lemenu, terapeuta psicomotor con adolescentes y formador de la escuela belga de la ASEFOP.

SENTSIBILIZAZIOA / SENSIBILIZACIÓN

Abizenak	Izena		Tel.(etxekoa)
Apellidos	Nombre		Tel. (domicilio)
Helbidea		p.k.	Herria
Domicilio		c.p.	Población
Ogibidea	Lantokia eta Herria		Tel. (lana)
Profesión	Centro de trabajo y Población		Tel. (trabajo)

email .....

Año 2013 urtea Aukeratu/Selecciona>> GASTEIZ ☐ IRUÑA ☐

Centros activos de la ASEFOP www.asefop.org

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

• CEFOPP - Centro de Estudios y Formación en Práctica Psicomotriz Bernard Aucouturier
López de Hoyos 11 bajo derecha, 28006 Madrid
Tel/Fax: 915641234
E-mail: cefopp@telefonica.net

• CEFPP - Centro de Estudios e Formaçào em Práctica Psicomotora
Pavilhao Municipal, Avda Miguel Bombarda I Andar, 85000 Portimao
Tel: 00351282491492 (A. Machado) 968099092 – 962631253
E-mail: cefpp@clix.pt

• CEP – Centro di Formazione Permanente Spazio Psico – motorio
Via Brione 40, 10143 Torino
Tel/Fax: 0039011 7412840
E-mail: info@cfptorino.it - www. cfptorino.it

• 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: mberriozabal@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 – Alle, 6
D – 53225 Bonn
E-mail: esser@zappa-bonn.de

Normas de colaboración

Si deseas colaborar con Psicomotricidad deberás tener en cuenta los criterios que exponemos a continuación:

- La extensión máxima de los artículos será de seis páginas, escritas en tipo verdana 10 y espaciado simple.
- Si tu artículo va en la sección dossier, te pedimos que elabores un pequeño abstract o resumen breve.
- El artículo debe ser enviado por correo postal o electrónico a Luzaro Escuela de Psicomotricidad (UNED). Plaza S. Martín de Agirre. 20570- Bergara (Gipuzkoa). E-mail: mberriozabal@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 garantizan su posterior reproducción. Si escribes en Word ten en cuenta que este programa comprime las imágenes de tal manera que no siempre garantiza la calidad necesaria para la imprenta.
- 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 quieras destacar en el artículo, pero sin abusar de negritas, cursivas, subrayados y otros estilos que, al final, hacen farragosa la lectura.
- 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 decidir si se publica y en qué número, en función de los objetivos de calidad de la publicación.

cuadernos de psicomotricidad

Harpidetza / Suscripción

Izen-abizenak
Nombre y apellidos

Helbidea
Dirección

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

Telefonoa *Teléfono* | **Posta elektronika** *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 helbideratzearena ez ezik, idatzi ale-kopurua portada bakoitzaren lauki zurian eta bidali dagokion ingresoaren egiaztagiriarekin batera. Ingresoaren kontu zenbakia 2095 5214 91 1062636385 da. Egun gutxi barru eskatutako aleak jasoko dituzu.

Rellena los datos anteriores salvo los de la domicialización, escribe en el recuadro blanco de cada portada el número de ejemplares deseado, y envía esta hoja junto con el justificante de ingreso en la cuenta 2095 5214 91 1062636385 por el importe correspondiente. En unos días recibirás tu pedido.



Bidali / Enviar: *Psikomotrizitatea. Apdo.: 69 - 20570 - Bergara*

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



"Ayudamos a crecer con equilibrio"

Monty Cerro Pino,
psicopedagoga y psicomotricista
Ricardo Fernández Munilla,
educador infantil y psicomotricista

Centro de Psicomotricidad
y Psicología Infantil

Julio Urquijo, 11- 48014 Bilbao
Tel.: 944 010 882
www.saltoka-psicomotricidad.blogspot.com
saltoka.psicomotricidad@gmail.com

UGATZ

UMEAREN GARAPENERAKO ADITASUN ZENTROA
CENTRO DE ATENCIÓN AL DESARROLLO INFANTIL



- ATENCIÓN TEMPRANA
- PSICOMOTRICIDAD
- FISIOTERAPIA
- LOGOPEDIA

Juan de Olazaran, 1 - bajo. 48200 Durango
944668370 - 615782090
ugatz@hotmail.es

izanez
psikomotrizitate gunea

- Psikomotrizitatea
- Psikologia
- Arreta goiztiarra
- Gorputz erredukazioa
- Logopedia

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

ESPACIO PARA
TU PUBLICIDAD



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 · 693381443

XI PSIKOMOTRIZITATE PRAKTIKARI BURUZKO JARDUNALDIAK

XI JORNADAS DE PRÁCTICA PSICOMOTRIZ



GORPUTZA HAURTZAROAN: ZENTZUA ETA ESANAHIA

EL CUERPO EN LA INFANCIA, SU SENTIDO Y SU SIGNIFICADO

EUROPA JAUREGIA
PALACIO EUROPA

2013

Vitoria-Gasteiz

Azaroa
Noviembre
8-9-10

Eusko Jaurlaritzak homologatuak
Homologodas por el Gobierno Vasco

LUZARO
PSIKOMOTRIZITATE ESKOLA

UNED BERGARA
GIPUZKOA

asefop