

Psicomotricidad

por Pere Juan y Verónica Antón

¿Cómo era el día a día de un niño de menos de 6 años hace 30, 40 o 50 años? Los niños y niñas se criaban en otros contextos de vida. Generalmente, pasaban más horas con sus familias o en su casa. Había un tiempo para jugar libremente, solos o acompañados, dentro de casa o al aire libre. Podían experimentar de forma cotidiana las amplias posibilidades de su cuerpo, y también estar con otros niños sin la presencia de un adulto que regulara su forma de jugar y de relacionarse. Había un tiempo para estar, para crear historias, para imaginar juegos, para aburrirse...

Las rutinas de hoy, las jornadas de más de 8 horas que pasan los niños fuera de casa en actividades dirigidas, pautadas, producen nuevas formas de vivir las posibilidades de moverse, de crear, de experimentar y de jugar. En este nuevo contexto vital, en el cual están insertos desde muy pequeños, parece faltar el espacio libre, el juego espontáneo o, simplemente, el descanso.

Sin programarlo, los niños solían trepar, subir, bajar, saltar, arrastrarse por el suelo, dejarse caer, experimentar con todas las posibilidades de movimiento, jugar simbólicamente a mamás, papás, animales, hadas, brujas, lobos... Actualmente necesitan que les demos un lugar, un espacio y un tiempo, dentro de esta rutina cotidiana, para poderlo vivir.

En este contexto, la psicomotricidad relacional como práctica preventivo-educativa brinda al niño la posibilidad de tener un espacio y un tiempo para retomar la experimentación con su cuerpo, el contacto con sus emociones, el desarrollo de un juego no dirigido externamente o no necesariamente reglado.

La etapa de la globalidad

La práctica psicomotriz fue creada pensando en la etapa de la globalidad (de 0 a 6 años). En este período, el niño percibe el mundo y lo experimenta de forma indiferenciada: su vivencia es emocional, construye las bases de su cuerpo y asume una independencia emocional. Por eso es importante respetar su forma particular de aprender: a través del juego y siguiendo su deseo.

Principios de la psicomotricidad relacional

Los niños y niñas se mueven y juegan de una forma espontánea y natural. El movimiento, la experimentación, el juego, la creatividad y la imaginación son signos de salud, y constituyen el medio privilegiado del que disponen para descubrirse a sí mismos, descubrir el mundo y expresar sus emociones, estados de ánimo e inquietudes.

La sala de psicomotricidad ofrece a los niños y niñas un sinfín de posibilidades: espacios blandos con colchones y cojines donde pueden saltar, revolcarse y caer; lugares donde trepar, encaramarse para hacer equilibrios, rodar, columpiarse; espalderas, escaleras, cuerdas, planos inclinados.

El psicomotricista ofrece un espacio con un material dispuesto inicialmente de una manera determinada, pero abierto a las necesidades de los niños y niñas para modificarlo o ir agregando elementos específicos como las telas, los aros o las cuerdas, en función del juego que se desarrolla ese día. Todos estos materiales y su disposición en la sala invitan al niño o niña, a experimentar tanto el placer del movimiento como a ser escenario del juego simbólico. Así, el espacio de psicomotricidad se caracteriza por su riqueza y plasticidad, y por ser un espacio modificable por el deseo del niño o por el adulto atento a ese deseo.

La propuesta que se le hace al niño es la de jugar libremente en un marco de seguridad física y emocional, respetando las reglas básicas de no hacer ni hacerse daño. La libertad está enmarcada en este espacio y tiempo que comienza con un ritual de entrada, recordando estas normas básicas.

La actividad tendrá dos momentos sucesivos: el del juego con el material dispuesto en la sala y, posteriormente, un segundo momento de representación, donde el niño realizará un dibujo, una construcción con bloques de madera, se explicará o creará un cuento que puede retomar aspectos de lo vivido a través del juego o usará otras técnicas de expresión como la plastilina, el barro, etc.

Este segundo momento promueve la secuencia natural de pasar del placer de la acción al placer de pensar. Pasamos del movimiento a la calma, donde el niño es capaz de parar su cuerpo y poner en marcha la actividad de representar en un papel, en el espacio o mediante la palabra algo de la experiencia vivida.

Por último, la sesión de psicomotricidad se cierra mediante un ritual de salida, en el que se pone en palabras aspectos del juego y de la sesión compartida.

El proceso espontáneo que podemos observar va desde una explosión de energía, guerras de cojines, un juego «cuerpo a cuerpo» con el psicomotricista hacia la sensoriomotricidad, es decir, experimentar con el cuerpo en el espacio: correr, saltar, trepar, lanzar objetos, etc. Este juego, más de pulsión, se va suavizando progresivamente y da lugar a la sesión del juego simbólico, en el que una situación de ficción y el «hacer como si» le permitirán al niño elaborar y expresar su mundo emocional.

Al final, normalmente surge la necesidad de manifestar todo lo vivido a través de un lenguaje representativo: el dibujo, la construcción, el modelaje, el cuento.

El adulto acompaña ese proceso, que se desarrolla de forma natural, y sólo cuando hay dificultades interviene para hacer las propuestas más estructuradas y cerradas.

La forma de acompañar implica, sobre todo, una actitud de escucha de las necesidades del niño y la niña. Una escucha que es fundamentalmente corporal: un lenguaje arcaico basado en el tono muscular, que no implica únicamente la lectura visual de cómo se sitúa el niño en el espacio, con los objetos y los otros, sino también de empatizar con sus emociones a través del contacto corporal, el tono de voz y la mirada. Esta escucha va a orientar toda la intervención del psicomotricista.

En la formación del psicomotricista se da especial importancia al desarrollo de estas capacidades. Así, con esa sensibilidad como base, el psicomotricista adoptará las funciones de:

- garantizar la seguridad emocional;
- garantizar la seguridad física, sobre todo en lo que se refiere a la exploración del espacio y la utilización de los materiales;
- establecer límites (otro aspecto de la seguridad);
- diseñar espacios que incentiven la exploración;
- acompañar el juego simbólico para que éste se desarrolle;
- espacializar o cuidar de que el espacio pueda acoger diferentes proyectos.

En resumen, la psicomotricidad relacional es una práctica enfocada a facilitar que los niños y niñas puedan, a partir de la conexión con ellos mismos, desarrollar sus capacidades de comunicación y creación.

El psicomotricista, abierto a esa realidad fascinante y cambiante que es cada niño y niña, crece y evoluciona como adulto que acompaña el proceso.

Los aportes de la Psicomotricidad relacional

- Permite a los niños explorar el mundo sin desconectarse de su propio deseo y este respeto profundo hacia su deseo es una de sus bases fundamentales, pues facilita que puedan ser ellos mismos. Este hecho, combinado con la seguridad, permite que la energía de los niños se despliegue con autenticidad, tal y como es.
- Acepta la agresividad del niño y la niña y ofrece la posibilidad de expresarla haciéndola evolucionar. En la sala de psicomotricidad la destrucción está permitida, siempre y cuando no afecte la producción o la integridad de los demás. El psicomotricista les proporciona cojines, murallas y construcciones que pueden destruirse con gran placer. En el juego, él mismo como adulto puede ser destruido simbólicamente.
- La necesidad de destrucción física y real (sobre objetos) puede ser expresada en un contexto de seguridad para todos y cuando los niños la pueden vivir, esta necesidad de destrucción dará paso al surgimiento de una necesidad y deseo de construir.
- La necesidad de destrucción también puede ser jugada en un contexto de ficción y, a través del juego simbólico, el niño puede expresar y elaborar sus sentimientos más difíciles de sobrellevar.
- El hecho de participar en un juego simbólico facilita la elaboración y la expresión de su mundo emocional/interior. El niño no es aún un ser de lenguaje verbal: su lenguaje es el cuerpo, el movimiento, la expresión emocional, la acción. A través de este juego puede dialogar con un adulto que esté dispuesto a ello.

- El psicomotricista es una persona especialmente preparada para establecer ese diálogo estando dentro y fuera al mismo tiempo, y situándose en la distancia emocional necesaria para ayudar al niño.
- La Psicomotricidad ofrece la posibilidad de un lenguaje representativo con sentido. A menudo, el niño se ve obligado a reproducir un lenguaje, a aprenderlo porque toca. En la psicomotricidad relacional, el lenguaje, sea plástico o verbal, siempre está vinculado a una experiencia profunda, ya que la expresión se propone después de una vivencia global, que no solo involucra el pensamiento, sino también al cuerpo y a las emociones. Después de un juego especialmente intenso, los niños se entregan a la expresión plástica con una gran intensidad.

Por ejemplo, un niño se introduce dentro de una casa. En el lenguaje del adulto aparece la palabra *dentro*, pero aquí el concepto *dentro* es vivencial para el niño; tiene un sentido profundo. No está ligado a situaciones externas y sin sentido de las que no se siente partícipe. La psicomotricidad relacional integra la vivencia y el lenguaje, promoviendo así que el niño y la niña no pierdan la conexión con ellos mismos.