

Psicomotricidad - Reeducación psicomotriz

Buenaventura, M.; Bielsa, A.

PSICOMOTRICIDAD. GENERALIDADES

La psicomotricidad se define como la ciencia que estudia la integración entre lo motor, lo psíquico y lo afectivo del ser humano, así como el tratamiento de sus trastornos. Ha evolucionado como disciplina recibiendo influencias de diversas corrientes teóricas de la psicología, la neurofisiología, la psiquiatría y el psicoanálisis, hasta llegar al momento actual. Sus inicios, los encontramos a principios de siglo en la neurología y la psicobiología. E. Dupré, observa las relaciones existentes entre las deficiencias psíquicas y las alteraciones motrices, poniendo de relieve el vínculo entre los aspectos cognitivos y motores. Wallon otorga un papel primordial a la función tónica y a las emociones en el desarrollo de la personalidad del individuo. A las modificaciones del tono y de las actitudes está vinculada la sensibilidad afectiva. Para Wallon, " las emociones tienen por sostén el tono muscular".

Guilmain, discípulo de Wallon, señala la importancia de la motricidad en los problemas de carácter y en la conducta social del niño. Diseñó unos tests de exploración de la actividad psicomotriz, precisó la evolución motriz del niño de cuatro a doce años y dio a conocer sus procedimientos para la reeducación.

Desde la Paidopsiquiatría, J. de Ajuriaguerra describe los trastornos psicomotores, nos aporta datos importantes sobre el fenómeno tónico (la función del tono muscular) como telón de fondo de la acción corporal, de la adquisición de las posturas y del establecimiento de las relaciones con el otro.

Según Ajuriaguerra, el estado tónico es un modo de relación, y hace una distinción de estados tónicos (hipertonía de llamada, hipotonía de reposo, de placer, de satisfacción...) que son indicadores de estados emocionales del sujeto.

Tono y postura serán vías de comunicación esenciales en las primeras relaciones madre-hijo y expresión de emociones. Nos referimos al concepto de relación tónico-emocional. La influencia de Piaget ha sido esencial para la comprensión del desarrollo psicológico del niño, afirmando que la evolución de la inteligencia acontece a partir de la experiencia motriz (periodo sensoriomotor del niño), es decir de la acción y el movimiento, de la experiencia con el propio cuerpo y sobre el mundo de los objetos, para acceder más tarde, al pensamiento operatorio y a la representación. Vemos de nuevo, la relación entre lo motriz y lo cognitivo.



A partir de aquí, el cuerpo va a ser considerado también, como centro y construcción de las nociones de espacio y tiempo, necesarias para la estructuración espacio-temporal y toda la organización lógica, requisitos para los aprendizajes de la lecto-escritura, la matemática y la adaptación del niño al medio (cuerpo referencial-espacial).

Según P. Vayer, la noción de esquema corporal como construcción que realiza el sujeto a partir de su vivencia corporal para llegar a su representación, será la base del desarrollo de la personalidad del niño.

Partiendo de todas estas concepciones sobre el cuerpo, se forma el marco teórico en el que se basa la aplicación de las técnicas reeducativas. Por tanto, la reeducación psicomotriz parte del concepto de cuerpo entendido como una unidad e interviene sobre el sujeto en su globalidad, entendiendo que la motricidad, la afectividad y la inteligencia forman un todo dinámico.

Esta unidad de la persona, la podemos observar nosotros mismos, cuando nos encontramos ansiosos o preocupados. En este momento, nuestro cuerpo se encuentra tenso o tembloroso. En ocasiones, cuando las emociones nos invaden, nos es difícil controlar nuestro cuerpo. De la misma forma, el niño que presenta dificultades escolares, muestra también, la mayoría de las veces, problemas psicomotores relacionados con la alteración psicológica o psicoafectiva.

Otro ejemplo, que nos sugiere esta unidad funcional, es el hecho que en el desarrollo madurativo del sujeto, el retraso de un aspecto (intelectual, motriz o afectivo-relacional) puede incidir en la alteración de otro de estos aspectos.

DESARROLLO PSICOMOTOR

El desarrollo psicomotor posee dos aspectos que están íntimamente relacionados:

- . El aspecto físico-madurativo: sigue las leyes biológicas.
- .El aspecto afectivo-relacional: Tiene que ver con el entorno y es susceptible de estimulación y aprendizaje.

Su meta es el control del propio cuerpo e implica un componente externo (la acción) y uno interno o simbólico (la representación del cuerpo).

En su aspecto físico-madurativo, el cerebro se desarrolla y madura, guardando una relación con la evolución del control postural y el autocontrol motor. El proceso del control postural se ajusta a las leyes céfalo-caudal y próximo-distal. Por esta razón se controla antes la motricidad gruesa o global (coordinación de grandes músculos en acciones como la marcha, el salto y el equilibrio) que la motricidad fina (implica la actuación de grupos musculares pequeños como los dedos de las manos).

Existe por tanto, un paralelismo entre la maduración de las estructuras nerviosas y el desarrollo de las funciones.



Tanto el desarrollo motor como la inteligencia dependen de la maduración del sistema nervioso.

En cuanto al aspecto afectivo-relacional, es aquel mediante el cual el niño entra en contacto con los objetos y las personas, a través de su propio movimiento y acción. El recién nacido irá aprendiendo en función de la experiencia que se deriva de su acción con los objetos. De esta forma irá conociendo su entorno y formando los primeros conceptos. Al principio, los actos del niño son respuestas reflejas y actos que se realizan de forma casual y quedaran ligados a su propio cuerpo. Más adelante, su acción se irá volviendo más intencional y dirigida hacia el entorno social (el mundo de los objetos y de las personas). Por tanto, la sensorio motricidad del niño será en un principio, propioceptiva y más tarde, exteroceptiva.

Las unidades básicas de comportamiento son los esquemas, o pautas de comportamiento que son repetibles y perfeccionables, y se irán combinando hasta dar lugar a las representaciones mentales. La representación del cuerpo y sus posibilidades de acción tienen que ver con el desarrollo de los procesos simbólicos.

Los primeros esquemas se desarrollan en el periodo sensoriomotor (0-2 años), según Piaget, que es el momento de la acción sobre sí mismo y sobre los objetos. En el periodo preoperatorio (2-7 años), el niño adquiere la capacidad simbólica. Las exploraciones del niño pueden ser representadas simbólicamente. Una vez finalizada la primera infancia, el niño será capaz de representar su propio cuerpo y sus posibilidades, y de controlar los grupos musculares más importantes. El desarrollo psicomotor continúa hasta la consecución de una coordinación, finura de movimientos, establecimiento de la preferencia lateral y el dominio del esquema corporal.

En psicomotricidad, será esencial la presencia de los siguientes componentes psicomotores: tono muscular, coordinación motora, control respiratorio, equilibrio, independencia motriz, estructuración del tiempo y del espacio.

PRÁCTICA DE LA REEDUCACIÓN PSICOMOTRIZ EN EL ÁMBITO CLÍNICO

La intervención psicomotriz en su dimensión terapéutica seguirá los pasos propios del ámbito clínico-sanitario: exploración psicológica, elaboración de un diagnóstico, pronóstico, aplicación de un tratamiento y seguimiento. Irá dirigida al abordaje de un trastorno psicomotor para llegar a la desaparición de un síntoma o superación de un déficit.

No obstante, la reeducación psicomotriz, no va dirigida a trabajar unos déficits específicos instrumentales o mecánicos, ya que no concibe al sujeto únicamente como cuerpo motor, sino en todas sus dimensiones. Pretender intervenir sobre uno de estos aspectos negando lo demás, es reeducar de forma parcial y por tanto, no favorecemos un desarrollo armónico del sujeto.

Los psicomotricistas remarcan el papel fundamental de la vivencia corporal y motriz, ya que el cuerpo está implicado en todo lo intelectual y afectivo. Por tanto, la psicomotricidad actúa



a través del cuerpo estimulando funciones cognitivas, comportamentales y afectivas. Su objetivo va dirigido a una mayor adaptación del sujeto con su entorno. La personalidad del niño se afirma y se adapta a medida que conoce su cuerpo y lo acepta. De esta forma puede llegar a comprender mejor su entorno y responder de forma más adecuada. A medida que el niño se encuentra a gusto consigo mismo, establece relaciones más equilibradas con los demás.

La vivencia, la acción, la experimentación con su propio cuerpo y con los objetos en el espacio y en el tiempo, y la concienciación de sí, favorecerá el paso a la representación y la abstracción del pensamiento. Desde esta óptica terapéutica se espera que el niño se adueñe de su propio cuerpo, llegue a un control de sí para la relación, la comunicación y el aprendizaje, recuperando su dimensión de sujeto bio-psico-social.

La intervención psicomotriz está especialmente indicada en niños que presentan un retraso del desarrollo madurativo global, trastornos del aprendizaje que se presentan junto a alteraciones del esquema corporal, de la lateralidad o de la estructuración espacio-temporal, trastornos psicomotores de carácter evolutivo (disgrafías, inestabilidad psicomotriz), alteraciones motoras que aparecen en trastornos psicopatológicos graves (psicosis, autismo) y déficits motores específicos debidos a lesiones del sistema nervioso.

1. PERFIL PSICOMOTOR

El examen psicomotor permite evidenciar dificultades en los aprendizajes escolares (por la correlación que existe entre algunas habilidades o aptitudes con los aprendizajes de la lectura-escritura y la matemática), nos informa del nivel de maduración general del sujeto, nos orienta en relación con la edad mental y valora la presencia de problemas de origen psicoafectivo o relacional. Es por ello que, a través de la exploración psicomotriz, obtenemos toda una serie de datos referentes a la personalidad del niño, que se refleja en todo acto motor.

Según P. Naville, " Entre el comportamiento psicomotor y los demás aspectos observables de la personalidad, existen correlaciones positivas, al reaccionar el individuo con todo su cuerpo a un objeto o situación dada e incluso a una situación pensada".

Podemos considerar por tanto, fundamental, la observación de las conductas psicomotrices en la observación de la personalidad infantil, entendiendo el término de personalidad en su sentido más amplio, es decir, teniendo en cuenta toda la globalidad del sujeto.

El examen psicomotor debe ser siempre integrado al resto de información que obtenemos del niño:

- . Conocimiento del entorno familiar, personalidad de los padres y relaciones entre los miembros familiares.
- . Anamnesis del niño, conocimiento de su conducta en la escuela y con su familia.
- . Exámenes neurológicos cuando sea conveniente.

Durante la administración de las distintas pruebas o tests, atenderemos a la actitud general

del niño, forma de establecer el contacto y reacciones. Observaremos presencia o ausencia de manifestaciones de ansiedad, inhibición, bloqueo, rigidez, espontaneidad...

La relación con el terapeuta puede ser de búsqueda afectiva y contacto, o de evitación y huida, conducta regresiva, agresividad, pasividad, oposicionismo, dependencia, conformismo, seducción, provocación, manipulación o tiranización.

Ante las pruebas psicomotoras, podemos obtener información sobre la forma de enfrentarse a la tarea, grado de implicación, lentitud o precipitación, perfeccionismo, mantenimiento de la atención, fatigabilidad, persistencia y tolerancia al fracaso.

DESCRIPCIÓN DEL EXÁMEN PSICOMOTOR:

Existen diversos exámenes psicomotores, pero nos centraremos básicamente en el descrito por P. Vayer, por ser uno de los más completos y de mayor aplicación.

P. Vayer, construye un examen psicomotor para la observación de la primera y segunda infancia, constituido por una serie de pruebas, algunas de ellas originales y otras, recogidas y adaptadas de tests motores clásicos.

Según la técnica de Vayer, se disponen los resultados obtenidos en las seis primeras pruebas (descritas a continuación) construyendo una gráfica que permite la obtención del perfil psicomotor y la detección de posibles alteraciones. Describe también, varios tipos de perfil característico según la curva resultante.

Cuanto más alejada se encuentra la curva de la edad real del sujeto, más importantes son las dificultades encontradas en el niño. Una curva muy por debajo de la edad real, será indicador de debilidad mental, sin embargo, una curva armónica, ligeramente por debajo de la edad del sujeto, refleja problemas debidos a una hiperprotección.

Este autor, propone la observación de los siguientes aspectos, considerándolos básicos para la elaboración de un perfil psicomotor:

. **Coordinación óculo-manual y coordinación dinámica general**, a través de dos pruebas de motricidad general (Test de Ozeretski, revisados por Guilmain) que comprenden ítems escalonados por edad (de 2 a 12 años).

. **Control postural, equilibración** (Prueba I del Test de Ozeretski-Guilmain). También, para edades de 2 a 12 años.

. **Control segmentario** (Vayer). Nos permite valorar la independencia de los brazos en relación con el tronco, el control de diferentes miembros del cuerpo y el control emocional. Se realiza a través de la imitación de una serie de movimientos en los que quedan implicados solamente los miembros superiores (6 - 11a.).

Para la pequeña infancia (3 - 6 a.), se utiliza el Test de imitación de gestos de Berges y Lezzine, para valorar el control del propio cuerpo.



. **Organización del espacio (orientación derecha-izquierda).** Adaptación de la batería de Piaget-Head (6 - 11 a.). Consta de una serie de ejercicios para determinar el reconocimiento de la derecha y la izquierda del sujeto sobre sí mismo, respecto al otro y en relación a los objetos.

Para niños menores de seis años, esta prueba se sustituye por una prueba de organización perceptiva (Vayer).

. **Estructuración espacio-temporal** (6 - 11 a.). Prueba inspirada en el test de Reproducción de estructuras rítmicas de Mira Stamback. Permite precisar los hábitos neuomotrices (sentido de la visión, rotación de bucles), las capacidades perceptivo-motrices y de memoria inmediata (aprehensión y reproducción de elementos en una sucesión espacial o temporal) , capacidad de comprensión y simbolización de estructuras espaciales y temporales.

Resulta ser una prueba predictiva de posibles alteraciones de los aprendizajes escolares básicos, por las correlaciones que se encontraron entre los déficits perceptivo-motrices y los trastornos en la adquisición de la lectura. Para niños de dos a cinco años, algunos autores proponen administrar un Test de frases para la observación de la memoria inmediata (Vayer).

. **Pruebas complementarias:** Vayer, P., propone una serie de pruebas complementarias con el fin de ampliar o profundizar en algunos aspectos, si es necesario :

-Lateralidad. Adaptación del Harris Tests of Lateral Dominance (6 - 11 a.). Para determinar el grado de afirmación de la lateralidad y su dominancia en mano, ojo y pie.

-Rapidez. Prueba de punteado de Mira Stamback. Completa la observación de la lateralidad, evidencia la coordinación motriz y nos da información sobre algunos aspectos de la personalidad del sujeto: impulsividad, escrupulosidad o ansiedad.

. **Otras pruebas complementarias:**

Durante la realización de la exploración psicomotriz y a medida que vamos obteniendo información sobre la personalidad del niño, podemos detectar déficits específicos y alteraciones de orden afectivo, que deberemos explorar con mayor profundidad a través de pruebas complementarias.

En la práctica clínica, se utilizan los tests proyectivos para valorar los aspectos emocionales y relacionales del sujeto (HTPP, Test de la Familia. CAT, Pata Negra, Fábulas de Düs...). Todos ellos permiten detectar síntomas de regresión, rivalidad fraterna e inadaptación del niño en relación con sus padres, y pueden aplicarse a partir de los 4-5 años.

También, se realizan pruebas de nivel mental y tests aptitudinales:

- Tests de discriminación perceptiva y atención: Evalúan la discriminación visual, la

capacidad atencional y resistencia a la fatiga en tareas monótonas que requieren rapidez: Percepción de diferencias, CARAS (Thurstone-Yela). Test de doble tachado de R. Zazzo. Toulouse-Piéron, prueba perceptiva y de atención.

- Coordinación viso-motora y organización perceptiva: Valoración del nivel madurativo del sujeto a través de tareas de copiado que implican una coordinación ojo-mano : Test Gestáltico viso-motor de L. Bender. Copia de formas geométricas de Hilda Santucci. Prueba de la Figura de A. Rey.

Estas pruebas son indicadoras además, de la capacidad de organización de las figuras en el espacio gráfico y análisis viso-espacial.

-Percepción de simetrías: Reversal Test (Ake W. Edfeldt). Puede considerarse una buena prueba predictiva del éxito o el fracaso en el aprendizaje de la lecto-escritura.

- Pruebas específicas de nivel escolar relacionadas con la lectura y la escritura: ABC, valora el nivel de maduración para el aprendizaje de la lecto-escritura. TALE. Test de análisis de la lecto-escritura (J. Toro, M. Cervera).

2. ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES Y RECURSOS TÉCNICOS.

La información obtenida a partir de la elaboración del perfil psicomotor nos facilitará la realización de un proyecto de intervención más adecuado al niño, en el cual nos plantearemos unos objetivos terapéuticos, forma de estructurar las sesiones y estrategias adaptadas al niño, respetando su personalidad.

La estructuración de las sesiones se organiza en varios momentos y espacios diferenciados, siguiendo una estrategia de fases evolutivas del niño

Generalmente, se suele iniciar la sesión con un corto diálogo entre el niño y el terapeuta, sentados en un lugar estratégico de la sala que permita visualizarla por completo. Ambos negociarán y planificarán las diferentes actividades a realizar, se mostrarán los materiales preparados para la sesión y se acordarán las diversas posibilidades de acción con todos ellos. Aunque el terapeuta presenta unas propuestas de juego (previamente planificadas o programadas), se mostrará flexible, escuchando las necesidades, deseos y sugerencias que exprese el niño. Durante este tiempo, se ayuda al niño a prepararse corporalmente y a adoptar la postura más adecuada para el diálogo y la escucha, adaptando su tono muscular a la situación. Todo ello favorece la capacidad de escucha y atención, la espera y planificación previa de sus actos antes de pasar a la acción.

El segundo espacio es el de la acción y experimentación con el propio cuerpo a través de diversas actividades de movimiento y juego sensoriomotriz, y de toma de conciencia de los parámetros exteriores.

Un tercer espacio de descanso y relajación, permitirá al niño conseguir la inhibición del movimiento. Significará un paso intermedio de ruptura y preparación corporal para el siguiente espacio de representación de lo vivenciado y actividades de conceptualización y abstracción. "Para aumentar el poder impregnante de las sensaciones y para que el niño pueda pasar de la vivencia a la representación, es necesario asociar íntimamente a las



diversas situaciones, el lenguaje y el grafismo" (Vayer).

El tiempo dedicado a cada uno de estos espacios puede variar según el nivel madurativo del niño y sus necesidades. En niños más pequeños o inmaduros, se prestará mayor atención al espacio sensoriomotriz, coincidiendo con las primeras etapas de desarrollo. A medida que el niño evoluciona y su pensamiento se va acercando a procesos operatorios, surgirá mayor interés por actividades más estructuradas de juego reglado, por la representación, la conceptualización y la expresión verbal (la lógica y la estructuración del espacio y el tiempo).

Nuestros recursos técnicos nos serán de utilidad para trabajar todos aquellos aspectos cognitivos, motores y relacionales, utilizándolos de forma plástica y creativa. La actitud del reeducador es semi-directiva, de sugerencia y guía, aceptando las propuestas del niño y dándoles una significación. Se trata de que el niño se implique en acciones que tengan un sentido para él, con el fin de que surja el deseo y la motivación.

En psicomotricidad, el "dar sentido a lo que hace el niño hace" es primordial, ya que a la vez dirigimos su acción a un fin y favorecemos el que la sala de psicomotricidad se convierta en un lugar lleno de significaciones en el plano afectivo, un lugar de vivencias con el cuerpo y de relación con el otro, de expresión de sí mismo, de aceptación y reconocimiento, de acogida y seguridad, de placer y deseo...

Para crear un ambiente más motivador, acogedor y seguro para el niño es importante que dispongamos de material adecuado que se encuentre dispuesto de forma organizada y que todos los espacios estén asegurados (mediante material blando o colchonetas en el suelo para amortiguar en posibles caídas). La temperatura debe ser agradable y cálida para permitir al niño andar descalzo por el suelo y evitaremos siempre que sea posible, los ruidos excesivos, demasiada decoración o aparatos y objetos peligrosos.

La sala prevista para ello debe ser lo suficientemente grande para permitir la libertad de movimiento y no limitar excesivamente la acción del niño, pero tampoco debe poseer grandes dimensiones, ya que el niño debe encontrar unos límites espaciales que posibiliten el control, la organización y estructuración del entorno y el sentimiento de poder invadir todo el lugar de forma libre y segura.

La técnica de reeducación psicomotriz permite la modalidad de trabajo en grupo. En algunas ocasiones, pueden crearse pequeños grupos homogéneos (no más de tres o cuatro niños) según las características de los niños, momento evolutivo y necesidades. Ello favorece el aspecto relacional, el aprender a compartir la atención del adulto, espacios y material. Puede resultar muy enriquecedor por la diversidad de propuestas y situaciones que pueden surgir.

.ACTIVIDADES:

Proponemos una serie de actividades que orientan sobre las estrategias que se pueden utilizar en la reeducación psicomotriz. Se trata de algunos ejemplos de situaciones o juegos que se pueden crear en la sala. Pueden surgir de forma espontánea, pueden ser propuestas por parte del niño, o puede sugerirlas el reeducador. Siempre, insistimos, lo haremos de forma flexible, adaptándonos a la personalidad del niño, a su momento y a sus necesidades.

Siguiendo un orden progresivo de las fases evolutivas del niño describiremos juegos o actividades a dos niveles:

. Un primer momento de vivencia, percepción y experimentación con el cuerpo desde una acción egocéntrica. El trabajo del aspecto sensoriomotor permitirá el desarrollo desde la acción y percepción global del cuerpo, de su unidad y posición en el espacio, hacia la diferenciación e independencia de los distintos miembros del cuerpo, la integración del esquema corporal y la adquisición de la reversibilidad del pensamiento, que permitirá al niño situarse con respecto a los parámetros exteriores.

.Un segundo momento de acceso a la representación y a la conceptualización de todo lo vivenciado e integrado previamente. Nos referimos a actividades de organización y estructuración del espacio y el tiempo, y a la capacidad para el razonamiento lógico y la abstracción.

1. ACTIVIDADES PARA LA CONSTRUCCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL

La integración del esquema corporal tiene un papel fundamental en el desarrollo psicomotor, y es un objetivo primordial en el método de la reeducación psicomotriz ya que el cuerpo es el punto de partida que permite la experimentación y la percepción de diversas posibilidades de acción con su propio cuerpo y con el exterior, y la relación con los demás. El proceso de construcción del esquema corporal (imagen, uso y control del propio cuerpo) queda implícito en todas las actividades motrices propioceptivas y exteroceptivas, y supone la base de las nociones espaciales. Íntimamente relacionada con la construcción de la imagen de sí, posee un componente afectivo importante.

Actividades motrices propioceptivas:

Son juegos y actividades en las que queda implicado todo el cuerpo. Con ellos ofrecemos al niño una estimulación laberíntica y vestibular, la percepción de sensaciones diferentes y de espacio-tiempo, así como parámetros corporales, a través de balanceos en diferentes posturas, caídas acompañadas, desequilibrios sobre bases inestables, movimientos giratorios, arrastres, rotaciones...

-Balanceos: Podemos provocar cambios de ritmo (rápido-lento), de intensidad (fuerte-flojo) ,



aceleración-deceleración. Con ello actuamos sobre el tono y la postura. Supone la liberación de energía, sosiego de tensiones y vivencia de límites corporales.

-Movimientos giratorios: Ayudan a orientar al niño en el espacio.

- Caídas: Experimentación de sensaciones relativas al propio peso y a la fuerza centrífuga. Este tipo de juego lleva implícito una vivencia de sensaciones de placer-displacer y de expresión de emociones. También llamados juegos de seguridad profunda, son actividades globales en las que queda implicado el tono y la postura. Proporcionan al niño una seguridad motriz y afectiva de base para posteriores adquisiciones.

Material: Cojines para realizar equilibrios sobre ellos y caídas. Pelotas grandes para balanceos. Telas para acunamientos, deslizamientos, rotaciones y arrastres. Se trata de un material blando que favorece estados de distensión o abandono del cuerpo: "dejarse ir".

Actividades motrices exteroceptivas:

Se refieren a todas aquellas acciones motrices globales que conllevan una coordinación dinámica general y por tanto, un ajuste de todas las partes del cuerpo (equilibrio dinámico y estático, trepa, marcha, carrera, salto...).

Estas acciones se viven en el propio cuerpo, pero proyectadas hacia el exterior, el espacio y el tiempo. La coordinación se construye gracias a una adecuada integración de base del esquema corporal, un buen conocimiento y dominio de las partes del cuerpo, y de sus posibilidades motrices.

Proponemos la construcción de un circuito, en el que se alternan materiales distintos (rampas, colchonetas, bancos, tacos y aros). El niño debe pasar por el circuito, donde se encuentra con superficies de diferentes alturas, inclinaciones ascendentes y descendentes, material duro y blando.

Con ello, facilitamos la adaptación tónico-postural y la adecuación del ritmo corporal a las diferentes situaciones o tipos de material. Podemos introducir conceptos espaciales y temporales, realizando la trayectoria del circuito de formas diversas según el ritmo (rápido-lento), en diferentes posturas (de pie, sentado, de rodillas, de puntillas, de cuclillas, con salto, realizando movimientos alternados con las piernas, con los brazos situados en diferentes planos...), según el espacio (por encima-por debajo, hacia adelante-hacia atrás, dentro-fuera, derecha-izquierda) descubriendo progresivamente nuevas posibilidades de movimiento.

Con estas actividades trabajamos aspectos motrices de coordinación, control y dominio de la percepción del espacio-tiempo, concienciación del propio cuerpo y esquema corporal. Debemos observar la flexibilidad de sus acciones, ligereza y economía de esfuerzos.

Es interesante dejar que el niño experimente y cree nuevas formas de acción espontáneamente para fomentar la creatividad, la posibilidad de "inventar" y expresar con su cuerpo, y no se convierta la actividad en una simple imitación de gestos mecanizada. Podemos introducir también, el aspecto simbólico, facilitando la identificación con

personajes (animales, héroes, personajes de cuentos) y la proyección de fantasmas. Por otra parte, estas acciones tienen una significación psicológica para el niño, en cuanto a sus emociones y sentimientos frente a situaciones como llegar a un estado límite o momento de riesgo con su cuerpo, de acción nueva o de competencia jamás realizada, de dominio de sí y del espacio.

Actividades de segmentación del cuerpo:

Estas actividades deben realizarse cuando hay un desarrollo de la coordinación psicomotriz global. La finalidad de la disociación es, en primer lugar, la independencia de los segmentos corporales y en segundo lugar, la diferenciación de la actividad manual y digital, en un orden progresivo. Esta habilidad juega un papel importante en la precisión y adaptación de los gestos motrices y en aprendizajes como la escritura.

-Ejercicios de diferenciación: Imitación de movimientos de brazos únicamente, o de piernas, en diferentes posiciones, realizando rotaciones o balanceos de forma simétrica o asimétrica, alternándolos sin implicar otros segmentos. Movimientos de brazos asociados a una marcha. Serie de movimientos de los miembros superiores, combinados con variaciones de los miembros inferiores o de la cabeza. Movimientos de flexión y rotación del tronco. Flexiones laterales con las piernas haciendo recaer el peso de todo el cuerpo sobre una de ellas hacia un lado y a otro. Finalmente, realizaremos ejercicios de destreza de dedos.

-Coordinación viso-motriz: Juegos con pelota, globos o balones (lanzamientos, chutar, recibir), juegos de puntería, habilidad y precisión (diana, encestar). Podemos crear cualquier tipo de juego competitivo con pelota, construyendo un lugar de juego adecuado que ayude al niño a estructurar el espacio y orientarse en él con respecto a las paredes, la sala, los objetos o el material, nociones de distancia, longitud... Podemos ayudarnos de unos conos, una tiza o cuerdas para delimitar las zonas del campo de fútbol, golf o tenis. A través de estos juegos favorecemos la coordinación ideo-motriz, representación mental de los gestos a realizar para conseguir la acción adecuada.

También, podemos trabajar con una serie de materiales que ejercitan la motricidad fina y la coordinación ojo-mano. Se realiza normalmente sobre la mesa, implicando principalmente las manos (modelar con plastilina o barro, actividades finas con palillos, recortar, puntear, laberintos, seguir caminos, actividades manuales con papel o cartulina, papiroflexia) . Todas ellas además, estimulan la creatividad.

Ejercicios de relajación:

Este tipo de ejercicios se pueden utilizar en diferentes momentos de la sesión: al final de la sesión, previamente a un trabajo de papel y lápiz sobre la mesa, a una actividad de representación o que requiera atención, para preparar al niño corporalmente, o después de la realización de una actividad sensoriomotriz o de movimiento, que posibilitará al niño



disfrutar de un momento de descanso, inhibición del movimiento y distensión. Podemos aprovechar para realizar ejercicios de control de la respiración.

.Relajación: Trabajo de relajación global y segmentaria que facilita la atención y la escucha de sí mismo, la conciencia de las distintas partes del cuerpo y sus límites, independencia de sus elementos corporales, sensaciones de peso y contactos con el suelo. Sirve también, como técnica de reeducación del tono y para la reducción de tensiones psíquicas. Por tanto, contribuimos a la integración del esquema corporal y al dominio de sí.

Ejercicios: Tensión-distensión de los miembros asociado a términos como fuerte-flojo, duro-blando, apretar-soltar. Estiramientos, apoyos y presiones contra el suelo. Es interesante realizar estos ejercicios con los ojos cerrados, suprimiendo las referencias visuales para una mayor interiorización de las sensaciones.

Respiración:

Vinculada a la percepción del cuerpo y al relajamiento segmentario. La respiración es un buen ejercicio de atención. La adquisición de la respiración nasal de forma equilibrada, permite al niño adaptarse a situaciones o tareas distintas, y a controlar sus emociones. Se utiliza frecuentemente, con niños inestables, ansiosos o con tics. Estos ejercicios deben realizarse cuando el niño se encuentra relajado, inspirando por la nariz y haciendo espiración nasal o bucal.

Existen otras posibilidades para realizar actividades de control de la respiración, mediante otros juegos que se pueden proponer en momentos distintos del de la relajación, como soplar una cerilla o vela aumentando progresivamente la distancia, soplar un matasuegras o pito, hacer burbujas, hacer bolitas de papel y soplar para hacerlas desplazar sobre la mesa, inflar globos y soplar manteniéndolos en el aire, inflar bolas de plástico y explotarlas, emitir sonidos de diferente intensidad y duración, imitar sonidos de animales y de objetos.

Masaje:

A través del contacto manual, el reeducador toca las diferentes partes del cuerpo del niño (mejor en posición tumbado), deslizando la mano de forma suave, o realizando presiones sobre diferentes partes del cuerpo (fuerte-flojo, rápido-lento). Pueden realizarse con distintos materiales para dar a conocer al niño nuevas sensaciones a través de texturas distintas (pelotas grandes y pequeñas, telas, cojines, globos...). Estos materiales pueden utilizarse como objetos intermediarios, en el caso que el niño no aceptara el contacto corporal directo del terapeuta. Aún así, podemos encontrarnos con niños muy angustiados que muestran conductas fóbicas ante estas situaciones. Debemos encontrar otras alternativas de trabajo, en las que el reeducador se posicione de forma más distante o menos invasiva para el niño. Para otro tipo de niños, estos momentos de masaje suponen un momento único y placentero con su cuerpo en relación con el otro, ayudándole en su evolución a nivel afectivo y relacional.

Podemos aprovechar para hacer un trabajo de conocimiento del esquema corporal, si nombramos las partes del cuerpo durante el masaje.

2. ORGANIZACIÓN DEL ESPACIO Y EL TIEMPO:

Orientación y estructuración espacial:

La adquisición de referentes espaciales respecto a su propio cuerpo, será el primer paso para poder proyectar esos conceptos de orientación al espacio que le rodea y a los objetos. Diferenciamos dos niveles de trabajo: 1. Orientación espacio-temporal, basada en la experiencia vivida a nivel perceptivo o sensoriomotriz. 2. Estructuración mental: Nivel representativo o intelectual de las nociones de espacio.

Actividades: -Ejercicios mediante los cuales el niño localiza en sí mismo las nociones básicas (derecha-izquierda, delante-detrás, concepto de simetría...). Se pueden realizar ante un espejo o mediante la representación del dibujo de la figura humana. Después de la actividad de relajación y masaje, resulta mucho más enriquecedor.

-Juegos psicomotores con los ojos cerrados o en la oscuridad: favorecen la observación del espacio y el reconocimiento de la posición. Recorridos o trayectorias, circuitos, "Juego del robot" (trayectos dirigidos), "Juego del detective" (adivinar el desplazamiento en dirección y número de pasos que realiza el reeducador mientras el niño permanece con los ojos cerrados, habiéndose fijado previamente en la posición inicial del terapeuta), "Juego del fotógrafo"(memorizar la posición tomada por otro), "Juego del escultor" (modelar o cambiar la postura del otro para convertirlo en una estatua).

-Juegos manipulativos: Construcciones con madera, mosaicos, cubos espaciales, rompecabezas, Tangram, Telecram.

-Ejercicios en el plano gráfico: Dibujo, orientación espacial sobre la hoja de papel, dictado de direcciones, figuras enmascaradas, rotaciones de figuras, juego de figuras simétricas, copiado de formas complejas, cenefas, laberintos, memorización y reproducción de la posición de distintas figuras geométricas en un plano cuadriculado. Simbolización gráfica de los trayectos realizados con el cuerpo y la representación de las posturas o estatuas inventadas a través del dibujo de la figura humana.

Estructuración temporal y ritmo:

En un primer periodo, el niño, mediante sensaciones de contacto, presión, audición, desplazamientos y percusiones, va percibiendo el desarrollo de sus acciones en el tiempo. Más adelante, irá tomando conciencia de los acontecimientos ajenos a sí mismo, controlándolos y adaptándose a ellos, y finalmente, con el dominio de su vocabulario temporal, se interesará por las nociones temporales de intervalo, velocidad, duración y



sucesión, siendo capaz de representar estos aspectos que forman parte de la organización perceptiva.

Trataremos de organizar la percepción del niño de acuerdo con la sucesión de actos perceptivos en el espacio. Favorecemos esta percepción a lo largo de toda la sesión, ya que ésta se presenta al niño de forma estructurada, dividida en tiempos. Se irán sucediendo momentos de actividad dirigida, de actividad lúdica más libre, de descanso, parada e inhibición del movimiento en un momento determinado para dar tiempo a la reflexión y la verbalización de lo vivenciado, así como a la representación.

La estructuración temporal cumple una función primordial en la coordinación, ya que contribuye a la ordenación de distintas secuencias de movimiento. Para reeducar el ritmo es necesario que el niño posea un nivel de organización mental y tener asumidas las nociones de organización temporal básicas de velocidad (rápido-lento), duración (largo-corto), intervalo (silencio-inmovilidad) e intensidad (fuerte-flojo) que han sido previamente vivenciadas en actividades globales con el cuerpo.

Ejercicios: -Conciencia de ritmos propios (cardíaco, respiratorio, neurovegetativo) mediante ejercicios de soplado y respiración en momentos de relajación.

-Integración del ritmo mediante imitación de gestos alternados de los miembros, sucesión de movimientos, seguimiento de estructuras rítmicas, adecuación a un ritmo exterior con un metrónomo o música, reproducción de ritmos con instrumentos musicales de percusión o con pianos de juguete, cambios de ritmo, pararse, continuar.

-Representación gráfica a través de símbolos de las secuencias vivenciadas.

-Estructuración lógica-temporal: Conceptos temporales (ayer- hoy- mañana, presente-pasado-futuro, días de la semana, meses del año, conocimiento del reloj...) y ordenación de secuencias temporales (ordenar historietas, cuentos o cómics)

BIBLIOGRAFIA

Ajuriaguerra de, J. Manual de Psiquiatria Infantil. Edt. Toray-Masson, Barcelona, 1976.

Arnaiz, P. Fundamentación de la práctica psicomotriz. Seco Olea. Madrid, 1988.

Arxé, S., Fornieles R. y Guillén, C. Estrategias terapéuticas en la infancia y la juventud (de 0 a 18 años). En Carencia afectiva, hipercinesia, depresión y otras alteraciones en la infancia y la adolescencia. Laertes. Barcelona, 1996.

Bucher, H., trastornos psicomotores en el niño. Toray-Masson. Barcelona, 1976.

Guilmain, E. Tests moteurs et psycho-moteurs. Foyer central d'hygiène, 1948.

Lapierre, A. y Aucouturier, B. Asociaciones de contrastes, estructuras y ritmos. Científico-Médica. Barcelona, 1977.

Le Boulch, J. La educación por el movimiento en la edad escolar. Paidós. Barcelona, 1976.

Naville, P. La psychologie du comportement. Collection Idées. Gallimard, 1963.

Piaget, J. La construction du réel chez l'enfant. Delechaux et Niestlé, 1937.

Piaget, J. Le développement de la notion de temps chez l'enfant. P.U.F., 1946.

Piaget, J. La représentation de l'espace chez l'enfant. P.U.F., 1948.

Stambak, M. Tono y Psicomotricidad. Pablo del Río. Madrid, 1978.

Tomás Vilatella, J. Orientación terapéutica del fracaso escolar y estructuras psicopedagógicas de apoyo. En revista de Psiquiatria Infanto-Juvenil, 1994.

Vayer, P. El niño frente al mundo. Científico-Médica. Barcelona, 1980.

Vayer, P. El diálogo corporal. Científico-Médica. Barcelona, 1977.

Wallon, H. La evolución psicológica del niño. Crítica. Barcelona, 1980.

Zazzo, R. Manual para el examen psicológico del niño. Fundamentos. Madrid, 1971.