

Moverse con el alma: favorecer el desarrollo del movimiento en los primeros años



Se han realizado importantes investigaciones sobre la importancia del movimiento para el desarrollo y el aprendizaje de los niños. Cabe mencionar aquí el trabajo de Sally Goddard Blythe sobre el desarrollo del cerebro y la comprensión/tratamiento de los reflejos retenidos en los patrones de movimiento de los niños con dificultades de aprendizaje (Goddard, 2002 y Goddard Blythe, 2004). Audrey McAllen, que fue maestra Waldorf, creó el programa de apoyo "La Clase Extra", que se basa en parte en la terapia del movimiento y se utiliza en muchas escuelas Waldorf de todo el mundo como apoyo al aprendizaje de los niños en edad escolar (McAllen, 2004). Por último, pero no menos importante, hay que mencionar a Karl König, médico antroposófico y embriólogo. Contribuyó a la comprensión de la dimensión espiritual de los trastornos en el ámbito del movimiento. Fue el fundador del movimiento mundial Camphill al servicio de los seres humanos con discapacidades. Al igual que la obra de Audrey McAllen, su trabajo está profundamente enraizado en la comprensión del ser humano dada por Rudolf Steiner. König señala los gestos arquetípicos que subyacen a las formas en que los seres humanos se acercan al mundo. Al descubrir y comprender estos gestos arquetípicos, König desarrolló el tratamiento de los trastornos para niños y adultos discapacitados. Para mí, estas imágenes arquetípicas del proceso de encarnación en el que intervienen el cuerpo, el alma y el espíritu se convirtieron en la llave con la que descifrar el secreto del desarrollo del movimiento en los niños pequeños en general, y la he utilizado para lo que sigue aquí.

El desarrollo del movimiento en el niño pequeño

Karl König ha dado tres imágenes para entender el proceso de encarnación. Estas imágenes proporcionan una buena base para la comprensión de los tres primeros años de vida. Se refieren al desarrollo de una relación con las dimensiones espaciales de la existencia terrestre, a la formulación de juicios relacionados con el entorno terrestre y al desarrollo del pensamiento y la conciencia del yo. El movimiento es esencial para las tres cosas. No se limita al movimiento del cuerpo únicamente, sino que también es un proceso interno que se expresa en las formas de sentir y pensar.

La verticalidad y la encarnación en el reino de la tierra

En *La educación del niño a la luz de la ciencia espiritual* (GA 306), Rudolf Steiner describe la encarnación como el proceso de encontrar el propio lugar en el mundo, de tomar conciencia y sentirse en casa dentro del espacio tridimensional, el plano vertical o frontal, el plano horizontal y el plano sagital (Steiner, 1988, 2^a conferencia). Para el niño pequeño, el plano frontal surge plenamente cuando se logra la postura erguida y vertical del ser humano, en la que el ser humano erguido en pie es capaz de tener diferentes experiencias del espacio frontal y del espacio posterior. El niño experimenta el espacio frontal con bastante comodidad, ya que los ojos pueden ver lo que hay. El espacio posterior provoca una ligera inquietud en los niños pequeños. Mientras que el espacio delantero se explora mediante todas las formas de movimiento hacia delante, el movimiento hacia el espacio trasero se realiza con precaución o no se realiza en absoluto, porque para moverse hacia atrás hay que confiar en el sentido del oído y, por tanto, sigue siendo el más desconocido. Sin embargo, con el tiempo el niño aprenderá a confiar en el movimiento hacia atrás. Si el niño no consigue encontrar un equilibrio entre el espacio anterior y el posterior, puede desarrollar inseguridad y una actitud temerosa hacia la vida.

En el proceso de encarnación ya se dan muchos pasos en el vientre materno cuando el embrión y luego el feto practican elementos de lo que finalmente será visible en la compleja postura de la verticalidad. La encarnación es descrita por Rudolf Steiner como un proceso en el que el ser humano espiritual desciende y se instala en la sustancia material del cuerpo. Es un proceso de contracción, que lleva desde las vastas extensiones del cosmos al diminuto cuerpo de un niño no nacido. Algunos de los reflejos primarios, que ya están presentes en el vientre materno, son imágenes maravillosas del proceso de encarnación, de pasar de las extensiones del cosmos a la contracción del pequeño espacio de un cuerpo. El reflejo de retracción, que se activa cuando se toca al feto, hace que éste se enrosque en un gesto de contracción. El reflejo de Moro, por el contrario, que se activa cuando se retira el apoyo bajo la cabeza al sostener al bebé en posición supina, es una imagen de expansión, cuando ambos brazos se mueven hacia los lados y hacia fuera en un gesto de apertura. El reflejo tónico-laberíntico expresa la contracción al inclinarse hacia delante y la expansión al inclinarse hacia atrás. El reflejo tónico-simétrico del cuello expresa la expansión en el maravilloso estiramiento hacia arriba de la cabeza y los brazos mientras la parte inferior del cuerpo está agachada, contrayéndose. A la



inversa, cuando las piernas se extienden y la parte inferior se levanta (expansión), la cabeza desciende hacia el suelo y los brazos se doblan (contracción), transmitiendo una imagen de reverencia.

Los reflejos primarios se superan unos a otros en la secuencia del desarrollo saludable del movimiento y son pasos para llegar a la verticalidad. Estos gestos inconscientes e instintivos se sustituyen gradualmente por movimientos voluntarios y conscientes. Sin embargo, en el plano anímico, permanecerán como gestos arquetípicos de contracción y expansión, de repliegue y apertura, de devoción y entrega y como gestos reactivos dentro del repertorio psicológico del individuo. Son gestos del ego encarnado llenos de esencia religioso-corporal. Para más información sobre esta sorprendente secuencia de reflejos primitivos, transicionales y posturales, véase el libro de Sally Goddard, *Reflejos, aprendizajes y comportamiento* (2002), capítulos 1 y 2.

La investigación de Goddard sobre el fenómeno de los "reflejos retenidos" y su enfoque terapéutico se basan en la hipótesis de que todos los niños pasan por el mismo patrón secuencial de reflejos primitivos. Si bien estos reflejos tienen un papel importante en un determinado momento del desarrollo, se convertirían en un obstáculo para el desarrollo saludable de los reflejos posturales y el dominio del movimiento volitivo si se retuvieran más allá de su tiempo.

Goddard diseñó un programa de desarrollo del movimiento con el objetivo de ayudar a superar estos reflejos retenidos. En este programa de movimiento terapéutico, la secuencia de reflejos se repite a través de ejercicios en el orden en que se producen normalmente, con el resultado esperado de que estos ejercicios conduzcan a la desaparición de estos reflejos retenidos, como habría ocurrido en circunstancias normales de desarrollo. Muchos terapeutas que trabajan en la pedagogía Waldorf han integrado estas repeticiones de la secuencia de reflejos primarios, llamadas "ejercicios de suelo", en el programa de recuperación de *La Clase Extra* para niños en edad escolar y, a veces, también en el programa de movimiento para niños de jardín de infancia. Sin embargo, la propia Audrey McAllen afirma que este trabajo de recuperación y terapéutico sólo debería realizarse con niños mayores de siete años, para permitir a las fuerzas etéricas completar el desarrollo del cuerpo físico y sus órganos en el período completo de siete años de la primera infancia (véase McAllen, *Birth to Seven Years*, en Willby, 1998).



A través de su trabajo con las dificultades de aprendizaje de los niños, Goddard ha hecho algunos descubrimientos importantes sobre el papel preeminente del sentido del equilibrio y del sistema vestibular para la prevención y la terapia de las dificultades de aprendizaje. Como el sentido del equilibrio forma parte del tronco cerebral, es fundamental para el desarrollo de cualquier movimiento que conduzca a la libertad de movimiento deliberado. Por lo tanto, en su programa terapéutico Goddard hace hincapié en la estimulación del sistema vestibular, la audición y el equilibrio, y presenta pruebas de que los programas terapéuticos musicales benefician claramente a los niños con trastornos del movimiento y las consiguientes dificultades de aprendizaje (Goddard Blythe, 2004).

En 2004, una antigua colaboradora de Goddard, Wibke Bein-Wierzbinski, publicó una tesis doctoral (disponible en www.paepki.de) en la que demostraba el éxito terapéutico de una terapia de movimiento que no repetía la secuencia de reflejos primarios, sino que se basaba en movimientos específicos que, según sus hallazgos, desempeñan un papel clave en el desarrollo normal del movimiento. Cuestiona los programas basados en la teoría de la repetición de todas las etapas de los reflejos primitivos y sugiere que un niño puede haber superado los reflejos primitivos inicialmente de todos modos, pero que en un momento posterior y posiblemente bajo estrés puede haber vuelto a los patrones de reflejos primitivos. Basándose en su investigación, sugiere que todos los reflejos primitivos pueden estar presentes en un estado inactivo dentro del ser humano y que pueden "brotar" en determinadas circunstancias. Bein-Wierzbinski propone que, en lugar de repetir la secuencia de reflejos primitivos en los programas terapéuticos, se practiquen únicamente ciertos movimientos clave del desarrollo, para evitar reforzar patrones que no pertenecen a esos movimientos sanos, que ocupan una posición clave en la consecución de la verticalidad. Señala que existe una edad crítica en torno a los cuatro o seis meses para estos movimientos clave. Si se dominan, pondrán al niño en la senda del desarrollo normal posterior. Bein-Wierzbinski sugiere que estos movimientos concretos se practiquen y refuercen a través de la terapia. Se describen de la siguiente manera:

- en primer lugar, el estiramiento de todo el cuerpo, que se produce de forma natural entre los cuatro y los seis meses de edad. La espalda está recta, y las piernas y los brazos también lo están. La cabeza y el cuerpo se apoyan en las manos y en las piernas desde las caderas hacia abajo.
- en segundo lugar, un movimiento con la cualidad opuesta al estiramiento de todo el cuerpo: llevar los dos pies a la boca con la ayuda de las manos. Todo el cuerpo se curva.

Ambos movimientos juntos transmiten la imagen de una secuencia de movimientos de expansión-contracción. Bein-Wierzbinski pudo demostrar que, si estos dos movimientos se realizan correctamente y con frecuencia, el proceso de ponerse erguido se desarrolla con normalidad.

Bein-Wierzbinski confirmó a través de su investigación la validez de un programa de terapia de movimiento que ha sido desarrollado por Doris Bartel de Alemania. Se basa en ciertos movimientos clave y en evitar la repetición de reflejos y se llama *Terapia Rota*. La terapia Rota se centra en conseguir movimientos de rotación libre de la columna vertebral. El paso crítico para el desarrollo del movimiento libre deliberado se ve en el cambio desde el inicio de un movimiento de rotación de la cabeza a la zona de la columna vertebral inferior y las caderas, lo que resulta en un movimiento de rotación que hace que la cabeza sea libre e independiente del movimiento del resto del cuerpo. Bartel interpreta que los reflejos retenidos están causados por una alteración en la regulación del movimiento en el sistema nervioso central, lo que lleva a un aumento del tono muscular y, por tanto, a una limitación del rango de movimiento que es posible para el niño. En su enfoque terapéutico, Bartel utiliza ejercicios de

rotación en las tres dimensiones del espacio. A través de las historias de sus pacientes pudo



demonstrar que estos ejercicios conducen a un cambio en la regulación central del tono muscular y, en consecuencia, a un desarrollo normal del movimiento.

Se utiliza un conjunto de movimientos que se basan en variaciones de giros laterales y rodamientos, tal y como se producen de forma natural en las secuencias de movimiento de los niños en el primer año de vida: gatear, girar, sentarse, girar para cambiar de dirección, gatear en una nueva dirección, etc. Según las experiencias de la terapia Rota, la práctica de la rotación conducirá a aliviar toda una serie de trastornos del desarrollo y del aprendizaje. La terapia Rota se lleva a cabo principalmente haciendo que los padres practiquen los movimientos regularmente en casa según las indicaciones del terapeuta. Ingrid Ruhrmann, de Hamburgo, combina los tratamientos derivados de las terapias antroposóficas con la terapia Rota para los niños que presentan reflejos retenidos entre diversos trastornos (véase el artículo de Ruhrmann *Ejemplos de apoyo correctivo*, en Glöckler, 2006). Utiliza terapias antroposóficas para fortalecer las fuerzas etéricas del niño, por ejemplo, mediante aplicaciones de agua, nutrición y ritmo, y además utiliza el enfoque de la terapia Rota para los reflejos retenidos. Cabe destacar que la terapia Rota para los niños más pequeños puede darse con el niño sentado en el regazo de la madre. Así, el niño experimenta estos ejercicios en el calor y la cercanía de la relación madre-hijo. Sólo el niño mayor practicará los movimientos en el suelo. Los patrones reflejos existentes se diagnostican, pero no forman parte de los patrones de movimiento de la terapia, ya que se consideran obstáculos para el desarrollo normal.

Ruhrmann sugiere los siguientes indicadores para el desarrollo normal:

A la edad de dos años y medio el niño debería haber alcanzado los siguientes hitos:

- -postura erguida, el niño es capaz de mantenerse en pie (equilibrio)
- -rotación libre de la cabeza sin que se muevan los brazos ni las piernas
- -la cabeza no se inclina hacia delante ni el cuello se extiende hacia atrás
- -los brazos se balancean libremente al caminar
- -el movimiento es intencionado

- -las manos pueden juntarse a voluntad en la línea media vertical
- -las manos se mueven libremente en el plano horizontal, por encima y por debajo de la línea media horizontal (mariposa)
- -la velocidad y la fuerza del movimiento pueden variar a voluntad y adaptarse a diferentes situaciones
- -el centro de gravedad y el punto de rotación de la columna vertebral están en la zona de la cadera
- -la cara está relajada mientras se mueve, lo que significa que el niño no gasta un esfuerzo extra en mantener la postura y el equilibrio
- -la verticalidad y la capacidad de utilizar el control y el equilibrio en el movimiento del cuerpo constituyen la base de toda diferenciación y refinamiento del movimiento, como el que se desea lograr con los niños a través del trabajo en el coro de la mañana. Si la verticalidad y el equilibrio aún no se han logrado, el niño seguirá absorto en la obtención del control de los movimientos básicos del cuerpo y tendrá dificultades para imitar los gestos del maestro y para moverse con confianza dentro de todas las dimensiones espaciales.

Nota del autor:

El alcance de este breve artículo no es suficiente para dar una visión completa de la *Terapia Rota*. Hay un artículo muy informativo en la página web de Doris Bartel llamado *Grundlagen* (Fundamentos). Este artículo está ahora disponible en traducción al inglés en www.rota-therapie.de. Bartel también ha publicado un libro con el título *Der gesunde Dreh* (El giro saludable), que contiene una visión general de los trastornos del desarrollo, los principios, los objetivos y las áreas de aplicación de la terapia Rota, así como ejemplos de casos. No se describen los ejercicios propiamente dichos, ya que éstos deben ajustarse individualmente a la situación específica de un niño y sólo pueden ser realizados por un terapeuta capacitado. El libro se publicó en 2009.



Referencias

- Glöckler, Michaela: La educación como salud para la vida. (Publicaciones de los encuentros Kolisko en español: www.waldorflibrary.org)
Goddard, Sally: Reflejos, aprendizaje y comportamiento. (Fern Ridge Press, Oregón)
Goddard, Sally.: El niño bien equilibrado (Editorial Rudolf Steiner, Madrid)
König, Karl: Being Human. (Anthroposophic Press, Nueva York)
McAllen, Audrey: La clase extra: movimiento, dibujo y pintura. Ejercicios para ayudar a los niños con dificultades en la escritura, la lectura y la aritmética. (Editorial Rudolf Steiner, Madrid)
Steiner, Rudolf. La dirección espiritual del ser humano y de la humanidad (Editorial Rudolf Steiner, Madrid)
Steiner, Rudolf: La educación del niño a la luz de la Ciencia Espiritual (Editorial Rudolf Steiner, Madrid)
Steiner, Rudolf. La educación del niño.
Metodología de la enseñanza (Editorial Rudolf Steiner, Madrid)
Steiner, Rudolf: Soul Economy and Waldorf Education (Londres: Rudolf Steiner Press)

Recursos web:

www.rota-therapie.de; www.paepki.de

Renate Long-Breipohl es Doctora en Teología y Licenciada en Educación Infantil. Ha impartido clases y conferencias en Australia y a nivel internacional, y ha sido profesora y tutora en cursos de formación Waldorf en Hong Kong, China, Filipinas y Tailandia. De 1991 a 2009 formó parte del Consejo de la Asociación Internacional para la Educación Infantil Steiner/Waldorf, representando a Australia y ayudando a organizar la formación de maestros infantiles en el sudeste asiático.

(Este artículo es una versión ampliada de una conferencia pronunciada en el encuentro nacional de maestros Waldorf en la escuela de Ringwood, en Inglaterra el 17 de octubre de 2009. Está incluida en Supporting Self-directed Play in Steiner/Waldorf Early Childhood Education (Favoreciendo el juego autodirigido en la educación infantil Steiner/Waldorf), de Renate Long-Breipohl, publicado por la Waldorf Early Childhood Association of North America (WECAN) en 2011.)