



UNIVERSIDAD NACIONAL DE ROSARIO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Trabajo Integrador Final

**La importancia del trabajo Gestáltico con
niños de preescolar**

Autora: Paciarotti, Luciana Soledad

Legajo: P-2156/3

Docente responsable: Satriano, Rosana

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar quiero agradecer a mi tutora, Rosana Satriano por haberme acompañado y aconsejado durante todo el armado de este trabajo final. Y por permitirme ser su ayudante de cátedra en las PPS, es para mí un honor poder acompañarla y enriquecerme día a día a través de las clases.

A la psicóloga Diana Elías, por sus sugerencias.

A todos los docentes y ayudantes del espacio TIF por estar disponibles para sugerencias y correcciones.

A la Facultad de Psicología de la UNR, por ser el lugar donde transité mi formación.

A mi familia y amigos por haber sido mi gran soporte no sólo a lo largo de la escritura de este trabajo sino durante toda la carrera.

INDICE

Resumenpag.4

Introducciónpag.5

La Gestalt, principios y fundamentospag.7

La Gestalt y los niñospag.11

Reflexiones finalespag.16

Bibliografía consultadapag.17

RESUMEN

En la actualidad existe una gran influencia de las tecnologías en la vida cotidiana. Las mismas afectan particularmente las relaciones sociales debido a que el vínculo con los distintos dispositivos de alguna manera imposibilita el contacto con otros, al fomentar más las actividades individuales que las compartidas. Esto es particularmente negativo en la relación primordial entre padres e hijos, primer vínculo fundamental para el sano desarrollo cognitivo, afectivo, físico y emocional de los pequeños.

Es objetivo de este trabajo buscar dentro del Enfoque Gestáltico recursos que puedan formar parte de la formación preescolar para colaborar con la estimulación de las relaciones sociales partiendo de la idea de que es fundamental que primero los niños puedan conocerse y aceptarse a sí mismos para luego hacerlo con el entorno y de esta forma relacionarse de manera saludable.

A través de la propuesta de actividades tanto individuales como grupales se pretende fomentar en los niños aquellos recursos y valores positivos que traen desde que nacen.

Con este fin, el presente trabajo adoptará, como estrategia metodológica, la relación de la problemática con aportes de distintos autores en torno a la temática, relacionándolo con conceptos afines tales como *sí mismo*, *darse cuenta* y *contacto*, entre otros, aportando una mirada crítica.

Palabras claves: Enfoque Gestáltico – Si mismo – vínculos – contacto - preescolar.

INTRODUCCIÓN

Actualmente, puede decirse que una buena parte de los niños que ingresan a la escuela, lo hacen con grandes déficit. La familia, primer agente socializador, que debería encargarse de la educación de los niños, está entregando a la escuela personas que han jugado poco, con falta de límites, que no han dibujado, a los que no se les ha contado cuentos y sobre todo, que no han tenido la experiencia de compartir, jugar con otros. Todo esto, trae como consecuencia que a la hora de tener que convivir en un aula, acatar normas y límites entre unos y otros, se haga muy difícil. Se considera que el factor que influye fundamentalmente en esta cuestión es el avance tecnológico, los niños crecen rodeados de pantallas. Hoy se opta por facilitarles un celular, una Tablet para que *miren lo que quieran* en lugar de leerles un cuento. Los niños se acostumbran a eso, a apretar botones, a que todo sea fugaz. Al utilizar aparatos tecnológicos, no crean, simplemente hacen uso de algo que ya fue inventado y armado por alguien más. No hay trabajo del aparato cognitivo en este sentido.

Considerando que preescolar es, como la palabra lo indica, el paso previo a la escolarización, es fundamental abrir un espacio dentro de esta formación donde fomentar la creatividad y el desarrollo sano del *sí mismo*, el cual implicaría desarrollar un buen contacto tanto con el entorno como con uno mismo.

Se considera que el Enfoque Gestáltico, a partir de sus premisas, puede llegar a hacer grandes aportes a estas carencias, sus principios fundamentales son tres. Teniendo en cuenta que el Enfoque es fenomenológico, el primero apunta al *darse cuenta*, como forma de vivenciar, “Es el proceso de estar en contacto alerta con el evento mas importante del campo individuo/ambiente, con total apoyo sensorio-motor, emocional, cognitivo y energético” (Yontef, 2009:191). Desde esta teoría se destaca como importante la conciencia del momento presente, es por esto que el *darse cuenta* tendrá que ver con conectar con lo que somos en el momento actual, hacemos, sentimos y pensamos de una manera integral. Es una forma distinta de responder antes situaciones determinadas.

En cuanto al segundo, se basa en su totalidad en el existencialismo dialogal, en el proceso Yo- Tu contacto/alejamiento. Éste hace referencia a la relación de persona a persona, considerando al otro como un ser digno de respeto, siempre basada en el presente. Para poder relacionarse, se deben tener en claro los límites tanto propios como ajenos. Poder percibirse a sí mismo en interacción con el demás, sumada a la capacidad de aislarse y relacionarse nuevamente de manera dinámica, permite que la persona pueda integrarse y estar en equilibrio.

Por último, el tercer principio plantea la cosmovisión basada en el holismo y la teoría del campo. No se ve a la mente y el cuerpo como partes conectadas, sino que se los considera a ambos como parte de un todo. El Enfoque pone gran énfasis en el proceso, en la interdependencia entre organismo y ambiente, todas las cosas estén vivas o no, tienen relación, están interconectadas, incluso la naturaleza humana es vista de esta forma.

Desde la Gestalt, se considera al niño como un ser en permanente cambio, que intenta adaptarse a su medio, como puede.

Es tratado de manera holística, donde físico-sensorial (sí mismo físicosensorial), (sí mismo emocional) emocional, (sí mismo mental) cognoscitivo y (sí mismo social) social no se ven como aspectos separados sino como diferentes actividades del Self que permiten establecer los límites de contacto del niño y su entorno para lograr diferenciarse de este último y adquirir su sentido de ser. (Fernández Rodríguez, 2013:3)

Teniendo en cuenta que la problemática apunta primordialmente a las dificultades en cuanto a los vínculos sociales, por la gran influencia de los avances tecnológicos, se considera que la Gestalt a través de la forma integrativa de ver al ser humano, del hincapié puesto en el contacto real, primero con uno mismo y luego con el entorno y las distintas técnicas que conforman al enfoque, podrá aportar recursos, a través de distintas actividades tanto grupales como individuales dentro de la formación preescolar, que ayuden a el niño a conocerse a sí mismo y conocer el entorno ampliando las distintas funciones de contacto lo cual le permitirá ampliar su desarrollo social, cognitivo y madurativo, siempre favoreciendo el contacto entre pares, debido a que somos seres sociales.

LA GESTALT, PRINCIPIOS Y FUNDAMENTOS

Teniendo en cuenta que la idea directriz de este trabajo es buscar en la Gestalt recursos que subsanen algunas carencias con las que llegan los niños a las aulas, se hace necesario comenzar hablando sobre lo que se entiende por naturaleza humana. Desde este Enfoque se considera a la misma como flexible, una parte está ya determinada y otra está creándose constantemente según las circunstancias. Se la define como “la totalidad de conductas, emociones, sensaciones y pensamientos emergentes de la interacción entre el organismo que somos y el entorno que nos rodea con sus respectivas condiciones” (Brandolín, 2013:1). La definición refleja una mirada integrativa, ya que no considera al organismo separado del ambiente sino que se entiende que ambos están en constante intercambio. Este planteo lleva a pensar en la problemática planteada, dado que el entorno en el que los niños crecen está plagado de estímulos visuales, estos pequeños organismos se van creando a partir de un entorno que demanda de ellos más atención que creación e invención.

El proceso que se construye en el campo organismo/ambiente, se denomina *si mismo*, el cual puede ser considerado de dos maneras: por un lado como aquél que se construye en cualquier momento en un contexto particular, y por otro, como un concepto con cohesión, totalidad y continuidad a lo largo del tiempo, tal como postula Yontef (2009). Las personas construyen de manera distinta su sí mismo, algunas lo hacen armónico, continuo y flexible en relación al campo actual. Otras, no lo logran. Desde la Gestalt se busca que ese contacto organismo/ambiente, esa construcción del *si mismo* pueda estar caracterizada por la espontaneidad, la autenticidad y por estar libre de mandatos socioculturales. Se apunta a colaborar en que los pequeños estén más en contacto con su propio ser creativo, auténtico y saludable, aquel que les permite realizar elecciones libres y de esta manera construir su propia vida y crecer. La forma de hacerlo es incentivando los distintos modos de contacto, no solo porque es elemental que el niño se conozca y arme una imagen de sí mismo, sino porque al no hacerlo, es muy difícil que logre respetar a otro en sus límites y diferencias. Claramente la diversidad existe y es fundamental que aprendan de pequeños a valorar a los otros desde lo que son, para poder convivir sanamente.

El cuerpo es *si mismo*, las experiencias corporales también lo son, lo que ocurre es que muchas veces no se toma en cuenta que todas las sensaciones que se manifiestan (sea un dolor de cabeza, dolor de panza, entre otras), aparecen por algún motivo y están dando información en cuanto a lo que está ocurriéndole a ese organismo en particular. Por lo general se busca liberarse de esas sensaciones.

Nuestro lenguaje estimula la distinción entre cuerpo y “yo”. No tenemos una palabra sencilla que nos permita decir “yo-cuerpo”. Cuando mucho podríamos decir “mi cuerpo” de manera muy similar a decir “mi coche”, implicando que el cuerpo de uno es una propiedad, pero no ciertamente uno mismo. Nuestro lenguaje apoya a la noción de que nuestro cuerpo es un objeto: algo que me sucede más que “algo por lo que estoy sucediendo. (Kepner, 2000:3)

Es importante colaborar en que los niños se conozcan y aprendan a registrar las sensaciones corporales, ellas brindan información constantemente y ayudan a ver qué es lo que se necesita hacer. Fomentar que los niños se adueñen de sus pensamientos, emociones y sensaciones es lo que les permitirá conocerse y desde allí conocer el entorno que los rodea, debido a que la incapacidad de percibirse lo que hace es “reducir tanto la capacidad de vivir intensamente como la integridad del sí mismo” (Kepner, 2000: 97)

Cuando en Gestalt se habla de contacto, se hace referencia a “la habilidad de estar completamente presente en una situación específica con todos los aspectos del organismo –

sentidos, cuerpo, expresión emocional, intelecto- prestos y disponibles para su uso” (Oaklander, 2008:39) Para lograr un buen contacto con el entorno, es fundamental conocer lo que se denomina funciones de contacto, éstas constituyen el propio Self o *sí mismo*: escuchar, tocar, mirar, saborear, oler, expresar sentimientos, pensamientos, ideas, moverse, etc.

Hablar de contacto lleva a hacer referencia al primer principio de la Gestalt, aquel que toma como forma de vivenciar el *darse cuenta*. Para poder alcanzar esta forma de vivenciar, es fundamental el contacto. Se propicia el estar presentes, no solo físicamente sino también con la propia emoción, intelecto, sentidos, algo que muchas veces cuesta lograr. Esta forma de vivenciar estará energizada por la necesidad que domine en el organismo en un momento particular. Desde este Enfoque se cree que la única forma de registrar realmente lo que se quiere o se necesita es conectando plenamente con la situación actual, y el modo de hacerlo es pudiendo tener contacto primero con uno mismo y luego con el ambiente.

El darse cuenta es cuenta es cognitivo, sensorial y afectivo. La persona que reconoce su situación verbalmente, pero que en realidad no la ve, no la *conoce*, no *reacciona* a ella y no la *siente*, no está dándose cuenta plenamente y no está totalmente conectada. La persona que se da cuenta, sabe *qué* hace, *cómo* lo hace, sabe que tiene alternativas y *elige* como es. (Yontef, 2009:135)

Teniendo en cuenta lo planteado con respecto a la problemática, puede decirse que el vínculo exclusivo con el aparato tecnológico, de alguna manera imposibilita el contacto con otro, el estar cada uno concentrado en su propio universo donde no hay interacción entre pares, lleva a la imposibilidad de lograr un contacto pleno con el entorno. Parece importante estimular todos los sentidos los cuales aportan distinto tipo de información y de esta manera ir conectando primero con uno mismo y luego desde allí con el entorno.

Perls, el creador del Enfoque Gestáltico, postuló como regla fundamental, “pierde tu mente y vuelve a tus sentidos” (Perls en Oaklander, 2001:109) dándole primacía a los sentidos externos por un lado y también al *darse cuenta* propio, usando el sistema propioceptivo interno. No debe entenderse que a lo que se apunta es a dejar de lado a la mente, sino más bien buscar una integración donde el funcionamiento total del organismo sea armónico. No son partes separadas, sino integrantes de un todo.

Todo lo planteado hasta ahora, conduce a hacer referencia al tercer principio del Enfoque Gestáltico, relacionado con la mirada holística y la teoría del campo. En primer lugar debe considerarse que el campo se define fenomenológicamente, es decir que tiene que ver con quien lo observa y es “una totalidad de fuerzas que se influyen recíprocamente y que en conjunto forman un todo interactivo unificado” (Yontef, 2009: 278). Todo lo que existe es una red de relaciones, es interactivo y está determinado por las fuerzas presentes. El organismo no tiene significado fuera de su ambiente, por eso desde el Enfoque se los considera a ambos como un campo. Cuando hay fallas o disfuncionalidad en el campo, la solución debe buscarse en la dinámica del mismo, a esto apunta el concepto de *Autorregulación organísmica*, relacionado con la capacidad de registrar las necesidades propias y actuar en consecuencia, siempre de manera integral, siendo la situación actual la que predomine.

En la autorregulación del organismo está implícita la idea de que los organismos tienen conciencia. Para conocer su propio equilibrio, encontrar y obtener lo que necesitan cuando se rompe dicho equilibrio, los organismos tienen que estar conscientes de sí mismos. Satisfacer las necesidades es algo que urge cuando la necesidad existe; no es automático (Latner, 1972:25)

Dicha autorregulación se establece a través de lo que desde este Enfoque se denomina *Ciclo de la experiencia o ciclo de autorregulación del organismo*. En condiciones

saludables, se da de manera fluida e ininterrumpida, pasando por distintas etapas. Comienza cuando aparecen determinadas sensaciones que indican la existencia de una necesidad, esto es algo difuso, no se puede terminar de definir (por ejemplo la sensación de vacío que se siente en el estómago cuando se tiene hambre). El siguiente punto es la consciencia, el poder nombrar y describir aquello que se está sintiendo. Es lo que permite comprender que le está ocurriendo al organismo y por lo tanto, qué debe hacerse al respecto (es necesario comer y no por ejemplo hidratarse). Lo que viene después es la movilización de energía o excitación, aquello que permite ir en busca de lo que se necesita. El siguiente punto del proceso es la acción, es lo que posibilita al organismo establecer el contacto con lo que lo satisface en ese momento, (en el caso del ejemplo propuesto, comer un sándwich) se concentra esa energía movilizada anteriormente para poder alcanzar lo que se desea. Por último, se establece la retirada, el alejamiento del objeto de satisfacción, cuando ya la necesidad fue suficientemente colmada para de esta manera, poder darle primacía a cualquier otra necesidad que pueda aparecer, en lugar de rigidizarse en lo que supuestamente es un espacio de contacto.

El segundo principio hace referencia a que la realidad es relación. El crecimiento se da gracias al encuentro con otras personas, incluso el *darse cuenta* es relacional, lo mismo ocurre con el contacto y el sentido que se tiene de uno mismo. Cuando se habla de relación, se hace necesario tener en cuenta los límites entre lo propio y lo ajeno. Para poder relacionarse, debe haber algo distinto de uno con sus límites claros. Entonces, tomando la problemática, es pertinente considerar el lugar del otro como fundamental, no puede estar suplantado por ningún tipo de aparato tecnológico. Esto lleva a hablar de la relación primordial, aquella que se establece entre padres e hijos desde que estos nacen. Los padres no solo están para brindar afecto y alimento, es su responsabilidad colaborar en que los hijos puedan tener un desarrollo integral. La familia es considerada el primer agente socializador del niño, allí, según las normas establecidas por ese grupo, aprenderá a comportarse socialmente, deberá adquirir los elementos esenciales para relaciones posteriores. Los primeros años de vida son fundamentales para el desarrollo, marcan (aunque no de manera estática) como será ese pequeño y cómo se vinculará con el resto del entorno. Puede decirse que a partir de esta relación, el niño comenzará a formar su personalidad. Esta última, desde la Gestalt es entendida como todas aquellas actitudes que se asumen a través de las interrelaciones personales. Otorga identidad, es la imagen del individuo a través del tiempo, ya que se va manifestando de distintas maneras dependiendo de las situaciones a las que se enfrenta el individuo. Por lo tanto, se puede ver, por lo dicho anteriormente, que personalidad y *sí mismo* son sinónimos.

A través de la educación brindada por los agentes primordiales, los niños pueden conocer tanto quiénes son como quiénes pueden llegar a ser, tomar herramientas y estrategias para lograr un desarrollo sano y encontrar un propio sentido. Es evidente que esta relación es fundamental y lo que en ella se genera es irremplazable, todo lo que puede generarse desde allí es base para posteriores adquisiciones. Un niño que no alimenta este contacto interindividual desde que nace, es muy probable que tenga grandes dificultades para establecer relaciones vinculares.

Para finalizar este recorrido teórico, y en relación con lo planteado, parece pertinente hablar sobre lo que la Gestalt entiende por salud. Cuando se considera normal o saludable a una persona desde este Enfoque, se hace referencia a la posibilidad de tener una conducta integrada con respecto a la mente y los sentidos. Esto es un requisito previo para alcanzar satisfactoriamente el *darse cuenta* y poder saber de esta manera qué se necesita lo cual implica saber lo que cada uno es (y lo que no) en el momento presente, ya que las necesidades tienen que ver con el *aquí y ahora*. Se debe contar con todas las partes del propio yo para de esta manera actuar en consecuencia. Estar sanos también tiene que ver con el reconocerse como parte del ambiente y estar en contacto con él, además de estarlo

con la propia persona. Otro aspecto relacionado con el funcionamiento sano tiene que ver con la conciencia, con el poder captar con todos los sentidos tanto el mundo exterior como el interior tal como se presenta, ocuparse de lo que sucede en el momento actual, vivir plenamente en el presente. Dentro del concepto de salud del Enfoque Gestáltico se encuentra el ajuste creativo. Se entiende por ajuste aquel proceso que coloca en interacción las distintas necesidades del organismo y los estímulos del ambiente. Al haber una necesidad, el organismo busca respuesta en el entorno. Por su parte la creación está relacionada a la novedad, el descubrimiento de una solución nueva a partir de los datos presentes creándose una nueva integración. Entonces, ajuste y creación, como partes de un mismo proceso, se presentan como polos complementarios, se necesitan mutuamente para que se mantenga un equilibrio dinámico y sano, porque el ajuste solo no aporta novedad al campo, por su parte la creación sola no tiene relación con *lo real*. El ajuste garantiza la adaptación mientras que la creación amplía posibilidades, para poder crecer y evolucionar es necesario que haya creación con algo o con alguien. Moverse dentro de lo conocido puede generar seguridad pero lleva al estancamiento, cuando se logra renunciar a aquellas estructuras que daban seguridad, se pasa a un estilo nuevo de relaciones con el ambiente, aceptando todos aquellos riesgos que esto puede traer, es alejarse de un camino ya hecho, predeterminado para emprender un proceso autónomo. El ajuste creador no es individual sino que se establece entre dos o más.

En base a todo lo planteado, se considera que proveer recursos que lleven a los niños a contactarse con lo que son, lo que sienten y quieren, buscando de esta manera ampliar sus capacidades, se hace fundamental para que aprendan a conocerse, saber que necesitan y de esa manera puedan elegir en consecuencia.

LA GESTALT Y LOS NIÑOS

Teniendo en cuenta el recorrido realizado con respecto a las bases y principios del Enfoque Gestáltico, haciendo hincapié en la problemática presentada en relación con la influencia que tienen los distintos avances tecnológicos en los vínculos sociales sobre todo el primordial, entre padres e hijos y como esto afecta en los niños, se iniciará a continuación la búsqueda de aquellos recursos que posibiliten a los pequeños en edad preescolar ampliar su modo de contacto y conocer su *si mismo*, colaborando en el fortalecimiento de su yo.

El niño sano nace con la capacidad de usar plenamente sus sentidos, expresiones emocionales, cuerpo e intelecto. El bebé es un ser sensorial: para vivir, necesita succionar, y también, para lograr un desarrollo pleno y saludable, debe ser tocado. A medida que va creciendo, utiliza activamente sus sentidos. Su percepción es evidente, mira con atención todas las cosas que se encuentran a su alrededor, toca lo que esté a su alcance, se lleva a la boca todo lo que puede, su cuerpo se encuentra en constante movimiento. Cuando lo logra, sostiene un objeto con las manos, lo tira al suelo, llora hasta que alguien se lo vuelve a dar. Lo que él quiere es dominar esta nueva habilidad, tirarlo una y otra vez aplicando distintas variaciones.

El bebé utiliza todo su cuerpo, cuando examina sus pies o sus manos lo hace totalmente ensimismado en la actividad, esta completamente allí, en esa nueva parte que descubrió. Esta actitud se mantiene a medida que comienza a dominar otras acciones como gatear o caminar, todo su cuerpo esta involucrado. Con respecto a sus emociones, las manifiesta desde el nacimiento. A medida que avanza el tiempo, va desarrollando distintos gestos, sonidos y expresiones faciales y particularmente de lenguaje, que hacen que su expresión emocional sea clara. Es fácil notar cuando un niño por ejemplo de tres años, está triste, asustado o contento. Nace espontaneo, no ocultan sus emociones, como podrán aprender a hacerlo a lo largo de la vida.

En cuanto al intelecto, es magnifico todo lo que el pequeño puede adquirir. Aprende el lenguaje, que cada cosa tiene su nombre, explora su cuerpo, el entorno y hace miles de preguntas. Suele estar en continuo movimiento. Está constantemente buscando sentido, actúa como si todo tuviese una razón de ser. Esto se manifiesta a través de los innumerables *¿Por qué?*

El organismo, como un todo compuesto por el cuerpo, los sentidos, el intelecto y la capacidad de expresar emociones, está funcionando de una forma Integral, armónica, tal como va creciendo el niño.

Creo que el niño nace con el potencial para un fuerte y un buen sentido de sí mismo. Aunque puede obtener ese sentido inicialmente a partir de la voz, el rostro y caricias de su madre, desde el comienzo lucha por encontrar su propio yo. Con cuidados apropiados el niño se deleita consigo mismo, y a medida que crece y se desarrolla, descubre cada vez más su individualidad (Oaklander, 2008:67)

Considerando que los niños en edad preescolar no están muy alejados de esto, es decir que aún, a pesar de las influencias del entorno, no han perdido del todo este funcionamiento, parece acertado incluir los aportes de la Gestalt en la formación preescolar colaborando entonces con el incentivo de estos recursos que el niño sano trae naturalmente. Lo que se pretende es que todo este funcionamiento pleno de los sentidos, el interés por lo que pasa y lo que les pasa se fomente, aumente y les permita crecer tal como plantea la Gestalt, de una manera saludable.

Como se dijo anteriormente, el vínculo de persona a persona es fundamental y no puede estar suplantado. Para que éste pueda darse de manera fluida y enriquecedora, es necesario que el niño se conozca, sepa qué quiere, qué necesita, cuáles son sus límites y posibilidades debido a que esto también le permite conocer al otro. Incentivar estas cuestiones desde la etapa previa a la escolarización parece fundamental debido a que podría colaborar en adquisiciones posteriores.

Tal como fue postulado, la Gestalt propicia los modos de contacto, entre los cuales se encuentran: oler, tocar, saborear, ver y mirar, oír y escuchar, hablar, moverse, lenguaje y gestos, sonidos. Hay distintas actividades tanto individuales como grupales que son posibles de aplicar en la formación preescolar las cuales ayudan a estimular la experiencia sensorial y de esta manera motivar el contacto.

En primer lugar, con respecto al tacto encontramos aquellas que realzan las sensaciones tales como trabajar con arcilla o masas realizando distintas figuras. Estos materiales ofrecen experiencias táctiles y kinestésicas, incluso se les puede pedir que trabajen con la arcilla con los ojos cerrados, ampliando de esta manera la experiencia que brinda el tocar ese elemento, ir alternando ambas formas de trabajo, con los ojos abiertos y cerrados para ver si hay diferencias. Para facilitar la interacción con el elemento, se les puede dar indicaciones a los niños con respecto a qué hacer con el trozo de arcilla (pincharla, golpearla, alisarla, hacer una pelota, etc.) También darles la oportunidad de pintar con los dedos no solo les brinda experiencias sensoriales placenteras sino que los relaja. Por lo general estas actividades estimulan interesantes conversaciones entre los niños. Otra actividad consiste en facilitarles recipientes que contengan elementos de distintas texturas como arena, piedritas, agua, etc., e invitarlos a caminar descalzos sobre estos buscando de esta manera ampliar la experiencia sensorial a través de partes del cuerpo que por lo general no se utilizan para esto. Es una importante función cognitiva la capacidad de diferenciar a través de sensaciones táctiles. Para fomentar esto es un buen ejercicio colocar en una bolsa objetos con distintas texturas y pedirles a los niños que de a uno vayan sacando objetos ásperos, suaves, peludos, etc. Otra actividad que estimula el tacto es que, trabajando de a dos, puedan tocarse la cara unos a otros y expresar lo que esto les produce, tanto con los ojos abiertos o cerrados. También se le puede tapar los ojos a uno de los niños y llevarlo, con cuidado, a pasear por todo el salón.

Con respecto a la vista, en primer lugar es importante establecer diferencias entre el ver y el mirar. Esto último se relaciona con la mirada más vaga y superficial, aquello que hacemos más comúnmente, en cambio el ver se relaciona con una actitud más enfocada, lleva a una mayor conexión con el entorno.

La calidad de nuestra cimentación sensorial en el entorno puede tener un efecto significativo en nuestro sentido del sí mismo y nuestra relación con el mundo y es algo que podemos alterar (igual que a nosotros mismos) para hacerlo más agudo o más apagado (Kepner, 2000:95)

Entonces, puede decirse que la capacidad de ver tanto el ambiente como la gente de nuestro entorno, es importante para lograr un buen contacto fuera del yo. El poder ver a los demás con claridad ayuda a expandir los propios límites. Es por esto que es importante otorgar a los niños distintas experiencias relacionadas con el ver, no tan sólo con el mirar.

Dentro de las actividades que podemos aplicar para incentivar este *ver con todo el cuerpo* se encuentra por ejemplo el pedirle a los niños elegir un objeto y observarlo por unos minutos en detalle, luego dibujar las sensaciones que le produjo el encuentro con ese objeto o lo que éste le recuerde utilizando distintas formas y colores. Otros ejercicios visuales pueden ser mirar objetos a través de papel celofán, vidrio, agua o mirar desde distintas perspectivas.

En cuanto al olfato, se los puede incentivar a oler distintas cosas, comparar olores o intentar adivinar a través del olfato de qué objeto se trata. Algo similar puede hacerse con el gusto. La lengua es sumamente sensitiva. Es importante hablar de las funciones de ésta para hacerla más consciente (también de los dientes, mejillas, labios) y luego facilitarles a los niños experiencias de poder comparar sabores y texturas, que puedan discutir entre todos cuáles sabores están dentro de sus preferidos y cuáles no.

Con respecto al oír, es importante destacar que el dejar que los sonidos entren en nosotros es el primer paso para poder contactarse con el mundo, es el comienzo de la comunicación tal como plantea Violet Oaklander (2001). Es por esto que incitar a los niños a que aprecien los distintos sonidos favorece su sentido de pertenencia en el mundo. Las actividades que colaboran en este sentido son, escuchar atentamente los sonidos del ambiente (puede ser dentro o fuera del salón), con los ojos cerrados y dejar que las sensaciones aparezcan para luego compartirlas con el grupo. Puede además hacerse sonidos con distintos objetos (agua, lápices, papeles) y pedirle a los niños que adivinen de qué objeto se trata. Sirve además que puedan generar sonidos con instrumentos, ir realizando variaciones (sonidos mas fuertes o mas suaves) y ver qué ocurre con esto. Incluso pueden hacerse sonidos con el mismo cuerpo. Un ejercicio que resulta interesante consiste en colocar dentro de pequeños potes y frascos distintos objetos (pastillitas, arroz, monedas, porotos, botones, etc.), cerrarlos bien con cinta tapando correctamente el recipiente para que no se pueda ver su interior. Los niños deben agitar los distintos potes e ir encontrando la pareja que le corresponde a cada uno de los envases según el sonido que produce. Es importante también hablar con los niños sobre la relación que tiene el tono de la voz con los sentimientos. Para trabajar esto, se les puede proponer que digan un mismo enunciado de distintas maneras (contento, triste, enojado, etc.).

Dentro de las experiencias que promueven el contacto se destacan las musicales. Se las considera especialmente adecuadas para el trabajo con niños debido a que son antiguas formas de comunicación. En este sentido, es fundamental ayudarlos a conectar con la música, haciéndoles escuchar distintos tipos e invitándolos a moverse al ritmo de estos, dejándose llevar. El trabajo con música es múltiple, se la puede utilizar de fondo o como centro de la actividad.

Un buen ejemplo en relación al trabajo en grupo para abrir y estimular todos los sentidos, lo aporta la experiencia que realizó Violet Oaklander con un grupo de niños (2001). Le entregó a cada uno una naranja, lentamente fueron investigando cada aspecto de la fruta, examinando minuciosamente cada parte de esta, desde la cáscara hasta su interior. Lo hicieron pausadamente tomándose el tiempo de ver, oler, saborear y tocar cada una de las partes prestando atención a todos los detalles. Al finalizar, todos intercambiaron gajos de sus naranjas y pudieron darse cuenta de que cada una era distinta, no había dos iguales, tenían textura e incluso gustos diferentes. Claramente, lograron aumentar sus capacidades sensoriales, integrando distintos aspectos en contacto pleno.

Estas distintas formas de contacto, llevan a hablar del cuerpo. Es evidente que con él tienen conexión cada una de las emociones, éste cambia, se manifiesta de distintas maneras cuando se está enojado, triste o alegre. Los niños, a muy temprana edad desarrollan pautas corporales. Es muy importante que esta conexión con el cuerpo no se pierda, que el niño se conozca lo suficiente como para saber qué necesita y de esta manera, ganar mayor confianza en sí mismo. Para estimular esta conexión, son fundamentales los ejercicios de respiración. Esta última desde el Enfoque Gestáltico es considerada como uno de los soportes internos elementales con los que contamos. Se entiende por soporte todo aquello (sea interno o externo) que sirva para respaldarnos, protegernos, apoyarnos. En el caso de la respiración, sirve para estar en contacto con uno mismo, con el propio cuerpo, las sensaciones y sobre todo, para poder estar presentes. Hay distintas formas de trabajarla con los niños, algunas de éstas son, sostener globos en el aire soplándolos, inflar globos, soplar

velas con distinta intensidad, juegos en los que se debe hacer ruidos, gritar o cantar. También, son beneficiosos los ejercicios de relajación y meditación haciendo hincapié en la respiración. En relación con esto, también es importante incorporar ejercicios que les enseñen a relajarse ya que los niños al igual que los adultos se tensionan, se sienten cansados o irritados. Para lograrlo, es bueno destinar unos minutos para que los pequeños puedan estirarse, incluso trabajar con los ojos cerrados pidiéndoles que solo contacten con la respiración sirve para tranquilizarlos, ayudándolos a contactar primero con ellos mismos y luego al abrir los ojos, con todo el grupo y el lugar en donde están.

Si los niños se desconectan de su cuerpo, pierden el sentido del yo y también mucha fuerza tanto física como emocional. Es por esto que se hace necesario incluir recursos que les sirvan para conocer su cuerpo, sentirse cómodos con él y aprender a usarlo. Dentro de las actividades que favorecen la conexión corporal en este sentido se encuentran juegos como *dígalo con mímica* el cual implica que el niño transmita información a través de la exageración de movimientos más allá de lo verbal. También pueden armarse improvisaciones dramáticas, donde cada uno represente distintos personajes, intentando exagerar la actitud de lo que les haya tocado representar.

Tanto las improvisaciones como la mayoría de las actividades planteadas, toman la forma de juego para los niños de esta edad. El juego es fundamental, no solo porque a través de él el niño aprende sobre su mundo y por lo tanto crece sanamente, sino que además se desarrolla mental, física y socialmente.

Un ejercicio que ayuda a seguir conectando con el cuerpo y a su vez con el espacio es pedirle a los chicos que se desplacen dentro de espacios diferentes (pequeños, medios y grandes) utilizando diferentes ritmos (lento, normal y rápido) y alternando los niveles (bajo, medio y alto). También colabora en este sentido, darles tiempo para que bailen distintos ritmos, dejándose llevar por la música. Otra actividad puede ser que se muevan al ritmo de una canción y cuando esta se detiene, deban quedarse quietos en la posición en la que quedaron. El juego *Simón dice* colabora también con el dominio corporal a través de la designación de un líder (que irá rotando para que todos los niños puedan serlo) quien debe indicarles al resto como actuar.

La forma en que movemos el propio cuerpo se encuentra muy relacionada con los propios sentimientos de confianza y autoapoyo. A medida que los niños toman conciencia de su cuerpo, pueden ver sus propios límites y los límites de sus semejantes, esto es fundamental para el respeto mutuo.

En cuanto a la expresión corporal como medio educativo [...] nos ofrece a los docentes una serie de posibilidades como por ejemplo favorecer la comunicación interpersonal, potenciar la observación, la imaginación y la creación artística, facilitar la conexión y la conciencia del cuerpo y del medio físico y social, contribuye a potenciar la creatividad expresiva y la espontaneidad en la comunicación, y desarrolla técnicas corporales como la relajación, la concentración, la flexibilidad, la desinhibición y la sensibilización, entre otras (Lago González, 2011:15)

Otra actividad que podría colaborar con la experiencia de trabajar con pares y respetar los espacios es pedirles a los niños que se coloquen de a dos, entregarles a ambos una sola hoja y pedirles que plasmen un dibujo sobre ella. Es interesante ver cómo a partir de esta consigna se organizan, si se invaden mutuamente o si logran encontrar la forma de tener cada uno su lugar. También aporta en este sentido pedirles que se retraten unos a otros, incentivándolos a que presten atención a cada una de las partes del cuerpo del compañero que se va a dibujar.

Es además una buena actividad proponerles que de a dos entablen una conversación basada solo en gestos, estimulando otras maneras de comunicarse que no sea la palabra.

Todas las cuestiones mencionadas, las experiencias sensoriales así como las corporales ayudan a fortalecer el yo. Además, colabora con este proceso, que el niño pueda hablar sobre sí mismo, ya sea a través de dibujos o manifestando qué cosas le gustan y qué no. Puede compartirse en grupo todas estas experiencias y armar listas de lo que cada uno prefiere. Son formas de conectarse una vez más con lo que ese niño es y a la vez, expresarlo a sus compañeros. Incluso pueden utilizarse dramatizaciones o pedirle a cada niño que elija entre sus cosas el objeto que más le guste, lo lleve a la clase y hable de él a sus compañeros. Todas estas cuestiones ayudan al niño a definirse a sí mismo. Cuanto mas se pueda colaborar en esto, mayores serán las posibilidades de un desarrollo sano.

Otra manera de colaborar con la fuerza interior es dándole a cada uno la posibilidad de elegir, que por unos minutos puedan designar una actividad que deba realizar todo el grupo, siempre respetando los turnos y la consigna de quien está dando las indicaciones.

Es importante que después de realizar cada experiencia pueda compartirse en grupo lo que les ocurrió a cada uno, que puedan escucharse unos a otros y el poder llevar a palabras aquello que vivenciaron con el cuerpo. También es pertinente en este sentido, comenzar cada clase pidiéndoles a los chicos que de a uno, sentados en ronda, compartan algo que deseen al grupo, puede ser algo que les haya pasado o algo que sientan. Esto podría hacerse con la ayuda de un reloj de arena para que de esta manera todos tengan el mismo tiempo de hablar y que además puedan ver la importancia de respetar los turnos y de poder tanto escuchar al otro como ser escuchados. Para fomentar el contacto directo entre ellos, se les puede pedir que caminen dentro del salón de clase y cada vez que se encuentren de frente con un compañero, le digan algo que les gusta o no de esa persona.

El grupo es un lugar para que el niño se percate de cómo interactúa con otros niños, para que aprenda a responsabilizarse por lo que hace y experimente con conductas nuevas. Además cada niño necesita relacionarse con otros niños [...] Dar a los niños la oportunidad de jugar entre ellos les entrega experiencias fundamentales de interrelación (Oaklander, 2001:285)

A lo que se apunta es que a través de todas estas actividades y muchas más, se incentive el contacto con el mundo real, con el ambiente que los hace organismos, que sean los estímulos de todo tipo que entran por los distintos sentidos los que cautiven a esos pequeños, los ayuden a conocerse a sí mismos y los inviten a explorar, que puedan dejar volar su imaginación y de esta manera crear, inventar, y a partir de aquí, ser capaces de tener un contacto sano con pares y adultos.

REFLEXIONES FINALES

Las personas son seres sociales, de eso no quedan dudas. Se constituyen gracias a otros que las ayudan a definirse y formarse desde que nacen, ¿Qué pasa entonces cuando ese vínculo constitutivo se interrumpe? Se perderán, dejarán de conocerse, de saber cuáles son sus necesidades y sobre todo, quiénes son. La Gestalt en este sentido, invita a reavivar, a despertar, a motivarse desde lo que cada uno es.

Es labor de los adultos no dejar que los niños interrumpan algo tan sano y constitutivo como lo es el relacionarse con pares.

El grupo es un escenario ideal para que los niños mejoren sus habilidades de contacto. Las malas habilidades de contacto indican un pobre sentido de sí mismo que conduce a destrezas sociales deficientes. Es natural – y una importante tarea del desarrollo- que los niños busquen estar con otros niños. (Oaklander, 2008:183)

Si los pequeños nacen con un interés múltiple por todo, con ganas de explorar y naturalmente buscar el contacto, la forma de ayudarlos en su crecimiento es fomentando esas capacidades. El Enfoque Gestáltico se encuentra como el indicado para colaborar en este sentido sobre todo porque además de considerar al niño como un ser en evolución, lo considera como un ser total, que funciona de manera integrada y que por lo tanto necesita mantenerse en conexión consigo mismo, no solo para ser consciente de lo que le pasa y lo que necesita, sino también para que logre relacionarse con el entorno quien a su vez lo ayuda a definirse.

Queda abierta la pregunta en relación a qué otros aportes pueda dar este Enfoque tanto dentro de la formación preescolar como en años posteriores de escolarización.

En definitiva, aplicar la Filosofía de la Gestalt en el campo educativo significa concebir la escuela como un lugar que posibilite la formación integral de sus miembros permitiendo el desarrollo cognitivo, afectivo y social de todos aquellos que la integran, significa mantener una escuela viva, dinámica y flexible que favorezca el crecimiento personal en todos sus ámbitos, significa preparar alumnos para la vida y no para la escuela [...] (Salama Penhos, 2008: 202)

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

- Brandolín, Diego (2013). *La concepción de la naturaleza humana para la Terapia Gestalt*. Ficha inédita.
- Kepner, James (2000). *Proceso corporal. Un enfoque Gestalt para el trabajo corporal en psicoterapia*. México: Manual Moderno.
- Lago González, Tania (2012). “La expresión corporal en educación infantil. Diseño y elaboración de una unidad didáctica”. Tesis de Grado, Universidad de Valladolid.
- Latner, Joel (1972). *Fundamentos de la Gestalt*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos Editorial.
- Oaklander, Violet (2001). *Ventanas a nuestros niños, terapia Gestáltica para niños y adolescentes*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos Editorial.
- Oaklander, Violet (2008). *El tesoro escondido. La vida interior de niños y adolescentes*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos Editorial.
- Rodríguez Fernández, Lorena (2013). “La psicoterapia Gestalt infantil: Una Guía Metodológica para el Terapeuta”. Visita 2 de Noviembre de 2017 en <http://psicopedia.org/wp-content/uploads/2013/11/gestalt-infancia-guia-metodologica.pdf>
- Salama Penhos, Héctor (2008). *Gestalt de persona a persona*. México: Alfaomega.
- Yontef, Gary (2009). *Proceso y Diálogo en psicoterapia Gestáltica*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos Editorial.