



Psicomotricidad relacional: el poder del movimiento y las relaciones

Descripción

En el proceso de crianza y desarrollo de nuestros hijos, buscamos brindarles todas las herramientas necesarias para que crezcan de manera saludable y se conviertan en adultos felices y equilibrados. En esta búsqueda, nos encontramos con un aspecto fundamental: la psicomotricidad relacional.

Si eres profesional de la educación y estás interesado en potenciar el desarrollo integral de tus alumnos a través de la psicomotricidad, te recomendamos nuestro [curso gratuito de](#)

[herramienta en tu práctica en los niños. ¡No te pierdas la oportunidad de aprendizaje de tus](#)

CURSO GRATUITO

Para personas ocupadas
en el Sector Educación
Residentes en España

Psicomotricidad en el aula

SSCE135PO 40 HORAS

- PLAZAS LIMITADAS -

IMPULSO_06
FORMACIÓN Y FUTURO

Dirección General de Formación
CONSULEXIA DE ECONOMÍA,
EMPLEO Y HACIENDA
Comunidad de Madrid

SEPE

CÓDIGO AUTORIZACIÓN IMPULSO06: 2800028168

¿Qué ocurre una vez que

superan los dos años o los dos años y medio de edad? En este momento, los niños aún no tienen la capacidad de expresarse de forma precisa a través del lenguaje oral. Lo que significa que su cuerpo se convierte en su mejor aliado para relacionarse con los demás y con el mundo que les rodea en general.

Es aquí donde entra en juego la psicomotricidad relacional, un enfoque que nos ayuda a comprender cómo acompañar a los niños en su infancia. A través del cuerpo, el movimiento y las relaciones que establecen con el mundo.

Es crucial entender que el desarrollo humano abarca diversas dimensiones, como las funciones sensoriales, motrices, emocionales, psíquicas, cognitivas y lingüísticas. Que maduran de manera simultánea.

Por lo tanto, es fundamental mirar a los niños de forma integral y abandonar la antigua creencia de que el desarrollo de habilidades motrices mejora su comportamiento y los hace más inteligentes. En cambio, la psicomotricidad relacional se centra en ayudar al niño a establecer una relación saludable con su propio cuerpo, el espacio, los objetos, los adultos y sus iguales.

¿Qué es la psicomotricidad relacional?

La psicomotricidad relacional es un enfoque que busca comprender y acompañar el desarrollo infantil a través del cuerpo, el movimiento y las relaciones que se establecen con el entorno. Se fundamenta en la idea de que el ser humano se desarrolla de manera global. Y que las diferentes dimensiones de su desarrollo, como lo sensorial, motor, emocional, psíquico, cognitivo y lingüístico, están interrelacionadas y se influyen mutuamente.

Desde esta perspectiva, la psicomotricidad relacional reconoce que el cuerpo es el medio principal a través del cual los niños se relacionan con el mundo y con los demás. No se limita únicamente a la adquisición de habilidades motrices. Sino que abarca también aspectos emocionales, cognitivos y sociales.

Visión integral del desarrollo infantil

La psicomotricidad relacional se basa en una visión integral del desarrollo infantil, que considera al niño como un ser en constante evolución y desarrollo en todas sus dimensiones. Reconoce que el crecimiento y el aprendizaje de los niños ocurren de manera simultánea en diferentes áreas, y que no se pueden separar de forma aislada.

Esta visión integral implica comprender que el desarrollo de las habilidades motrices no es independiente del desarrollo emocional, cognitivo o social. Por lo tanto, es necesario mirar al niño de forma holística y considerar cómo se interrelacionan y se influyen entre sí estas diferentes áreas.

Abandono del enfoque exclusivo en habilidades motrices

Un aspecto importante de la psicomotricidad relacional es el abandono del enfoque exclusivo en el desarrollo de habilidades motrices. Históricamente, se ha tendido a valorar principalmente las destrezas físicas y motoras de los niños, creyendo que estas habilidades mejorarían su

comportamiento y su inteligencia.

Sin embargo, la psicomotricidad relacional desafía esta idea y propone una mirada más amplia y enriquecedora. Reconoce que el desarrollo del niño abarca aspectos emocionales, sociales, cognitivos y lingüísticos, y que todos ellos se entrelazan en su proceso de crecimiento. Por lo tanto, se enfoca en la importancia de ayudar al niño a establecer una relación saludable con su propio cuerpo, con los demás, con el espacio y con los objetos, reconociendo que estas interacciones son fundamentales para su desarrollo integral.

Rompe con la visión limitada que se centra exclusivamente en las habilidades motrices y promueve una mirada integral, reconociendo la interrelación entre las diferentes dimensiones del desarrollo.

Beneficios de la psicomotricidad relacional

Construcción de relaciones sanas

Uno de los principales beneficios de la psicomotricidad relacional es que facilita la construcción de relaciones sanas. A través del cuerpo y el movimiento, los niños aprenden a comunicarse, expresarse y relacionarse con los demás de manera adecuada. Desarrollan habilidades de escucha, empatía y cooperación, lo que les permite establecer vínculos afectivos sólidos con sus pares, adultos y su entorno en general. Estas relaciones sanas contribuyen a su bienestar emocional y social, promoviendo un ambiente de confianza y respeto mutuo.

Desarrollo de habilidades sociales

La psicomotricidad relacional también favorece el desarrollo de habilidades sociales en los niños. A medida que exploran su cuerpo, interactúan con otros y experimentan con el entorno, aprenden a regular sus emociones, a comunicarse de manera efectiva y a resolver conflictos de forma constructiva. A través de actividades y juegos que fomentan la cooperación y la participación en grupo, los niños adquieren habilidades sociales fundamentales, como el trabajo en equipo, la comunicación no verbal, la negociación y el respeto por los demás. Estas habilidades sociales les serán de gran utilidad a lo largo de su vida, facilitándoles el establecimiento de relaciones saludables y el desenvolvimiento en diversos contextos sociales.

Conexión con el entorno y los objetos



La psicomotricidad relacional permite a los niños establecer una conexión significativa con su entorno y los objetos que les rodean. A través del movimiento y la exploración corporal, desarrollan su capacidad de percepción y comprensión del espacio, así como su relación con los objetos y su función. Aprenden a adaptarse a diferentes entornos, a utilizar objetos de manera creativa y a comprender las relaciones causa-efecto. Esta conexión con el entorno y los objetos les brinda un sentido de pertenencia, autonomía y confianza en su capacidad de interactuar con el mundo que les rodea.

Vínculo con el adulto y los iguales

La psicomotricidad relacional también promueve el establecimiento de un vínculo sólido entre el

niño y el adulto que lo acompaña en su proceso de desarrollo. A través de la interacción y la comunicación corporal, el adulto se convierte en un apoyo seguro y significativo para el niño. El adulto se convierte en un facilitador que acompaña y estimula al niño en su exploración, promoviendo un ambiente de confianza y afecto. Además, la psicomotricidad relacional brinda la oportunidad de interactuar con otros niños de manera lúdica y colaborativa, fomentando la construcción de vínculos entre iguales, el respeto mutuo y la diversidad.

Estos beneficios contribuyen al crecimiento integral de los niños, potenciando su bienestar emocional, su autonomía y su capacidad para relacionarse de manera saludable con el mundo que les rodea.

La importancia de las relaciones en nuestra vida diaria

A menudo, pasamos por alto el hecho de que nuestras vidas están intrínsecamente ligadas a las relaciones que establecemos con los demás. Tanto en el ámbito personal como en el profesional, las relaciones interpersonales desempeñan un papel fundamental en nuestro bienestar y éxito. Una buena relación de pareja nos brinda felicidad y apoyo emocional, mientras que una relación positiva con nuestros compañeros de trabajo nos motiva y favorece un entorno laboral armonioso.

Nuestra felicidad, satisfacción y crecimiento personal dependen en gran medida de la calidad de nuestras relaciones. Establecer conexiones significativas y saludables con los demás nos proporciona un sentido de pertenencia, apoyo emocional, oportunidades de aprendizaje y crecimiento, y nos ayuda a desarrollar habilidades sociales indispensables para interactuar en sociedad.

El cuerpo como herramienta de comunicación



Cuando reflexionamos sobre cómo nos relacionamos con los demás, nos damos cuenta de que el cuerpo juega un papel fundamental en este proceso. Antes de poder comunicarnos verbalmente, el cuerpo se convierte en nuestra principal herramienta de expresión y comunicación. A través de gestos, expresiones faciales, posturas y movimientos, transmitimos información, emociones y necesidades.

En este sentido, la psicomotricidad relacional reconoce y valora el papel del cuerpo como un medio para establecer relaciones significativas. Los niños, especialmente, aún no cuentan con una

comunicación oral precisa, por lo que su cuerpo se convierte en su principal aliado para relacionarse con los demás y comprender el mundo que les rodea. La psicomotricidad relacional aprovecha esta capacidad innata del cuerpo para fomentar una comunicación efectiva y enriquecedora.

Desarrollo de habilidades relacionales desde la infancia

La infancia es un período crucial para el desarrollo de habilidades relacionales. Durante esta etapa, los niños están en constante interacción con su entorno y las personas que los rodean. A través de la psicomotricidad relacional, se les brinda la oportunidad de desarrollar habilidades sociales, emocionales y cognitivas que sentarán las bases para sus futuras relaciones.

Mediante el juego, la exploración del entorno, el movimiento y la interacción con otros niños y adultos, los niños aprenden a regular sus emociones, a comprender y respetar los límites de los demás, a colaborar, a negociar y a resolver conflictos de manera constructiva. Estas habilidades relacionales son fundamentales para el desarrollo de una comunicación asertiva, el establecimiento de límites saludables, el fomento de la empatía y el fortalecimiento de la autoestima.

El desarrollo de habilidades relacionales desde la infancia tiene un impacto significativo en la vida adulta. Las personas que han adquirido habilidades sociales y emocionales sólidas tienden a tener relaciones más satisfactorias, una mayor capacidad para resolver problemas y enfrentar desafíos, y una mayor adaptabilidad a diferentes contextos sociales y culturales.

La psicomotricidad relacional ofrece un enfoque práctico y efectivo para promover este desarrollo integral desde temprana edad.

Aplicación de la psicomotricidad relacional en la vida cotidiana

La psicomotricidad relacional no se limita únicamente a ámbitos especializados, sino que puede ser aplicada de manera práctica en la vida cotidiana. A continuación, exploraremos algunas formas de fomentar y aprovechar la psicomotricidad relacional tanto en el hogar como en entornos educativos.

Cómo fomentar la psicomotricidad relacional en el hogar

En el hogar, los padres pueden desempeñar un papel fundamental en el fomento de la psicomotricidad relacional en sus hijos. Algunas recomendaciones incluyen:

Promover el juego físico y el movimiento

Animar a los niños a participar en actividades lúdicas que involucren movimiento, como juegos al aire libre, baile, o incluso juegos de imitación y teatro. Estas actividades les permiten explorar su cuerpo, desarrollar habilidades motoras y establecer conexiones con su entorno.

Establecer rutinas de juego en familia

Designar momentos específicos para jugar en familia, donde todos participen activamente. Esto fortalece los lazos afectivos y promueve la comunicación no verbal y el entendimiento mutuo.

Fomentar la interacción con otros niños

Organizar encuentros con amigos u otras familias para que los niños puedan socializar y practicar habilidades sociales. Estas interacciones les ayudan a aprender a compartir, cooperar y resolver conflictos de manera constructiva.

Actividades y juegos para promover la relación con el cuerpo

Existen numerosas actividades y juegos que pueden ser incorporados en la vida diaria para promover la relación con el cuerpo y potenciar la psicomotricidad relacional. Algunas ideas incluyen:

Juegos de movimiento y expresión corporal.

Baile, yoga infantil, seguir coreografías sencillas, juegos de equilibrio y coordinación, entre otros. Estas actividades permiten a los niños explorar y conocer su cuerpo, así como desarrollar habilidades motoras y expresivas.

Juegos de colaboración y construcción conjunta.

Construir fortalezas con mantas y almohadas, armar rompecabezas en equipo, o realizar proyectos creativos donde los niños deban colaborar y comunicarse para alcanzar un objetivo común.

Juegos de imitación y dramatización.

Estimular la imaginación y la creatividad a través de juegos de rol, donde los niños puedan representar diferentes personajes y situaciones. Esto les permite experimentar diferentes roles sociales y desarrollar habilidades comunicativas y emocionales.

Integración de la psicomotricidad relacional en entornos educativos

En entornos educativos, como escuelas y centros de aprendizaje, la psicomotricidad relacional puede ser incorporada de diversas maneras:

Programas y talleres específicos.

Ofrecer programas o talleres que se centren en el desarrollo de habilidades relacionales a través del movimiento y la interacción corporal. Estos programas pueden incluir actividades grupales, juegos cooperativos, ejercicios de expresión corporal, entre otros.

Diseño de espacios y materiales adecuados.

Crear espacios físicos en los que los niños puedan moverse libremente, experimentar con su cuerpo y relacionarse con objetos y otros niños. Además, proporcionar materiales y recursos que estimulen la exploración y la interacción, como juguetes manipulativos, elementos de construcción, etc.

Enfoque integral en el currículo.

Integrar la psicomotricidad relacional de forma transversal en el currículo escolar, reconociendo su importancia en el desarrollo global de los niños. Esto implica fomentar la participación activa, la comunicación efectiva y la colaboración en actividades académicas y sociales.

Conclusiones Psicomotricidad relacional: el poder del movimiento y las relaciones

La psicomotricidad relacional desempeña un papel crucial en el desarrollo integral de los niños.

A través de su enfoque en el cuerpo, el movimiento y las relaciones interpersonales, se promueve la construcción de relaciones sanas, el desarrollo de habilidades sociales y una mayor conexión con el entorno.

La psicomotricidad relacional reconoce la importancia de abordar el desarrollo infantil de manera integral. Teniendo en cuenta aspectos sensoriales, motrices, emocionales, cognitivos y lingüísticos.

Al fomentar una relación saludable con el propio cuerpo, con los objetos, con los adultos y con los iguales, se sientan las bases para un crecimiento equilibrado y una adaptación exitosa a las situaciones de la vida cotidiana.

En resumen, la psicomotricidad relacional tiene un impacto significativo en el desarrollo infantil. Facilitando la construcción de relaciones sanas, el desarrollo de habilidades sociales y una mayor conexión con el entorno.

Al valorar el cuerpo como herramienta de comunicación y promover el movimiento, se sientan las bases para un crecimiento integral y una vida enriquecedora.

Al aplicar estas recomendaciones en la vida cotidiana, se brinda a los niños la oportunidad de desarrollar todo su potencial y disfrutar de relaciones saludables y satisfactorias a lo largo de su vida.