

Verband der Psychomotoriktherapeutinnen und -therapeuten  
Association des thérapeutes en psychomotricité  
Associazione dei terapeuti della psicomotricità

**psychomotorik schweiz**  
**psychomotricité suisse**  
**psicomotricità svizzera**



**La psicomotricità**  
Ben oltre il movimento

---

«Dal momento in cui esiste, il nostro corpo è in movimento; non appena il bambino nasce, il suo movimento agisce su quanto lo circonda; l'agire del suo corpo si traduce in richiamo e in rifiuto. (...) Ecco che il neonato, fin dalla nascita, comunica con il mondo attraverso il proprio corpo e i suoi movimenti (...), nell'istante stesso in cui inizia a muoversi e a spostarsi, corpo e motricità non si limitano più a semplici spostamenti, bensì diventano emblemi della conquista del mondo.»

Julian de Ajuriaguerra

Neuropsichiatra e psicoanalista; precursore della psicomotricità

---

## Una risposta a molteplici situazioni

Difficoltà a gestire le proprie emozioni, ritardi nello sviluppo, malessere fisico, difficoltà motorie o relazionali... La psicomotricità offre una risposta a molteplici situazioni. Si tratta di un'opportunità valida, indipendentemente dall'età!

### **Cos'è la psicomotricità?**

La psicomotricità si rivolge a bambini, adolescenti e adulti confrontati con problemi a livello motorio, comportamentale, relazionale o emotivo. Si basa sul fatto che le percezioni, i sentimenti e i pensieri di un soggetto interagiscano e influenzino il corpo e il movimento. Il corpo in movimento rappresenta quindi lo strumento di lavoro della psicomotricità. Essa considera la persona nel suo insieme, tenendo conto della sfera psichica, dell'ambiente circostante, sociale e culturale.

### **A cosa serve la psicomotricità?**

La psicomotricità stimola le risorse dell'individuo, aiutandolo affinché questi prenda coscienza del proprio corpo e permettendogli di sviluppare:

- le abilità motorie,
- l'autonomia,
- le competenze sociali,
- la fiducia in sé stesso e negli altri,
- la capacità di gestire le proprie emozioni,
- l'equilibrio tra corpo e mente,
- il piacere di essere in movimento.

Se applicata quale misura preventiva, la psicomotricità permette di migliorare la qualità di vita delle persone prevenendo ritardi nello sviluppo, sin dalla più tenera età.

**La psicomotricità migliora il benessere e la qualità di vita della persona.**

## Per bambini e adolescenti Tra terapia e prevenzione

La psicomotricità è un intervento rivolto a neonati, bambini e adolescenti che presentano difficoltà associate allo sviluppo. Si può trattare per esempio di una carenza di coordinazione e abilità, di un comportamento problematico, di un deficit d'attenzione o di difficoltà d'apprendimento. Attraverso il gioco e il movimento, la psicomotricità aiuta il bambino ad affrontare le sue difficoltà, partendo dalle sue capacità. Lo aiuta così ad avere fiducia in sé stesso garantendogli uno sviluppo armonioso.

### L'importanza della prevenzione

La psicomotricità viene proposta quale trattamento preventivo presso centri estivi, asili e scuole. L'obiettivo consiste nello stimolare lo sviluppo e le capacità dei bambini. Permette inoltre di prevenire con sufficiente anticipo eventuali difficoltà o ritardi che richiederebbero altrimenti un trattamento specifico. La prevenzione si rivela particolarmente utile nei bambini in quanto può prevenire il radicarsi di difficoltà che potrebbero avere delle ripercussioni sul loro sviluppo globale.

**La psicomotricità consente di prevenire i disturbi dello sviluppo.**



## Favorire uno sviluppo armonioso

### Prima d'iniziare la scuola

Il bambino si esprime, esplora il suo ambiente ed entra in relazione con esso grazie al movimento. Movimento, costruzione del pensiero e vita affettiva si trovano dunque in stretta relazione tra loro e s'influenzano reciprocamente durante lo sviluppo del bambino. Un ritardo in una qualsiasi di queste sfere può compromettere lo sviluppo nel suo complesso. Grazie al suo approccio globale, la psicomotricità si rivela particolarmente efficace in questi casi.

### A scuola

La scuola rappresenta una fase cruciale nella vita del bambino. In quanto tale, l'allunno è chiamato a dare prova di molteplici attitudini, come il fatto di restare concentrato per più ore consecutive, socializzare all'interno di un gruppo o orientarsi da solo in un nuovo ambiente. Se è vero che la maggior parte dei bambini affronta senza difficoltà questa importante tappa della crescita, è altrettanto vero che per alcuni questo percorso può rivelarsi oltremodo complesso. Un bambino particolarmente maldestro, per esempio, può essere canzonato dai propri compagni. Escluso dal gruppo, ecco che il bambino rischia di sentirsi sminuito e non a suo agio. A farne le spese sarà il suo rendimento scolastico. La psicomotricità può offrire una risposta idonea a questo problema.

**La psicomotricità rafforza la fiducia in sé stessi grazie al gioco e al movimento.**



## Per bambini e adolescenti

### Informazioni pratiche

#### Come si svolge l'intervento psicomotorio?

Per determinare la necessità di un trattamento, la/lo psicomotricista procede ad una valutazione psicomotoria del bambino, una sorta di fotografia della sua situazione attuale. La decisione d'intraprendere o meno un trattamento compete ai genitori. Sulla base della valutazione, terapeuta e genitori definiscono insieme gli obiettivi della terapia. Colloqui regolari e una buona collaborazione tra i soggetti interessati rappresentano un fattore essenziale per il buon svolgimento dell'intervento psicomotorio.

Le sedute di psicomotricità variano a seconda del terapeuta, ma sono tutte caratterizzate dai medesimi elementi centrali: il movimento, il mondo simbolico e il gioco. Proprio per questo le aule allestite per la terapia psicomotoria risultano molto attrattive per i bambini.

Per ulteriori informazioni sull'esame psicomotorio e le sedute di terapia:

[www.psicomotricita-svizzera.ch](http://www.psicomotricita-svizzera.ch) > [Enfants et adolescents](#) > [Avant l'entrée à l'école](#) o > [Durant la scolarité](#)

#### A chi indirizzarsi?

La possibilità di accedere a questo servizio, varia a seconda dei cantoni. Si tratta di un'offerta diffusa presso le scuole pubbliche, così come presso istituti specializzati, centri, ospedali, servizi sanitari e terapeuti indipendenti.

Indirizzi utili: [www.psicomotricita-svizzera.ch](http://www.psicomotricita-svizzera.ch) > [Psychomotricité](#) > [Consultations](#)

#### Chi paga l'intervento psicomotorio?

L'onere finanziario legato alla psicomotricità differisce sensibilmente a seconda dei cantoni. Si raccomanda quindi d'informarsi presso:

- il referente per la Psicomotricità Svizzera presso il cantone d'appartenenza,
- uno o più terapeuti che esercitino privatamente nella propria regione.

Referenti: [www.psicomotricita-svizzera.ch](http://www.psicomotricita-svizzera.ch) > [Association](#) > [Adresses](#) > [Sous-sections](#)

Lista degli studi privati: [www.psicomotricita-svizzera.ch](http://www.psicomotricita-svizzera.ch) > [Psychomotricité](#) > [Consultations](#)

---

«La psicomotricità non ha risolto tutte le mie difficoltà a livello motorio, ma ora percepisco meglio tutto il mio corpo. Ne ho tratto davvero grandi benefici in una fase particolarmente complessa della mia vita.»

**Francesca (47 anni)**

---

«Grazie alla psicomotricità, il mio Leo è stato in grado di esternare delle paure che prima non aveva modo di esprimere né a livello fisico né tanto meno a livello verbale. Ora è fisicamente a suo agio e ha più fiducia in sé stesso.»

**Anna, mamma di Leo (7 anni)**

---



## Per gli adulti Migliorare la qualità di vita

La psicomotricità si rivolge anche agli adulti, indipendentemente dall'età. Si sviluppa sotto forma di sedute individuali, di gruppo o di coppia e viene proposta secondo due diverse modalità:

### Terapia psicomotoria

La terapia psicomotoria si rivolge a quanti soffrono di problemi motori, malessere fisico associati a problemi emotivi, cognitivi o percettivi. Tali difficoltà, talvolta imputabili a lesioni o a un malfunzionamento del corpo, possono incrinare la sfera delle relazioni professionali, personali o intime. Grazie alla psicomotricità, i clienti imparano a riconoscere le proprie difficoltà e il modo in cui le stesse si manifestano a livello corporeo, sviluppando delle tecniche e delle abilità che ne favoriscano la scomparsa.

### Sviluppo personale

Attraverso il movimento e l'ascolto del proprio corpo, la psicomotricità si rivolge a coloro che desiderano migliorare la relazione con sé stessi e con quanto li circonda. La psicomotricità permette di meglio conoscere e interpretare i segnali trasmessi dal corpo e le emozioni associate. Favorisce così un miglior equilibrio personale e rafforza la fiducia in sé stessi.



## Informazioni pratiche

### Come si svolge l'intervento psicomotorio?

Nel corso del primo incontro, il cliente condivide la sua storia, la sua domanda e le sue aspettative con il terapeuta. Il terapeuta può quindi proporre dei colloqui o una fase di osservazione in alcune sedute, per meglio comprendere le caratteristiche del paziente dal punto di vista motorio, sensoriale, emotivo, cognitivo e sociale e quindi identificare i suoi punti forti e le sue difficoltà. Cliente e terapeuta fissano quindi insieme gli obiettivi della terapia. Dopodiché, fanno regolarmente il punto circa l'efficacia del trattamento.

### A chi indirizzarsi?

La terapia psicomotoria viene esercitata presso studi privati, in ambito ospedaliero o istituzionale, come nelle case di riposo o nelle case per persone portatrici di handicap. Presso le strutture ospedaliere, il trattamento viene di norma prescritto dal medico.

Le attività rivolte allo sviluppo personale vengono proposte presso gli studi privati di psicomotricità.

Indirizzi utili: [www.psicomotricita-svizzera.ch](http://www.psicomotricita-svizzera.ch) > [Psychomotricité](#) > [Consultations](#)

### Chi paga l'intervento psicomotorio?

L'onere finanziario legato alla psicomotricità differisce sensibilmente a seconda dei cantoni. Si raccomanda quindi d'informarsi presso:

- il referente per la Psicomotricità Svizzera presso il cantone d'appartenenza,
- uno o più terapeuti che esercitino privatamente nella propria regione.

Referenti: [www.psicomotricita-svizzera.ch](http://www.psicomotricita-svizzera.ch) > [Association](#) > [Adresses](#) > [Sous-sections](#)

Lista degli studi privati: [www.psicomotricita-svizzera.ch](http://www.psicomotricita-svizzera.ch) > [Psychomotricité](#) > [Consultations](#)

La psicomotricità permette di raggiungere  
un miglior equilibrio personale.

## Una professione in continuo movimento

I terapeuti specializzati nella psicomotricità che esercitano sul territorio svizzero sono titolari di laurea in terapia psicomotoria (bachelor). La professione è riconosciuta dalla Conferenza svizzera dei direttori della pubblica educazione (CDEP).

Nel corso della loro carriera, i terapeuti specializzati in psicomotricità seguono costantemente corsi d'aggiornamento e partecipano a supervisioni con altri professionisti per migliorare la loro pratica. Così facendo garantiscono la qualità delle loro prestazioni.

I terapeuti specializzati in psicomotricità sono tenuti al segreto professionale. Trattano dunque le informazioni loro trasmesse con la massima riservatezza.

---

### Ulteriori informazioni

Il sito della Psicomotricità Svizzera, l'associazione professionale degli terapeuti della psicomotricità diplomati, offre numerose spiegazioni illustrate da molteplici esempi: [www.psicomotricita-svizzera.ch](http://www.psicomotricita-svizzera.ch)

La segreteria per la Psicomotricità Svizzera è a vostra disposizione per qualsiasi domanda: 031 301 39 80 o [info@psicomotricita-svizzera.ch](mailto:info@psicomotricita-svizzera.ch)

---



# Informazioni editoriali

## **Editore**

Psicomotricità Svizzera

## **Idea e redazione**

Psicomotricità Svizzera

relatif, Losanna

## **Grafica**

dezember und juli gmbh, Wernetshausen

## **Fotografia**

Psicomotricità Svizzera

Lorenz Walter Photography, Wetzikon

## **Tipografia**

Geiger Druck AG, Berna

© Psicomotricità Svizzera

Verband der Psychomotoriktherapeutinnen und -therapeuten  
Association des thérapeutes en psychomotricité  
Associazione dei terapeuti della psicomotricità



**psychomotorik schweiz**  
**psychomotricité suisse**  
**psicomotricità svizzera**

Psicomotricità Svizzera  
Genfergasse 10  
3011 Berna

Tel. 031 301 39 80  
info@psicomotricita-svizzera.ch

[www.psicomotricita-svizzera.ch](http://www.psicomotricita-svizzera.ch)