

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

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



## Thérapie psychomotrice

Une opportunité pour les personnes présentant  
un trouble du spectre de l'autisme (TSA)



---

## **1. La communication**

Les anomalies de la communication sont l'un des critères de diagnostic des personnes présentant un TSA. La mesure dans laquelle cela limite les personnes concernées varie considérablement. Le spectre s'étend des personnes qui n'ont aucun langage verbal aux personnes qui développent un langage hautement fonctionnel. Quelles que soient les compétences en langage oral, la capacité à communiquer en tant que processus dynamique et réciproque est limitée.

La thérapie psychomotrice offre un dialogue par le biais du corps, du mouvement et du jeu, élargissant ainsi la communication au domaine non verbal. La capacité à communiquer et à comprendre les gestes et les expressions faciales est essentielle à une interaction réussie. En combinant le mouvement, l'action et le langage, la thérapie psychomotrice ouvre un champ d'expérience holistique dans lequel la communication peut être renforcée.

---

## **2. Interaction sociale et régulation des émotions**

Les situations sociales sont souvent très difficiles pour les personnes présentant un TSA. Il peut être difficile d'établir et de maintenir des relations. Il peut y avoir des particularités dans la reconnaissance, l'expression et la régulation de ses propres émotions. La prise en compte et l'évaluation adaptée à la situation des émotions d'autrui peuvent également être particulières.

En thérapie psychomotrice, l'accès aux émotions est amplifié par le corps, le mouvement et le langage. Les propres besoins peuvent être mieux perçus et communiqués, tant verbalement que non verbalement. La thérapie psychomotrice offre la possibilité de faire des expériences sociales dans un cadre protégé et guidé, à la fois individuellement et en groupe. Les thérapeutes en psychomotricité peuvent jouer le rôle de médiateur et aider la personne à comprendre le point de vue des autres. Cela lui permet de mieux évaluer les situations sociales et d'y réagir de manière plus appropriée.

---

### **3. Les caractéristiques sensorielles**

Les personnes présentant un TSA présentent souvent diverses particularités sensorielles : sous forme d'hyposensibilité, d'hypersensibilité ou de recherche sensorielle. Cela se traduit également comme une difficulté à traiter et/ou à prioriser les stimuli reçus et cela peut entraîner une surcharge sensorielle. Les réactions d'une personne à son environnement dépendent directement de sa perception et de son traitement.

La perception, en tant que base de nombreux autres domaines de développement, joue un rôle important dans la thérapie psychomotrice. La psychomotricité permet l'activité propre, qui mène du mouvement à l'instrumentation et à la maîtrise du geste. En outre, elle crée un cadre dans lequel les expériences sensorielles peuvent être vécues, traitées et intégrées par la conscience du corps.

---

### **4. Mouvement, coordination**

C'est par le corps que nous percevons notre environnement et que nous entrons en contact avec lui. La perception du corps se trouve en étroite interaction avec les capacités motrices. Les particularités de la perception du corps des personnes présentant un TSA peuvent entraîner des difficultés dans la coordination du corps, l'apprentissage de nouveaux schémas de mouvement et la planification et l'exécution des actions quotidiennes.

La thérapie psychomotrice se concentre sur le corps en mouvement. Sur la base de leur expertise spécifique, les thérapeutes en psychomotricité peuvent aider les personnes présentant un TSA à construire une perception corporelle différenciée et des séquences de mouvements coordonnés.

---

## **5. Planification des actions et fonctions exécutives**

Les personnes présentant un TSA ont souvent des difficultés à structurer les tâches à accomplir de manière à ce qu'elles répondent aux attentes extérieures. Le contrôle des impulsions et des besoins peut également être difficile. Souvent, l'apprentissage, l'automatisation et la généralisation des praxies constituent un grand défi pour les personnes présentant un TSA. Elles peuvent présenter des comportements stéréotypés, que ce soit au niveau de la motricité, du langage, des intérêts spécifiques ou des routines de la vie quotidienne.

La thérapie psychomotrice accompagne les personnes présentant un TSA dans l'apprentissage des compétences nécessaires à la participation à la société. Il s'agit, par exemple, de la capacité à répondre aux demandes extérieures, du respect des règles et de la généralisation de la planification des actions.

---

## **6. Conscience et estime de soi**

Dans la vie de tous les jours, les personnes présentant un TSA rencontrent de nombreux défis car elles ont leur propre façon de penser et perçoivent souvent les situations différemment de leur entourage. Cela entraîne souvent des malentendus et, par conséquent, le sentiment de ne pas être compris. L'expérience de ne pas être capable de catégoriser les attentes des autres et donc de ne pas pouvoir y répondre peut influencer négativement l'image de soi.

Le renforcement de l'estime de soi est un thème central de la thérapie psychomotrice. Elle repose sur la conviction que l'on peut réaliser quelque chose soi-même et sur la confiance en ses propres capacités. Par le mouvement et l'action, l'expérience de l'auto-efficacité se fait de manière très directe et immédiate. Une image positive et une meilleure conscience de soi favorisent la motivation et la réussite dans les apprentissages.

---

## **7. Les ressources et la créativité**

De nombreuses personnes présentant un TSA éprouvent une fascination inhabituelle pour certains sujets. Certains enfants présentant un TSA préfèrent la manipulation sensori-motrice ou fonctionnelle des objets et montrent un accès limité au jeu symbolique et une fragilité au niveau des représentations.

L'expression créative, l'imagination et les intérêts personnels sont au centre du jeu thérapeutique. Dans le cadre de la thérapie psychomotrice, les client.e.s peuvent apprendre à utiliser l'objet dans sa fonction symbolique en jouant avec des supports polyvalents dans l'espace et le temps, et à développer leur capacité de jeu et leur créativité. Les forces et les intérêts individuels peuvent servir de passerelle vers d'autres domaines. Ce faisant, la thérapie psychomotrice soutient la généralisation des apprentissages.

---

## **8. Soutien et continuité**

La thérapie psychomotrice apporte une contribution essentielle dans le domaine des TSA. Les thérapeutes en psychomotricité peuvent non seulement accompagner le processus à partir d'un premier soupçon jusqu'à l'évaluation dans un centre spécialisé, mais aussi assurer la thérapie des personnes concernées et le conseil à leur entourage.

Les transitions sont un défi pour de nombreuses personnes présentant un TSA. Les thérapeutes en psychomotricité assurent la continuité de l'accompagnement des familles et des personnes concernées lors des transitions dans la vie scolaire ou professionnelle en entretenant une collaboration multiprofessionnelle. Ils et elles aident l'entourage à comprendre les caractéristiques et les besoins particuliers d'une personne autiste et à moduler l'environnement en fonction. Cela permet de réduire la pression d'adaptation et le stress qui en résulte ; des troubles secondaires peuvent ainsi être évités.

L'objectif du travail psychomoteur est de permettre aux personnes présentant un TSA d'avoir une meilleure qualité de vie et une meilleure participation sociale à l'école et dans la société.

**Profil de la profession de thérapeute  
en psychomotricité**



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



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

Psychomotricité Suisse  
Genfergasse 10  
3011 Berne

Téléphone 031 301 39 80  
[info@psychomotricite-suisse.ch](mailto:info@psychomotricite-suisse.ch)

[www.psychomotricite-suisse.ch](http://www.psychomotricite-suisse.ch)