

---

## **Psihomotorika – Molto più di movimento**

### **Risposta in molte situazioni**

Difficoltà di camminare con sensazioni, anomalie di sviluppo, debolezza fisica, difficoltà di movimento o problemi di stabilizzazione del contatto con altre persone ecc. – la psicomotorica offre un'assistenza individuale in molte situazioni. È un'opportunità che potete sfruttare in ogni fase della vita!

### **Che cos'è la psicomotorica?**

La psicomotorica è adatta per i bambini, i giovani e gli adulti che hanno problemi motori o emotivi, anomalie di comportamento o difficoltà nelle relazioni con gli altri. Essa considera il rapporto tra l'esperienza, le sensazioni e il pensiero e come ciò influisce sul livello fisico – in particolare sul movimento. Stando al centro dell'attenzione psicomotorica si trova il corpo in movimento. In questo processo psicomotorico c'è sempre l'intero essere umano: non solo il livello fisico, ma anche quello psichico, sociale e culturale che caratterizza la persona.

### **Che cosa può fare la psicomotorica?**

La psicomotorica supporta le risorse esistenti e aiuta le persone a comprendere meglio il proprio corpo. Essa in particolare sostiene

- abilità motorie,
- autonomia,
- competenza sociale,
- fiducia in se stessi e negli altri,
- capacità di regolare il proprio comportamento,
- equilibrio tra il fisico e l'emotivo,
- gioia di muoversi.

Un'assistenza preventiva psicomotorica può migliorare la qualità della vita e promuovere lo sviluppo individuale in modo più sano.

### **Chi sostiene i costi della psicomotorica?**

Il pagamento dei costi per la psicomotorica è regolato diversamente in ogni cantone. Il migliore è quello di rivolgersi

- direttamente all'istituto Psychomotorik Schweiz nel vostro cantone, o
- a un'istituzione psicomotorica indipendente o a un terapista nel vostro cantone.

Per maggiori informazioni rivolgetevi anche a: [www.psychomotorik-schweiz.ch](http://www.psychomotorik-schweiz.ch)

Psychomotorik Schweiz  
Genfergasse 10  
3011 Bern

Telefon 031 301 39 80  
[info@psychomotorik-schweiz.ch](mailto:info@psychomotorik-schweiz.ch)  
[www.psychomotorik-schweiz.ch](http://www.psychomotorik-schweiz.ch)