



## Informations pour les parents – Psychomotricité

---

Chers parents,

**La réussite du développement moteur est indispensable pour que l'enfant puisse participer activement au quotidien scolaire. Nous vous informons ci-après de la manière dont la thérapie psychomotrice prend en charge les enfants et adolescents ayant des difficultés marquées dans le développement de leur motricité globale (mouvements de tout le corps), de leur motricité fine (activités manuelles) et de leur graphomotricité (habileté graphique) et comment la thérapie renforce leur confiance en soi.**

### Qu'est-ce que la psychomotricité?

La thérapie psychomotrice s'occupe des régularités et des difficultés du développement moteur et des conduites motrices de l'enfant. La thérapie psychomotrice doit permettre à l'enfant de mobiliser ses capacités de perception, d'action et de communication en fonction de ses possibilités. L'enfant doit apprendre à gérer ses difficultés.

Le / la thérapeute en psychomotricité évalue les difficultés et déviations dans le développement moteur de l'enfant et dispense une thérapie individuelle ou en groupe si nécessaire. Les conseils donnés aux parents et aux personnes enseignantes constituent un élément essentiel de la thérapie psychomotrice. Les professionnel-le-s de la psychomotricité apportent, en guise de mesure préventive, à l'enseignement scolaire leur savoir sur le développement moteur et la conduite motrice.

### A qui s'adresse la psychomotricité?

Une mesure psychomotrice peut être indiquée quand un ou une élève présente des difficultés dans son développement moteur et sa conduite relationnelle. Ces difficultés peuvent se manifester par des:

- difficultés de coordination motrice, par ex. problèmes d'équilibre, maladresse
- difficultés à réguler le tonus musculaire, par ex. manifestations de contraction
- difficultés de motricité fine, par ex. en coupant, bricolant, construisant
- difficultés d'orientation dans l'espace et le temps
- difficultés graphomotrices, par ex. tenue inadéquate du crayon, pas assez ou trop de pression sur le crayon, gestes d'écriture non automatisés, manque d'assurance pour former les lettres, difficultés à apprendre à écrire.

- Si l'interrelation entre perception, pensée, émotion et action est déséquilibrée, des difficultés psychomotrices peuvent également se manifester sous forme de:
- difficultés de communication
- troubles du comportement (agitation, agressivité, comportement impulsif ou inhibé)
- troubles de l'attention

#### Comment l'école peut-elle intervenir?

Si des difficultés sont décelées dans le comportement moteur ou le développement socio-émotionnel de l'enfant, les parents et la personne enseignante se réunissent pour établir un état des lieux individuel et demander qu'une évaluation psychomotrice soit effectuée.

Sur base de cette évaluation et avec l'accord des parents, la direction de l'école peut ordonner soit une thérapie individuelle ou en groupe en dehors de la classe, soit une thérapie intégrative de l'enfant ou adolescent-e au sein de la classe. Le Service psychologique scolaire peut être aussi consulté en cas de nécessité ou de questions ultérieures.

Les outils de travail utilisés dans le cadre de la thérapie comportent des formes variées de jeu, des exercices gestuels, de perception et de musique. L'enfant peut ainsi compenser ses déficits, améliorer ses compétences motrices, apprendre à gérer ses difficultés et renforcer la confiance en soi. Les habitudes motrices et comportementales font partie du travail thérapeutique individuel. La thérapie psychomotrice se base sur les objectifs d'encouragement formulés lors de la réunion de suivi individuel, sur les thèmes de développement individuel de l'enfant ainsi que sur ses ressources.

Le / la thérapeute en psychomotricité se réunit, en guise de mesure d'accompagnement, avec les parents et les personnes enseignantes, effectue des visites en classe et peut ainsi observer les enfants et adolescents.

Les mesures prises sont vérifiées lors d'une réunion de suivi individuel au moins une fois par an.

Dans le but d'apporter aux élèves un encouragement précoce et de prévenir des difficultés psychomotrices, le / la thérapeute peut être invité-e en classe (au niveau de l'école enfantine et au degré primaire inférieur en particulier) pour participer partiellement à des projets, assister à certaines leçons ou conseiller les personnes enseignantes.

Les élèves fréquentant une école privée peuvent également bénéficier d'une thérapie psychomotrice si nécessaire. La commission scolaire décide du lieu d'évaluation, de la mesure à prendre et du lieu de traitement.

#### Comment les parents peuvent-ils intervenir?

Les parents peuvent contribuer dans une large mesure au développement moteur de leurs enfants:

- Encouragez votre enfant à bouger, à utiliser son corps le plus possible. Le mouvement favorise l'expérience spatiale, la prise de conscience du corps et la confiance en soi, la capacité de coordination et le sens de l'équilibre. Tout mouvement stimule aussi le métabolisme et affermit les os, aide à combattre l'excès de poids, prévient les déformations du squelette et augmente la joie de vivre.
- Servez de modèle à votre enfant et participez à ses activités physiques.
- Montrez à votre enfant différentes activités physiques qui peuvent être exercées à la maison et à l'extérieur. Allez à la place de jeux ou à la forêt avec votre enfant.
- Les enfants aiment aussi se débattre dans l'eau. Allez avec eux à la piscine couverte ou en plein air.
- Proposez à votre enfant de bricoler avec différents matériaux et faites-le participer à des tâches ménagères, par ex. en l'invitant à mettre le couvert, à essuyer la vaisselle, à aider dans la cuisine. Ces activités favorisent la dextérité des doigts ainsi que la motricité fine.
- En jouant, l'enfant apprend l'enchaînement de nouveaux mouvements. Encouragez les activités physiques de l'enfant en l'invitant à jouer avec d'autres enfants. Ceci constitue un bon champ d'exercice pour l'apprentissage social.
- Laissez aller votre enfant à l'école à pied ou en vélo.
- Choisissez un club de sport ensemble avec votre enfant.
- Maintenez le contact avec les personnes enseignantes de votre enfant et parlez avec elles des questions et problèmes concernant les éventuelles difficultés motrices que vous auriez remarquées.

Si, à votre avis, il est nécessaire d'agir ou si vous avez besoin d'appui, demandez un entretien à l'enseignant-e titulaire de la classe.

### Informations / Conseils

Si vous avez des questions précises au sujet du développement et comportement moteurs de votre enfant, veuillez vous adresser au ou à la thérapeute en psychomotricité de votre commune. L'administration communale vous fournira l'adresse.

Pour toute information supplémentaire, veuillez consulter les sites suivants:

- [www.vsa.zh.ch](http://www.vsa.zh.ch) (→ Schulbetrieb und Unterricht → Sonderpädagogisches), informations officielles de l'Office de l'enseignement obligatoire
- [www.psychomotorik-therapie.ch](http://www.psychomotorik-therapie.ch)