



Le corps en mouvement constitue la base du travail des thérapeutes en psychomotricité, appelés aussi psychomotriciens et psychomotriciennes. Mobilisant les fonctions motrices, affectives et mentales de l'être humain, ces professionnels cherchent à mettre en harmonie le corps et l'esprit et à favoriser un bon équilibre entre la personne et son environnement. Ils reçoivent des patients de tous âges pour des indications très variées: difficultés sur le plan moteur, comportemental, relationnel ou émotionnel, retard du développement psychomoteur, troubles autistiques, troubles de la concentration, manque de tonicité, anxiété, etc. Les techniques qu'ils utilisent sont basées essentiellement sur le mouvement, le monde symbolique et les jeux: relaxation, massages, musique, objets polyvalents comme les ballons, les structures en mousse, etc. permettent de stimuler les ressources de la personne. L'imagination et la créativité sont essentielles dans ce métier. Celui-ci offre par ailleurs une grande part de liberté et d'autonomie, qu'on le pratique en institution, dans une école ou en indépendant.



THÉRAPEUTE EN PSYCHOMOTRICITÉ

HES

Après une formation de graphiste et une carrière dans le domaine du ski acrobatique, Stéphane Ciompi a finalement trouvé sa voie: la psychomotricité et le travail avec les enfants. Engagé directement après sa formation dans un service PPLS (Psychologie, Psychomotricité, Logopédie en milieu scolaire), il y reçoit de jeunes enfants rencontrant des difficultés dans leur scolarité.

Dans le cadre de son poste à 60%, Stéphane Ciompi prend en charge 18 à 20 écoliers par semaine, qu'il suit pendant deux ans en moyenne. «Je dois faire en sorte que l'enfant puisse s'adapter au milieu scolaire. C'est un travail qui prend du temps et qui demande beaucoup de patience.» Les troubles qu'il traite sont variés: difficultés motrices, difficultés dans l'apprentissage de l'écriture, hyperactivité, manque de confiance en soi, problèmes de tonus ou encore de gestion du temps et de l'espace. L'éventail de techniques à sa disposition pour traiter ces problématiques est tout aussi large: jeux de construction, musique, théâtre, dessin, etc.



Mobiliser les ressources de l'enfant

«Souvent, les bases dans les domaines de l'expérimentation corporelle et du jeu symbolique n'ont pas suffisamment été développées durant la phase préscolaire», explique le thérapeute. «Mon objectif est de renforcer ces bases et d'élargir les potentialités de l'enfant, à travers le jeu. Des objets polyvalents comme des couvertures, des ballons, des cerceaux et des cordes permettent de travailler avec l'imaginaire de l'enfant.»

Lors de chaque séance, une première étape d'accueil amène l'enfant à échanger sur son ressenti et à réfléchir aux moyens d'améliorer la situation en cas de difficultés. Puis vient une phase de jeu et d'activités. Il peut s'agir de jeu libre, où l'enfant fait part de ses idées et de ses envies, ou d'activités plus dirigées et structurées. «Ce n'est pas toujours facile d'être dans le jeu et en même temps d'analyser ce qu'il se passe», relève Stéphane Ciompi. «Avec l'expérience, j'ai appris à donner moins d'indications et à davantage «être avec», c'est-à-dire à laisser l'enfant aller là où il a besoin d'aller, tout en l'accompagnant.»

Lors des séances en groupe, le thérapeute guide davantage les enfants: «L'objectif est de construire quelque chose ensemble, de travailler sur la relation en développant l'écoute, le dialogue et le partage. Une des difficultés consiste à composer les groupes: il faut trouver les enfants qui se compléteront et s'accorderont, par exemple un plus grand qui se valorisera en aidant un plus petit à progresser.»

A la fin de la séance, le thérapeute propose toujours un moment de relaxation et de calme, en musique: cela peut être par exemple un massage, une lecture ou un conte.

Analyser et collaborer

«L'observation est fondamentale dans ma pratique: j'évalue constamment où en est l'enfant dans son développement psychomoteur, afin de réorienter la thérapie si nécessaire. Je dois parfois trouver de nouvelles hypothèses de travail pour avancer.»

Régulièrement, Stéphane Ciompi participe à des rencontres avec les enseignants et les autres professionnels engagés dans la prise en charge des élèves (psychologues scolaires et/ou logopédistes). «Le réseau est plus ou moins grand selon la problématique de l'enfant. Le travail avec les familles, quant à lui, prend une place de plus en plus importante et permet d'avancer plus rapidement dans la thérapie.»



Accompagner et sécuriser les patients

Paola Diez, 35 ans

Psychomotricienne en psychiatrie

Portrait

Dès le début de sa formation en psychomotricité, Paola Diez a souhaité travailler dans le domaine de la psychiatrie adulte. Cet intérêt a pu se concrétiser dans un centre de soins hospitaliers, où elle exerce depuis quatre ans.

Les séances de psychomotricité menées par Paola Diez sont proposées dans le cadre du service des thérapies spécialisées, qui comprend également de la musicothérapie, de l'art-thérapie, de l'ergothérapie ainsi que d'autres activités relationnelles. En général, les patients suivent deux thérapies, à raison de deux séances par semaine, sur prescription du médecin et après discussion en colloque pluridisciplinaire. La durée de celles-ci est de deux semaines en moyenne, mais peut aller jusqu'à plusieurs mois pour les cas les plus lourds. Paola Diez reçoit les patients seuls ou en groupe, en fonction de leurs ressources et des troubles à traiter.

Observer, guider, participer

Les séances de groupe réunissent généralement de trois à six patients présentant différents troubles. «La thérapie doit les aider à se resécuriser, à retrouver leurs compétences pour pouvoir les utiliser par la suite.» Chaque séance commence par un moment d'accueil, très libre, qui dépend de la composition et de la dynamique du groupe. Les participants décrivent leur état physique et psychique, et la psychomotricienne les aide à préciser leurs émotions. En fonction de ce qu'elle observe, elle définit le contenu de la séance. Suit une phase durant laquelle les patients essaient de se (re)mettre en lien avec eux-mêmes, par le biais d'une relaxation méditative. «Je guide les patients aussi bien au niveau verbal que corporel. Le premier pas est de les amener à redécouvrir des sensations de base. Avec les patients présentant plus de ressources, j'utilise davantage le relationnel et l'exploration



de l'espace: des jeux de guidage, de positionnement de soi permettent notamment d'éprouver les distances interpersonnelles et améliorent la relation à soi, aux autres et à l'environnement.»

Diversité et découverte

En individuel, les séances se déroulent dans la salle de psychomotricité ou directement dans la chambre si le patient n'est pas en état de se déplacer. «Il s'agit par exemple de vic-

times d'abus, de personnes présentant des troubles alimentaires ou des états d'agitation extrême. Je travaille alors sur l'image du corps, avec des enveloppements ou des massages enveloppants, ou sur l'agressivité, avec des jeux d'attrape, de construction et de destruction. Je leur propose des mises en scènes concrètes de leurs difficultés», précise Paola Diez. Les explorations corporelles proposées offrent aux patients un espace protégé qui les aide à déterminer leurs limites de sécurité.

Toutes les séances se terminent par un temps de verbalisation, durant lequel les patients reviennent sur les émotions ressenties. «En psychiatrie, je suis face à des situations de crise qui me touchent et amènent nombre de questionnements», souligne la psychomotricienne. «Chaque rencontre est unique et passionnante.»

Paola Diez prend des notes et rédige des rapports après chaque journée de travail. Son bilan met en évidence les compétences qui ont pu être développées chez les différents patients. «La transmission des informations aux médecins et aux autres thérapeutes est essentielle. Les échanges avec ceux-ci permettent d'ajuster le projet de soin et le projet de vie du patient.»



Marché de l'emploi et débouchés

La pratique du métier peut être très diversifiée, selon les lieux où l'on exerce et le type de patients pris en charge. Les thérapeutes en psychomotricité ont la possibilité de travailler en institution, dans le milieu scolaire (spécialisé ou non), le milieu hospitalier, les crèches, ou encore dans des établissements médico-sociaux. Les patients pris en charge peuvent être aussi bien des nourrissons, des enfants et des adolescents que des adultes ou des personnes âgées. Il existe autant d'applications différentes de la psychomotricité que de thérapeutes: chaque professionnel propose une approche personnelle du métier. Les possibilités de formation continue et les échanges entre thérapeutes, notamment par le biais de la supervision (suivi et échanges avec un autre professionnel, de manière individuelle ou en groupe), permettent aux psychomotriciennes et psychomotriciens de se perfectionner sans cesse et de développer leur pratique.

Le lieu d'établissement comme facteur important

Psychomotricité Suisse, l'association professionnelle suisse des thérapeutes en psychomotricité diplômés, regroupe près de 800 membres actifs en Suisse. Que ce soit sur le terrain ou en formation, les femmes sont nettement majoritaires. Les postes à plein temps sont peu nombreux et l'offre est très variable selon les cantons. A Genève, de nombreux postes sont proposés dans le milieu hospitalier, en pédiatrie et en psychiatrie adulte, dans les crèches ainsi que dans le domaine de la prévention et de la promotion de la santé. Dans les autres cantons, les postes en milieu hospitalier sont moins nombreux; la majorité se trouvent dans l'enseignement. En Suisse romande, Vaud est le plus grand employeur, principalement dans les établissements scolaires et les institutions spécialisées, les postes étant financés par le canton.

Les possibilités de se mettre à son compte sont limitées. La profession n'est pas encore bien reconnue par les autorités et les assu-



rances, et le remboursement des prestations n'est souvent pas assuré. En outre, la pratique du métier nécessite des locaux adaptés et spacieux.

Un matériel adapté

Si la diversité des approches et des techniques utilisées est importante et témoigne d'une certaine liberté, Psychomotricité Suisse a néanmoins établi des lignes directrices pour les thérapeutes travaillant avec les enfants. Ces recommandations concernent l'aménagement du lieu de travail, pour qu'il soit adapté à la pratique du métier, et répertorient le matériel

de base nécessaire. Une salle de travail devrait ainsi compter au moins 50 m² d'espace de jeu afin de permettre le déroulement d'activités motrices dynamiques telles que course, sauts et jeux de balles. Elle devrait aussi contenir des chaises et des tables réglables, un miroir et des espaliers. Les psychomotriciennes et psychomotriciens devraient également disposer du matériel suivant: bancs, trampoline, matelas, tunnels, balles et cordes diverses, cerceaux, instruments de musique variés, couvertures, marionnettes, pâte à modeler, livres pour enfants, ainsi que du matériel pour peindre, dessiner ou réaliser des bricolages.

Professions voisines et complémentaires

Les ergothérapeutes s'occupent des problèmes concrets rencontrés par les patients dans des situations vécues au quotidien, comme se déplacer dans son logement, s'habiller, faire les courses, cuisiner, etc. Le travail de ces professionnels est axé sur la recherche et la confection de matériel adapté et de moyens auxiliaires, ainsi que sur l'aménagement de l'environnement des patients. La formation est de niveau HES.

Les logopédistes prennent en charge des patients présentant des perturbations de la communication humaine verbale et non verbale. Ils traitent les troubles du langage oral ou écrit (retard de langage, surdité, dyslexie, b galement,

problème d'articulation, aphasie, etc.) et mettent en œuvre des mesures thérapeutiques utilisant des jeux, la lecture, le dessin, l'informatique, etc. La formation est de niveau universitaire.

Les psychologues sont des professionnels du comportement humain, de la personnalité et des relations interpersonnelles. Ils soutiennent les personnes souffrant de troubles psychiques tels que dépression, phobie, addiction, etc. Selon leur spécialisation (pratique clinique, psychologie scolaire, psychologie du travail, etc.), les psychologues utilisent des approches et des instruments variés. La formation est de niveau universitaire.



Vanessa Küng, 37 ans, thérapeute en psychomotricité travaillant avec les chevaux

Cavalière depuis toute petite, Vanessa Küng a pu lier sa passion à son métier. Durant sa formation, elle fait l'expérience de la thérapie avec les chevaux lors d'un stage. Une fois son diplôme obtenu, la thérapeute en psychomotricité et sa formatrice décident de créer une association pour développer cette activité.

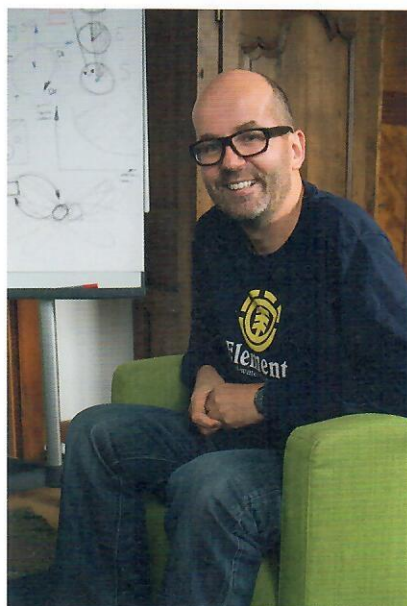
Le cheval comme partenaire et médiateur

Ouvert il y a plus de dix ans, le centre Anima accueille septante patients par semaine, des petits enfants jusqu'aux adultes. «Il s'agit principalement de demandes individuelles, mais nous travaillons également avec des groupes d'enfants venant d'institutions spécialisées», précise Vanessa Küng. Trois poneys et deux chevaux aux caractères différents permettent une approche originale du métier. «Entrer en relation avec le cheval demande des initiatives et libère la spontanéité. Le désir de se faire comprendre par l'animal entraîne une meilleure maîtrise du mouvement. Au contact du cheval, le tonus se modifie. A son rythme, le corps trouve un équilibre et s'organise dans l'espace.» La thérapeute travaille aussi sur le ressenti et la relation à l'autre: l'animal réagit et procure aux patients des émotions fortes et uniques. Préparer le cheval, le conduire, lui donner des soins ou encore profiter de la nature environnante pour des séances de relaxation: les possibilités d'activités sont inépuisables.

Frédéric Leuba découvre la psychomotricité pendant ses études en psychologie. Touché par ce métier, il enchaîne une seconde formation après l'obtention de sa licence. Ses diplômes en poche, il est engagé dans un centre de formation professionnelle et sociale où il s'occupe d'adolescentes en échec scolaire. Après quinze ans de pratique en tant que psychologue et thérapeute, ainsi que diverses expériences et formations dans le domaine, il se lance en indépendant. Tout d'abord à 50%, en conservant un temps partiel dans le centre spécialisé, puis, deux ans plus tard, à plein temps. Le thérapeute reçoit des adolescents, des adultes, des couples et des familles. Son approche conçoit le corps comme une expression de la vie à l'intérieur de soi. «Je prends

Une approche sensitive

en compte l'ensemble de la personne et propose des exercices en lien avec le monde des pensées, des émotions et des sensations à l'intérieur du corps. Mon outil principal reste la parole, essentielle notamment pour les adolescents, qui n'ont pas forcément envie d'être dans le monde du jeu.» Les objets qui entourent Frédéric Leuba, miroir, lampes, tapis et autres éléments décoratifs, ont une valeur symbolique et font office d'intermédiaires entre le patient et lui, servent de supports à la relation. «J'essaie de donner de la place aux dimensions existentielle et philosophique: l'un des enjeux, lors de l'adolescence, est de s'approprier sa vie, de devenir soi-même tout en se sentant appartenir à une famille ou à un groupe», explique le thérapeute.



Frédéric Leuba, 47 ans, psychologue psychothérapeute et thérapeute en psychomotricité indépendant



Anouk Longchamp, 33 ans, coordinatrice d'un programme de prévention

Après deux années dans l'enseignement primaire, Anouk Longchamp s'est réorientée vers la psychomotricité. «J'étais attirée par le côté très créatif et corporel de ce métier. Et en tant qu'enseignante, le côté thérapeutique me manquait.» Dès la fin de sa formation, la jeune femme est engagée à mi-temps par un service PPLS (Psychologie, Psychomotricité, Logopédie en milieu scolaire). En parallèle, elle obtient un mandat des Ligues de la santé pour mettre en place le programme «Youp'là Bouge» dans quatre cantons romands. L'objectif? Favoriser et promouvoir le mouvement des jeunes

Gestion, prévention, formation

enfants dans les crèches, sur la base des recommandations officielles en matière de santé. Anouk Longchamp a relevé le défi, créant et menant le projet de bout en bout. Petit à petit, celui-ci a pris de l'ampleur: quelque 200 crèches ont déjà obtenu le label et l'équipe de travail s'est agrandie. «Aujourd'hui je me charge de la coordination: recherche de crèches intéressées par le label, visite des structures, formation et coaching des éducateurs et éducatrices, organisation de soirées de sensibilisation pour les parents, supervision de la comptabilité et de la création du matériel promotionnel, etc. Chaque année, j'organise cinq rencontres interinstitutionnelles et nous mettons sur pied une journée intercantonale qui réunit 350 personnes.» Actuellement, Anouk Longchamp promeut le développement du projet en milieu scolaire, notamment en coachant une responsable dans le canton de Neuchâtel.



Encourager le mouvement

La psychomotricité aide le patient à ne plus percevoir son corps comme une entrave et à retrouver du plaisir à bouger.



Formation et prévention

Informier et sensibiliser les parents, les enseignants et les éducateurs de l'enfance permet de prévenir d'éventuels troubles.



Un contact privilégié

Les techniques utilisées en psychomotricité requièrent souvent un contact physique, facilité lorsqu'une relation de confiance a été établie.



S'adapter à chaque situation

Le thérapeute pose un cadre clair si le patient en a besoin ou au contraire se met plus en retrait, privilégiant l'initiative et l'autonomie.

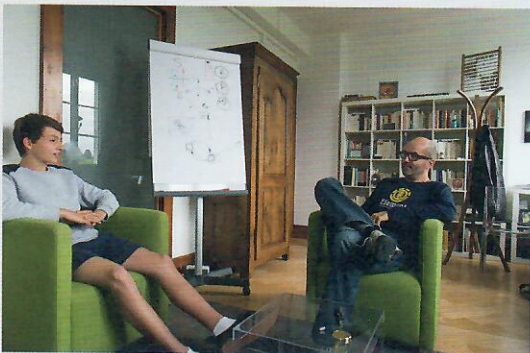
Impliquer l'entourage

Faire participer les parents à l'élaboration et au suivi du projet thérapeutique est indispensable à son bon déroulement.



Accompagner une transition

L'adolescence, période de recherche de soi et de découverte de son corps en transformation, nécessite parfois un soutien et un regard extérieur.



Informier et échanger

Les psychomotriciens travaillent en équipe ou en réseau avec d'autres professionnels, enseignants, logopédistes ou encore psychologues scolaires.



Une approche complète

Le cheval offre un champ d'exploration extrêmement riche et favorise à la fois la relation à soi, aux autres et à l'environnement.

