
Psikomotorika – më tepër se vetëm lëvizje

Një përgjigje në shumë situata

Vështirësi ballafaqimi me ndjenjat, ngecje në zhvillim, ndjeshmëri jo e mirë trupore, vështirësi në motorikë/lëvizshmëri ose probleme në kontaktim me persona tjerë etj. – Psikomotorika ofron ndihmes individuale në shumë situata. Ajo është një shansë, e cila mund të shfrytëzohet në secilën moshë jetësore!

Çfarë është Psikomotorika?

Një terapi psikomotorike është e përshtatshme për fëmijë, për të rinjë dhe po ashtu edhe për të rritur, të cilët kanë probleme motorike, emocionale, në sjellje ose vështirësi në marrëdhëniet tuaja me të tjerët. Ajo e shikon marrëdhënien në mes të perceptimit, ndjenjave, dhe të menduarit, dhe si këto ndikojnë në pjesën trupore – në veçanti në motorikë/lëvizshmëri. Në epiqendër të psikomotorikës qëndron pra trupi. Gjatë kësaj psikomotorika e ka në fokus individin si një tërësi: përveç fushës trupore, ajo i merr parasysh edhe ndikimet shpirtërore, sociale dhe ato kulturore, të cilat e formësojnë një person.

Çfarë mund të bëjë Psikomotorika?

Psikomotorika promovon burimet ekzistuese dhe i ndihmon njerëzit të perceptojnë trupin e tyre më mirë. Ajo në veçanti ndihmonë:

- aftësitë/shkadhësit motorike,
- pavarësinë,
- kompetencat sociale,
- besim në vetvetën dhe tek të tjerët,
- aftësinë për të rregulluar sjelljet vetanake,
- ekuilibër mes trupit dhe nivel emocional, si dhe
- kënaqësin në lëvizje.

Nëse përdoret si masë parandaluese, psikomotorika mund të përmirësojë cilësinë e jetës dhe të nxisë zhvillimin individual edhe në fëmijërinë e hershme.

Kush i mbartë shpenzimet për trajtim psikomotorik?

Rimbursimi i shpenzimeve për psikomotorike është rregulluar në secilin kanton individualisht ndryshe. Më së miri për këtë drejtohuni

- personit kontaktues të psikomotorikës në Zvicër në kantonin tuaj, apo
- tek terapistët e pavarur psikomotorik në zonën tuaj.

Më tepër informata mund ti gjeni tek: www.psychomotorik-schweiz.ch

Psychomotorik Schweiz
Gesellschaftstrasse 78
3012 Bern

Telefon 031 301 39 80
info@psychomotorik-schweiz.ch
www.psychomotorik-schweiz.ch