

Sundhedsstyrelsen, 7. APRIL 2021

Notat om Psykomotoriske terapeuter.

Psykomotoriske terapeuter arbejder med sundhedsfremme, og forebygger fysisk og psykisk sygdom, underviser, behandler og rehabiliterer klienter. Arbejdet er individuelt tilpasset og rettet mod grupper eller enkeltpersoner i alle aldre, såvel raske som syge.

Psykomotoriske terapeuter underviser enkeltpersoner eller grupper i afspænding, kropsbevidsthed og -terapi, ergonomi, fødselsforberedelse, genoptræning efter fødsel og børnemotorik. Formålet er at hjælpe den enkelte til at fungere bedre i samspil med familie, arbejde og samfund.

Som underviser i psykomotorik og bevægelse, er det opgaven at gøre eleven bevidst om sin egen krops egenskaber, evner og muligheder. Undervisningen bygger på den opfattelse, at kropsbevidsthed giver personen flere handlemuligheder, så krop og psyke får det bedst muligt.

Undervisningen foregår ved hjælp af forskellige former for udspændings-, afspændings- og kredsløbsøvelser. Der indgår også styrketræning og koncentrationsøvelser. Nogle psykomotoriske terapeuter anvender musik i undervisningen.

Psykomotorisk behandling anvendes forebyggende, men kan også afhjælpe smerte- og træthedstilstande, som skyldes belastende kropsholdninger, spændinger ved forkerte arbejdsstillinger og stress.

Psykomotoriske terapeuter kan planlægge arbejdet i samarbejde med fx læger, psykologer, pædagoger, jordemødre og fysioterapeuter.