

QUE SONT LES RÉFLEXES PRIMITIFS ?

Les réflexes primitifs sont des mouvements automatiques que l'on observe chez le nouveau-né. **Ils sont déclenchés par des stimulations sensorielles spécifiques.**

Leur présence est le signe du bon développement du système nerveux et du tonus musculaire du bébé. C'est pourquoi le pédiatre en contrôle systématiquement quelques-uns lors du premier examen à la maternité.

Certains apparaissent pendant la vie fœtale, d'autres pendant l'accouchement, et quelques uns dans les semaines qui suivent. **Ils sont essentiels à la survie du nouveau-né.** Par exemple, le réflexe de recherche du sein puis celui de succion.

Après leur apparition, ces réflexes ont une période d'activation plus ou moins longue, pendant laquelle le bébé « apprend » à se servir des différentes parties de son corps. Ensuite chaque réflexe primitif cesse son activation, on dit qu'il est « intégré ».

L'IMPACT SUR LE CERVEAU

À la naissance, toutes les parties du cerveau sont en place mais ne fonctionnent pas encore pleinement. Si tel était le cas, la taille du cerveau serait telle que le crâne ne pourrait passer dans le canal utérin lors de la naissance. Le nouveau-né va donc devoir « terminer » la maturité de son cerveau dans les mois suivants . Pour que l'enfant puisse se servir de son cerveau comme d'un « outil » à part entière, **des connexions entre ses différentes parties doivent être établies.**

C'est grâce aux mouvements réflexes de son corps et aux multiples stimuli sensoriels expérimentés à travers le mouvement, que les fibres nerveuses vont pouvoir se développer et former un réseau de communication entre toutes les parties de son système nerveux.

JUSQU'À QUEL AGE OBSERVE-T-ON LES REFLEXES ACTIFS ?

La phase d'intégration se déroule pour la majeure partie des réflexes avant l'âge de 1 an mais elle peut se prolonger jusqu'à 3 ans environ . Progressivement, la réaction réflexe cède peu à peu la place à un mouvement contrôlé et volontaire.

Exemple avec le réflexe d'agrippement :

- **Réflexe actif** : si vous mettez un doigt dans la main du bébé, il ne peut s'empêcher de le serrer fortement
- **Phase d'intégration** : transformation peu à peu en un mouvement volontaire chez le petit enfant.
- **Réflexe intégré** : Progressivement il va être en mesure de décider s'il souhaite (ou non) prendre/lâcher n'importe quel objet.

Toutefois, lorsque plus tard la personne sera confrontée à une situation de danger, la réaction réflexe se manifesterà de nouveau afin de subvenir à un besoin impérieux de survie.

Les réflexes primitifs sont donc très sensibles à la notion de sécurité intérieure.

Un enfant dont les réflexes ont été suffisamment activés, puis intégrés, ressent un état de sécurité intérieure.

Il a une compréhension mature de lui-même, tant sur le plan physique qu'émotionnel et, par conséquent, une meilleure compréhension des autres et de son environnement. Il renforce peu à peu ses facultés d'adaptation.

EST-IL POSSIBLE QUE CERTAINS REFLEXES RESTENT ACTIFS ?

Il a été constaté que chez des enfants ou des adultes, certains réflexes, soit ne s'étaient pas bien développés, soit ne s'intégraient pas complètement.

Si certains réflexes ne se développent pas, l'enfant va vite :

- manquer de tonus musculaire,
- ce qui va retarder son développement moteur,
- générer un faible réseau de communication entre les parties du cerveau et
- entraîner des difficultés d'apprentissage.

Si les réflexes se développent mais ne s'intègrent pas au système nerveux, ils vont rester plus ou moins actifs et constituer une gêne pour l'enfant dans l'acquisition des apprentissages.

Exemple de conséquences du réflexe d'agrippement non intégré :

- Une pression excessive sur un stylo, une raquette
- Une écriture peu lisible
- Le fait de serrer excessivement les mâchoires

Dans tous les cas, **la personne bascule trop souvent en mode de survie.**

Il est essentiel de comprendre que la rémanence de plusieurs réflexes primitifs constitue pour l'enfant ou l'adulte un **stress corporel tel qu'il lui est très difficile de se consacrer pleinement à ses objectifs d'apprentissage.** Son énergie va être dépensée en premier lieu à l'élaboration de stratégies posturales pour rechercher une sensation de sécurité.

Exemple de stratégies posturales en lien avec le réflexe d'agrippement :

- Besoin de manipuler un objet pour réfléchir,
- Besoin de mastiquer un chewing-gum pour faire ses devoirs,
- Besoin d'incliner sa feuille exagérément pour écrire.

QUEL IMPACT AU QUOTIDIEN ?

Si votre enfant ou vous-même présentez quelques-uns des troubles listés ci-dessous au point d'en être gêné, on peut alors penser que certains des réflexes ne sont pas complètement intégrés.

Les manifestations peuvent affecter différentes sphères:

Postural:

difficultés à rester calme et immobile, voûté, mal à l'aise dans son corps, faible coordination, marche sur la pointe des pieds, tombe souvent, difficultés à faire du vélo, à nager, malhabile, évite les activités sportives, avachi sur son bureau

Comportemental:

difficultés de concentration, hyperactivité, gêné par le bruit, les étiquettes des vêtements, mâchouille ses crayons, ses doigts, ses vêtements, apprentissages fastidieux, décalage entre ses capacités et ses résultats, addictions, ne peut soutenir le regard

Emotionnel:

impulsivité, crises de colère, introversion, burn-out, hypersensibilité, déteste les imprévus, susceptibilité, incapacité de dire «non», anxiété permanente, instabilité émotionnelle, rigidité, réactions au stress inappropriées

QUELLE EST L'ORIGINE DE CES PERTURBATIONS ?

Un lien existe entre les mouvements du bébé et ses facultés d'apprentissage. Les gestes ont besoin d'être répétés encore et encore pour être acquis, et ce, même y compris pendant la vie fœtale.

Afin de bien se développer, le cerveau humain doit passer par des étapes immuables et dans un ordre bien précis. Tous ces mouvements, ces stimulations sensorielles vont développer les connexions entre les différents niveaux du cerveau. Si un cerveau a développé un réseau de neurones suffisamment étendu, il sera prêt à recevoir et à traiter en temps voulu toutes les informations qui constituent les apprentissages.

Un enfant devrait pouvoir bouger le plus possible afin de se constituer un «capital» cérébral solide, et ce, en respectant certaines étapes. Le fait de ramper et de marcher à 4 pattes en sont une.

Or, certains réflexes qui s'activent pendant la naissance sont les prémices du ramper et du 4 pattes. L'accouchement peut donc avoir des conséquences sur ces étapes.

Attention, cela ne signifie pas que si votre enfant n'a pas rampé ou marché à 4 pattes, il rencontrera forcément des difficultés d'apprentissage !

Il est peu probable qu'un seul facteur soit en cause. Il s'agirait plutôt d'une combinaison de plusieurs paramètres qui mène à la persistance de réflexes primaires au-delà de l'âge de leur inhibition (facteurs héréditaires, grossesse, accouchement, petite enfance, etc.)

DES SOLUTIONS SONT-ELLES POSSIBLES À TOUT AGE ?

En consultation, des tests approfondis permettent de repérer quels réflexes spécifiques sont à travailler dans le cadre de l'objectif émis par la personne quel que soit son âge.

Aujourd'hui, on ne remet plus en question la plasticité cérébrale, et **c'est grâce à cette plasticité que l'on peut intervenir sur la réintégration des réflexes.**

Les techniques permettant de ne plus subir les conséquences de la rémanence des réflexes primitifs consistent en des mouvements spécifiques ou des pressions isométriques (contre résistance) précises, effectuées lentement, de façon à redonner au système corps/mental des informations qui ont manqué pendant la première année de vie.

Les mouvements rythmiques du programme de RMTi© sont particulièrement efficaces, car ils reproduisent des séquences de mouvements rythmiques effectués spontanément par le bébé, et sont très agréables et ludiques.

QUI EST A L'ORIGINE DE CES TECHNIQUES ?

Les techniques proposées ont été pour la plupart élaborées par des équipes de médecins et chercheurs aux USA, en Angleterre, en Suède, en Pologne : Kerstin LINDE, thérapeute suédoise, le psychiatre Harald BLOMBERG, Moira DEMPSEY fondatrice de RMTi© (Rhythmic Movement Training Intl), Sally GODDARD et Peter BLYTHE, psychologue et fondateur de l'INPP (Institute for Neuro-Physiological Psychology) au Royaume-Uni, Svetlana MASGUTOVA, Dr en Psychologie éducative du Développement, Paul DENNISON, Dr en Sciences de l'Éducation.

Claire Lecut

