

QUE SONT LES **Réflexes** **Archaïques ?**

Un réflexe est une réponse involontaire à un stimulus externe sensoriel ou sensitif.

Les réflexes archaïques, ou primitifs, apparaissent soit in utero, soit dans les premiers mois de la vie. Ils se développent, restent actifs grâce aux mouvements du bébé. Puis, au fur et à mesure que le système nerveux devient mature, les réflexes s'intègrent progressivement afin de devenir des réflexes posturaux.



Les réflexes archaïques sont des réflexes de survie, de protection et participent à la maturation du cerveau, à l'intégration sensorielle et posturale et à la vie émotionnelle du bébé, adulte en devenir.

Les réflexes archaïques sont organisés selon un schéma d'apparition bien précis. Or, si les premiers réflexes ne peuvent se développer, ils resteront actifs et empêcheront les suivants de se développer correctement à leur tour.

Ex. Réflexe de Babinski

Lorsque l'on stimule le bord externe du pied en partant du talon jusqu'au petit orteil, les doigts de pieds s'ouvrent alors en éventail.

Il doit s'intégrer afin d'éviter certaines conséquences :
Pieds plats, marche sur l'intérieur ou l'extérieur des pieds, articulations trop souples (entorses fréquentes), marche sur la pointe des pieds, tensions dans les pieds et les jambes.

Il peut également entrainer des troubles sur les plans :

- **Émotionnel**
- **Moteur**
- **Cognitif et apprentissage**
- **Sensoriel**



RÉFLEXES **NON** **intégrés**

Comment savoir si certains de nos réflexes ne se sont pas intégrés ?

Lorsque les réflexes s'intègrent mal, le corps trouve des stratégies inconscientes pour contrer ces mouvements involontaires, ce qui entraîne une grande perte d'énergie et des difficultés à résoudre certaines tâches puisque le corps est parasité.

Impacts des réflexes archaïques :

SPHÈRE SENSORI-MOTRICE

- Assise en W
- Enroule ses pieds autour de la chaise
- Hypersensibilité auditive, tactile, olfactive, gustative
- Faible tonus musculaire, hypotonie
- Marche sur la pointe des pieds
- Manque d'équilibre, coordination difficile
- Mouvements involontaires de la bouche en écrivant, dessinant...
- Pression excessive/légère du stylo, mauvaise tenue du stylo
- Tension des mâchoires, bruxisme
- Énurésie

SPHÈRE ÉMOTIONNELLE

- Mutisme, timidité excessive
- Accès de colère
- Pleurs fréquents, récurrents
- Manque de confiance en soi, mauvaise image de soi
- Stress, angoisse, peurs
- Difficultés pour dire "non", pour s'affirmer, se défendre

SPHÈRE COGNITIVE, APPRENTISSAGES

- Difficultés dans les apprentissages
- Troubles « dys » (dyslexie, dyspraxie, dyscalculie...)
- Agitation permanente, impulsivité, TDA/TDAH
- Difficulté de langage, d'articulation, voire bégaiement
- Lecture peu efficace, difficulté pour suivre un texte sur une page
- Confusion des lettres (b-p, d-q)
- Écriture sur une feuille tournée à 90°

Si votre enfant ou vous-même avez plusieurs de ces critères, il se peut que certains réflexes archaïques soient toujours actifs.



LES **Séances**

Comment se déroule la première consultation ?

La première consultation peut durer entre 1h et 1h30 selon le type de bilan. Nous reprenons ensemble votre histoire (naissance, développement,).

De nombreux éléments peuvent donner des informations sur la présence éventuelle de réflexes primitifs encore actifs. Votre enfant et vous-même formulez le ou les objectifs que vous souhaitez travailler si vous en avez en tête, sinon il peut s'agir d'un suivi d'intégration globale.

Comment se déroule le suivi ?

Il y a un rdv de suivi toutes les 6 semaines environ, et entre les rendez-vous, vous effectuez des mouvements simples pendant 5min tous les jours à la maison, selon le programme établi ensemble.

Les séances se déroulent avec :

- **Un bilan personnel et des réflexes** en fonction des troubles qui posent problèmes (échanges et tests par des activités ou des jeux)
- **Une intégration**
- **Des exercices** pratiqués en cabinet à refaire à la maison pour intégrer le ou les réflexes ciblés.

Ce suivi est complémentaire à d'autres suivis tels que l'orthophonie, psychologue, ostéopathie, la psychomotricité, ou toute autre thérapie...

Il ne remplace en aucun cas les suivis médicaux et paramédicaux.

