

Développement optimal pour les jeunes enfants

Martino
Regazzi

La méthode «First Step»



Photo: zVg

En quoi consiste la méthode «First Step»?
«First Step» est une méthode innovatrice qui crée une perspective au développement de l'enfant en créant un lien important entre l'évolution infantile et les problèmes qui peuvent survenir par la suite pendant la phase de l'adolescence.

Les bases de la méthode sont:

1. le développement moteur et sensoriel, en tant qu'infrastructure nécessaire pour atteindre le potentiel de développement de l'enfant dans les années à venir.
2. le développement de chaque phase de croissance de l'enfant: depuis la naissance jusqu'à l'âge de 2 ans, le développement moteur et sensoriel est caractérisé par des étapes spécifiques que l'enfant doit traverser pour un développement optimal.

3. la création d'un environnement adapté au développement moteur et sensoriel: cet aspect inclut les parents, en particulier leur façon d'interagir en famille et leurs conditions physiques.

Il est important de souligner que la création d'un environnement adapté est sans aucun doute un des aspects les plus complexes à mettre en œuvre, et c'est précisément pour cette raison que la méthode «First Step» aide les familles à le créer, afin qu'elles puissent se donner les bases nécessaires au développement optimal de l'enfant.

En quoi consiste le diagnostic «First Step» et les leçons privées?

Le diagnostic «First Step» a lieu lors de la première rencontre entre le thérapeute, les parents et l'enfant (de 0 à 10 ans), pendant laquelle on observe comment l'enfant évolue dans l'espace.

Le diagnostic commence par quelques questions relatives à la grossesse, à la naissance et aux différentes étapes successives du développement de l'enfant.

En observant l'enfant, une attention particulière est portée aux interactions avec les parents, le thérapeute et le milieu environnant. Un système structuré de stimuli est créé progressivement afin de mettre en évidence la capacité de réaction de l'enfant et son habileté.

A ce stade, un contrôle entre l'âge biologique de l'enfant et le stade de développement est nécessaire pour mettre en évidence d'éventuelles discrédances.

Le diagnostic «First Step» permet de créer une thérapie sur mesure, individuelle et exclusive pour chaque enfant; le diagnostic tient compte des différences entre les enfants et examine les difficultés individuelles de chacun.

Chaque «problème», comme pourrait l'être celui d'un enfant qui «n'arrive pas lever les bras», raconte une histoire individuelle, un cas spécifique et unique. Chaque histoire est caractérisée par les particularités relatives, seulement et exclusivement, à l'enfant en question et non pas à tout autre enfant qui, dans l'exemple, «ne lève pas ses bras».

- Il est important de souligner que les paramètres du diagnostic de la méthode «First Step» n'impliquent pas uniquement le niveau moteur, mais aussi celui sensoriel. Lorsqu'on observe l'aspect moteur de l'enfant, on évalue également conjointement le fonctionnement du système sensoriel. Pendant le diagnostic, on évalue par exemple, à quel point le système sensoriel a appris à reconnaître les

différents types de toucher (palpation).

Pour faire en sorte que le cerveau crée une image physique intérieure, il faut que soit assimilé, le fait que l'expérience du corps conduit à une connexion avec le système sensoriel profond (en d'autres termes, pour que l'enfant puisse utiliser, coordonner et bouger les jambes, il faut impérativement qu'il «soit conscient» d'avoir des jambes. Et pour que son cerveau «reconnaisse» ses jambes, l'enfant a besoin d'un contact physique avec celles-ci. Le rapport entre les sens et le mouvement est un des aspects de la compréhension diagnostique de la méthode «First Step».)

- Les autres examens réalisés pour le diagnostic sont l'évaluation du tonus musculaire de l'enfant (fort ou faible?), le fonctionnement du système tactile, l'identification d'éventuels déficits ou surcapacités de l'enfant dans les différents systèmes, l'évaluation du système nerveux de l'enfant (calme ou surstimulé?) etc.
- Un examen permet de vérifier si l'enfant possède tous les réflexes demandés en fonction de son âge biologique: certains réflexes doivent être présents depuis la naissance jusqu'à l'âge de 3 mois et diminuer par la suite. A partir de l'âge de trois mois, un système de réflexes moins connus et lié au système de l'équilibre apparaît. L'importance de ces évaluations diagnostiques réside dans le fait que de nombreux problèmes relatifs au développement de l'enfant sont liés à ce système de réflexes.

- Le diagnostic «First Step» se base sur la méthode Feldenkrais et prévoit une intégration, unique dans la méthode, de la compréhension et de la corrélation entre le système moteur, les fonctions du système squelettique et musculaire, le système sensoriel et l'environnement physique et humain de l'enfant.

Les leçons privées sont des rencontres individuelles pendant lesquelles les participants, c'est-à-dire les parents, l'enfant et le thérapeute, vivent une expérience d'apprentissage. On ne part pas de l'idée que «l'enfant a un problème», mais seulement du principe que l'enfant «n'a pas appris» ce qu'il «doit apprendre» pendant une phase spécifique du développement.

Les parents demandent souvent de «traiter le problème de l'enfant», mais la thérapie «First Step» est une tentative de «réparer une situation spécifique». Le point de départ d'une leçon est d'identifier une chose spécifique que l'enfant ne connaît pas. Une fois, la situation définie, le premier point est de construire un environnement adapté pour l'enfant et des stimuli qui permettent de l'aider dans l'apprentissage de ce qu'il ne connaît pas encore. Souvent, on effectue en quelque sorte un pas en arrière dans le développement de l'enfant pour recréer la situation qui précède celle spécifique qui manque à l'enfant en ce moment. Une leçon «First Step» a lieu dans un environnement chaleureux, propice à la détente, confortable pour les parents, mais surtout pour l'enfant, l'expérience ayant démontré que si l'enfant n'est pas détendu, il n'apprend pas. C'est la raison pour laquelle les leçons doivent se transformer en un pro-

cessus amusant pendant lequel l'enseignement se fait au travers de jeux dans des conditions d'apprentissage idéales.

Si l'enfant pleure pendant une thérapie, il ne sera pas en mesure d'apprendre.

Quelle est la valeur ajoutée du traitement de l'enfant de manière spécifique par la méthode «First Step»?

1. **Dans la méthode «First Step», on identifie la phase de développement de l'enfant en terme d'âge chronologique et on lui apprend ce qu'il manque pour combler la différence avec son âge.** Par exemple, dans le cas d'un enfant de 10 mois qui devrait être capable de marcher à quatre pattes, mais qui, au lieu de cela, reste encore couché sur le ventre sans bouger, la méthode «First Step» ne vise pas à lui apprendre tout-de-suite à marcher à quatre patte. Dans un premier temps, on lui apprend à se retourner, à passer du «plat ventre» à «sur le dos», puis à se hisser sur les coudes, puis sur les genoux, et seulement ensuite à marcher à quatre pattes.
2. **Pendant la leçon, on travaille sur plusieurs facteurs : un environnement stimulant, la relation avec les parents, le déplacement dans l'espace, le fonctionnement musculaire et squelettique, la stimulation du système sensoriel, etc.** C'est en cela que cette approche se différencie des autres méthodes traditionnelles qui se concentrent principalement sur le renforcement des muscles et ne portent pas une attention particulière aux autres composantes dont il faut tenir compte.

3. L'attitude prédominante est, dans le cas d'une situation musculaire faible, le renforcement des groupes musculaires concernés. **La méthode «First Step» tient compte du fait que seuls quelques problèmes peuvent être dus à une faiblesse musculaire, et que certains problèmes nécessitent au contraire un relâchement musculaire.** En effet, dans certains cas, les muscles ne peuvent produire le travail demandé qu'une fois relâchés. La perception thérapeutique de la méthode «First Step» prend en considération le relâchement et non uniquement le travail de renforcement musculaire.
4. Il est possible dans certains cas d'être confrontés à une opposition de l'enfant ou même à des pleurs. **L'enfant qui pleure pendant la thérapie n'est pas à son aise et n'acquerra pas avec facilité l'apprentissage dont il a besoin.** Pour cette raison, il est important de comprendre pleinement la cause de l'opposition et/ou des pleurs de l'enfant et de trouver la réponse appropriée, certainement sous forme de jeux ou d'activités similaires.
5. De nombreuses méthodes thérapeutiques ne contrôlent pas la qualité du mouvement à laquelle l'enfant parvient et n'examinent pas les étapes du développement atteintes. **Ces étapes initiales sont pourtant absolument essentielles pour pouvoir atteindre une «étape avancée» optimale dans le développement de l'enfant. La qualité du mouvement est tout autant importante que le mouvement lui-même.**

Comment la méthode «First Step» définit-elle un «problème de développement»?

Un «problème de développement est une situation qui se révèle lorsqu'un enfant n'a pas traversé de manière correcte une des étapes fondamentales du développement par rapport à son âge biologique. De telles étapes représentent les bases indispensables au développement de l'enfant jusqu'à l'âge adulte. En effet, c'est réellement pendant les phases initiales du développement que l'enfant apprend les mouvements qui l'accompagneront ensuite pendant toute son existence.

Chaque retard dans ces composantes peut avoir des conséquences importantes pour le futur de l'enfant. De nombreux problèmes typiques des enfants, des adolescents et des adultes, comme par exemple, les douleurs aux genoux, le mal de dos, les douleurs à la nuque ou les maux de tête, peuvent avoir pour origine des mouvements erronés appris pendant l'enfance.

Avec la méthode «First Step», on s'assure que l'enfant acquière les bonnes habitudes dans les mouvements, en examinant constamment le passage de l'enfant au travers des différentes étapes fondamentales du développement.

Depuis le mois de juin 2009, Shai Silberbush est actif en Suisse et diverses familles membres ont testé avec succès sa thérapie.

*Traduction par Anne Engler
Shai Silberbush est régulièrement en Suisse.
Plus d'informations : Francesca Seegy Bohner :
fseegy@yahoo.com ou tél. 079 240 30 29.
<http://first-step.co.il/en/>*

Quelques problèmes de développement qui peuvent être traités avec la méthode «First Step» :

- a) problèmes orthopédiques
- b) torticolis
- c) luxation congénitale de la hanche
- d) pied équin
- e) thérapie complémentaire post-opératoire ou post-hospitalisation
- f) problèmes neurologiques et pathologiques
- g) **enfants prématurés** : beaucoup d'enfants prématurés naissent sans la maturité fonctionnelle du système nerveux et des réflexes. Il n'existe naturellement aucun substitut à la chaleur maternelle et aux processus naturels qui ont lieu dans l'utérus, mais avec l'évolution de la connaissance physiologique par rapport à ce qu'il se passe dans l'utérus, il est possible de suggérer la combinaison de substitut de l'utérus (tel que la couveuse) et d'exercices. **La méthode «First Step» apprend au cerveau du nouveau-né prématuré comment utiliser mieux son propre corps.**

L'âge des enfant traités par cette méthode va de la naissance à la fin de l'adolescence.

Qui a inventé «First Step» ?

Shai Silberbush, expert du développement du nouveau-né et des enfants et instructeur senior pour la méthode Feldenkrais, a développé la méthode «First Step» au fil des années de pratique auprès d'adultes et d'enfants. Silberbush a étudié et approfondi la relation entre le développement infantile et le développement de la vie de l'adulte. L'intuition, combinée à son expérience professionnelle et à son expérience de père de trois enfants, l'ont conduit à concevoir cette méthode unique, permettant d'aider les parents dans l'optique d'un développement moteur et sensoriel optimal de leur enfant.

La carrière de Silberbush se compose des éléments suivants :

- Diagnostic et thérapie de milliers d'enfants
- Enseignement de la méthode «First Step» à des thérapeutes spécialistes du développement infantile.
- Enseignement de la méthode Feldenkrais à des particuliers et à des groupes.
- Fondateur du premier service de médecines alternatives dans un des principaux hôpitaux d'Israël. Le service inclut la méthode Feldenkrais, la médecine traditionnelle et la médecine alternative.
- Des études de médecine homéopathique.
- Membre de l'équipe senior d'enseignement de la méthode Feldenkrais pour les cours en Israël et dans d'autres pays.
- Développement de la méthode «First Step» pour suivre le développement de l'enfant.
- Interventions régulières dans l'émission «Experts Galerie», très populaire en Israël
- Diagnostic, thérapie et consultation pour la méthode «First Step».
- Participation en tant qu'intervenant à des conférences scientifiques internationales sur le développement infantile.