

RMT Rhythmic Movement Training

Le programme de RMT repose sur les mouvements rythmiques naturels du bébé. Les mouvements spécifiques à ce programme s'inspirent de mouvements originaires enseignés par Kerstin Linde à Stockholm en Suède. Le Dr Harald Blomberg, psychiatre à Stockholm a découvert son travail dans les années 1980. Il a depuis étudié le rôle du mouvement dans le développement de l'être humain, et mis en évidence les conséquences sur l'apprentissage, les émotions et le comportement. SI mouvement et stimulation sensorielle étaient insuffisants. Le programme RMT aborde l'impact des mouvements dans l'intégration des réflexes archaïques et les conséquences de leur non-développement ou de leur non-intégration sur l'épanouissement de la personne.

Présentation :

les mouvements rythmiques sont directement inspirés du programme inné de mouvements du bébé stimulant la croissance de la ramification des neurones.

A la naissance, toutes les parties du cerveau sont présentes, mais ne fonctionnent pas comme un tout. Pour bien se développer, un bébé doit être stimulé, en étant touché, embrassé, serré, bercé et aussi pouvoir bouger librement. Ces stimulations envoient des messages sensoriels dans le tronc cérébral, chargé de régler le tonus musculaire. Ainsi avec un bon tonus musculaire, le bébé va pouvoir toucher, attraper, rouler et bouger en toute liberté.

La maturation du cerveau :

Pourquoi les bébés ont-ils du mal à contrôler leurs pulsions et à être attentifs ?

Parce que les réseaux nerveux du cerveau ne sont pas encore suffisamment reliés. Les bébés contrôlent difficilement leur niveau d'activité et vers 10/12 mois, ils se déplacent continuellement, et restent difficilement assis immobiles.

Rôle du cervelet :

Entre 6 et 12 mois, le cervelet connaît un développement rapide qui coïncide avec le développement rapide du bébé. Le cervelet joue un rôle primordial dans la coordination motrice. Les mouvements rythmiques - prévus par la nature - activent la maturation du réseau nerveux du cervelet. Le contrôle du niveau d'activité est assuré par les noyaux gris centraux qui ne sont pas encore assez développés ni suffisamment reliés aux autres parties du cerveau chez le tout petit : ce qui explique que la plupart des bébés dits normaux sont hyperactifs à cet âge.

TDA - TDAH

Dans le cas des enfants en déficit d'attention (TDA) et en déficit d'attention avec hyperactivité (TDAH), les études prouvent que les noyaux gris centraux ne fonctionnent pas bien, comme chez les tout-petits.

Pour le Docteur Harald Blomberg, l'explication est que le TDA est signe d'un dérèglement dans le processus de maturation du cerveau. :

d'où difficulté à maîtriser le niveau d'activité, les réflexes archaïques et les problèmes d'équilibre.

EN PRECISANT QUE LE Dr BLOMBERG INSISTE AUSSI SUR LA QUALITE DE LA NOURRITURE .

La méthode RMT comprend 17 mouvements RMT qui sont complétés par des exercices spécifiques d'intégrations de réflexes, selon 3 niveaux :

niveau 1 : RMT et les troubles déficitaires de l'attention avec ou sans hyperactivité

niveau 2 : RMT, émotions et leadership intérieur

niveau 3 : RMT et dyslexie

le programme de RMT active la maturation du cervelet avec pour conséquence une qualité des connexions neuronales avec tout le cerveau ainsi les mouvements deviennent faciles, coordonnés, désirés et contrôlés .

S'ensuit la capacité à développer :

l'attention, l'organisation, le contrôle des pulsions, la pensée abstraite, le développement du langage , les mouvements des yeux, la compréhension de la lecture, la vitesse d'analyse des informations, la mémoire de travail, l'apprentissage