



L'IMP UNE APPROCHE S.I.M.P.L.E.

Système d'Intégration Motrice Primordiale Ludique et Éducatif

Les **réflexes primitifs** (ou archaïques) sont des réactions involontaires principalement présentes chez le nouveau-né qui perdurent sous une forme ou sous une autre, à bon ou à mauvais escient, tout au long de notre vie.

Ils forment le facteur le plus essentiel dans la mise en place de nos comportements, de notre réussite scolaire, ainsi que dans notre vie physique, émotionnelle et cognitive.

La persistance d'un réflexe, sa non-intégration, peut être la cause d'un « parasitage » des sphères cognitive, émotionnelle et corporelle et risque de se manifester quand nous sommes dans un état de stress ou en situation d'apprentissage.

L'IMP est une approche éducative sensorimotrice qui permet d'identifier et d'intégrer les réflexes et mouvements primordiaux non-intégrés, chez l'enfant ou l'adulte, à l'aide de mouvements et de procédures d'équilibrage simples, agréables et rapides à pratiquer, seul ou avec un partenaire.

La pratique peut se faire avec les bébés, les enfants, les adultes et les seniors.

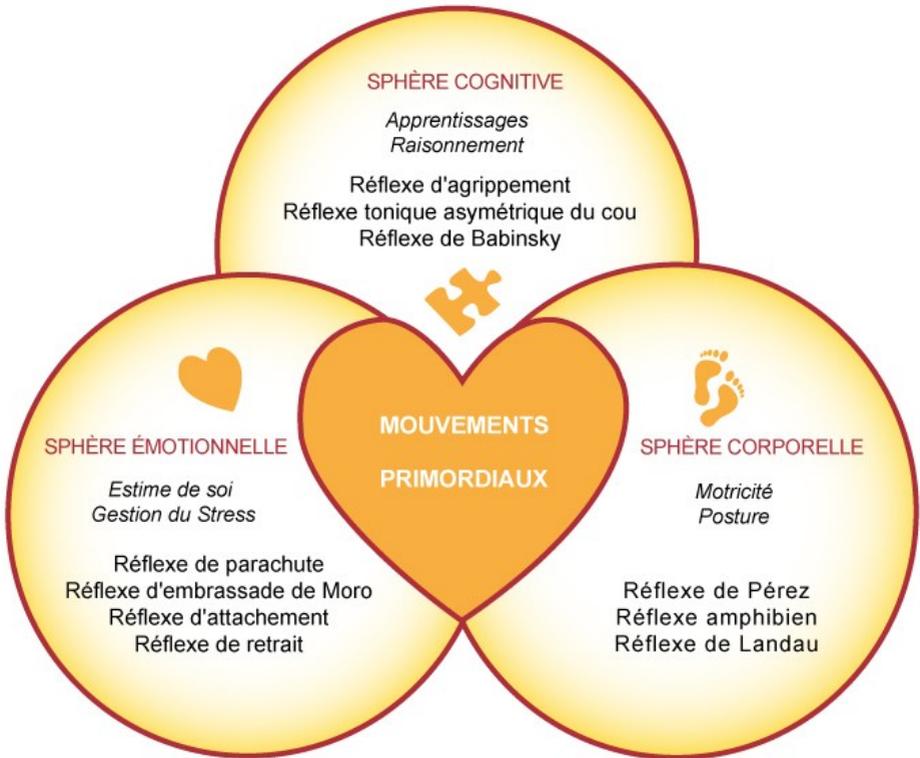
L'**Intégration Motrice Primordiale** a été synthétisée en 2011 par Paul Landon, suite à plus d'une décennie d'étude, de pratique et d'enseignement de diverses techniques sur l'intégration des réflexes et de vingt années de pratique et d'enseignement de l'Éducation Kinesthésique/Brain Gym ainsi que d'autres approches d'amélioration de l'apprentissage et des compétences.

**« Loin donc de n'être qu'une affaire de muscles,
le mouvement est au fondement de l'évolution du cerveau. »**

Alain Berthoz, neurophysiologiste

Actions sur nos 3 sphères

Les effets de l'intégration des réflexes archaïques sont visibles sur nos sphères corporelle (coordination et posture), cognitive (apprentissage et réflexion) et émotionnelle (gestion du stress). De ce fait, l'IMP et le travail sur les réflexes archaïques est utilisé par de plus en plus de professionnels dans des domaines très divers. Ce travail vient en complément de toute approche thérapeutique ou éducative. L'IMP offre un langage commun entre les différents professionnels. Les réflexes primordiaux sont le trait d'union entre le corps et l'esprit, entre le kinésithérapeute et le psychothérapeute, entre l'enseignant et le pédiatre, entre le yogi et l'ostéopathe.



Origines de l'IMP

La formation en IMP comprend la quintessence de techniques et méthodes très diverses mais ayant toutes un effet sur l'intégration des réflexes primordiaux. L'IMP propose un tout unifié et aisé à mettre en œuvre :

- Les techniques de remodelage, de même que certaines évaluations, sont en grande partie issues des travaux de Svetlana Masgutova, docteur en psychologie russe.
- D'autres évaluations et remodelages des réflexes proviennent de l'école anglaise INPP de Blythe/Goddard.
- Les activités ludiques viennent pour la plupart de l'approche australienne (O'Hara).
- La philosophie de base de l'IMP est celle de l'Éducation Kinesthésique/*Brain Gym* (Paul et Gail Dennison).
- L'IMP intègre les mouvements rythmiques ainsi que d'autres techniques du RMT *Rhythmic Movement Training* (H. Blomberg/M. Dempsey/K. Linde) de l'école suédoise.
- Autres sources d'inspiration : le *Body-Mind Centering* de Bonnie Bainbridge Cohen, l'Intégration Sensorielle de Jean Ayres, le CTS de Christophe Carrio, le travail de Claire Hocking et d'*Original Strength* de T. Anderson et G. Neupert; *Somatics Education* de Thomas Hanna...

À qui s'adresse l'IMP ?

- Enseignants (tous niveaux), éducateurs et parents
- Professionnels de l'apprentissage (orthophonistes, psychomotriciens...)
- Professionnels du corps (kinésithérapeutes, ostéopathes, posturologues, podologues, ergothérapeutes...)
- Psychothérapeutes, psychologues, neuro-psychologues ou thérapeutes
- Sportifs, musiciens et à toute personne souhaitant améliorer sa gestuelle
- Médecins, pédiatres, psychiatres, neurologues, ophtalmologues, orthodontistes
- Les experts de la naissance : sages-femmes, obstétriciens, *doulas*, puéricultrices...
- Toute personne intéressée par le développement personnel, l'apprentissage, la posture, les émotions et le mieux-être en général

« [...] il nous faut explorer les comportements posturaux du fœtus et du nourrisson si nous voulons connaître l'embryogenèse de la pensée. »

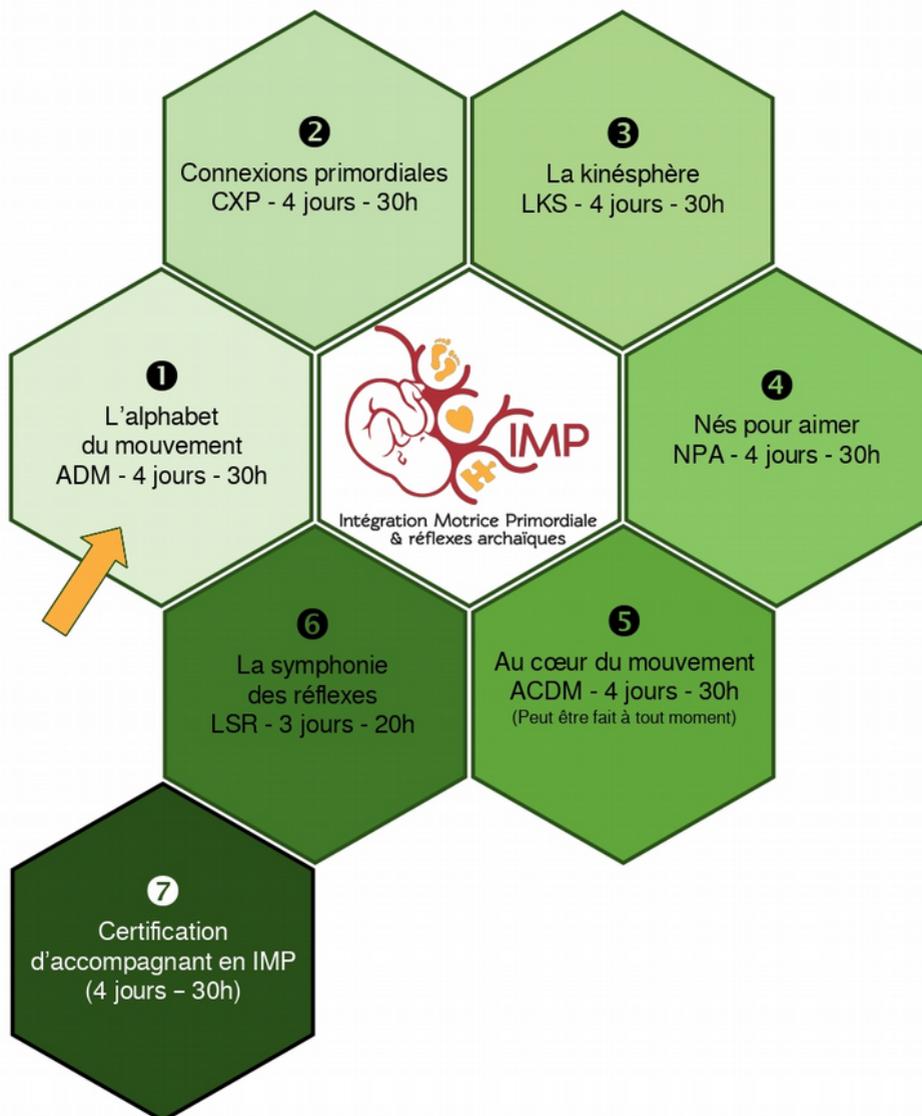
Arnold Gesell, psychologue et pédiatre pionnier du développement de l'enfant

« [...] l'évolution suggère que très probablement le raisonnement et le langage, et tout ce type de facultés intellectuelles, sont construits au-dessus de capacités plus fondamentales comme se déplacer ou faire des choses, considérées comme d'un niveau plus animal. »

Rodney Brooks, spécialiste de l'intelligence artificielle

Devenez accompagnant(e) en IMP: 200 heures de formation en 7 stages!

Approche éducative sensorimotrice d'équilibration
des mouvements et réflexes primordiaux



La formation en IMP débute par le module ADM : *l'alphabet du mouvement.*

Vous pouvez vous contenter de faire ce premier séminaire et de l'appliquer dans votre vie professionnelle et personnelle puis choisir si vous souhaitez pousser plus loin votre formation en IMP.

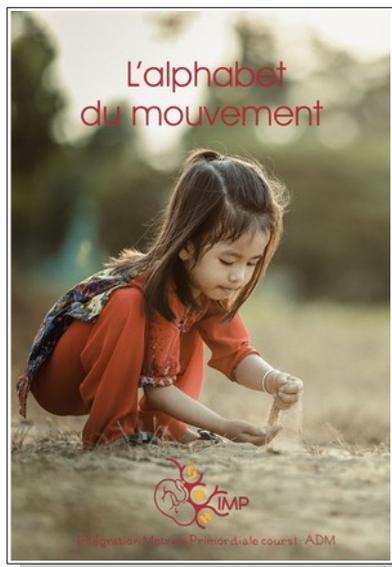
Pour chaque stage une documentation pédagogique complète et de grande qualité vous est remise. Les manuels de cours sont richement illustrés et synthétisent clairement théorie et pratique.

1 – L'alphabet du mouvement (ADM) – 4 jours

L'objectif de cette première formation est d'acquérir les bases de travail sur les réflexes primordiaux, les procédures d'évaluation et de remodelage moteur (isométrique). Le séminaire alterne théorie et pratique de telle sorte que le cours soit applicable par tous, personnellement et professionnellement dès le lendemain du stage. Le travail avec les réflexes est un complément utile à tout professionnel de santé, de bien-être, du sport et du travail corporel ou bien encore de développement personnel. *Dès ce premier stage vous serez à même d'utiliser l'IMP au quotidien.*

Cours ouvert à tous (sans conditions).

Au programme



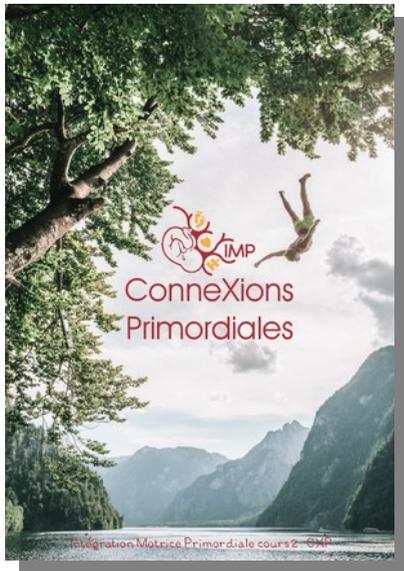
- Étude de 10 mouvements primordiaux : réflexe de Moro, réflexe spinal de Galant, réflexe d'agrippement, réflexes toniques du cou (asymétrique et symétrique), réflexe tonique labyrinthique, réflexe de Babinski, réflexe d'allongement croisé, réflexe de parachute et réaction de Landau.
- Observation et échelle de notation (de 0 à 4) pour chaque réflexe étudié.
- Remodelage isométrique pour chaque réflexe.
- Composantes émotionnelles, cognitives et corporelles.
- Pratique à l'aide d'un partenaire, démonstration avec des élastiques et des ballons de gym (en autonomie) pour quelques réflexes.
- Apprentissage de 6 bercements (mouvements rythmiques).
- Jeux avec sacs de grains.
- Activités de renforcement pour pratiquer chez soi (auto-renforcements).
- Des conseils pédagogiques seront donnés en lien avec les réflexes étudiés.
- Nous verrons aussi quelques jeux en lien avec la coordination et l'intégration des réflexes.

- La notion d'objectif (Dynamique de Vie Primordiale – DVP) sera abordée...

2 – Connexions primordiales (CXP – 4 jours)

Ce cours va approfondir la notion d'équilibrage en IMP : comment créer une séance autour des réflexes archaïques. Nous étudierons la procédure en 5 étapes pour équilibrer les réflexes primordiaux. Nous apprendrons aussi de nouveaux réflexes et mouvements primordiaux ainsi que de nouvelles procédures de remodelage.

Au programme



- 4 nouveaux réflexes primordiaux étudiés :
 - Réflexe d'agrippement plantaire.
 - Réflexe de traction des bras.
 - La radiation du nombril (étoile à 6 branches ou réflexe de centrage).
 - Étude et remodelage de la reptation.
- Révision du cours précédent (ADM).
- Remodelages tactiles pour chaque réflexe primordial étudié dans ADM et CXP.
- Remodelages sensorimoteurs (passifs) pour les 10 réflexes étudiés dans ADM et pour ceux de CXP.
- Le protocole S.I.M.P.L.E. de réintégration en 5 étapes.
- Les activations axiales (droite-gauche, haut-bas, avant-arrière).
- Suite des bercements rythmés.
- Apprentissage de mouvements de Brain Gym en lien avec l'intégration des réflexes.
- La syntonisation primordiale (mise à la sauce IMP du remodelage de latéralité de Dennison).
- La fontaine « d'énergie » pour la posture.

Condition préalable indispensable : L'alphabet du mouvement (ADM)



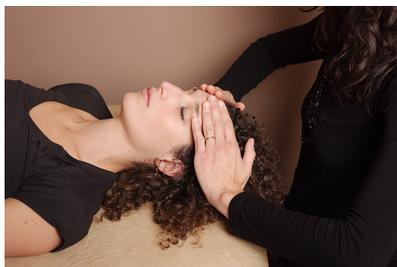
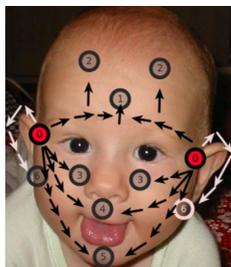
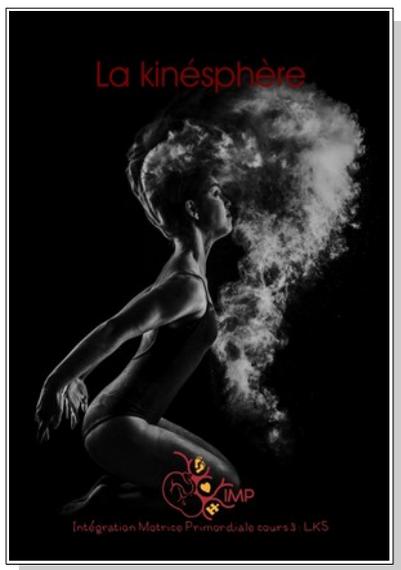
3 – La Kinésphère (LKS) – 4 jours

Le but de cette formation est d'étendre nos possibilités dans toutes les directions de nos trois sphères (physique, cognitive et émotionnelle). Pour cela, nous allons travailler spécifiquement sur deux catégories nouvelles de réflexes et mouvements primordiaux, les *réflexes de vie* (ceux que nous devons garder toute notre vie) et les *réflexes faciaux* (réflexes au niveau du visage très impliqués dans l'expression émotionnelle et le langage).

Au programme

- Les réflexes de vie (équilibre, gravité, centrage, enracinement, tendineux de protection, redressement de la tête oculaire et labyrinthique, le réflexe d'orientation de Pavlov).
- Les réflexes faciaux (suction, déglutition, fouissement, alimentation...).
- Le réflexe paume-bouche de Babkin.
- Nouveaux réflexes archaïques : réflexe de redressement statique et de marche automatique de Thomas.
- Les 8 stratégies archétypales et leur « qi-gong ».
- La technique du tapotement du trijumeau.
- La procédure d'intégration tactile des réflexes faciaux (protocole approfondi d'une heure).

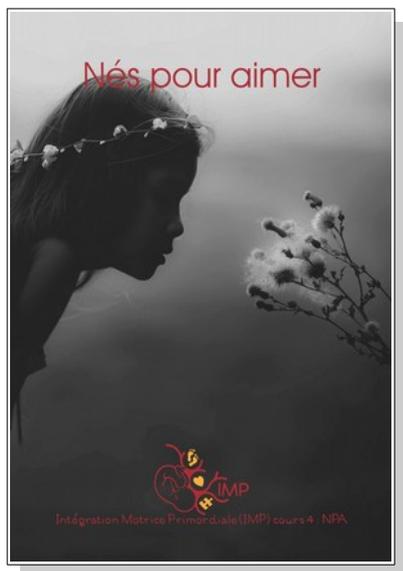
Condition préalable indispensable :
L'alphabet du mouvement (ADM)



4 – Nés pour aimer (NPA) – 4 jours

Ce séminaire comporte 3 parties majeures :

1. **Le voyage de l'intranaute** nous fera étudier la période pré-natale à la découverte de ce fabuleux voyage que nous avons tous vécu. Cela comprend une étude du développement prénatal et des réflexes associés. En particulier nous étudierons le réflexe de retrait (RPP) et les différentes manières de le réintégrer.



- Les mouvements prénataux de Claire Hocking.
- La procédure de tapotement du RPP.
- La procédure complète d'intégration tactile du corps de Masgutova.

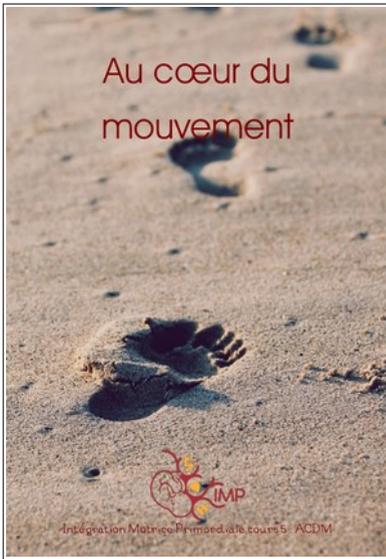
2. **La force de vie** nous mènera à découvrir les 4 phases de la naissance et la manière dont nous les avons vécues.
 - La naissance et ses phases, étude des réflexes impliqués (réflexe de positionnement coronal, de retournement, d'éjection du fœtus...).
 - La procédure de naissance et de « renaissance ».
 - Utilisation du sac à naître et renaître.
3. **L'Amour** est l'étude des réflexes post-nataux (l'heure qui suit la naissance), conduisant au réflexe d'attachement et à la capacité à s'aimer et aimer.

- Étude des réflexes impliqués et les conditions d'un enfantement idéal pour la mère et d'une naissance idéale pour le bébé d'un point de vue IMP.
- La respiration (libération du diaphragme).
- Le pont tactile et le toucher.
- Des informations seront apportées d'une part sur le *Biological Nurturing* de Suzanne Colson (allaitement naturel) et d'autre part sur la naissance physiologique vue par Michel Odent. En effet ces deux approches forment une continuité avec l'IMP permettant l'intégration des réflexes.

Condition préalable indispensable : L'alphabet du mouvement (ADM)



5 – Au Cœur du Mouvement (ACDM) – 4 jours



Ce stage offre de nombreuses techniques complémentaires à l'IMP, mais aussi toute une batterie d'outils pour tendre vers une vie équilibrée. Il se base entre autres sur les travaux de Paul Dennison, Christophe Carrio, Jill Miller et Katy Bowman.

Cette formation nous conduit au cœur du mouvement en libérant les tensions dans 20 zones corporelles. Ces zones clés sont souvent la cause de tensions corporelles qui vont « dés-intégrer » les réflexes archaïques et maintenir un état de stress dans le corps.

Pour libérer ces zones nous utiliserons :

- des auto-massages à l'aide d'outils (balles, ballon, rouleaux et bâtons) ;
- des activités de mobilisation ;
- des étirements spécifiques ;
- des programmes de *rééducation du mouvement* de Paul Dennison avec des techniques isométriques pour les 20 zones ;
- des points *trigger* (gâchettes) clés.

Nous étudierons 20 zones clés du corps ayant des intrications particulières avec les réflexes et mouvements primordiaux (cou, thorax, diaphragme, pieds, mollets, dos, périnée, bras, psoas, fessiers, mains...).

Nous verrons également comment le stress, les chocs, notre mode de vie, la naissance, les douleurs ou les blessures peuvent affecter notre dynamique primordiale et conduire nos réflexes à se « dés-intégrer ».

Lors de ce stage, nous apprendrons à utiliser les outils d'auto-massage pour libérer les points *trigger* et les adhérences et retrouver une bonne dynamique corporelle. Ces outils permettent un véritable relâchement myo-fascial.

Cette formation peut se suivre indépendamment des autres cours d'IMP.

Elle est essentiellement destinée aux thérapeutes et futurs professionnels (accompagnants en IMP).

Aucune condition préalable, cours ouvert à tous.

Conseillé : L'alphabet du mouvement (ADM)



6 – La symphonie des réflexes (LSR) – 3 jours

Stage de pratique de **3 jours** dans lequel nous allons exercer ce que nous avons appris dans les stages ADM, CXP, LKS & NPA.



Au programme

- Révision des mouvements du manuel activités d'intégration.
- Enseignement d'un bilan Brain Gym et psychomoteur permettant aux professionnels d'objectiver ce que nous faisons en IMP.
- Préparation à l'examen d'accompagnant.
- Travail sur plusieurs objectifs personnels en lien avec la pratique professionnelle de l'IMP.
- Révision et mise en pratique de séances complètes d'IMP.

Conditions préalables indispensables :
ADM+CXP+LKS+NPA

RECERTIFICATION DES ACCOMPAGNANTS EN IMP

Afin de rester certifiés, les accompagnants en IMP doivent suivre 4 jours de formation, 2 sous forme de stage, 2 sous forme d'atelier de recertification. Cette année les possibilités sont les suivantes :

- Journées de formation certifiantes :
 - *Somatics Education* avec Martha Peterson : 13 & 14 octobre 2018
 - *Original Strength* avec Tim Anderson : 5 & 6 novembre 2018
 - Michel Odent (les deux journées) : 13 & 14 février 2019
 - Ateliers d'IMP (au minimum 2) au choix (cf. dates), couplage possible avec la venue de Michel Odent
 - *Biological Nurturing* avec Suzanne Colson : 20 au 24 septembre 2019
 - Connexions primordiales (plusieurs dates disponibles cf. programme)
 - La symphonie des réflexes avec Paul & Ludivine : 7 au 9 juillet 2019
- Ateliers de recertification :
 - 15 & 16 octobre 2018 (couplage possible avec *Somatics Education*)

7 – Accompagnants en IMP – 4 jours Certification et professionnalisation

Les accompagnants en IMP sont des professionnels certifiés pour recevoir des personnes en individuel et pour animer des ateliers (mais pas pour enseigner les stages de formation).

Le titre d'accompagnant donne droit à l'inclusion dans l'annuaire des professionnels (repris sur le site internet de l'IMP : <http://reflexes.org>).

Ce stage qualifie pour recevoir le titre *d'accompagnant-e en Intégration Motrice Primordiale* ; il est réservé aux personnes ayant répondu aux conditions suivantes :

1. Avoir suivi les 6 modules :

- L'alphabet du mouvement
- Connexions primordiales
- La kinésphère
- Nés pour aimer
- Au cœur du mouvement
- La symphonie des réflexes

2. Fournir un dossier d'études de cas :

- 3 études de cas concernant des schèmes étudiés dans le cours L'alphabet du mouvement
- 3 études de cas concernant également des schèmes étudiés dans les autres cours
- 1 rapport de travail sur soi-même fait avec un accompagnant en IMP certifié (séance reçue)

3. Réussir l'examen théorique écrit passé le premier jour du stage d'accompagnant

4. Montrer son savoir-faire lors de pratiques

5. S'engager à suivre le **code déontologique** de l'IMP incluant les conditions de formation continue et signer l'**accord de licence**.

→ Ce stage offre l'occasion de revenir sur l'ensemble des modules afin d'approfondir notre compréhension de l'IMP, faire des liens, aborder les défis des accompagnants, s'entraîner à présenter les ateliers, apprendre à communiquer autour des réflexes pour ainsi se créer un réseau, etc.

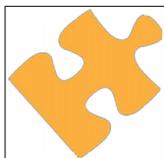


Les ateliers d'IMP

Les ateliers constituent une bonne introduction à l'IMP et permettent d'acquérir des outils utilisables pour soi et les autres dans un cadre familial ou professionnel. Aucun préalable n'est nécessaire pour s'inscrire. Chaque atelier permet de développer un thème précis en 3 parties (théorique, auto-évaluation et rééquilibrage). Ils sont présentés en une journée ou en 2 demi-journées (6 h ou 3 h x 2). Un manuel comprenant la théorie et la pratique (évaluations et remodelages) est fourni.

Si vous êtes accompagnant en IMP, les ateliers comptent comme recertification, et vous pourrez ensuite enseigner ces ateliers (pdf fournis).

Les réflexes de l'apprentissage : cognition et IMP



Cet atelier présente 4 réflexes :

- tonique asymétrique du cou
- tonique symétrique du cou
- spinal de Galant
- agrippement de Robinson

Objectifs :

- découvrir les liens entre apprentissage et réflexes
- être capable d'évaluer ces 4 réflexes
- établir un programme quotidien de remodelage des réflexes (jeux de sacs de grains, conseils et mouvements rythmés).

Public visé : enseignants, orthophonistes, psychologues, psychomotriciens, parents, ainsi que toute personne intéressée par la thématique.

Les réflexes du corps : posture et IMP



Cet atelier présente 4 réflexes :

- spinal de Pérez
- redressement de la tête
- Babinski
- retournement segmentaire

Objectifs :

- observer leurs liens avec la posture et les compétences motrices (sport, musique, arts...)
- être capable d'évaluer ces 4 réflexes
- établir un programme quotidien de mouvements de réintégration

Public visé : podologues, posturologues, ostéopathes, sportifs, ainsi que toute personne intéressée par la thématique.

Les réflexes du cœur : émotions et IMP



Cet atelier présente 4 réflexes :

- embrassade de Moro
- parachute (soutien des mains)
- attachement
- tendineux de protection

Objectifs :

- décoder les liens entre nos différents états de stress émotionnels et les réflexes
- être capable d'évaluer ces 4 réflexes
- établir un programme quotidien de mouvements de réintégration

Public visé : thérapeutes, psychologues, psychomotriciens, ainsi que toute personne intéressée par la thématique.

Auto-massages et mouvements primordiaux



Cet atelier pratique et dynamique nous invite à redécouvrir le plaisir simple et accessible de prendre soin de nous à l'aide des outils d'auto-massage (balles, rouleaux, bâtons...). Ces techniques d'auto-massages sont primordiales pour entretenir au quotidien notre corps et libérer les tensions. Ces bons réflexes quotidiens sont particulièrement intéressants pour les sédentaires et les sportifs.

Objectifs : en sortir dynamisé, motivé et éclairé sur l'importance d'une bonne communication dans nos tissus (peau, muscles et chaînes myofasciales) !

Public visé : toute personne désireuse de prendre soin de son corps et de ses « tissus ».

Les ateliers en pratique

Cette année les ateliers sont combinés avec la venue de Michel Odent (voir plus loin).

- Samedi 20 octobre 2018 – Angers – réflexes et apprentissage
- Mardi 12 février 2019 : atelier automassages et mouvements primordiaux (Paul & Ludivine)
- Mercredi 13 février : l'inhibition néocorticale (Michel Odent)
- Jeudi 14 février : obstétrique et évolution d'Homo (Michel Odent)
- Vendredi 15 février : atelier d'IMP, réflexes et apprentissage
- Samedi 16 février : atelier d'IMP, les réflexes du corps
- Dimanche 17 février : atelier d'IMP, les réflexes du cœur