

"L'homme apprend davantage pour sa vie future dans ses trois premières années que dans ses trois années universitaires"  
 cité par le philosophe Johann Paul Richter, nommé Jean-Paul, qui a vécu un siècle avant R. Steiner (1763-1825).

# La méthode Padovan

## ou méthode de réorganisation neuro-fonctionnelle

par Bernadette Savournin-Cotting

*C'est Rudolf Steiner qui va nous décrire de manière spécifique ce qui se passe dans le développement de l'enfant durant ces trois premières années : comment l'élément psycho-spirituel, d'abord caché, se manifeste progressivement dans le corps physique de l'enfant en devenir. Cet éveil va s'exprimer, à des moments particulièrement significatifs, à travers l'acquisition de la marche, du langage et de la pensée. Il précise la nature de ces forces ainsi que leur métamorphose dans le développement de l'enfant durant les trois premières années de sa vie.*

**La méthode Padovan ou méthode de réorganisation neuro-fonctionnelle** fait vivre au patient la récapitulation de ces trois étapes du développement, qui permettent une première émergence des forces du "MOI", expression de son individualité, et fondement de sa vie future.

### A qui s'adresse cette méthode ?

Elle est particulièrement indiquée pour des enfants ayant des difficultés d'apprentissage ou souffrant de symptômes tels que la dyslexie, la dysphasie, la dyspraxie, l'autisme ou les paralysies cérébrales. Elle est également bien venue pour les personnes qui souffrent de maladies dégénératives du système nerveux telles que le Parkinson, les suites d'accidents cardio-vasculaires, AVC ; elle peut aussi être pratiquée sur des patients dans le coma.

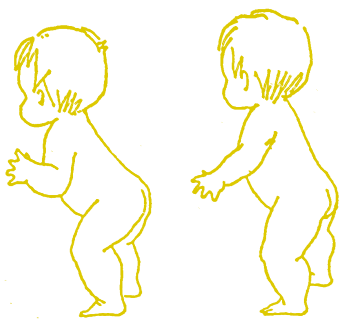
A travers les différentes séquences de la thérapie, nous assistons à une mise en oeuvre de la volonté : des études sur la neuro-plasticité ont montré qu'en agissant sur la motricité, les muscles, on stimule la croissance et la régénération des cellules nerveuses, et on contribue à permettre la réorganisation du cerveau. Celui-ci reflète jusque dans

l'organisation des cellules, par la multiplication des liens entre ces neurones, l'apprentissage effectué dans le pôle volontaire.

La qualité rythmique des exercices, les comptines, les poèmes agissent en favorisant ce passage de la volonté vers sa polarité neurologique qui se reflète jusque dans le détail des formes (dendrites du pôle neuro-sensoriel) et qui permettra de fixer l'acquis.

Tout apprentissage commence par un mouvement maladroit (souvenez-vous de votre premier contact avec un instrument de musique), mais ce mouvement saisi par les forces du MOI dans la volonté vient se refléter dans l'organisation du cerveau et crée un circuit neuronal. On lira à ce propos le très intéressant ouvrage de Madame Rita Levi Montalcini, prix Nobel de médecine, pour ses travaux sur la neuro-plasticité : "l'Atout Gagnant"\*.





## Comment se déroule une séance de thérapie ?

La méthode propose tout d'abord une séquence d'exercices récapitulant la genèse des premiers mouvements conduisant l'enfant de la position horizontale à la verticale, dans la recherche de l'équilibre nécessaire à la marche et qui serviront de fondements à la motricité générale.

Viennent ensuite des exercices récapitulant le développement des aptitudes psycho-motrices de la main ; ils sont porteurs de la motricité fine.

Enfin encore la récapitulation des directions de l'espace perçues par les yeux, ainsi que des fonctions neuro-végétatives orales qui précèdent la parole, telles que la respiration, la succion, la mastication et la déglutition.

A chaque séance le patient va réintégrer toute la séquence des diverses postures archétypales de l'évolution, appelées "patterns", chaque posture est accompagnée d'un poème qui ouvre l'âme et stimule ainsi tout l'être. Nous ne travaillons jamais la difficulté devant laquelle se trouve le patient, mais répétons intensément les exercices qui précèdent : s'il n'arrive pas à marcher à quatre pattes, nous exerçons les postures statiques en *homo* et en *hétérolatéral*, ainsi



## Témoignage d'une expérience de thérapie Padovan

*" Toi, tu n'as pas fini de nous faire travailler..."*

C'est la phrase que je me suis surpris à lancer à ma fille aînée Louison alors que la sage femme me la posait dans les bras. A peine sortie du ventre maternel, elle m'avait déjà donné à voir sa bonne bouille de mongolienne et j'en étais à me dire qu'un tel cadeau du ciel allait exiger de ses parents qu'ils se retroussent les manches. Heureusement bien entourés d'amis thérapeutes, médecins, pédagogues, éducateurs spécialisés... nous avons rapidement pu mettre en place un suivi régulier pour permettre à notre fille de trouver une juste place dans le monde. Tout notre amour ne suffirait pas. Ce fut une première réalité à accepter. Cependant, pour reprendre une métaphore couramment utilisée dans les milieux de la pédagogie curative et qui nous accompagne dans l'éducation de Louison, nous partageons l'idée que l'être d'un enfant handicapé est dans une situation analogue à un pianiste virtuose qui se serait donné pour tâche de jouer sur un instrument désaccordé. En plus d'aimer Louison, nous devions l'aider à accorder son corps, cet instrument maladroit dans lequel elle avait choisi de s'incarner.

Avant d'en recourir à la méthode Padovan dont nous avons déjà entendu parler, nous avons beaucoup massé Louison pour l'aider à s'approprier son corps, puis, un ami ostéopathe nous a chaleureusement offert de la suivre régulièrement. Exerçant de ses mains expertes de justes pressions sur son crâne, il lui a permis de vivre l'expérience d'une naissance par les voies naturelles, car, née par césarienne, elle avait évité certaines étapes capitales de la venue au monde. Ce fut pour nous une première découverte de l'importance des expériences sensorielles du petit enfant pour l'édification de son être. Mais très vite des problèmes ont surgi qui nous ont amenés à nous intéresser à cette méthode de "rééducation neuro-fonctionnelle" dont nous savions succinctement qu'elle était parente avec la notion de "Marcher/Parler/Penser" qui est un outil pédagogique précieux de la pédagogie Steiner-Waldorf, surtout dans le domaine de la petite enfance.

Louison ne prenait pas de poids car, nous l'avons compris plus tard, elle ne savait pas déglutir et ne pouvait donc avaler le lait maternel. Nous avons contacté une amie lyonnaise qui était responsable sur la région de la formation Padovan et celle-ci a gentiment accepté de venir chez nous pour mieux comprendre la situation. Après quelques séances en sa compagnie, nous avons pu, Françoise et moi, assister Louison dans l'exercice quotidien de ses "patterns". Il s'agissait tout d'abord de l'aider à mettre ses membres supérieurs et inférieurs dans des positions symétriques, puis de l'accompagner dans des déplacements qui récapitulaient les étapes menant à la marche et la verticalité (tonneaux, reptation, marche à genou, à quatre pattes...), le tout accompagné de petits chants qui rythmaient l'ensemble et faisaient éclater des sourires de joie sur le visage studieux de Louison. Les exercices étaient exigeants et requéraient une heure de notre matinée mais ce furent des moments bénis de joie, de partage et d'harmonie dans notre famille. Après une année d'exercices quotidiens, les séances se sont espacées. Louison a cependant bénéficié jusqu'à ses sept ans d'une séance hebdomadaire de thérapie Padovan. Elle a aujourd'hui quinze ans, vient d'intégrer un Institut médico éducatif : Les Allagouttes en Alsace et continue de bénéficier de la richesse de la pédagogie curative. Il nous est difficile d'exprimer ce que son être actuel doit à la méthode Padovan car elle fait partie intégrante de sa biographie. Mais en tant que parents, nous pouvons affirmer que ces séances furent pour nous une façon joyeuse et intense d'entrer en contact, de nous lier avec notre enfant et de lui dire à travers nos gestes combien nous l'aimons.

Franck et Françoise Gardian

que le rouler et le ramper, et un jour, presque à son insu, il marche à quatre pattes. Ceci a le grand avantage de n'avoir pas rendu l'enfant conscient de sa difficulté tout en lui donnant la possibilité de dépasser son blocage.

On voit que la méthode de réorganisation neuro-fonctionnelle travaille sur les pré-requis de l'évolution de l'individu (ontogénèse). Elle donne une base corporelle juste et une structure aux étapes du développement, facilitant ainsi un meilleur ancrage pour toutes les acquisitions et les activités de la vie quotidienne.

### Comment se perçoivent les résultats?

Les blocages dans le développement de l'enfant ou de l'adulte amènent des tensions dans la région rythmique, zone de la respiration et de la circulation, support de la vie de l'âme et qui se manifestent par la peur, la crispation, la tension, l'agressivité ou la dispersion dans de nombreuses situations de la vie et particulièrement devant certaines situations particulières que sont des examens, des contrôles scolaires, des rencontres humaines ou des séparations.

Les bienfaits de la thérapie, chez l'enfant ou l'adulte vont d'abord agir dans cette zone du sentiment : certains parents me disent : "il est redevenu l'enfant que nous avons connu auparavant, il peut mieux gérer ses conflits avec ses frères et sœurs ou avec nous, il aime à nouveau aller à l'école, il entreprend plus facilement ses devoirs tout seul, il quitte son attitude de victime de la vie, il reprend confiance en lui."

J'entends aussi cela : "la maîtresse nous a demandé ce qui se passait, mais il écoute mieux en classe, ses résultats scolaires s'améliorent, il ne dérange plus ses copains durant les cours, il se lie à d'autres enfants, il prend des initiatives qui sont appréciées par tous."

Ces remarques jalonnent les premières séances de la thérapie, mais dès la septième



PHOTO MARCELO BARROSO

séance environ, des changements plus profonds apparaissent dans les apprentissages, les difficultés face auxquelles ils sont placés en tant que dyslexique, bègue, hyperactif etc... peuvent s'estomper peu à peu, la concentration se renforce, la persévérance se développe, ils font face à la vie.

Les parents me disent : "il ne pouvait jamais apprendre les tables de multiplication, il inversait les chiffres, les syllabes, maintenant il perçoit ses fautes, il demande de l'aide, le calme s'installe, il commence à lire tout seul, ses résultats scolaires l'encouragent, il aime l'école."

Après douze séances, la thérapie s'arrête, mais le processus mis en mouvement continue d'agir en profondeur, à l'image de ce qui se passe entre deux périodes dans une école Rudolf Steiner. Les acquis du patient vont inter-réagir avec de nombreuses situations de la vie et donner un potentiel bien plus grand à l'individualité.

Souvent les parents me disent : "nous revenons, mais c'est mon enfant qui souhaite revenir vous voir et qui réclame une nouvelle période de thérapie avec vous".

D'autres facteurs agissent aussi favorablement d'un point de vue social et spirituel, c'est l'attention qui est portée sur l'enfant par le thérapeute, les parents qui prennent parfois une part active dans la répétition des exercices, et la maîtresse éventuellement. L'enfant ressent cette concentration de forces autour de lui, il n'est plus livré à lui-même avec ses difficultés, d'autres adultes bienveillants le soutiennent et accompagnent sa destinée.

### Par qui a été élaborée cette méthode?

Madame Béatrice Padovan, pédagogue à l'école R. Steiner de Sao Paulo, avait pensé que la sagesse du plan scolaire allait permettre à chaque enfant de dépasser ses difficultés d'apprentissage, mais après 8 ans d'enseignement elle s'est rendu compte que certaines difficultés persistaient malgré un soutien scolaire individualisé. C'est la raison pour laquelle elle devint orthophoniste et c'est à ce moment là qu'elle a eu le génie de mettre en relation les recherches du neurochirurgien américain Temple-Fay (1895-1963) avec les travaux de R. Steiner sur le développement de l'enfant, notamment les conférences données à Ilkley en 1922 sur les trois étapes et les métamorphoses du potentiel de la marche, en parole et pensée. Ce chirurgien devait s'occuper de la réhabilitation de blessés de guerre et pour se faire, il alla filmer le développement des enfants durant les premières années de leur vie. Il voulait voir si en fonction d'habitudes particulières dues aux différentes cultures, l'enfant qui est beaucoup porté, celui qui est laissé au sol etc... si cela avait une interférence sur les postures archétypales du développement de l'enfant au début de sa vie. Quel ne fut pas son étonnement lorsqu'il se rendit compte que tous les enfants passaient par ces mêmes postures d'évolution. Se basant sur ces *patterns* décrits par Temple-Fay, Béatrice Padovan y intégra des notions de rythme, chaque exercice est accompagné d'un poème qui nourrit l'âme de l'enfant par les images qui se déposent, elle proposa des séquences de 3/4 d'heure ou 1 heure selon l'âge, une, deux ou trois fois par semaine en fonction du diagnostic du patient. Ainsi les notions de rythme, de répétition et de régularité devinrent des principes fondamentaux porteurs de la thérapie.

Actuellement les formations sont données au Brésil, au Canada, en Europe, à Lyon et à Paris pour la France, aux Indes et en Afrique du Nord, elles sont assumées par sa fille, Sonia Padovan, neurologue à Sao Paulo et sa petite fille, physiothérapeute, est en train d'ouvrir un centre de thérapie et de formation à Genève.

Pour en savoir plus sur la méthode et les formations, consultez le site : <padovan-synchronicite.fr> ainsi que <padovan.ca> au Canada.

Bernadette Savournin-Cotting  
Eurhythmiste Thérapeute à Lausanne

\*Rita Lévi Montalcini, "l'Atout gagnant : à un âge avancé, notre cerveau garde des capacités exceptionnelles que chacun peut utiliser." (Robert Laffont, 1999)

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'APAPS

samedi 15 juin

à l'école de St-Genis-Laval (Lyon)

Avec une table ronde réunissant parents et professeurs sur le thème de la place du spirituel dans la Pédagogie Steiner