



# Comprendre la kinésiologie

DOSSIER DE PRESSE

# Comprendre la kinésiologie

## SOMMAIRE

- *Historique*
- *L'équilibre énergétique et l'apport de la kinésiologie*
- *Le stress, facteur de déséquilibre*
- *Le test musculaire kinésiologique*
- *Organisation et défense de la profession : la FFK*
- *La kinésiologie : un succès mondial*

# Historique

La kinésiologie qui étymologiquement signifie étude du mouvement, du grec kinésis « mouvement », est née au XXe siècle aux Etats unis. Cette nouvelle science est le fruit de recherches croisées sur la physiologie à l'occidentale et sur l'énergétique chinoise qui ont suscité une étonnante floraison de nouvelles connaissances.

Voici, en quelques dates, les étapes d'une évolution qui, de chercheurs en chercheurs, a conduit à considérer l'énergie vitale comme la clef de l'être humain, sur le plan physique comme sur le plan mental. La kinésiologie a pour objectif de permettre à chacun d'atteindre cet « état complet de bien-être physique, mental et social » qui correspond à la définition même que l'OMS donne de la santé.

1930

✿ Un ostéopathe, Chapman, étudie le flux lymphatique et établit une correspondance entre des points réflexes et des fonctions organiques (les points réflexes de Chapman).

✿ Un chiropracteur, Benett, s'intéresse au flux sanguin et établit une liste de points réflexes qui stimulent le flux sanguin vers l'organe associé (les points réflexes de Benett).

1932

RW Lowett, orthopédiste de Boston, spécialiste de la polio, invente un test musculaire quantitatif destiné à évaluer la force du muscle.

1960

Le Dr. George Goodheart, chiropracteur à Detroit, découvre une relation directe entre la faiblesse musculaire et l'état de stress. Il établit une corrélation spécifique entre les points réflexes de Chapman et de Benett et le verrouillage musculaire. Il met alors au point un test musculaire qualitatif (le test musculaire kinésiologique) qui sert de feed back pour évaluer l'intégrité énergétique des différents systèmes. Cela le conduit à s'intéresser aux méridiens, clés de la médecine chinoise depuis plus de trois millénaires.

En 1966, il publie un ouvrage de recherche sur le renforcement des muscles par la stimulation manuelle des points d'acupuncture.

*La Kinésiologie Appliquée était née*

## Après G. GOODHEART, des découvertes en cascade

### DANS LES ANNÉES 1970

- ✦ Le Dr. John Thie, chiropracteur, développe, à partir de la Kinésiologie appliquée, une méthode originale Touch for Health (TFH) qui permet d'évaluer l'état d'équilibre de chaque méridien. Il en fit un outil familial d'harmonisation et de prévention. Une autre forme de kinésiologie, consacrée au mieux-être, était lancée. Le succès fut immense et aujourd'hui, des millions de gens, dans plus de 80 pays, ont recours à cette méthode.
- ✦ Le Dr. Paul Dennison, spécialiste des problèmes d'apprentissage au travers de la coordination cérébrale, met au point l'Edu-Kinésiologie et crée la méthode Brain gym qui stimule la fonction cérébrale intégrée.
- ✦ Gordon Stokes, Candace Callaway et Daniel Whiteside, bâtissent un concept original qu'ils appellent One brain kinesiology, particulièrement efficace pour les problèmes d'apprentissage et le stress émotionnel.

### DANS LES ANNÉES 1980

- ✦ Le Dr. Alan Beardhall s'appuie sur des études cliniques pour définir le concept de Biocomputer.
- ✦ Le DR. Wayne Topping, à partir du Touch for Health de John Thie et de la biokinesiologie, met au point une approche originale qu'il nomme Wellness kinesiologie. Cette kinésiologie du bien-être s'appuie sur une large palette de techniques pour aider le corps à se libérer de son état de stress et retrouver l'équilibre énergétique.
- ✦ Richard Utt construit un modèle basé sur les travaux du physicien David Bohm et du neuroscientifique Karl Pribram. Le Seven Element Hologram est un système kinésiologique qui s'est structuré en établissant une corrélation profonde entre la loi des Cinq Eléments de l'acupuncture chinoise et la physiologie occidentale.

Science en plein développement, la kinésiologie permet l'accès à ce qui, dans un être humain, peut avoir un impact sur l'équilibre énergétique. Elle rencontre un succès continu et croissant dans le monde entier et représente certainement une voie d'avenir.

# L'équilibre énergétique et l'apport de la kinésiologie

Le bien être physique et moral de chaque individu repose sur une circulation constante et régulière de l'énergie vitale dans l'organisme.

Une trop forte accumulation d'énergie dans un organe ou une partie du corps est tout aussi dommageable à l'organisme qu'un niveau trop faible d'énergie.

Les blocages d'énergie provoqués par des stress, se trouvent à l'origine non seulement de troubles organiques mais de perturbations cognitives et comportementales. La kinésiologie représente une approche de l'être humain très semblable à celle de l'énergétique chinoise.

## LA TRIADE ÉNERGÉTIQUE

Dans la kinésiologie, l'être humain est considéré comme une unité fonctionnelle subdivisée en trois domaines interdépendants :

- Le domaine structurel (les muscles, les tendons, les ligaments, les os et les articulations)
- Le domaine chimique (les processus biochimiques se déroulant à l'intérieur du corps)
- Le domaine mental (les pensées, les sentiments et les conceptions personnelles)

Le triangle équilatéral symbolise l'équilibre énergétique, clef de la bonne forme. Toutes les perturbations qui affectent l'un des domaines se répercutent immédiatement sur les deux autres.

# Le stress, facteur de déséquilibre

Le chercheur et physiologiste Hans Selye (1907-1982) décrit le stress comme une réaction du corps à tout changement perturbateur de son environnement, qu'elle soit positive (dystress), comme une bonne nouvelle, ou négative (eustress) comme un accident ou une situation relationnelle difficile.

Le stress peut mobiliser dans le corps des forces inouïes. Il enclenche des processus de survie (lutte, fuite ou inhibition) enfouis dans le cerveau depuis des temps archaïques.

## LES EFFETS DU STRESS

Ainsi, le stress déclenche dans l'organisme une série d'automatismes qui modifient l'état physique et psychique, sans que l'on puisse intervenir.

Il apparaît comme un mécanisme naturel d'adaptation.

Or, l'homme moderne est soumis à des situations de stress de façon quasi permanente et, de ce fait, se retrouve la plupart du temps, en situation de survie.

Cet excès de stress auquel la vie quotidienne nous confronte est responsable de notre incapacité à exploiter notre potentiel : nous nous retrouvons « bloqués » dans des automatismes comportementaux déclenchés par le stress.

La kinésiologie reconnaît au stress une importance capitale. Quand l'être humain est soumis au stress, des blocages se forment, l'énergie ne circule plus librement dans son corps.

La kinésiologie permet d'identifier et de réduire les tensions infligées par le stress et, par des exercices appropriés, de réactiver la libre circulation de l'énergie dans le corps.

# Le test musculaire kinésiologique

George Goodheart a découvert qu'il existait une relation entre une situation de stress et la réaction du muscle. Il a compris que le test musculaire était un instrument de bio-feed back.

A sa suite, les chiropracteurs et les chercheurs américains qui sont à l'origine de la kinésiologie moderne ont réalisé tout l'intérêt de la réaction musculaire. Ils sont arrivés à cerner l'impact et la résonance des muscles sur l'organisme entier, dans son aspect non seulement physique mais énergétique.

Le changement d'énergie consécutif à un stress entraîne automatiquement une modification du tonus musculaire. En effet, confronté à différents facteurs de stress, que ce soit un facteur physique, un dysfonctionnement du système organique, une perturbation dans le méridien énergétique ou tout simplement une émotion ou pensée perturbatrices, un muscle « verrouillé » (fort) peut se « déverrouiller » (devenir faible).

Tous les kinésioles ont recours au test musculaire pour aider le consultant à définir les facteurs qui perturbent son énergie vitale et l'empêchent d'utiliser l'ensemble de son potentiel.

Le test musculaire sert de dénominateur commun entre le kinésioles et la personne qui vient consulter. Il permet une perception et une évaluation partagées de ce qui est facteur de stress ou au contraire d'équilibre.

# Organisation et défense de la profession en France

La kinésiologie a été introduite en France assez tardivement au début des années 80, par quelques pionniers. L'intérêt est immédiat : des écoles se créent et les praticiens se multiplient, tous animés d'un même enthousiasme, mais venus d'horizons divers et avec des niveaux de formation en kinésiologie différents.

En 1992, des professionnels avertis décident de se regrouper pour organiser cette toute nouvelle profession dans le respect de la législation française : la Fédération française de kinésiologie était née.

La FFK se donne pour but d'assurer « la promotion » et « la qualité » de la kinésiologie. Elle se veut un « lieu de partage d'expérience et de recherche ». Elle établit le contact avec les kinésologues de l'étranger et invite des personnalités éminentes de la kinésiologie comme Paul Dennison, Gordon Stokes, John Thie et Daniel Whiteside.

La Fédération a commencé par focaliser son action sur l'organisation de la formation et a défini le cursus de base nécessaire pour devenir kinésologue, cursus complexe qui requiert un minimum de 500 heures de formation. Par ailleurs, dans un souci de clarification, elle dresse la liste des praticiens professionnels qu'elle reconnaît dans toute la France et met cette liste à la disposition du public.

En 2000, face à la multiplication des kinésologues, elle définit un code de déontologie qui précise clairement les valeurs de la profession et prend le nom de Fédération Française de la Kinésiologies spécialisée, puis en 2015, Fédération Française de Kinésiologie.

En 2003, elle organise son premier congrès national pour renforcer la dynamique de la profession qui connaît un essor important.

« La kinésiologie est une pratique professionnelle destinée à favoriser un état d'équilibre et de bien-être physique, mental et social. Elle propose différentes techniques qui utilisent de façon heuristique la réaction musculaire au stress ».



# La kinésiologie connaît un succès mondial

Dès le début, il est frappant de constater l'immense intérêt que rencontre la kinésiologie auprès du public, ce qui la conduit à connaître un développement foudroyant dans le monde entier. Elle est actuellement reconnue et pratiquée, sous ses différentes branches, dans plus de quatre-vingts pays.

Les pays leaders restent les grands pays anglo-saxons : les Etats Unis, l'Australie et la Nouvelle Zélande, le Canada et l'Angleterre. Certains mènent actuellement une recherche active sur la kinésiologie et sur ses implications énergétiques, notamment autour de la notion récente de biocomputer.

En Europe, elle est reconnue et favorisée dans de nombreux pays :

- Au Royaume-Uni où elle est d'un usage courant;
- En Allemagne où les *heilpraktiker* l'utilisent pour ses effets positifs dans le cadre de la prévention;
- En Suisse, où on en reconnaît l'intérêt, les assurances complémentaires acceptent de rembourser les séances de kinésiologie;
- En Espagne (surtout en Catalogne) où la kinésiologie, enseignée en français, fait l'objet d'un diplôme estampillé par l'Université de Madrid.

Actuellement, la Fédération européenne de kinésiologie (Europaicher Verband für Kinésiologie) est en train de se renforcer autour de l'Allemagne, l'Espagne, la Suisse, les Pays-Bas et la France. Son objectif est de favoriser la collaboration des différents pays européens pour améliorer l'information, diffuser les méthodes et favoriser les études sur les différentes branches de la kinésiologie qui sont pratiquées en Europe

## QUELQUES SITES ...

Allemagne: [www.kinesiologie-verband.de](http://www.kinesiologie-verband.de) 🐾 Belgique: [www.kinesiologybelgium.org](http://www.kinesiologybelgium.org)  
t [www.ibk.be](http://www.ibk.be) 🐾 Pays-bas : [www.ki-net.nl](http://www.ki-net.nl) 🐾 Grande-Bretagne :  
[www.kinesiologyfederalion.org](http://www.kinesiologyfederalion.org) 🐾 Suisse: [www.kinesiologie-geneve](http://www.kinesiologie-geneve.ch) 🐾 Espagne:  
[www.Blanquerna.url.edu](http://www.Blanquerna.url.edu) 🐾 Italie: [www.3in1concept.it](http://www.3in1concept.it) 🐾 Autriche:  
[www.kinesiologie.co.at](http://www.kinesiologie.co.at) 🐾 Pologne: [www.kinesiology.pl](http://www.kinesiology.pl) Canada:  
[www.kinesiologie.qc.ca](http://www.kinesiologie.qc.ca) 🐾 Québec: [www.kinesiologie.com](http://www.kinesiologie.com) 🐾 USA: [www.icak.com](http://www.icak.com)  
f' [Wellnesskinesiology.com](http://Wellnesskinesiology.com) [www.touch4health.com](http://www.touch4health.com) 🐾 Australie:  
[www.threeinone.au](http://www.threeinone.au)



## **FÉDÉRATION FRANÇAISE DE KINÉSIOLOGIE**

34, Allée du Parc

78990 Élancourt

Tél. : 01 30 66 05 40

mail : [contact@federation-kinesiologie.fr](mailto:contact@federation-kinesiologie.fr)

[www.federation-kinesiologie.fr](http://www.federation-kinesiologie.fr)