Kinésiologie Educative et Bien-être

Paul et Gail Dennison

23 janvier 2004

La kinésiologie éducative (ou Edu-K) est une branche distincte et dynamique de l'éducation, fondée sur le principe que le mouvement est la base pour tout apprentissage. La racine latine du mot educare (éduquer) vient de educere, « sortir, retirer de » ; kinesis signifie le mouvement. En Edu-K, nous disons que les schémas de mouvement influencent la fonction et que la fonction influence les schémas de mouvement. Les méthodes d'Edu-K sont destinées à faciliter un apprentissage intégrant toutes les fonctions cérébrales, dans les études, le travail, le sport et d'autres activités de la vie courante.

Les humains partagent un fonctionnement physique qui est à la fois merveilleusement simple et profondément complexe. En Edu-K, notre attention se porte sur les aptitudes physiques et mentales aussi bien que sur les qualités émotionnelles que nous voulons soutenir. La recherche basée sur des témoignages montre que beaucoup de gens qui utilisent ce programme, expérimentent une aptitude et un bien-être augmentés, c'est-à-dire un sentiment général de bonne santé. Ceci est la conséquence naturelle de l'amélioration de leur capacité à s'exprimer et d'une aisance plus importante dans l'accomplissement des activités quotidiennes.

La méthode Edu-K est utilisée en priorité par des éducateurs du mouvement ; elle comprend également le programme d'aide à l'apprentissage Brain Gym ® et son programme associé, la kinésiologie éducative approfondie - Les 7 Dimensions de l'Intelligence. Ces praticiens savent que ce champ d'étude offre aux individus un moyen de se reconnecter avec l'intelligence innée et de développer ou de restaurer le fonctionnement physique et mental.

La méthode Edu-K est aussi souvent utilisée par des médecins, des professionnels de la santé mentale, des praticiens de santé et d'autres professionnels afin de soutenir et maintenir la santé de leurs patients et de leurs clients. Ces professionnels peuvent travailler soit dans un modèle de promotion de la santé, soit dans un modèle médical (académique ou complémentaire), à condition d'avoir la formation et l'autorisation correspondante. Les professionnels travaillant dans ces deux modèles savent qu'Edu-K permet aux gens de définir et de réaliser leurs buts de bien-être, d'améliorer leurs techniques de lecture, d'écriture et de communication ; de réussir la coordination entre leurs talents, désirs et besoins et d'améliorer leur capacité à réduire le stress et à trouver l'équilibre.

Même lorsqu'elle est utilisée de cette manière, Edu-K reste une méthode non médicale, employant uniquement ses propres termes éducatifs établis (tels que PACE, observation, jeu de rôle, coordination et intégration) qui reflètent soigneusement le travail et le processus d'Edu-K. Elle ne fait pas usage de termes médicaux (tels que thérapie, symptômes, diagnostique ou traitement) ou de classifications médicales (telles que arthrite, allergies, curable, ou incurable) ou de classifications académiques (telles que hyperactivité, ADHD, dyslexie ou dyspraxie).

Les instructeurs Brain Gym n'ont la permission de diagnostiquer, traiter ou soigner aucune maladie ou affection. Dans la méthode Edu-K, nous voyons les humains et leurs corps comme dynamiques et non pas statiques. Ce qui est important est le fonctionnement réel de la personne ; autrement dit : quelle est la relation entre le but ou l'intention de l'individu, et ses schémas quotidiens de mouvement ?

Par conséquent, la kinésiologie éducative ne fait partie d'aucun modèle médical. C'est une forme purement éducative d'une interaction humaine, destinée à compléter n'importe quel apprentissage ou développement personnel. Dans la méthode Edu-K, nous observons que la santé résulte de la capacité du système corps-esprit à fonctionner de façon créative dans son ensemble. Ce type de santé est plus qu'une absence de maladie ; c'est la capacité d'intervenir de façon vitale et appropriée dans sa propre vie et d'y inclure le repos et le rétablissement nécessaires.