

**Hans Barth**

# **La Kinésiologie.**

**C'est quoi?**

---

Cabinet de Kinésiologie  
Gd' Rue 16  
CH-1700 Fribourg  
hansbarth@bluewin.ch

## **Contenu**

Le Mot ....

et ce qu'il désigne.

La théorie derrière.

Le test musculaire.

La séance de kinésiologie.

Utilité: quand et pour quoi?

Les praticien-ne-s et leur formation.

Comment trouver de bon-ne-s kinésilogues?

Preuves d'efficacité?

Limites et risques.

(Auto-) Critique.

Littérature.

Adresses.

## LA KINÉSIOLOGIE. C'est quoi?

### Le mot...

Le mot «**kinésiologie**» est un néologisme qui combine deux mots du grec ancien: Kinesis (κίνησις = mouvement) et logos (λόγος = étude systématique). Kinésiologie signifie donc: l'étude systématique ou scientifique du mouvement, ou la science du mouvement.

### et ce qu'il désigne.

**Kinésiologie ou la science du sport:** elle a débuté aux États-Unis à la fin du 19<sup>ème</sup> siècle comme étude scientifique du mouvement humain et est maintenant une matière universitaire.

**Kinésiologie médicale:** une méthode complémentaire à la chiropraxie (appelée aussi *Applied Kinesiology*). La kinésiologie médicale - développée à partir de 1964 par le chiropraticien américain *George Goodheart, DC*, est réservée exclusivement aux personnes autorisées par l'État à poser un diagnostic et exerçant une profession médicale. L'idée de base : les troubles fonctionnels chez les patients et les mesures thérapeutiques appropriées pourraient être identifiés par tests musculaires. Ceci seulement lorsque le test musculaire est utilisé comme un **complément** à tous les tests médicaux et de laboratoire nécessaires.

**Kinésiologie non-médicale :** disciple de Goodheart, *John F. Thie, DC*, a présenté en 1973 une kinésiologie non-médicale sous le nom de "Touch for Health". Cette méthode propose une utilisation non-médicale du testing musculaire kinésiologique et voit dans la réaction musculaire un simple indicateur de stress (associé p.ex. aux problèmes de santé). Ces dernières décennies, la kinésiologie non-médicale classique de John F. Thie s'est développée jusqu'à devenir la contribution de la kinésiologie la plus connue à la promotion de la santé.

Elle est recommandée comme *thérapie complémentaire* aux personnes souffrant de problèmes de santé (avec ou sans diagnostic de maladie). Elle sert aussi de *prévention* pour ceux et celles qui jouissent d'une bonne santé. Elle n'est jamais un traitement de maladie.

### La théorie derrière.

La théorie de la kinésiologie non-médicale combine la *théorie médico-psychologique du stress* et le principe de *l'auto-régulation (forces d'auto-guérison)* avec des éléments de la *science traditionnelle chinoise de l'énergie* (méridiens et cinq éléments) et de la *réflexologie* moderne (Chapman, Bennett).

La kinésiologie part du principe que les problèmes de santé sont accompagnés (parfois prolongés, aggravés ou - dans des cas spécifiques – même provoqués) par des facteurs de stress et des déséquilibres énergétiques. La nature de ces déséquilibres peut être *structurelle* (p. ex. des problèmes musculaires), mais aussi *écologique* (p. ex. des contacts sociaux stressants), ou *émotionnelle* (p. ex. des sentiments et des événements mal intégrés) ou *énergétique* (p. ex. des méridiens perturbés).

## Le test musculaire.

En kinésiologie, le test musculaire est – tout comme l'auto-observation - un outil de travail important, utilisé pour la détection de facteurs de stress et de possibles moyens de libération de stress et d'équilibrage énergétique. Le test musculaire n'indique que l'état subjectif (par exemple: "Je me sens rejeté/e"), mais jamais une facticité objective (par exemple, "je suis rejeté/e").

**Par conséquent, le test musculaire n'a qu'une valeur d'information très limitée et ne dit jamais si quelque chose s'est passé ou non, si une maladie est présente ou non, quels médicaments doit être pris ou non, quelles décisions doivent être prises ou non.**

Le test musculaire se fait en cinq étapes: 1. *Entretien/thème*: les client-e-s sont confronté-e-s à des facteurs de stress potentiels, tel un mot, un souvenir, un thème, une odeur, un goût, etc.. 2. *Test*: par une légère traction sur un muscle, on détermine si la confrontation avec les thèmes de l'entretien provoque un dysfonctionnement musculaire momentané. Si c'est le cas, suit 3. *l'Interprétation*: les client-e-s élaborent - avec l'aide du/de la kinesiologue – la signification du stress. 4. *Equilibrage*: différentes techniques d'équilibrage permettent la libération de stress et la régulation énergétique. 5. *Vérification*: une nouvelle confrontation avec la situation initiale et un nouveau test – ainsi que l'auto-observation - renseignent sur un réel succès du travail entrepris.

**À l'origine, le test musculaire n'a pas été utilisé en lien avec des questions.** Une explication et méthodologie satisfaisante de ce Oui/Non-testing (le testeur pose une question et teste ensuite la réaction musculaire) fait toujours défaut. L'interprétation courante veut qu'un muscle qui "tient" suite à une question posée indique un «oui» à la question. Le cas contraire signifierait un «non». **Ce Oui/Non-testing ouvre grand la porte aux abus, comme on peut aisément imaginer. Combiné avec l'idée totalement absurde que "le corps ne ment pas", on arrive à tester toutes les questions imaginables et d'obtenir une réponse infaillible. Et le non-sens est total.**

Par contre, si une question est testée comme toute autre élément (voir ci-dessus), un muscle qui cède ne montre alors rien d'autre qu'un stress. La question, son contenu stresse. C'est ce stress qui est à comprendre et à réduire – en collaboration avec les client-e-s respectifs.

## La séance kinésiologique.

*Durée*: en général 60 à 90 minutes.

*Déroulement*: un entretien sert à explorer le thème (plaintes, difficultés) et à envisager une amélioration réaliste. Le testing musculaire aide à identifier les stressseurs et déséquilibres énergétiques qui accompagnent les difficultés (les empirent, les font durer, les provoquent). Suit une phase de libération de stress et de régulation d'énergie. Les techniques utilisées incluent le massage ou le toucher de zones de réflexes, de méridiens et de points d'acupressure, mais également le recours à des exercices de mobilisation, de visualisation et un travail de conscientisation. En général, les client-e-s poursuivent à la maison le travail commencé en séance.

*Nombre*: C'est la nature et l'étendue des troubles qui décident du nombre de séances nécessaires. Le plus souvent entre 8 et 15 séances.

*Fréquence*: Sauf exception, les séances ont lieu dans un interval de 1 à 4 semaines.

## Utilité: quand et pour quoi?

*Accompagnement/thérapie complémentaire:* en cas de *problèmes de santé*, la kinésiologie est recommandée comme mesure complémentaire et sert à retrouver un meilleur équilibre corporel, émotionnel et mental. Objectif: *stimuler les processus de guérison*.

En plus et à côté d'autres méthodes spécialisées, la kinésiologie apporte ses possibilités de libération de stress et de régulation énergétique en cas de problèmes d'apprentissage et de comportement. Objectif: *favoriser les changements de comportement*.

**La kinésiologie ne remplace en aucun cas un traitement médical de maladie ou une psychothérapie.**

*Prévention:* les personnes désirant maintenir une bonne santé, p.ex. dans des circonstances momentanément difficiles, peuvent profiter d'un accompagnement kinésiologique.

## Praticien-ne-s et leur formation.

Les kinésiologues professionnel-le-s ont suivi au moins 500 heures de formation (réparties sur 3 ans) et ont terminé leur formation par un examen.

En Suisse, les assurances complémentaires reconnaissent les kinésiologues et les agences d'enregistrement leur demandent en plus de la formation en kinésiologie une formation en anatomie, physiologie, etc., de 350 à 450 heures.

## Comment trouver de bon-ne-s kinésiologues?

**D'abord:** *évit*ez les offres non sérieuses. Vous les reconnaissez facilement – déjà au téléphone - aux promesses fallacieuses telles que: la kinésiologie pourrait traiter des maladies; elle serait plus holistique que d'autres méthodes; elle pourrait trouver les causes et les traiter; elle pourrait être employée pour effacer des souvenirs, des programmes de sabotages, des croyances négatives, des traits de personnalités, etc.; elle pourrait renseigner sur des vies antérieures; elle pourrait vous dire si vous aviez été victime d'abus sexuel; etc.. Une autre liste de promesses trompeuses concerne le testing musculaire: le corps répondrait; la mémoire cellulaire deviendrait accessible; le corps ne mentirait pas; etc..

**Si vous entendez ou lisez de tels propos, alors vous avez à faire à de la charlatanerie. Donc: s'abstenir.**

*Ensuite:* *osez* une ou deux séances d'essai.

## Preuves d'efficacité?

La satisfaction de très nombreux client-e-s est une indication d'efficacité. Une preuve scientifique n'existe pas pour le moment.

## Limites et risques.

**Limites méthodologiques:** les limites de la kinésiologie sont d'abord les limites de la méthode elle-même: elle est une méthode de réduction de stress et de régulation énergétique.

La kinésiologie est déconseillée si le thème/objectif dépasse clairement le cadre et les possibilités d'un tel accompagnement. Ceci est toujours le cas si la kinésiologie est censée remplacer une aide médicale ou psychothérapeutique nécessaire. Ou encore, si l'accompagnement adéquat nécessiterait un nombre de séances impossible à garantir. Vouloir "en finir" avec un deuil profond en trois séances de kinésiologie est une demande à refuser.

**Limites personnelles:** les praticien-ne-s amènent leurs limites personnelles de formation et de personnalité. D'autres limites sont posées par les client-e-s et par exemple leur engagement dans le processus kinésiologique.

Un accompagnement kinésiologique est déconseillé si le/la *kinésologue* est dépassé-e. Ce qui est par exemple le cas si il/elle se sent incapable de garder la distance nécessaire face à la thématique ou à la personnalité du/de la client(e).

Un accompagnement kinésiologique est également déconseillé si le/la *client-e* ne saurait tirer profit de la méthode. Ceci est le cas si le/la client-e persiste dans une demande de "traitement" et un refus de tout engagement personnel. Ou encore dans le cas d'un refus de consulter un médecin, même si une telle consultation s'impose (ex.: en cas de douleurs persistantes).

**Risques:** encourus à chaque fois que les limites de la méthode et du testing musculaire ne seraient pas respectées et que la kinésiologie serait par exemple considérée comme un traitement de maladie, et au pire des cas, l'unique traitement.

## (Auto-) Critique.

La critique de la kinésiologie concerne essentiellement *l'abus* – malheureusement répandu – de la kinésiologie:

- **Eclatement des méthodes.** La kinésiologie non-médicale est éclatée en de très nombreux systèmes (concepts) séparés, dont le nombre s'élèverait à 200 voire 300. Ce fait irrite et rend la kinésiologie *non transparente* pour les client-e-s, mais aussi pour les autorités de l'Etat et les assureurs. Les raisons de cet éclatement? En voici quatre:
  - *Personnalisation.* A la tête de chaque système se trouve une seule personne: l'inventeur – plus ou moins omnipuissant – du système.
  - *Privatisation.* Le système est sa propriété privée: souvent ornée par un ®, qui en fait ne protège que le nom - et pas le contenu, et ceci malgré le désir parfois ouvertement affiché de faire protéger le contenu.
  - *Irrationalisation.* Certains de ces systèmes véhiculent des contenus tellement irrationnels, voire absurdes que l'acceptation par l'ensemble des kinésologues est exclue. De tels systèmes s'adressent plutôt aux "croyants" et développent parfois des traits sectaires évidents.

- *Commercialisation.* Ces systèmes sont en même temps des organisations commerciales avec une hiérarchie, des contrats, des cotisations, etc.. Bref, il s'agit aussi d'une affaire commerciale.
- **Pseudo-Médicalisation:** cette forme de charlatanerie vend la kinésiologie comme méthode de diagnostic et de traitement de maladie.
- **Esotérisme:** une forme de charlatanerie qui combine le testing musculaire avec toutes sortes de superstition et de visions irrationnelles du monde et de la personne humaine (angéologie, chiologie, physiognomie, astrologie, théosophie, etc. etc.).
- **Abus du testing musculaire:** par exemple prétendre que le testing obtient du "corps" son savoir supposé sur des événements du passé, sur des vies antérieures, sur des maladies, des méthodes de guérison, des bonnes décisions à prendre, etc..

### **Payé par la caisse maladie?**

*Assurance de base:* non.

*Assurances complémentaires :* en Suisse, les assurances complémentaires remboursent partiellement les prestations des kinésologues enregistré(e)s

## Littérature

Les librairies vendent une trentaine de livres enthousiastes dont la plupart vous offrent – à part des informations – une absence d'esprit critique qui les rangent ainsi dans la rubrique des objets de piété.

Vous trouverez une présentation intelligente et différenciée dans le livre du fondateur de la kinésiologie non-médicale:

THIE, John F. & THIE, Matthew (2002) : Touch for Health pocketbook. Touch for Health Education. Malibu, 2002. (Le titre en français est épuisé: Le Touch for Health en pratique. Le Souffle d'Or.)

Le livre de Paul DENNISON, un des fondateurs de la kinésiologie, se lit avec profit (malgré un titre rébarbatif):

DENNISON, Paul E. (2005) : Brain Gym® and me. The birth of the world's most successful learning system. Edu-Kinesthetics. Ventura, 2005.

Voir aussi la définition du caractère non-médical de la kinésiologie dans les déclarations des fondateurs de la kinésiologie:

THIE, John F. (2004) : Statement. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch) - Là sous: Ethique.

DENNISON, Paul & Gail (2004) : Educational Kinesiology and Wellness. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch) - Là sous: Ethique.

## Secondaire:

BARTH, Hans (1997) : Ethische Grundsätze für Kinesiologen. Institut für Kinesiologie. Fribourg, 1997.

- (2002) : Der ethisch-rechtliche Rahmen für ein Berufsbild der Kinesiologie. Institut für Kinesiologie. Fribourg, 2002.
- (2003) : Kritische Stimmen zu kinesiologischen Einzelsystemen. In : Kinesiologie-Forum, no. 26, Oktober 2003, p. 30
- (2004, 2005) : Die Sache mit dem Copyright. In: Co'Med 5/2005. Zu finden unter: <http://www.kinesiologie-verband.de/CoMed-Artikel/>
- (2004) : Zur Geschichte der Kinesiologie. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)
- (2004) : Welches Modell und welche Terminologie für welche Kinesiologie? (Die Antwort der Kinesiologie-Gründer: Dr. George Goodheart, Dr. John F. & Matthew Thie und Dr. Paul dennison.) [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)
- (2007) : Zur Einordnung der alternativen Methoden in den Bereich der Gesundheitsförderung. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)
- (2007) : Wird "Applied Kinesiology" an der Universität Potsdam unterrichtet? – Eine Richtigstellung. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)

- (2007) : Stellungnahme zum "Struktur-Funktions-Konzept" in der Kinesiologie von Gordon Stokes & Daniel Whiteside : "Three-in-One-Concepts"; Andrew Verity : "Educating Alternatives – Neuro Training"; Coby Schasfoort : ""Lebensblindheit", "Wortblindheit", etc.. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)
- (2008) : "3in1 Concepts": Kritik unerwünscht. Eine Stellungnahme und ein Briefwechsel. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)
- (2008) : Brain Gym® verbreitet Pseudowissenschaft, sagen britische Wissenschaftler. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)

FEDERSPIEL, Christa & HERBST, Vera & ERNST, Edzard (Schlussgutachter) (2005) : Die andere Medizin. "Alternative" Heilmethoden für Sie bewertet. Stiftung Warentest in Zusammenarbeit mit dem Verein für Konsumenteninformation, Oesterreich. (333 Seiten)

### **Adresses:**

Probablement la seule association de kinésologues professionnel-le-s qui offre un regard critique sur la kinésiologie:

SVNMK/ASKNM: Association Suisse de Kinésiologie Non-Médicale. Bottmingerstr. 75, CH-4104 Oberwil, Tel. 0041-61-7220222, Fax 0041-61-7220145, Email: [info@svnmk.ch](mailto:info@svnmk.ch), Homepage. [www.svnmk.ch](http://www.svnmk.ch)