

PRESENTATION DE LA KINESIOLOGIE

ETYMOLOGIE DE LA KINESIOLOGIE :

Le terme kinésiologie vient du grec kinésis qui veut dire mouvement, et logos qui veut dire étude, science. Etymologiquement parlant, la kinésiologie est donc l'étude des mouvements.

LA KINESIOLOGIE C'EST QUOI ?

La kinésiologie est une méthode douce qui ne se substitue ni à un suivi médical ni à un traitement. Elle accompagne le consultant pour l'aider à maintenir ou rétablir son équilibre mental, émotionnel et physique. Elle aide à dissocier une émotion d'une situation qui a été stressante et/ou traumatisante. La kinésiologie agit sur diverses problématiques telles que : confiance en soi, stress, angoisse, peur, phobie, fatigue, troubles du sommeil, douleurs musculaires ou corporelles, etc

LA KINESIOLOGIE EN QUELQUES DATES :

A la fin du 19^{ème} siècle, les bases de la chiropractie (travail sur la colonne vertébrale et le bassin) sont lancées par le docteur Palmer.

Dans les années 1960, le docteur Goodheart, chiropracteur, démontre une interaction entre les muscles, les organes et les méridiens, ainsi qu'une relation entre le stress et le tonus musculaire.

Dans les années 1970, le docteur Thie écrit le livre Santé par le toucher qui sera le tremplin de diverses formes de kinésiologie développées à partir des années 80. Dans son livre, il décrit les relations entre certains muscles, les méridiens et les points réflexes vasculaires et lymphatiques.

Dans les années 1980, le test musculaire commence à être utilisé pour interroger le corps sur les besoins de la personne testée. Cette nouvelle utilisation du test musculaire crée de nouvelles branches de la kinésiologie qui se démarquent de la chiropractie par une plus grande importance accordée aux émotions associées aux troubles traités.

C'est aussi dans les années 1980 que le docteur Dennison développe l'édu kinésiologie (la kinésiologie pour apprendre) qui améliore la communication entre les hémisphères droit et gauche du cerveau.

Ces dernières années, la kinésiologie continue de se développer dans de nombreuses directions telles que kinésiologie relationnelle, morpho kinésiologie, aura kinésiologie etc ...

LE PRINCIPAL OUTIL DU KINESIOLOGUE :

L'outil principal du kinésiologue est le test musculaire : il consiste à exercer une légère pression indolore sur un muscle, généralement le bras.

Ce test va lui permettre d'identifier les blocages présents ou passés du consultant, et de décoder ce que son corps a besoin d'exprimer.

Le corps est impacté par trois types de stress : biochimique, structurel et psycho-émotionnel (càd les trois aspects de l'humain). Chacun de ces trois aspects est en inter-relation avec les deux autres. C'est l'énergie circulant dans les méridiens qui fait le lien entre eux.

-STRESS DE NATURE BIOCHIMIQUE :

Démonstration avec du sucre blanc, du soda, un téléphone portable, etc ==> le muscle testé va déverrouiller, et va verrouiller en éloignant ces mêmes produits

-STRESS DE NATURE STRUCTURELLE :

Démonstration avec un dos vouté, une tête en arrière, une bouche de travers, etc ==> le muscle testé va déverrouiller, et va verrouiller en se remettant en position « normale »

-STRESS DE NATURE PSYCHO EMOTIONNELLE :

Démonstration en demandant à la personne testée de dire des contrevérités ==> le muscle testé va déverrouiller, et va verrouiller quand la personne va dire des vérités

CITATION : Tout ce qui ne s'exprime pas s'imprime, de Jacques Salomé (psychosociologue et écrivain)

