

Fondements, méthodes et évaluation de l'intervention  
psychologique.

Bataboudila Maité  
Corbesier Sandrine  
Dedobbeleer Carine  
Dujardin Ambre

### **Introduction :**

Dans le cadre de notre cours portant sur les fondements, les méthodes et l'évaluation de l'intervention psychologique, nous sommes allées à la rencontre d'une pratique professionnelle qui vise à modifier des comportements, des attitudes ou à aider des personnes dans leur vie personnelle ou sociale. Nous avons donc choisi de nous intéresser à la kinésiologie et ce en interrogeant monsieur P. Norguet, praticien mais également chercheur dans le domaine des thérapies que l'on appelle « thérapies par le toucher ». Ce choix s'est effectué en accord avec l'ensemble des membres du groupe. L'une d'entre nous ayant déjà expérimenté une séance de kinésiologie, nous avons décidé de nous intéresser de plus près à ce genre d'approche, curieuses d'obtenir le point de vue d'un professionnel. De plus, tout en voulant nous intéresser à une pratique dite alternative (ou aussi appelée « complémentaire »), nous voulions que celle-ci ne sorte pas complètement de l'ordinaire et des schémas de pensée de notre culture.

Ce présent travail se divisera en trois parties distinctes. Dans un premier temps, nous donnerons une définition précise de la kinésiologie ainsi que celle donnée par Mr. Norguet. La deuxième partie du travail sera l'illustration de cette approche au travers d'un cas spécifique rencontré par notre intervenant. Ici, nous essaierons de rendre compte des aspects spécifiques de la consultation kinésiologique ainsi que de la manière dont l'individu y est envisagé. Et enfin, dans la dernière partie de ce travail nous tenterons d'analyser ce genre de pratique en la comparant avec une prise en charge de nature psychothérapeutique que nous pouvons qualifier de plus traditionnelle dans notre système de référence.

## **I. Qu'est ce que la kinésiologie ?**

En réalisant ce travail, nous nous sommes rendues compte qu'il existait une véritable difficulté à répondre à cette question de façon pleinement satisfaisante. En effet, il n'existe pas de définition précise nous paraissant réellement complète. Cependant, nous définirons la kinésiologie en reprenant la définition de Dominique Monette qui qualifie cette pratique comme étant le « *langage du corps* ». « La kinésiologie propose à l'être humain de dialoguer avec la source de son être pour accéder à l'auto-connaissance et apprendre à gérer sa vie et ses stress. Distincte de la Kinésiologie Appliquée, qui est une approche médicale de la personne, la kinésiologie est une technique d'évolution personnelle qui utilise le test musculaire manuel de précision comme instrument de bio-feedback pour déceler et lever les blocages. Ces blocages sont à l'origine de ce qui nous empêche de disposer de tout notre potentiel et d'atteindre les objectifs que nous nous fixons. Hautement éducative, elle apprend à l'être humain à trouver en lui les ressources nécessaires à son mieux-être. Pas à pas, il découvre qu'il a sa propre source, riche en sagesse infiniment connaissante » (Monette, p.10, 2006 cité par Haar-Salle, 2007). Il est cependant à préciser ici que la kinésiologie n'est ni définie, ni reconnue par le Code de Santé publique (Kinesither Rev 2006 ; (60) : 4-12).

Il nous a également paru pertinent de reprendre la définition donnée par Mr. Norguet sur sa pratique personnelle qu'il qualifie comme étant « *l'art du mieux-vivre par le test musculaire, utilisé comme outil de dialogue avec l'intelligence et la mémoire du corps (biofeedback)* ». Cette pratique est indiquée notamment dans la gestion du stress, des émotions et de la fatigue ainsi que dans le développement personnel. En développant notre équilibre, nous pouvons augmenter la circulation de notre énergie vitale, développer la motivation à mener les projets qui nous tiennent à cœur et atteindre le niveau de conscience, de sérénité et de joie de vivre que nous désirons. Un des outils de travail dont dispose Mr Norguet est notamment le test musculaire qui permet d'établir un dialogue avec l'intelligence du corps par la mesure du tonus musculaire. Ce test permet de rechercher les causes du stress et de trouver les moyens de l'équilibrer). En effet, grâce aux tests musculaires, nous pouvons mesurer les niveaux d'énergie dans les méridiens. Ce sont ces déséquilibres que les

acupuncteurs tentent de débloquent à l'aide d'aiguilles, et que la kinésiologie permet de corriger manuellement. Le but de la gestion du stress par la kinésiologie est de trouver, dans le passé, l'événement mal vécu qui est à l'origine du stress. Pour ce faire, le kinésologue utilise un test musculaire de précision qui permet d'instaurer un dialogue avec le corps et, par la même occasion, de retrouver l'âge de l'événement mal vécu et l'émotion qui y est associée. La récession d'âge par le biais du test musculaire permet d'interroger la mémoire du corps, à la recherche d'événements positifs ou négatifs survenus dans notre vécu et ce dans le but de réaliser une correction des souvenirs conscients ou inconscients par des visualisations, des jeux de rôle, des mouvements oculaires... . En ce qui concerne la gestion du stress, la kinésiologie vise à la prise de conscience d'une émotion négative afin que celle-ci puisse être intégrée de manière douce. Après intégration de l'événement dans la zone de pensée consciente, la zone de survie se relâche, le stress diminue et notre intelligence rationnelle nous permet de faire des nouveaux choix de vie. En d'autres mots, la kinésiologie permet d'accéder au cœur des événements que la personne cherche inconsciemment à éviter puisque le travail s'effectue à travers le corps qui n'est pas objet de quelque barrière psychique. La kinésiologie intègre une série de méthodes inspirées d'approches diverses dont la chiropraxie ou le modèle énergétique inspiré de la médecine chinoise. Dans ce modèle, le « chi » (énergie vitale du corps) circule dans des canaux impalpables appelés « méridiens ». Lorsque l'énergie vitale circule librement dans les méridiens, le corps et l'esprit sont en bonne santé. En cas de perturbations physiques, chimiques ou émotionnelles, l'énergie vitale se bloque ou se déséquilibre au sein des méridiens et nous éprouvons une souffrance physique ou morale. (Chapitre inspiré du site internet de Mr. Norguet).

## **II. Conception de l'individu dans l'approche kinésiologique au travers de l'analyse d'un cas.**

Le cas exposé par Mr Norguet concernait une femme venue en consultation à cause d'un désordre fonctionnel. Elle subissait une forme de harcèlement moral ainsi qu'une dévalorisation permanente sur son lieu de travail. Elle ne savait pas comment résoudre cette situation et refusait de changer de travail. Mr Norguet et elle s'étaient rencontrés une première fois lors d'une conférence où il avait vanté les mérites de la kinésiologie ainsi que de son professeur. Celle-ci fut fort intéressée et demanda à faire la rencontre du dit professeur. Malgré l'intuition de Mr Norguet d'être plus à même de lui venir en aide, il les mit en contact. Après une séance, n'ayant pas ressenti d'efficacité, elle décida de retenter l'expérience avec notre intervenant. En une séance, son problème fut résolu. Elle prit conscience qu'elle avait besoin de faire un métier artistique qui n'avait rien à voir avec son travail actuel. Selon Mr. Norguet, c'est l'intuition qui a poussé cette femme à prendre cette décision et ce en une seule séance. À travers ce cas, notre intervenant a compris que ce n'était pas la méthode qui importait mais bien la personne qui la pratiquait. D'après lui, cette femme avait besoin de passer par le professeur qui était un moyen de plus pour ne pas résoudre son problème.

Le travail de notre intervenant consista à gérer le stress, à lier le stress à la cause. Dans ce cas-ci, le stress était d'origine transgénérationnelle. A la fin de la séance, elle était beaucoup plus zen, calme et reposée. Elle a réalisé que ce n'était pas un métier fait pour elle et qu'elle n'était pas épanouie. Elle s'est également rendu compte qu'elle a toujours voulu être artiste sans jamais oser franchir le pas. Depuis, elle s'est inscrite à l'académie pour suivre des cours et expose actuellement.

Chaque séance est du sur-mesure, explique Mr. Norguet. C'est toujours une combinaison de choses qu'il connaît, qui se mettent là où ça doit se mettre. Il questionne le corps, entend ce qu'il lui dit afin d'appliquer les corrections d'énergies. Il cherche dans le vécu, l'âge de blocage, les corrections ... ça semble assez impalpable, mais c'est très révélateur. Dans ce cas-ci, il a fait, entre autres, la correction d'un réflexe spinal. Il lui a aussi fait visualiser une ligne temporelle avec un infini négatif permettant de faire table rase de ses croyances, de son vécu. Il lui a également demandé : « si vous étiez à l'origine du monde, comment le créeriez-vous ? ». La séance de kinésiologie n'a pas fait en sorte qu'elle arrête

antidépresseurs qui lui avaient été prescrits auparavant. Cependant, elle les prend en moindre quantité et elle fait désormais un métier qu'elle aime et qui lui permet de se sentir mieux.

En résumé, la pratique de Mr. Norguet a permis une transformation chez la patiente. En effet, avec nos pratiques traditionnelles, un médecin ou un psychiatre aurait tout de suite pensé à classer le mal-être de cette patiente comme étant le résultat d'un « burnout ». Pour rappel, un burnout est « *un état d'épuisement physique, émotionnel et mental causé par une longue implication dans des situations exigeantes émotionnellement* » (Pines & al., 1988 cité par Lourel & al., 2007). La personne se sent épuisée émotionnellement à cause du travail et a l'impression de subir, a un sentiment de dépersonnalisation et n'a pas l'impression de s'accomplir personnellement.

Mr. Norguet, quant à lui, a évalué le problème de manière différente. En interrogeant le corps de sa patiente, il a pu attribuer son stress à une cause transgénérationnelle et a mis en évidence le mauvais choix d'orientation professionnelle qui était en contradiction avec ses aspirations personnelles.

Sans doute, lors d'une psychothérapie, celle-ci se serait également rendu compte qu'un travail à orientation artistique était plus adapté à ses besoins mais au bout de combien de temps... ? Aussi, peut-être cette personne était-elle plus enclin à accepter une « révélation soudaine » qu'un travail psychothérapeutique construit et forcément plus lent. En bref, l'intervenant s'est intéressé au mal-être de la patiente en lui permettant de pouvoir l'interpréter comme étant le résultat de sa non réalisation personnelle qui est l'un des buts fondamentaux à atteindre selon la kinésiologie. Tout cela nous amène encore une fois à l'individualité de la personne et au fait que chacun a des attentes différentes quant à la manière de soulager ses maux. Bien entendu, ces attentes sont également façonnées par la culture et donc les croyances qui sont permises ou non dans le système de pensée donné.

Une deuxième chose à mettre en évidence par rapport à ce cas concerne l'approche kinésiologique en générale que Mr. Norguet qualifie lui-même de méthode de thérapie complémentaire. Cette approche peut être considérée comme une approche psycho-corporelle basée sur le toucher. La correction spinale qu'il a entrepris sur cette jeune femme en est un exemple. Ce genre d'approche se différencie d'une approche médicale traditionnelle ou conventionnelle tant par la conception qu'elle se fait de l'individu que par celle qu'elle se fait de la santé et de la maladie. Le champ de la médecine occidentale prend en compte

uniquement le fonctionnement biologique de l'être vivant et est chargé de soigner tout dérèglement qui se manifeste au travers de la maladie. La science médicale actuelle s'inscrit donc dans un paradigme qui a été qualifié de « *matérialiste mécaniste* » (Lagache, 1997a). La médecine dite conventionnelle s'appuie essentiellement sur le concept classique du corps-machine selon lequel l'individu ne peut être étudié dans sa totalité mais seulement réduit à ses composantes étudiées séparément. Un autre point important est que la maladie est considérée comme une entité en soi, qui existe à part entière, qui peut être isolée et mesurée pour mieux être éliminée du corps.

La pratique kinésiologique est qualifiée par Mr. Norguet comme étant holistique comprenant 5 niveaux différents : le physique, le mental, l'émotionnel, l'essentiel et le relationnel. On constate que le modèle biomécanique de la médecine traditionnelle et le modèle holistique s'opposent dans leurs visions des choses. Le premier aborde la cause des maladies comme étant principalement d'ordre biologique ce qui entraîne une application thérapeutique technique et standardisée. Le deuxième modèle, lui, ne fera pas la distinction entre le soma, la psyché et le social et appliquera une pratique individualisée spécifique à la personne malade et à sa propre manière de manifester sa souffrance. Selon Mr. Norguet, deux cas ne sont jamais identiques et il faut adapter la pratique aux besoins individuels de chaque individu. Par ailleurs, Olivier Schmitz (2006) met en évidence, le fait que ce genre de pratiques aussi appelées alternatives, complémentaires ou parallèles s'implante là où la biomédecine semble s'être déshumanisée. Celle-ci ne s'occupe le plus souvent plus des individus mais des pathologies. Cependant, toujours selon Olivier Schmitz (2006), « *la biomédecine ne fait pas vraiment l'objet d'une remise en question de la part de ces guérisseurs modernes. Ils lui reconnaissent la faculté d'établir des diagnostics, des symptomatologies et de traiter les problèmes qui se manifestent au niveau du corps physique* ». C'est également ce qui ressort dans le discours de Mr. Norguet qui nous a clairement dit que certains problèmes ne pouvaient être pris en charge par la kinésiologie. Il est capable, dans certains cas, d'aider au niveau émotionnel notamment en ce qui concerne la souffrance liée à la maladie mais, dans le cas de certaines pathologies, il refuse d'intervenir et renvoie vers d'autres spécialistes. Ceci s'applique également aux cas de problèmes psychologiques lourds qui ne sont pas dans ses cordes. Ce genre d'approche complémentaire « *tendent à resituer le mal dans un système explicatif cohérent, faisant appel à la totalité de l'expérience de l'individu* » (Quéniart 1990 cité par Haar-Salle, 2007). Le recours aux médecines alternatives s'inscrit alors dans une quête de bien-être global, de sens et

d'autonomie pour l'individu qui y recourt. Selon Mr. Norguet, sa vision est complémentaire à celle de la médecine traditionnelle ; « *la souffrance humaine a suffisamment de différences et de cas particuliers et de quoi faire. Les gens vont de plus en plus mal, c'est maintenant qu'il faut intervenir* ».



### **III. Kinésiologie et Psychologie.**

Toujours selon Dominique Monette (p.11, 2007 cité par Haar-Salle, 2007) : « *La kinésiologie n'est pas une thérapie au sens habituel du terme. Le testeur est seulement un « facilitateur ». Il est le truchement qui permet le dialogue entre la personne et la sagesse corporelle, via son corps. Le pouvoir reste à la personne. Le testeur n'a aucun projet ni aucune solution pour elle. Elle demeure entièrement responsable du choix comme du rythme de son évolution* ». Ce fait ressort également des dires de Mr. Norguet qui agit comme un interprète entre la personne et son corps. Il n'intervient quasiment pas, il pose des questions et transmet la réponse du corps à la personne. Il n'influence pas, ne donne pas de conseil. C'est la personne qui pose des choix. Lui essaye de ne pas amener ses propres croyances. La personne prend conscience de ce que son corps a à lui dire. Ce schéma d'action ressemble énormément à celui d'une pratique psychothérapeutique classique dans laquelle l'individu est placé au centre de la recherche de solution. Selon Pierre-Yves Boily (p.20, 1998), la recherche de sens est facilitée par le thérapeute qui utilise son esprit, le raisonnement et l'intuition pour amener une signification et une direction à l'expérience actuelle d'un sujet. En prenant un certain recul, celui-ci observe la situation du sujet de par son contexte familial, organisationnel, social, historique, ... jusqu'à ce que le sujet trouve un sens. Lorsque le professionnel donne une interprétation, cela ne veut pas dire qu'il a automatiquement raison. C'est plutôt la signification que le sujet en fait par la suite qui est intéressante. Ceci permet d'apercevoir, d'expérimenter une situation d'une manière nouvelle et parfois inattendue. Comme nous avons pu le constater dans le cours de Madame Despret, nous nous rendons compte que la kinésiologie comme la psychothérapie sont des techniques de transformation pour l'individu et qu'elles sont productrices d'existence. Elles permettent aux individus de donner un sens à une situation particulière et ce en fonction du cadre dans lequel ils sont prêts à s'inscrire. C'est donc ce cadre spécifique de prise en charge (médecines parallèles, thérapies ...) qui va pousser l'individu à donner tel sens ou à envisager telle solution à la situation vécue. Dans le cas de la patiente de Mr. Norguet, nous remarquons qu'elle a pu se rendre à l'évidence qu'elle refoulait son envie de devenir artiste grâce aux techniques utilisées en kinésiologie. Avec les techniques de soins traditionnels, elle n'aurait peut-être pas pris conscience de cet aspect de sa personnalité et ce malgré le diagnostic de burnout et les soins qui s'y rapportent.

Un autre point qu'il nous paraissait important d'investiguer dans ce travail est la place laissée au vécu subjectif de l'individu dans la consultation kinésiologique. Lors d'une consultation, le kinésologue entre en communication avec autrui en tenant compte des sensations du sujet. Ainsi, alors que la médecine traditionnelle occidentale s'adresse principalement au schéma mécanique du corps, les approches complémentaires s'adressent à la perception individuelle subjective de l'individu. Selon Cassell (1999), le sens des symptômes et la peur sont à la fois personnels et individuels. Alors, même si deux personnes ont les mêmes symptômes, leur souffrance est différente. L'évaluation de la souffrance est subjective, il est donc important de laisser une place au sujet venant en consultation afin que celui-ci puisse s'exprimer. Les travaux en sociologie qui se sont intéressés au regard médical ont souvent souligné l'élimination graduelle du malade comme personne et comme sujet du contexte clinique (Carricaburu et Ménoret, 2004 cités par Taillefer, 2009). Or, ce qui différencie la consultation en médecine de la consultation en kinésiologie est que le médecin traditionnel envisage souvent le corps en dehors de l'histoire de vie du patient, de ses croyances, de ses valeurs et de son environnement social. En se référant aux informations données par le sujet, avant d'entamer un quelconque travail, le kinésologue envisage quant à lui le trouble comme étant une expérience unique, spécifique à chaque personne. Mr Norguet nous a d'ailleurs dit à ce sujet qu'il laisse, dans un premier temps, la personne parler et raconter ce qui l'amène et qu'il intervient lorsqu'il sent que c'est le moment. L'approche psychothérapeutique traditionnelle peut donc, on le voit, sembler très proche de l'approche kinésiologique et ce, dans la mesure où une place importante est laissée au vécu subjectif de l'individu dans la compréhension de sa symptomatologie. A notre avis, il est cependant un élément important qui permet de les différencier. Au travers de l'approche kinésiologique, c'est le corps qui transmet les informations au praticien tandis que dans l'approche traditionnelle c'est le sujet lui-même qui répond par la parole. Nous pouvons avancer l'idée que la patiente de Mr. Norguet n'était pas vraiment en mesure de pouvoir verbaliser les raisons de son mal-être. Ainsi, elle ne s'était pas laissée la liberté de pouvoir envisager que ses problèmes étaient dus à une mauvaise orientation professionnelle. A ce niveau, la pratique du kinésologue lui a peut-être permis de pouvoir envisager les choses de manière différente en attribuant à son corps un désir qu'elle n'était pas prête à assumer de façon consciente.

Lorsque nous lui demandons ce qui différencie sa pratique d'une approche médicale traditionnelle, Mr. Norguet nous explique qu'elle est plus humaine, plus individuelle. Il n'aime pas utiliser le terme de « prise en charge » car il ne considère pas prendre une

personne en charge. Au contraire, il leur rend la capacité de faire par eux-mêmes et c'est justement cette démarche qu'il trouve intéressante. La kinésiologie prône l'autonomie de manière à ce que l'intervenant ne soit plus nécessaire et ce, le plus vite possible. C'est une collaboration, la personne vient avec son problème et se demande comment elle va pouvoir le résoudre. Le kinésologue essaie de l'aider, il ne tente pas de résoudre, il ne pose pas de diagnostic. Il est tout à fait ignorant de la solution et estime que c'est la personne qui a toutes les clefs pour la trouver. Son but est de l'aider à y parvenir en la soutenant et en se servant de son intuition. Cependant, comme nous l'avons déjà souligné plus haut, il semble qu'empiriquement et théoriquement, la cohabitation d'une pluralité des approches soit d'un grand intérêt afin de mieux cerner, définir, prévenir et traiter les problèmes amenés.

Nous avons également cherché à savoir ce qui, d'après Mr Norguet, pourrait expliquer que certaines personnes préfèrent la kinésiologie à une médecine plus traditionnelle. Pour lui, souvent, la médecine traditionnelle ne résout pas la cause du problème, elle s'intéresse aux symptômes, aux faits. Si la personne ne va pas bien, des médicaments ou des psychothérapies avec des psychanalystes ou professionnels du comportement lui sont indiqués. Or, une psychanalyse, c'est assez long. Mr. Norguet tente de « rentrer » lentement dans le passé, dans le stress sans vraiment rechercher de cause, et, si nous la cherchons, nous commençons à partir du moment présent. Car si la personne parle du problème et que cela entraîne une montée de stress, le problème peut être renforcé au lieu d'être résolu. A la question de savoir s'il faut un « don extraordinaire » pour faire de la kinésiologie, il explique qu'il ne croit pas vraiment au don mais bien à une certaine sensibilité, une volonté de s'inscrire dans une relation d'aide. Selon Pierre-Yves Boily (p.116, 1998), un thérapeute n'est pas doté de pouvoirs extraordinaires, il n'a pas de 7<sup>ème</sup> sens. Il a, par contre, sa sensibilité particulière, son bagage d'expériences et de connaissances, ses aptitudes d'observation, ses symboliques et de l'énergie suffisante pour se concentrer sur un détail de la vie du sujet. Malgré tout, nous pouvons parler de « magie » dans le sens où les moyens utilisés et les changements occasionnés étonnent le sujet.

## **Références :**

### **Articles :**

Benoist, J. “Le recours aux médecines parallèles observé depuis l’hôpital : banalisation et pragmatisme”. *Soigner au pluriel. Essais sur le pluralisme médical*, chapitre XII, pp. 315-330. Paris : Les Éditions Karthala, 1996, 520 pp.

Lazarus A. & Delahaye G. (2007) « Médecines complémentaires et alternatives : une concurrence à l’assaut de la médecine de preuves ? ». *Presses de Sciences Po/ Les Tribunes de la santé*, vol 15, 79-94

Lourel, M., Gueguen, N., Mouda, F. (2007). The burnout assessment of Pines : a french adaptation and validation of the « ‘Burnout Measure Short version » (BMS-10). *Pratiques psychologiques*, 13, 353-364.

### **Livre :**

Boily, P-Y. (1998). *Psys, thérapeutes et autres sorciers*. VLB Editeur.

Schmitz, O. (1996) *Les médecines en parallèle*. Karthala.

### **Mémoire :**

Haar-Salle, J. (2007). Kinésiologie : Phénomène de mode ou nouvelle pratique ? Mémoire non publié de fin d’étude en Faculté des sciences sociales politiques et économiques, Université Libre de Bruxelles.

Taillefer, A. (2009). Impact médical et social de la consultation en médecine homéopathique chez les mères : Une question de paradigme. Mémoire non publié de fin d’étude en sociologie, Université du Québec à Montréal.

### **Site internet :**

Site internet de Mr. Norguet : <http://kinesiologie.alternatifs.eu/>

### **Support :**

« Fondements, méthodes et évaluations de l’intervention psychologique », Vinciane Despret, 2011, Université Libre de Bruxelles.