

URPS

MASSEURS - KINÉSITHÉRAPEUTES

La Réunion - Mayotte

Congrès des Masseurs-Kinésithérapeutes
La Réunion - Mayotte - 2024

La Kiné d'aujourd'hui... le Kiné de demain



4 et 5 octobre 2024

HÔTEL AKOYA - TROU D'EAU

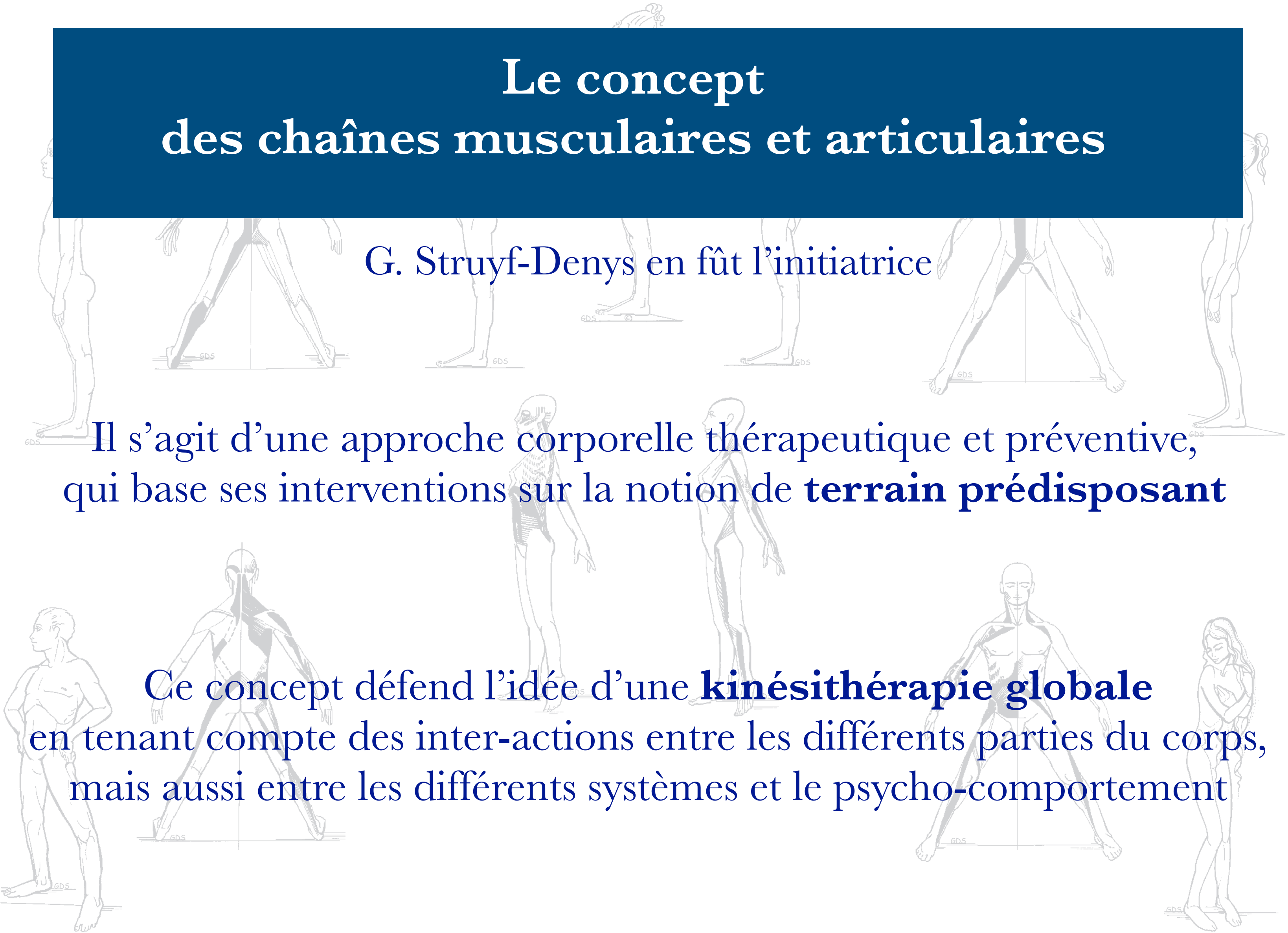
Éventail des équilibres du corps

Décryptage du langage corporel
et impact psycho-comportemental

Philippe Campignon

Kinésithérapeute formateur
Enseignant du concept
des chaînes musculaires et articulaires



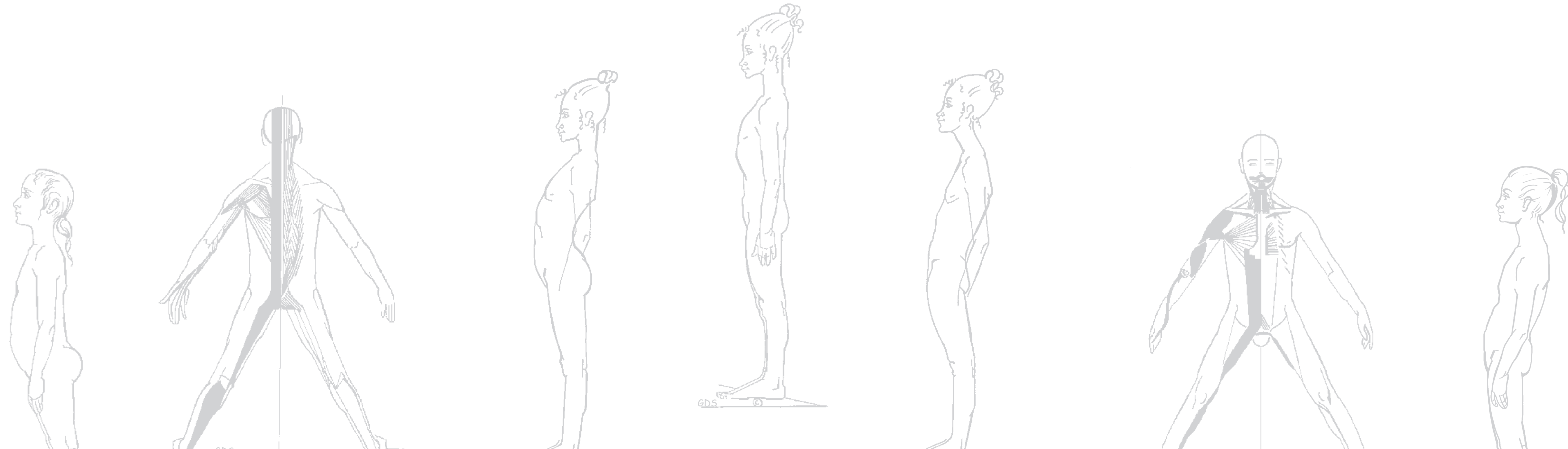


Le concept des chaînes musculaires et articulaires

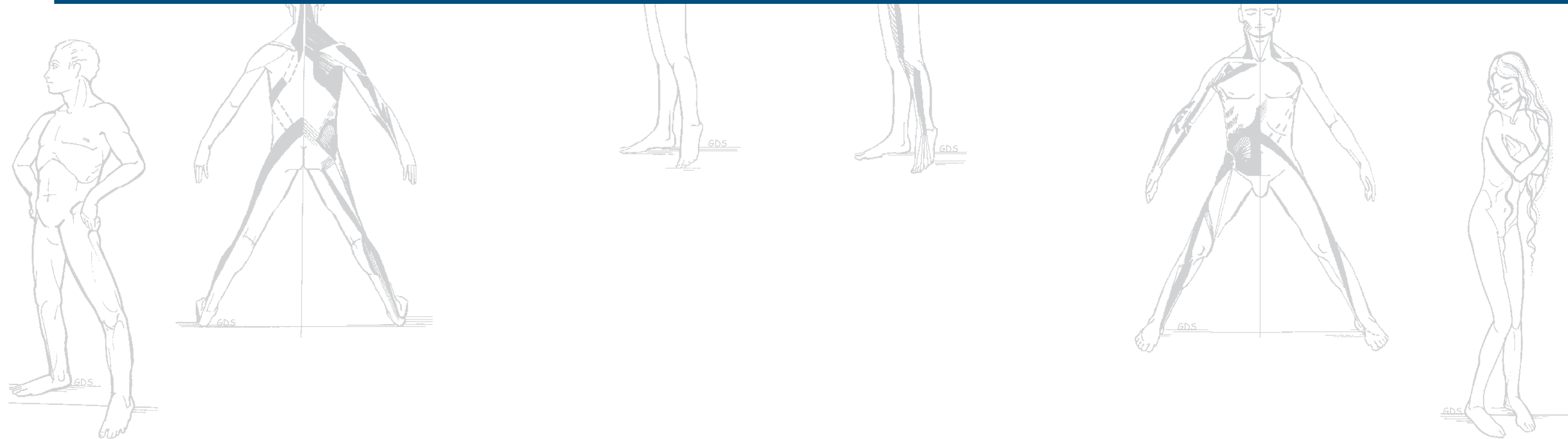
G. Struyf-Denys en fût l'initiatrice

Il s'agit d'une approche corporelle thérapeutique et préventive,
qui base ses interventions sur la notion de **terrain prédisposant**

Ce concept défend l'idée d'une **kinésithérapie globale**
en tenant compte des inter-actions entre les différents parties du corps,
mais aussi entre les différents systèmes et le psycho-comportement



**Le muscle est l'outil
d'une véritable expression psycho-corporelle**



« Tout geste est empreint de psychisme et l'investissement du fait psychologique dans le mouvement est égal à celui de la motricité dans le psychisme. La coordination motrice nous permet de comprendre le mouvement comme un tout organisé, capable de se situer parallèlement au psychisme, avec lui et en face de lui. L'un pourra être étudié en fonction de l'autre. »

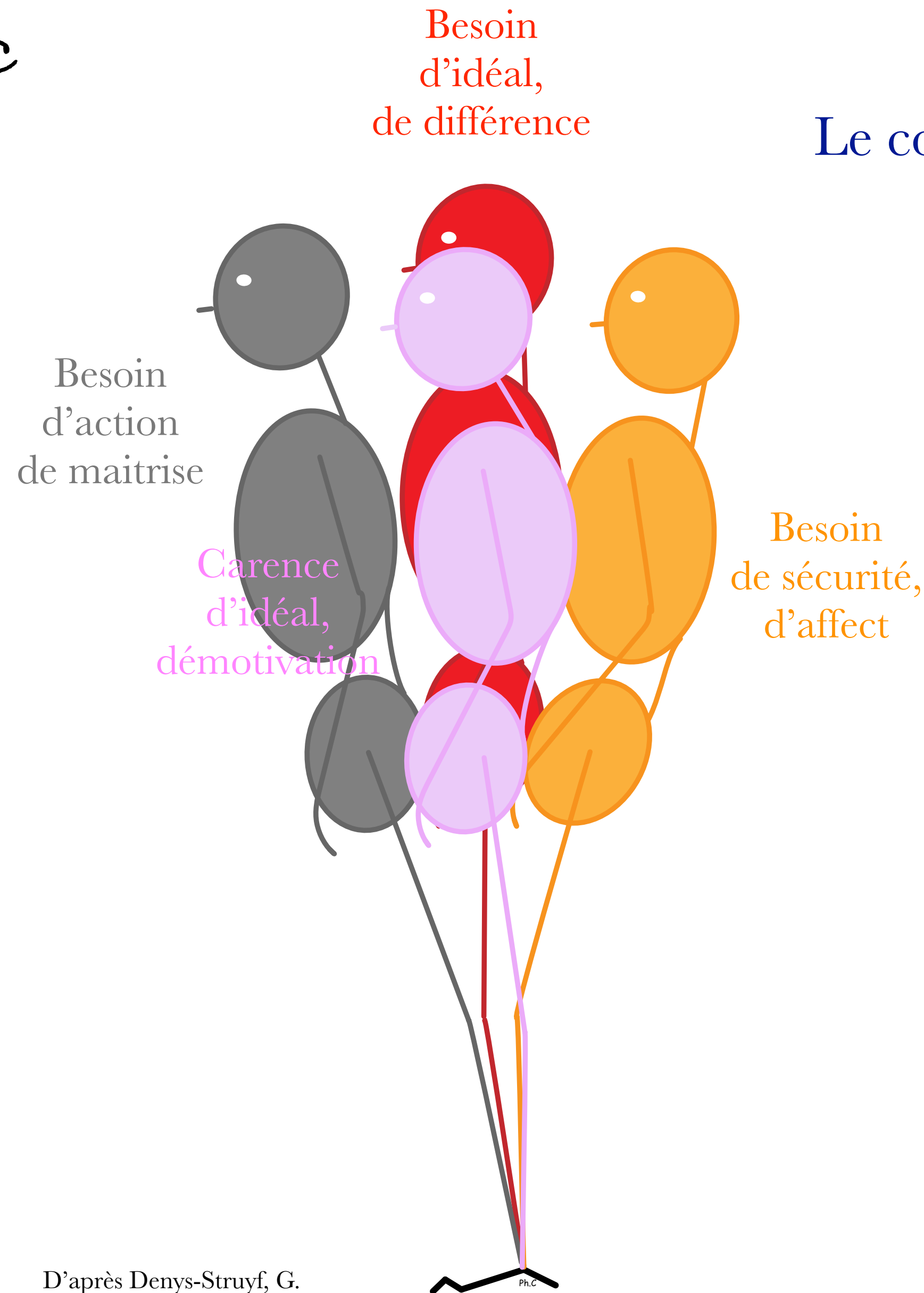
S. Piret et M.M. Béziers

The background of the slide features a series of faint, light-colored line drawings of human figures in various postures, including standing, walking, and sitting, illustrating the concept of posture and movement.

« Chacun de nos gestes est empreint de psychisme »

« Nos gestes façonnent notre posture »

*Notre posture est donc le reflet de certains traits
de notre comportement psychologique*



D'après Denys-Struyf, G.

Le concept des chaînes musculaires et articulaires s'appuie sur le fait que notre manière d'être, nos émotions, nos sentiments s'expriment, **à notre insu**, au travers du système musculo-aponévrotique.

Il s'agit d'une véritable **expression psycho-corporelle** dont des **familles de muscles** sont les outils.

Celles-ci, lorsqu'elles s'activent **de façon inconsciente**, modifient notre gestuelle et notre posture, et déséquilibrent le corps dans une direction spécifique.

Eventail des orientations spatiales imposées au corps par les pulsions comportementales



6 familles de muscles pour que le corps puisse s'exprimer,

mais qui peuvent générer la constitution de
chaînes de tension myo-fasciale qui enchaînent le corps dans une typologie

6 archétypes
véritable alphabet
de l'expression psycho-corporelle

Les chaînes tirent leur appellation de leur localisation sur le corps.
Nous utilisons l'abréviation de cette localisation pour nommer
les comportements psychologiques correspondants,
les familles de muscles qui les expriment dans le corps
ainsi que les postures qui en découlent.

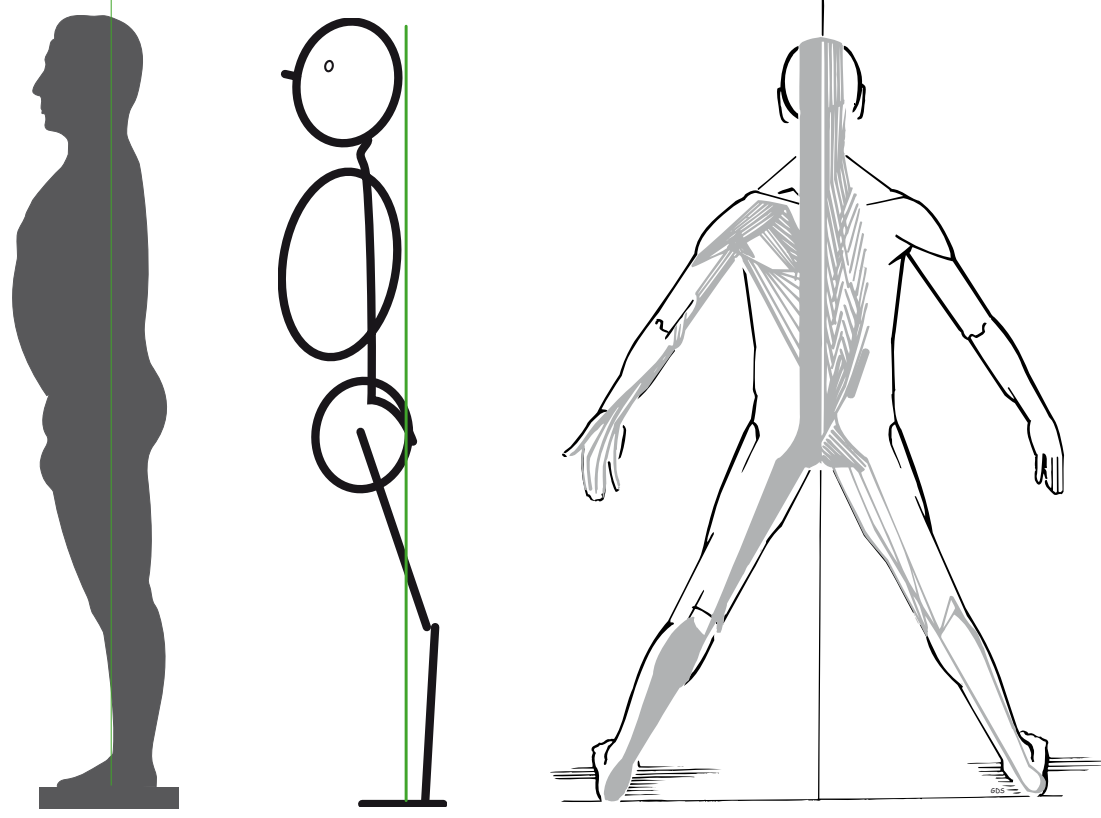
Prenons l'exemple des chaînes antéro-médianes,
Nous parlerons d'un comportement AM, d'une famille de muscles
AM ou encore d'une posture en AM.

En aucun cas définir un terrain AM, PM ou autre... n'a de consonance négative.
Aucune des structures n'est mieux ou moins bien qu'une autre ;
elles ont chacune leurs qualités et leurs défauts
et sont de toutes façons complémentaires.
C'est la diversité qui fait la richesse de l'espèce humaine

Besoin de maîtrise,
d'action

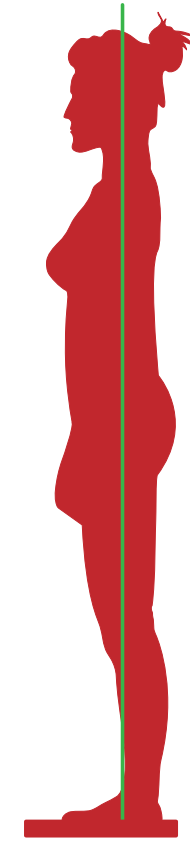
Besoin d'idéal, de différence

Besoin de sécurité,
d'ancrage

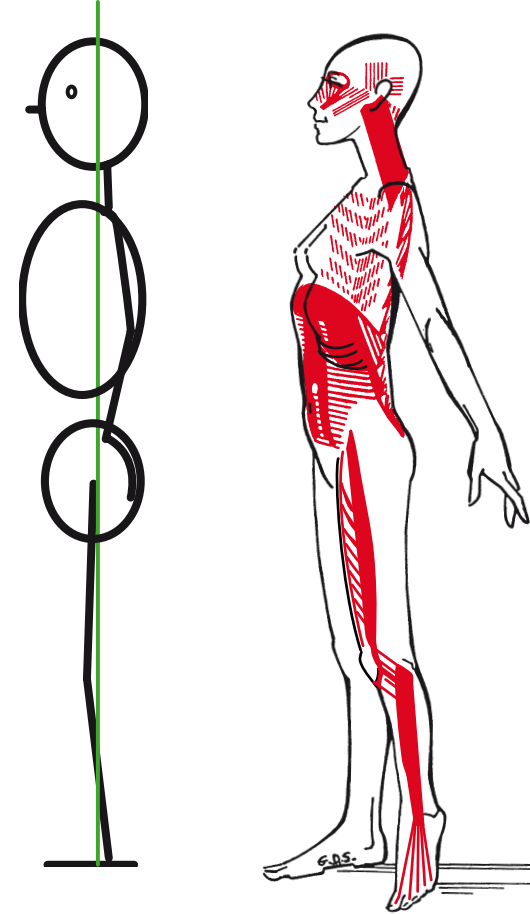


Propulsé
vers l'avant

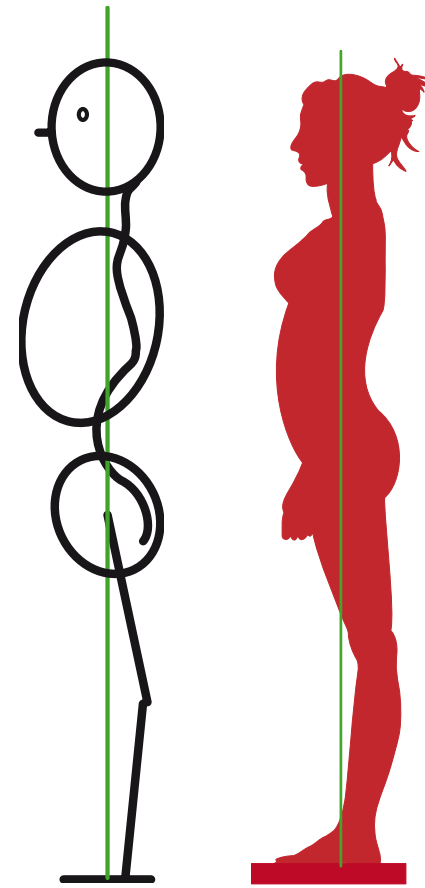
Chaînes
postéro-médianes
PM



Erigé



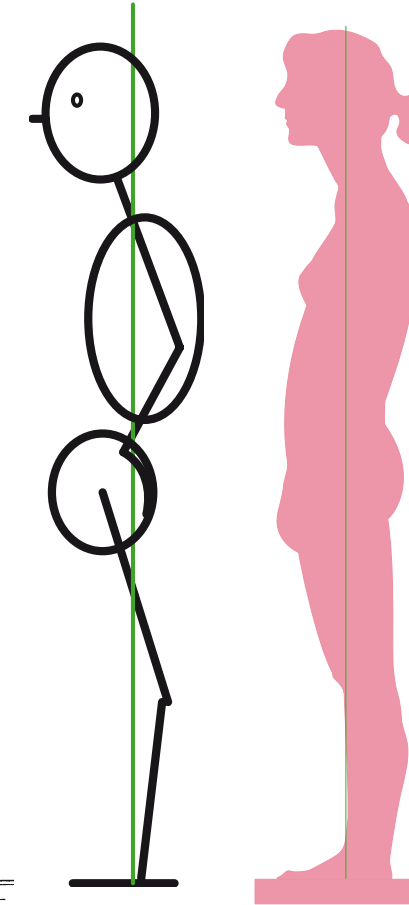
Chaînes
postéro-antérieures
PA



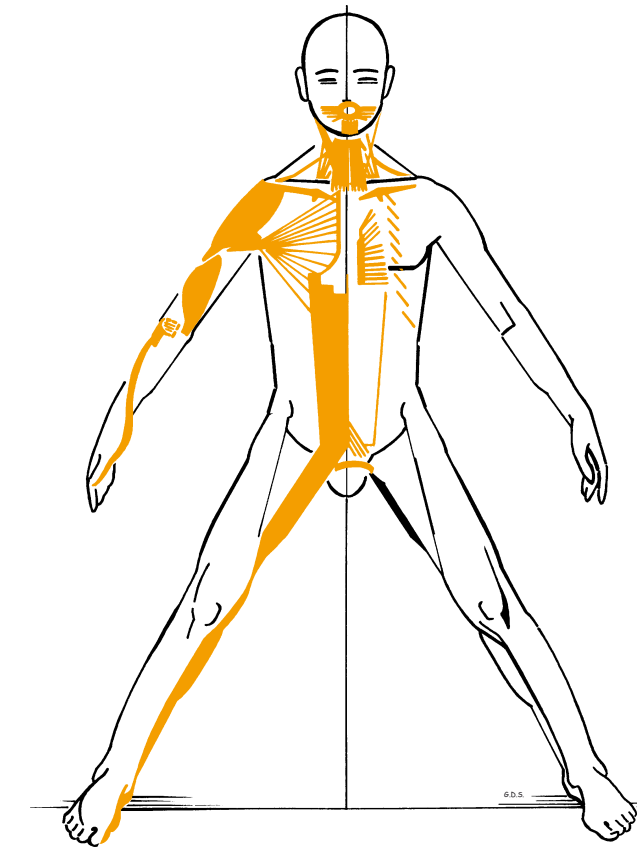
Erigé et
hyperlordosé



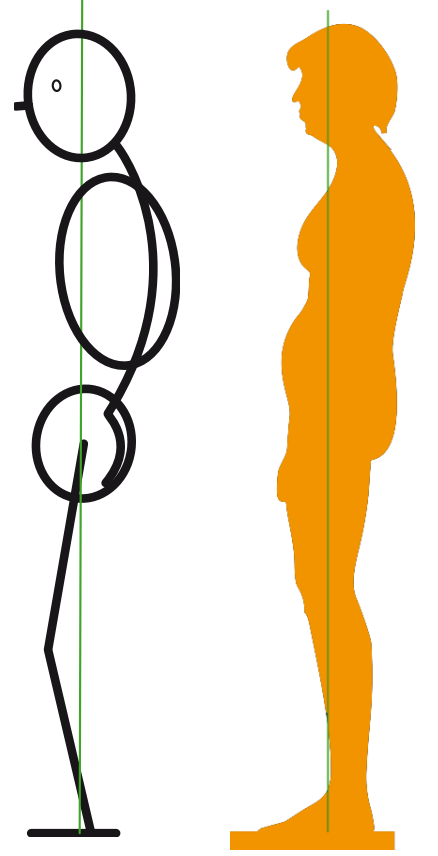
Chaînes
antéro-postérieures
AP



Affaissé
et ondulent

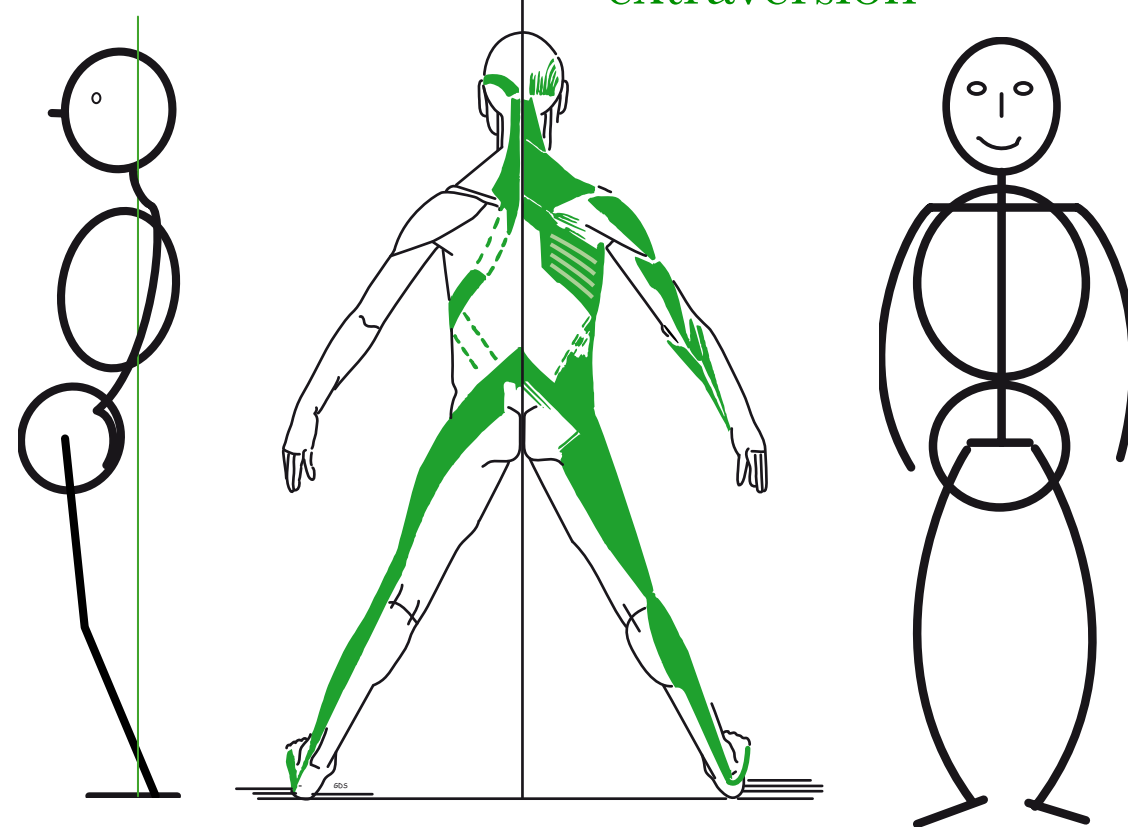


Chaînes
antéro-médianes
AM

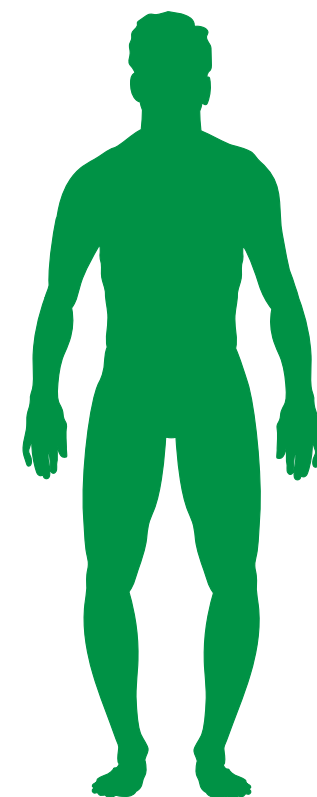


Basculé
en arrière
et enroulé

Besoin de communiquer
extraversion



Chaînes
postéro-latérales
PL

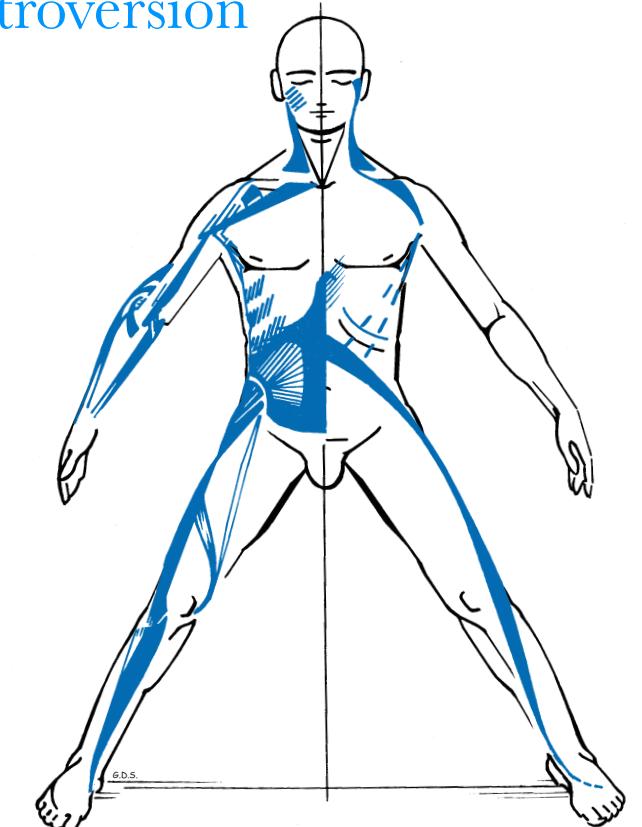


© I.C.T.G.D.S.

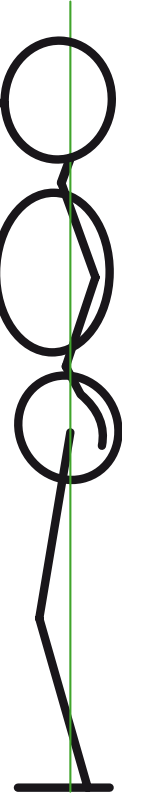
6 paires de chaînes myo-fasciales
qui génèrent 7 attitudes



Réserve,
introversion



Chaînes
antéro-latérales
AL

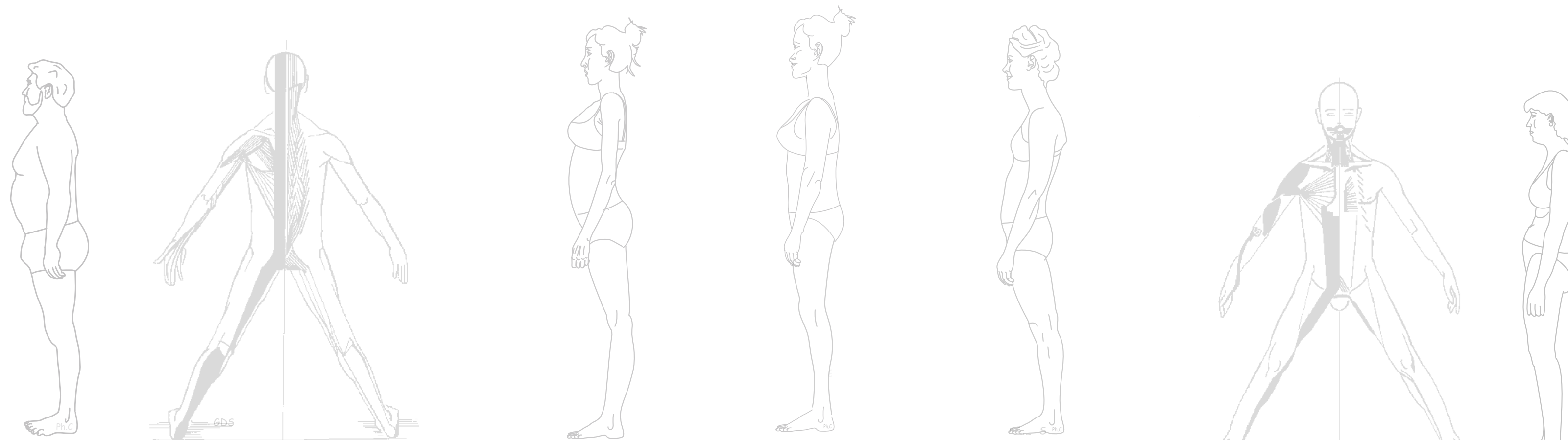


Les cinq attitudes représentées de profil sont influencées par les constituants psychologiques fondamentaux qui génèrent l'ensemble des motivations et des orientations que prend un individu.
Nous qualifions les structures qui les sous-tendent de **structures de la personnalité**

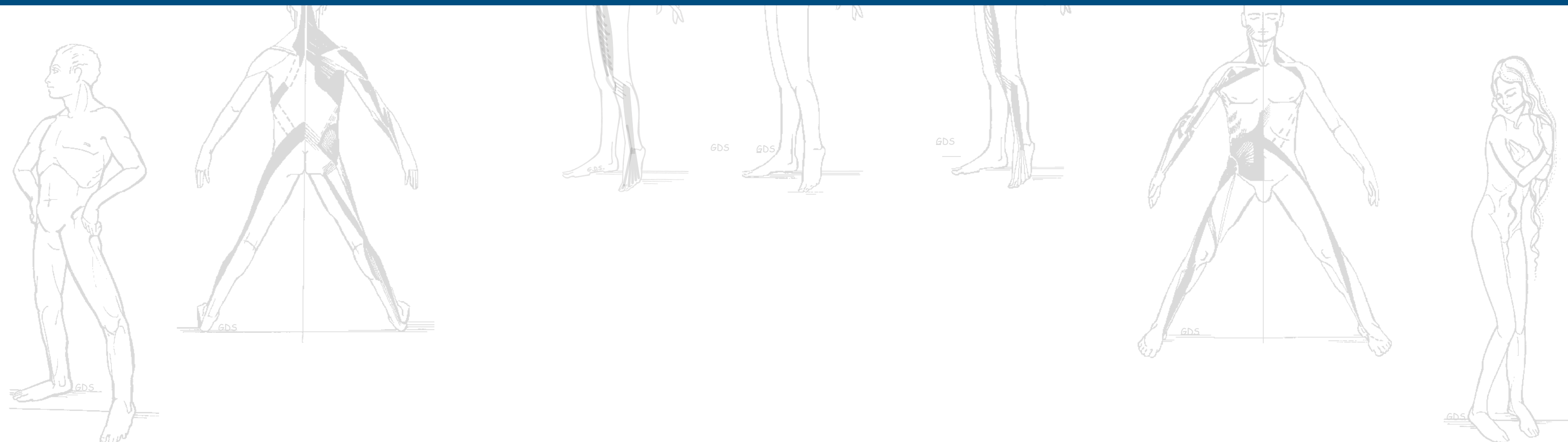
Les chaînes de tension myofasciale qui en résultent sont surtout actives dans le plan sagittal et au niveau du tronc.

Les deux attitudes représentées de face révèlent une façon de communiquer, d'échanger avec l'environnement, un comportement relationnel.
Nous qualifions les structures qui les sous-tendent de **structures relationnelles**.

Les chaînes de tension myofasciale qui en résultent
Sont surtout actives dans les plans frontal et horizontal
et au niveaux des membres et des ceintures.

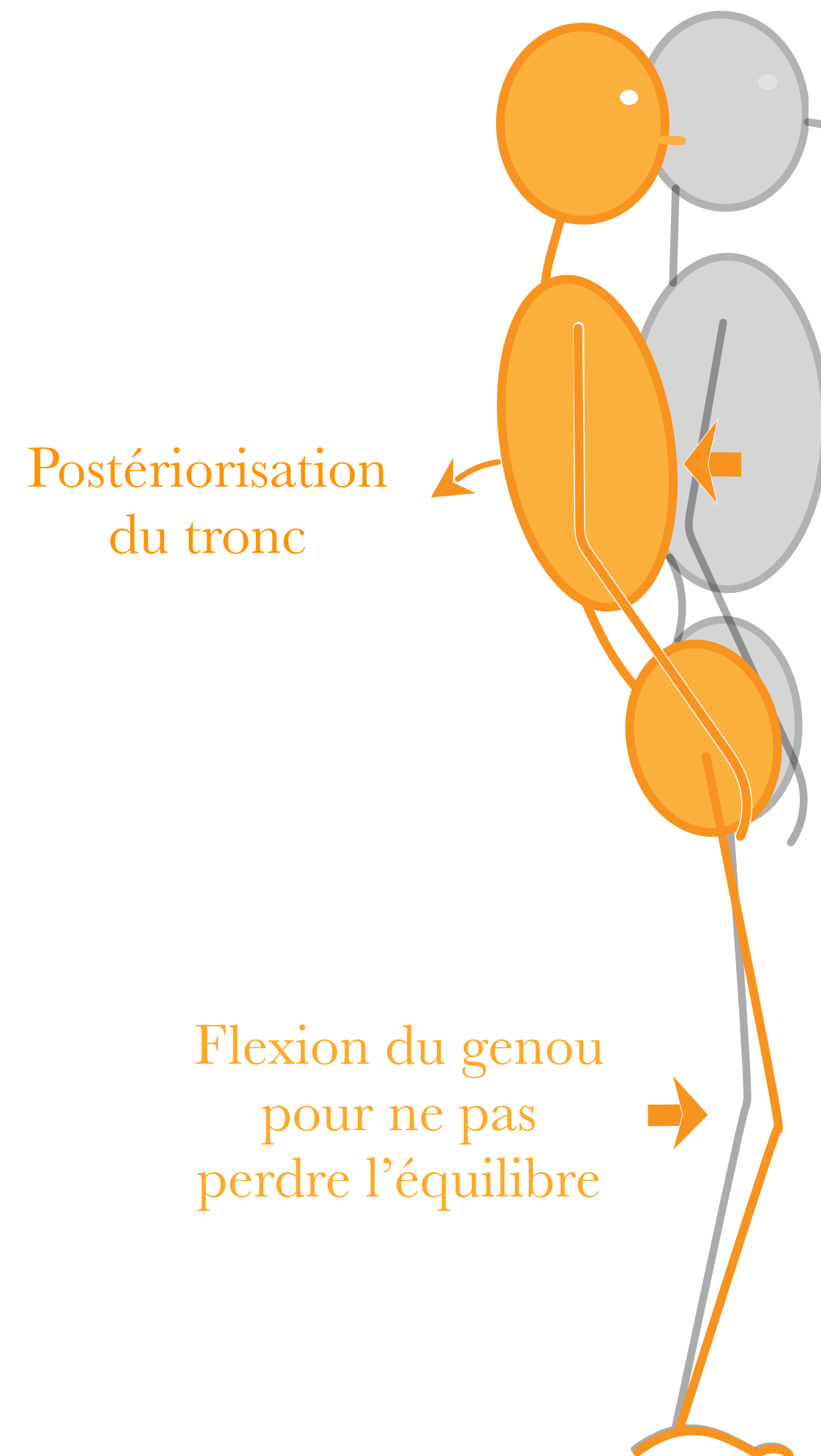


Comment une chaîne de tension myofasciale se constitue -t-elle ?

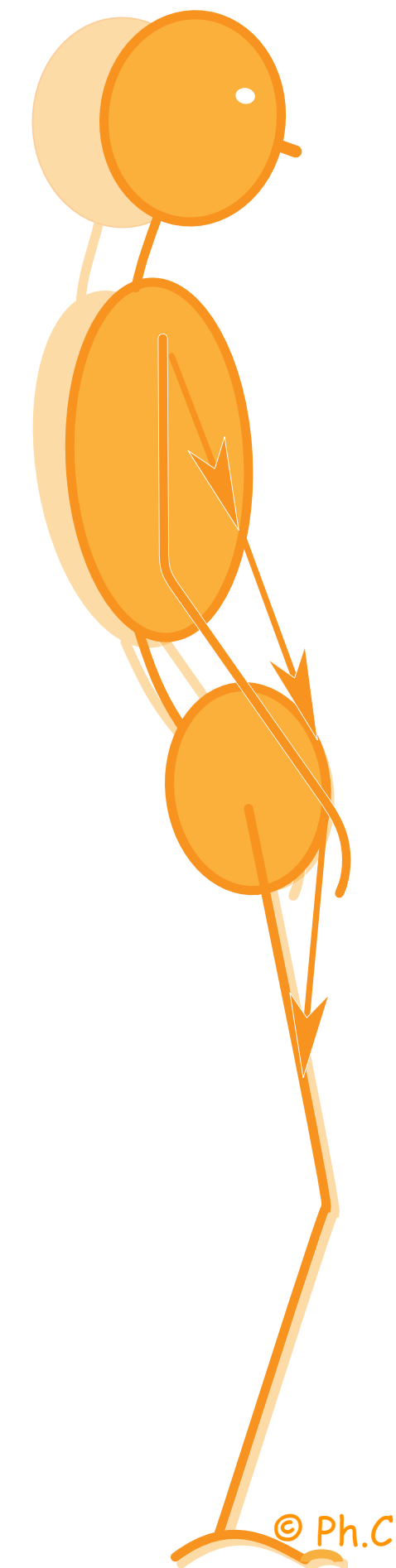


Le langage parlé du corps

Exemple des chaînes Antéro-médianes AM



La pulsion se manifeste par une tension au niveau du plexus solaire, pivot primaire de l'AM



Si la pulsion s'exprime de façon excessive et prolongée dans le temps, le corps est contraint de se suspendre à un nombre plus important de muscles pour compenser le déséquilibre

Les muscles les mieux placés pour freiner ce déséquilibre sont recrutés grâce au réseau fascial et par le réflexe myotatique, jusqu'à constituer de véritables **chaînes de tension myofasciale**.

Une fois constituées, ces dernières marquent le corps d'**empreintes spécifiques**, susceptibles d'installer un **terrain prédisposant** à des dysfonctionnements et pathologies spécifiques.

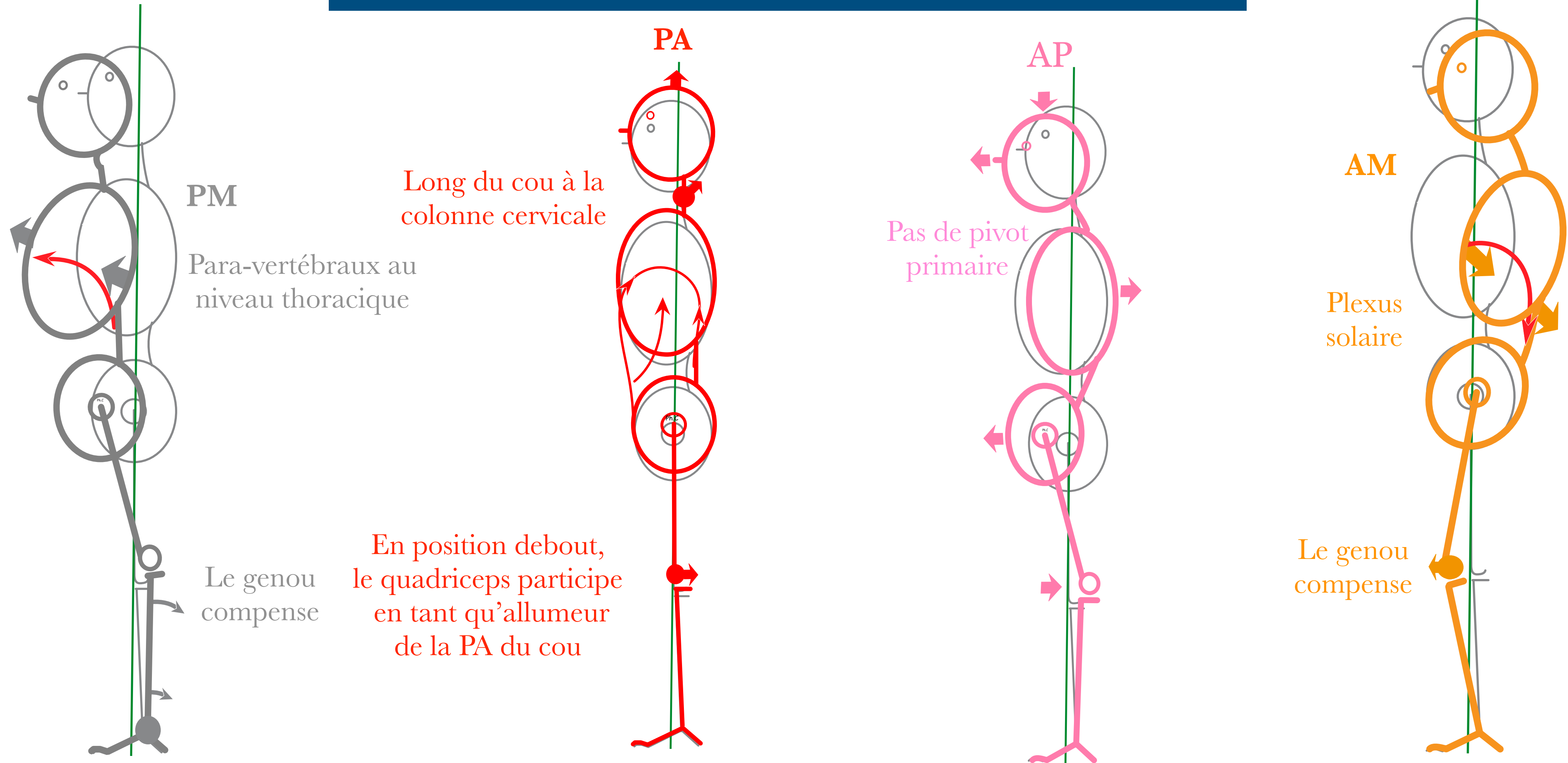
Nous parlons alors de **langage gravé du corps**



Contraints d'augmenter leur tonus de façon permanente, les muscles antérieurs en font trop et finissent par travailler **en corde d'arc**, pour paradoxalement, figer le corps dans la position de déséquilibre postérieur qu'ils étaient censés freiner.

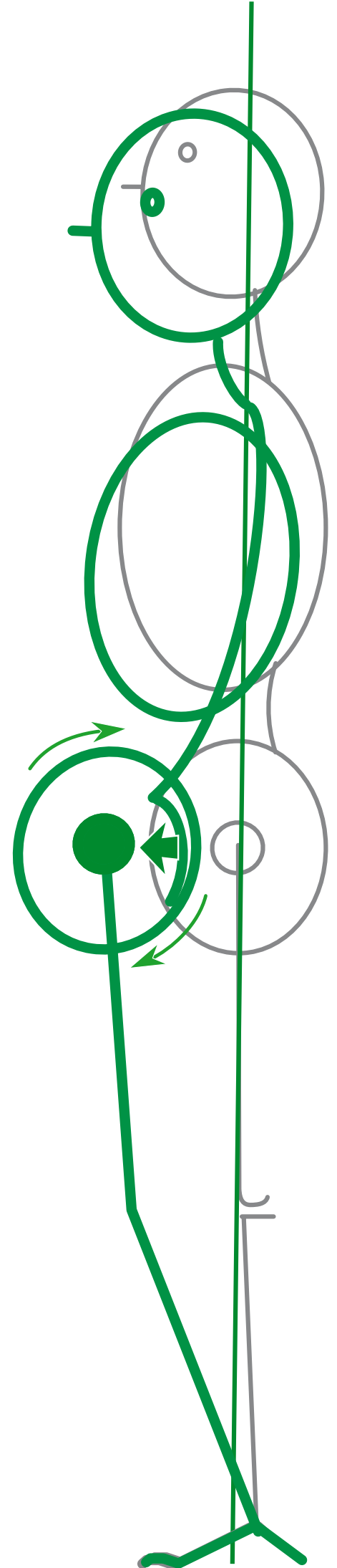
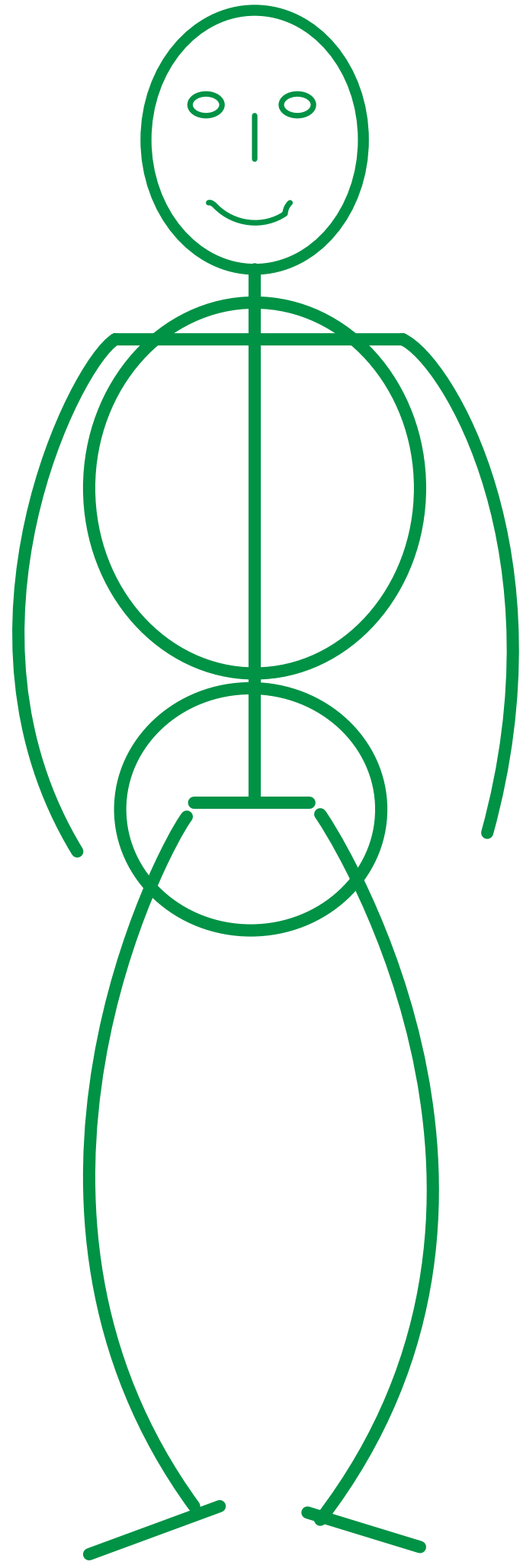
Cela constitue le **paradoxe des chaînes** et est applicable aux autres structures. Il n'y a pas d'un côté les mauvaises chaînes et de l'autre les bonnes. Chacune peut être tout et son contraire

Les pivots primaires - Axe vertical



Lieu du corps où s'exprime la famille de muscles spécifique d'un comportement psychologique

Les pivots primaires - Axe horizontal

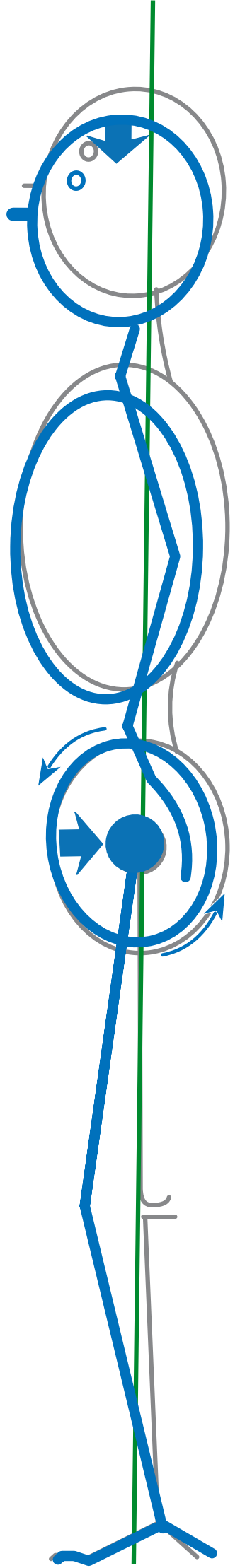


PL

Fibres postérieures du moyen fessier, fibres superficielles du grand fessier et pelvi-trochantériens au niveau coxo-fémoral

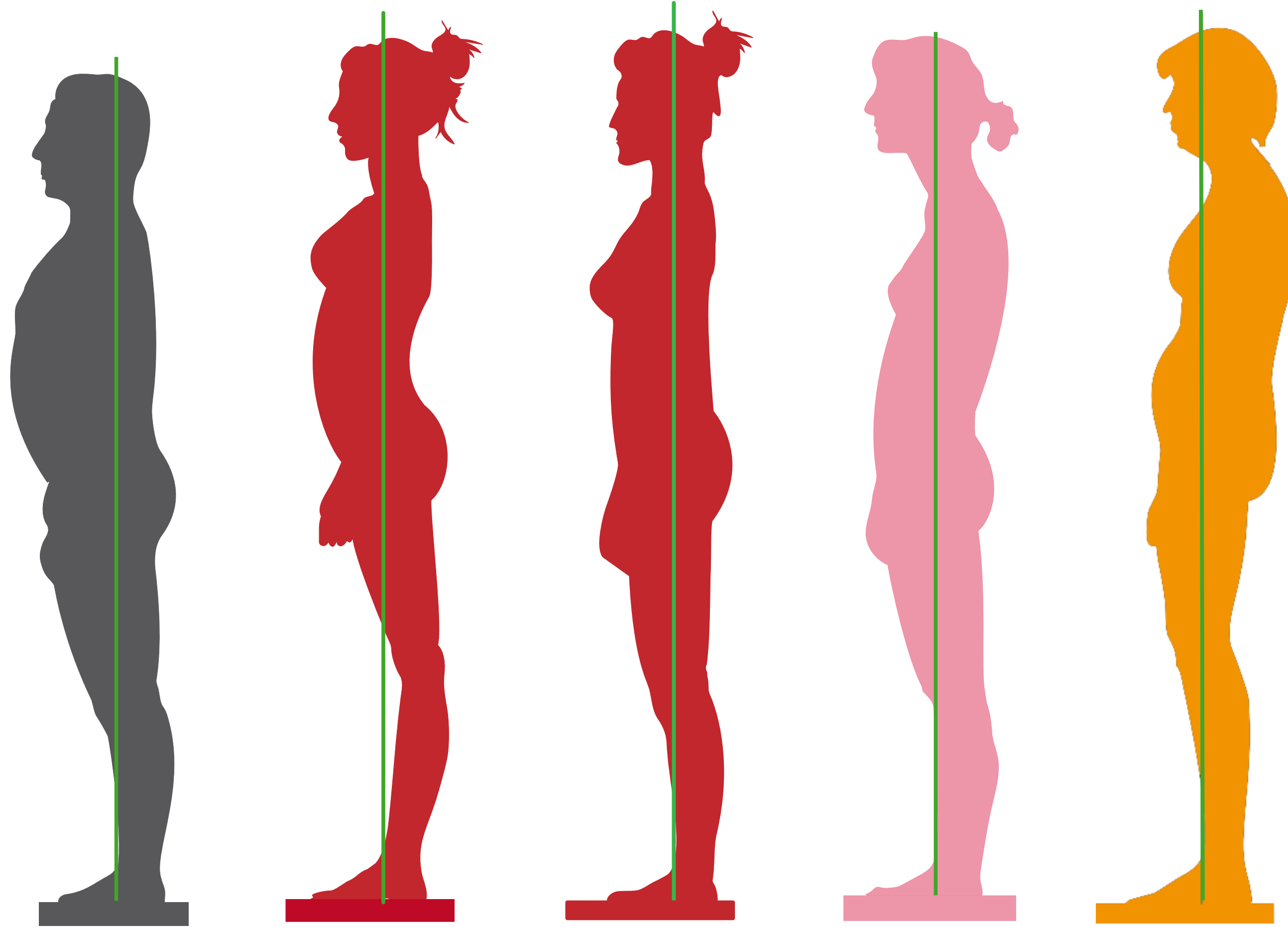
Fibres antérieures des petit et moyen fessiers

AL



L'analyse morphologique globale nous renseigne sur la pulsion du moment

Le bouquet



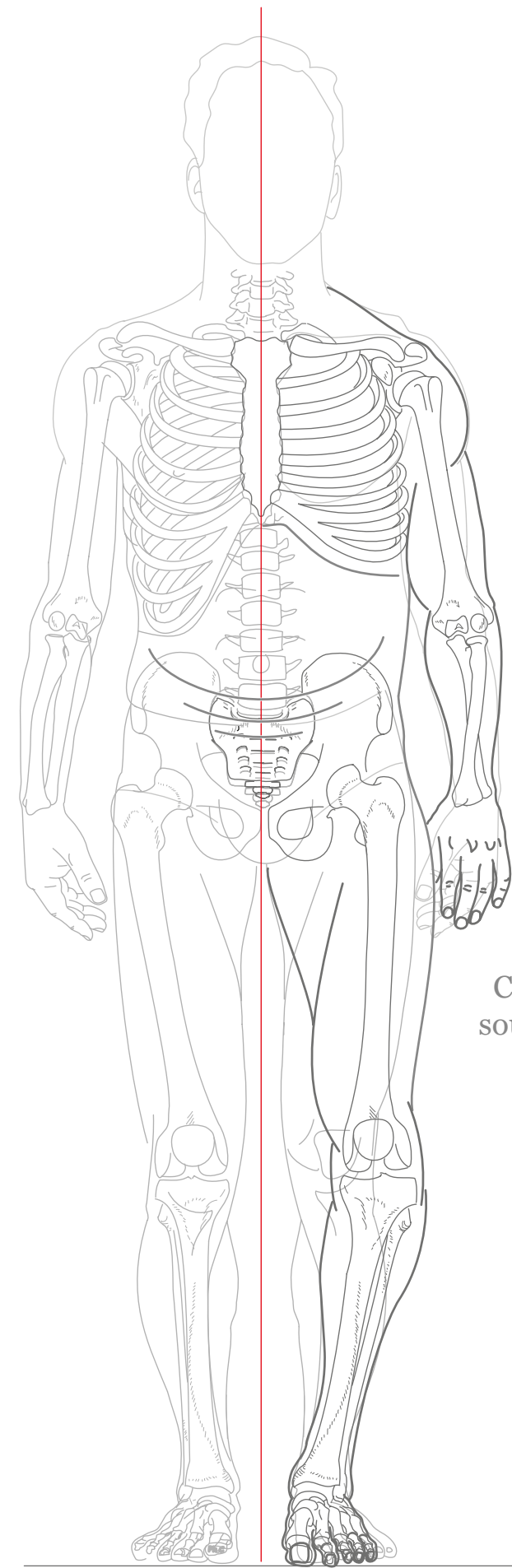
La ligne verte est une ligne de référence imaginée par G.D.S. pour apprécier la direction de la pulsion.
Elle est élevée depuis la partie la plus reculée du cou de pied.

Le langage gravé marque le corps de son empreinte,
le privant de sa liberté

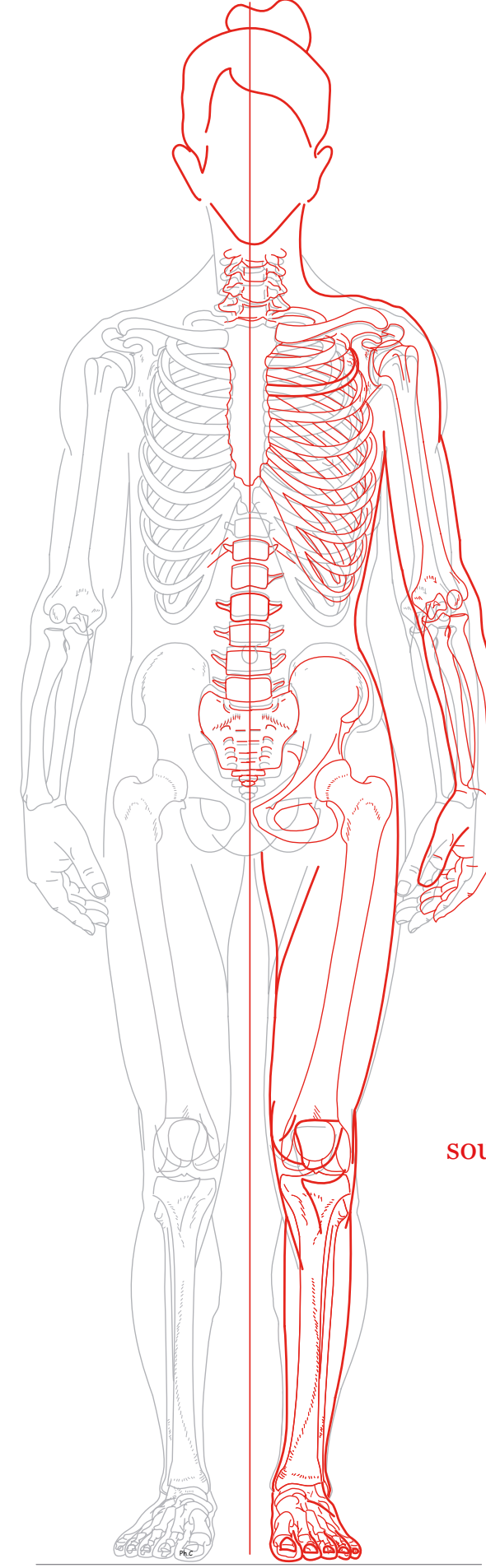
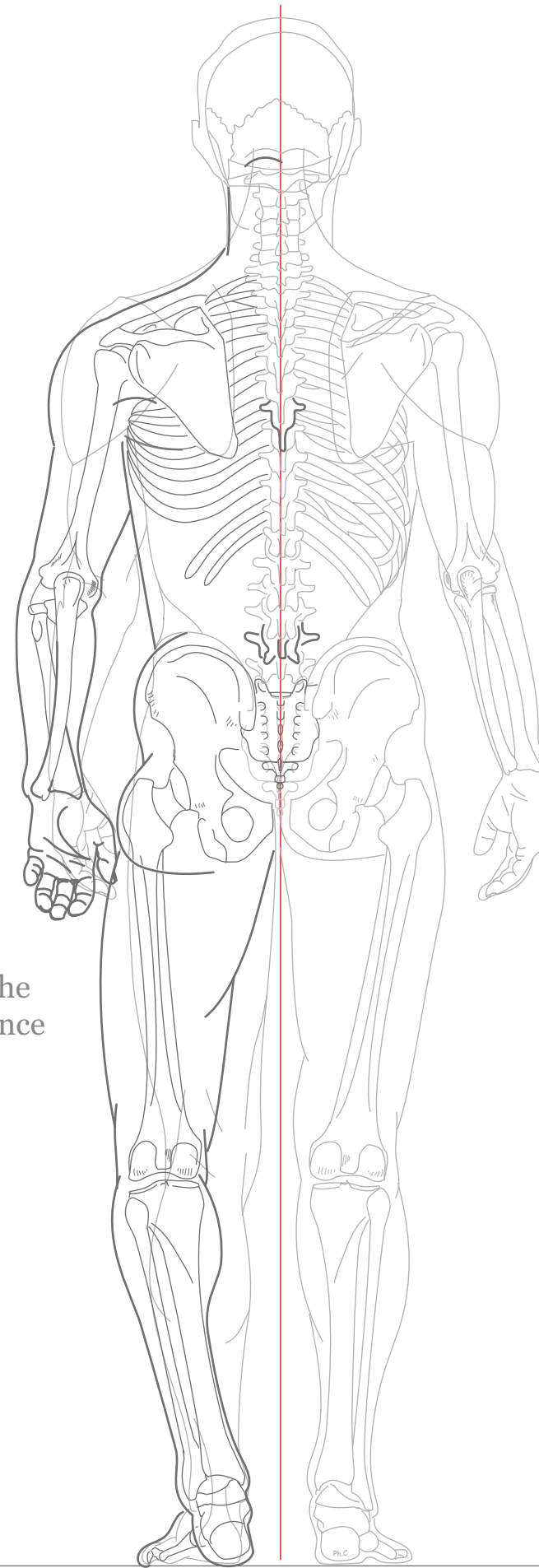
L'analyse morphologique segmentaire
nous révèle les empreintes morphologiques installées par les chaînes

Nous parlons de **suite mécanique**
pour l'ensemble des **empreintes morphologiques**
que les chaînes installent dans le corps,
lorsqu'elles deviennent excessives

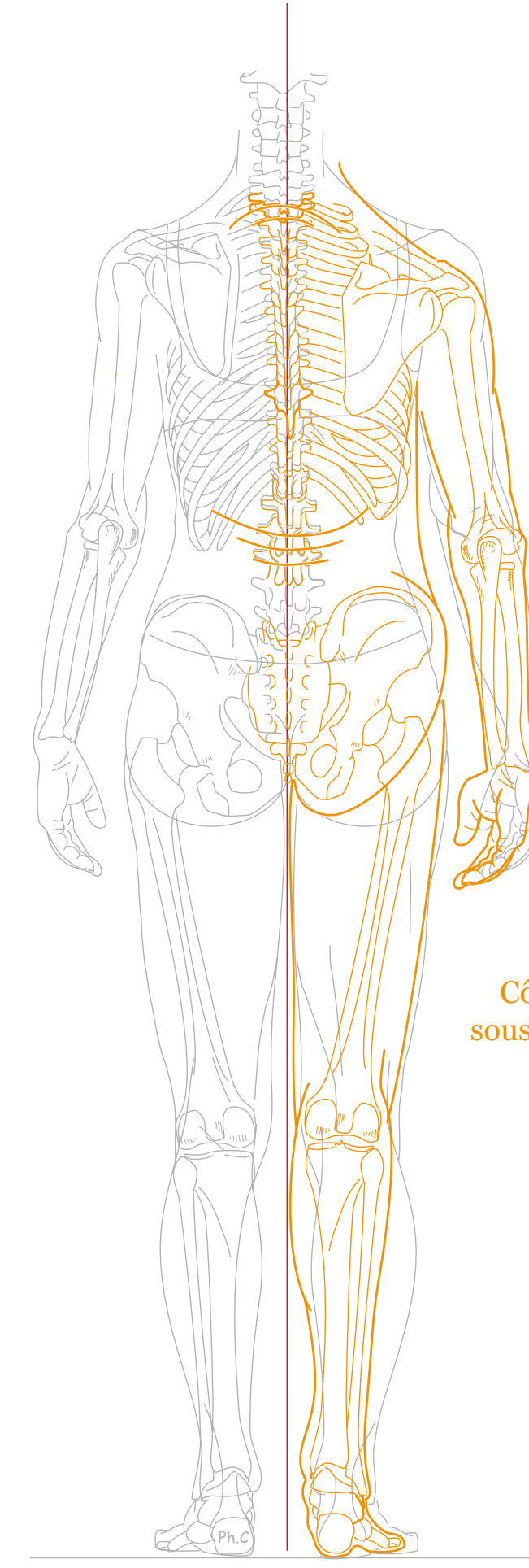
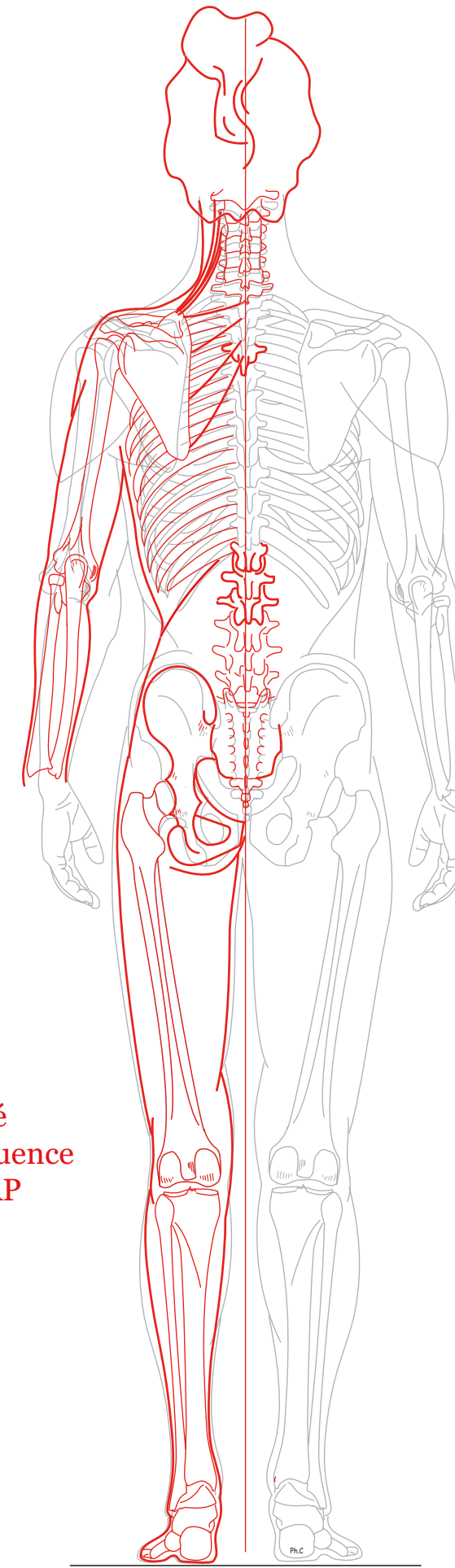
Suites mécaniques des chaînes de la personnalité



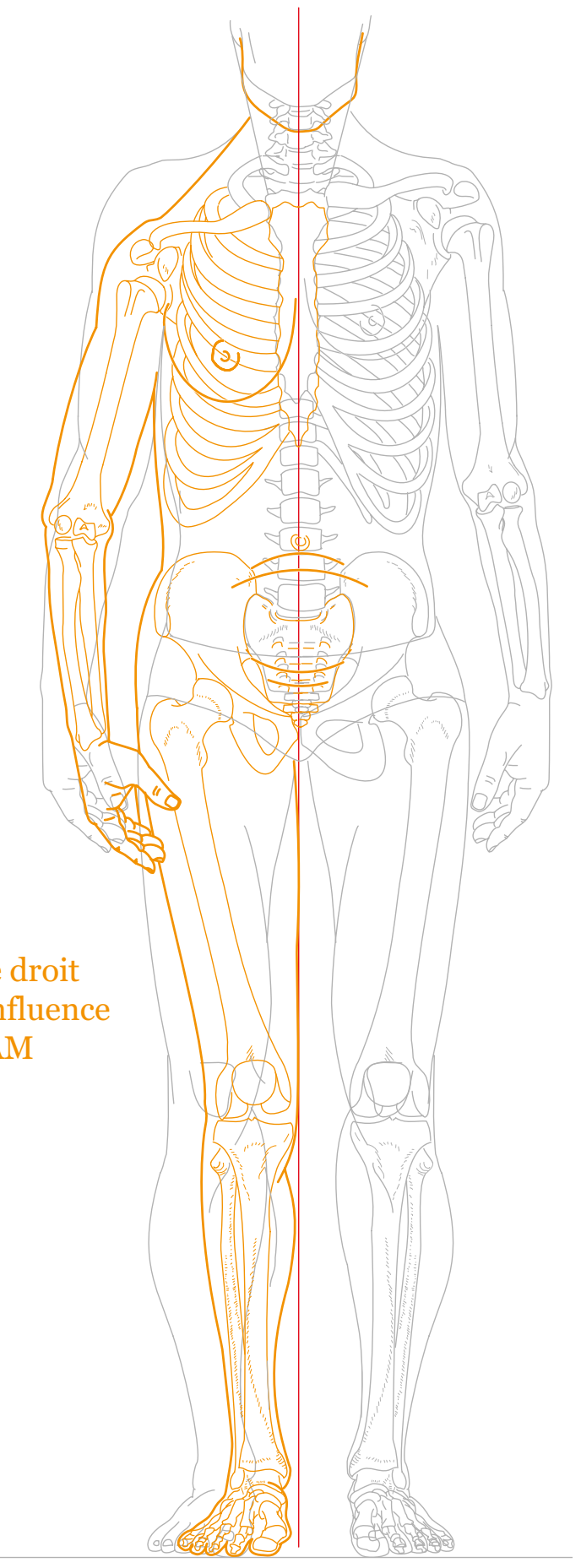
Côté gauche
sous influence



Côté
sous influence
PA-AP

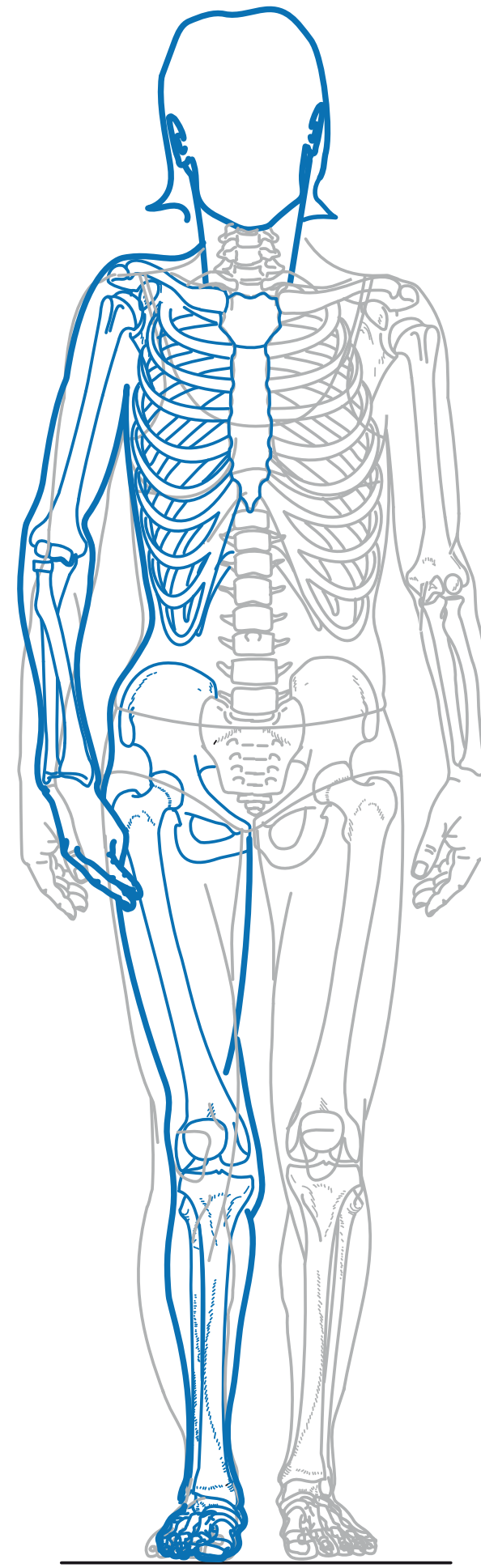
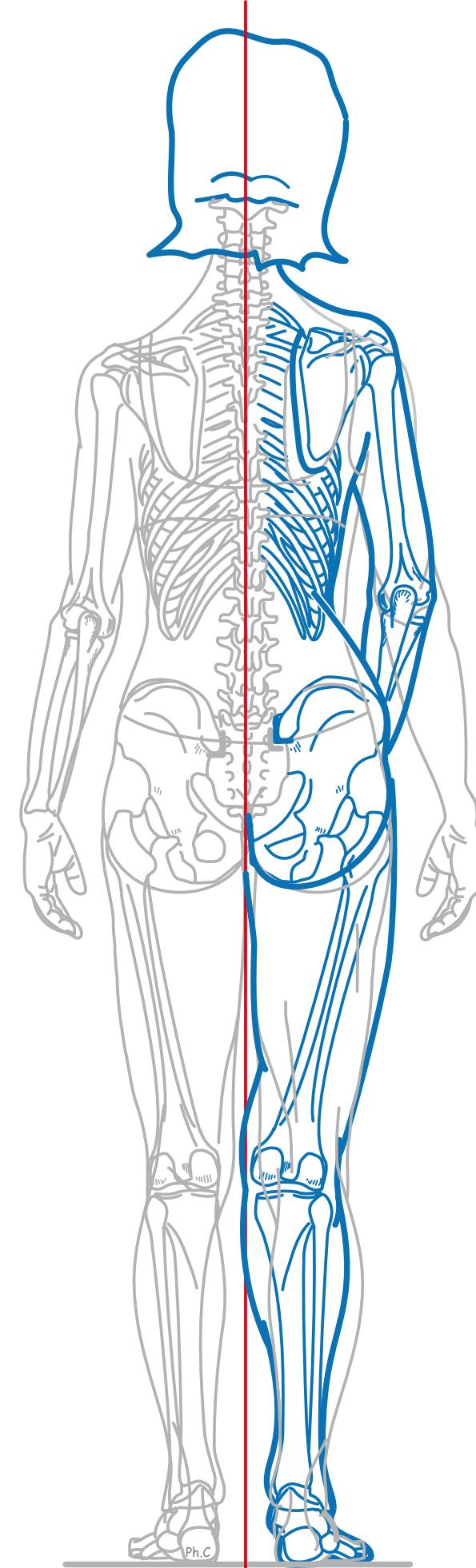


Côté droit
sous influence
AM

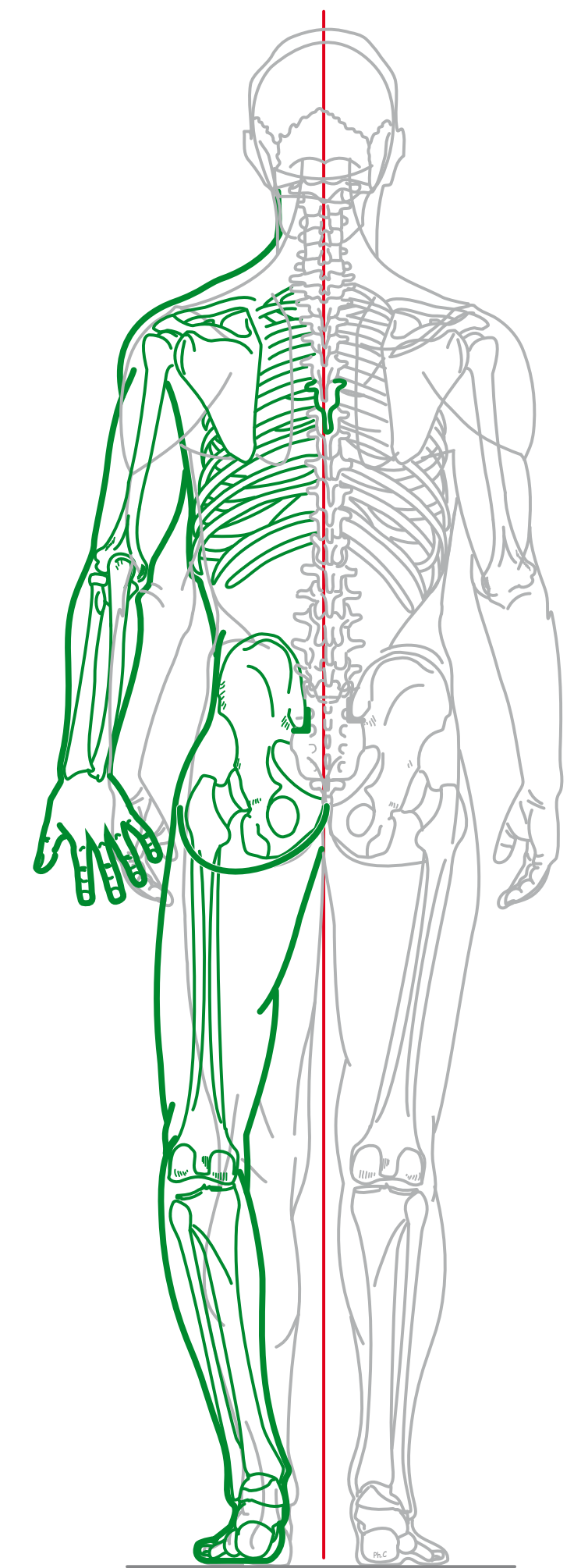
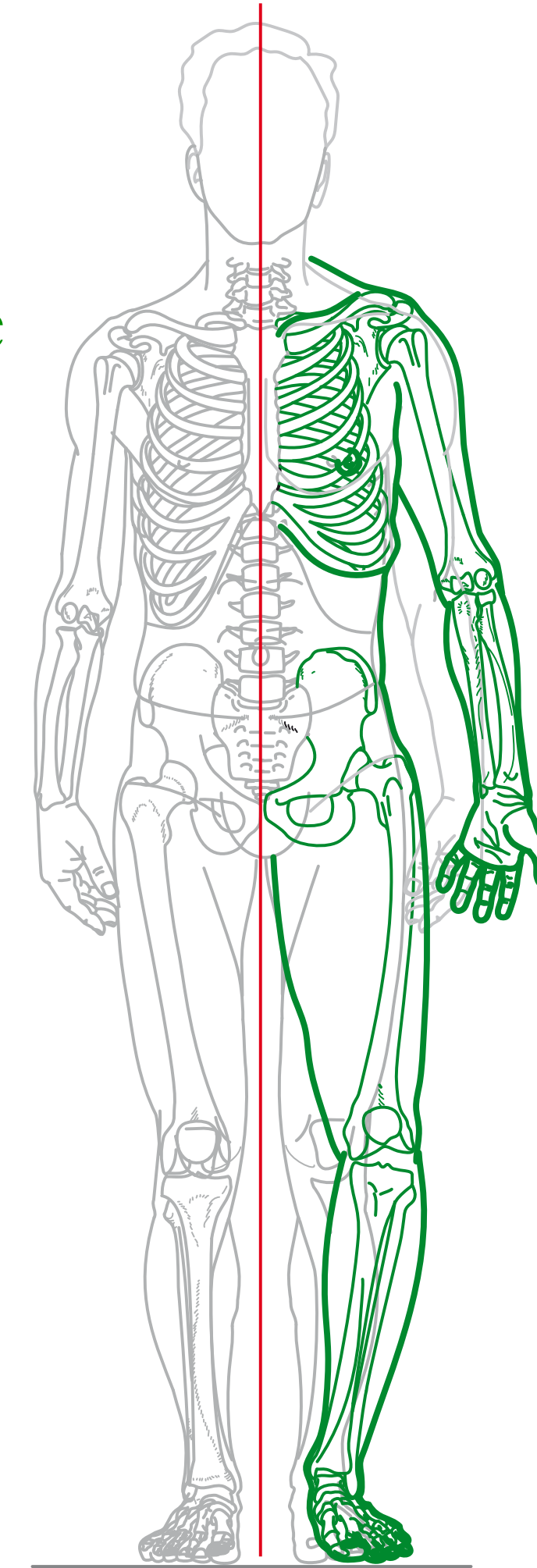


Suites mécaniques des chaînes relationnelles

Suite
mécanique
AL



Suite
mécanique
PL



The background of the slide features a series of faint, light-colored line drawings of human figures in various poses, illustrating different parts of the body and movement. These drawings are arranged horizontally across the slide, with some showing the head and neck, others the torso and arms, and some the legs and feet. The drawings are simple and schematic, focusing on the skeletal and muscular structure.

L'analyse morphologique segmentaire
nous révèle les empreintes morphologiques installées par les chaînes
dans les différentes parties du corps

Les tests d'élasticité nous permettent de faire la différence
entre une simple tendance typologique et un langage gravé

Une pulsion quelle qu'elle soit n'est pas dérangeante tant
qu'elle n'entrave pas l'adaptabilité aux situations de la vie courante.
Nous avons tous droit à la différence

La présence d'un grand nombre d'empreintes typologiques associées à des restrictions de mobilité
met en évidence le passage au **langage gravé** qui induit une **perte d'adaptabilité**

Chaque chaîne a deux antagonistes directs

AL et AM sont les antagonistes directs de PL

PL et PA sont les antagonistes directs de AL

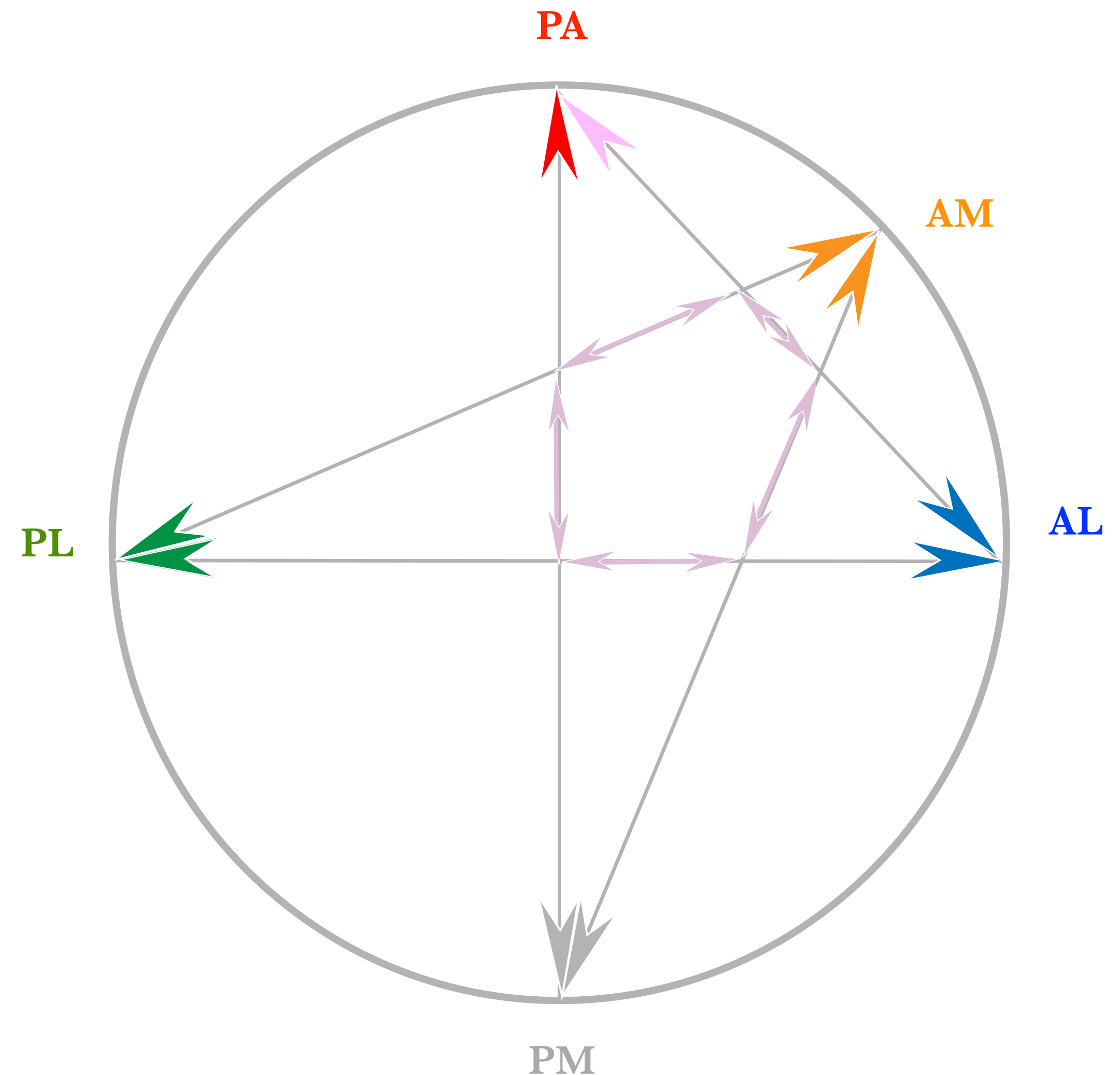
PL et PM sont les antagonistes directs de AM

AL et PM sont les antagonistes directs de PA

PA et AM sont les antagonistes directs de PM

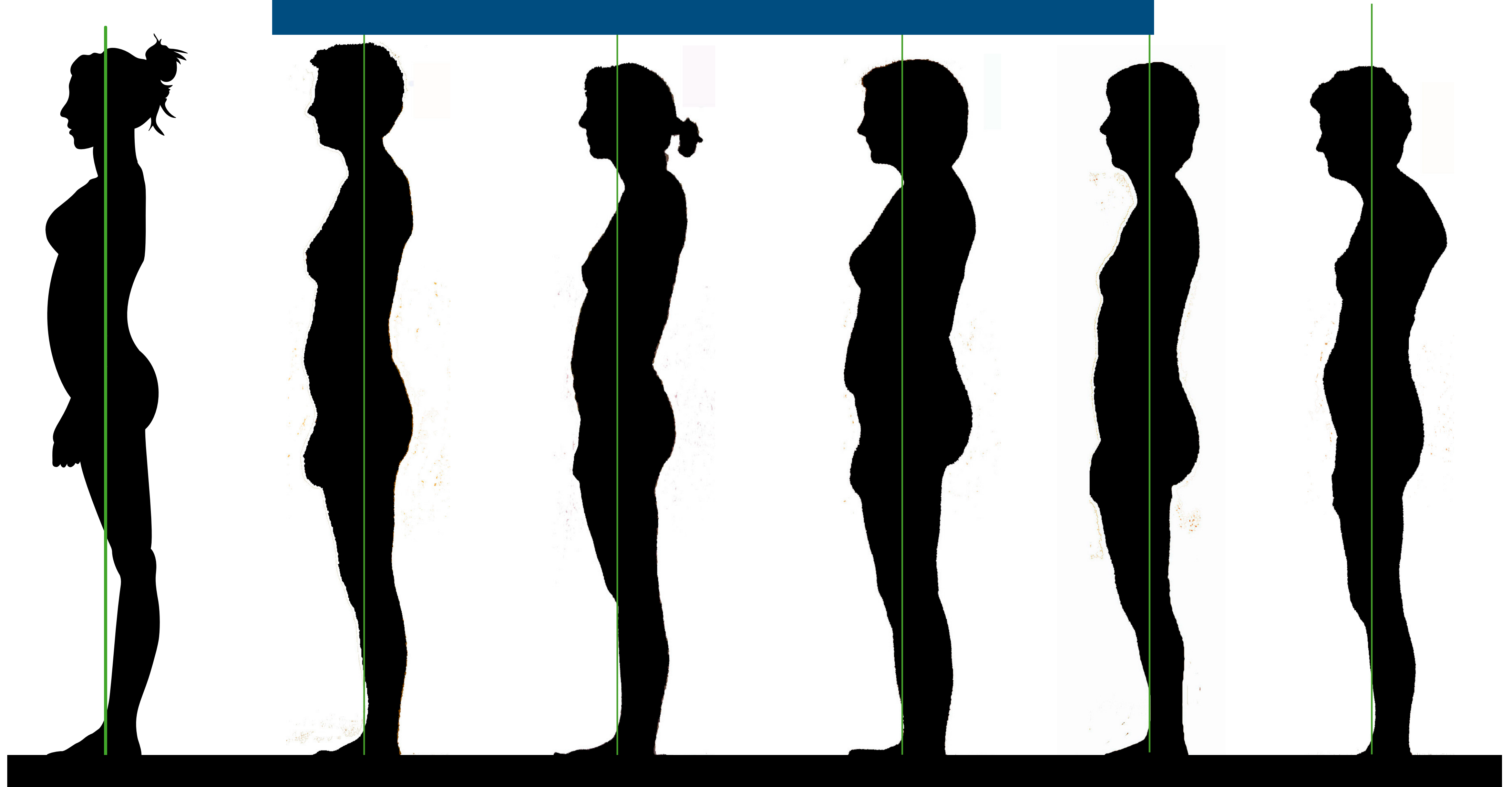
Cela favorise un jeu d'**action - réaction** entre ces chaînes
Antagonistes, conduisant à des escalades de tension
qui compliquent le tableau.

Les typologies combinées
sont monnaie courante



Exemples de typologies combinées

© Ph.C



PA - AP

PA (AP)

AP

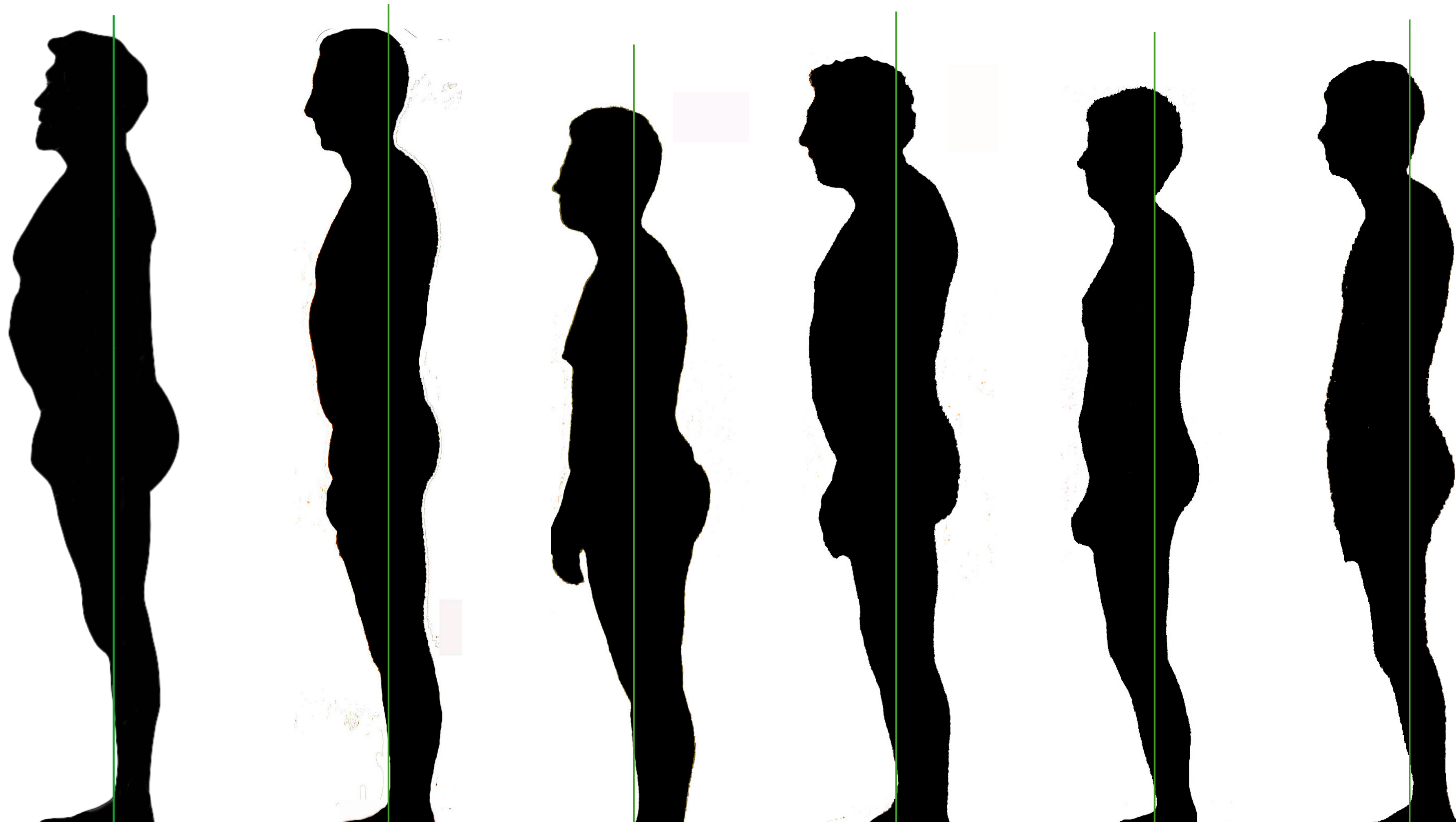
AM

AM - PL

AM - AL - AP

Exemples de typologies combinées

© Ph.C



PM

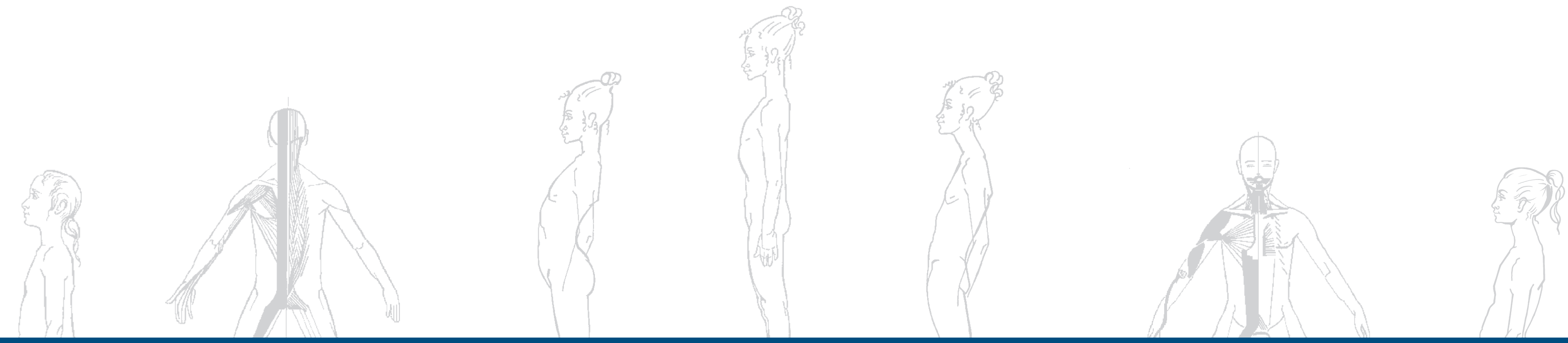
PM - AM

PM - AL

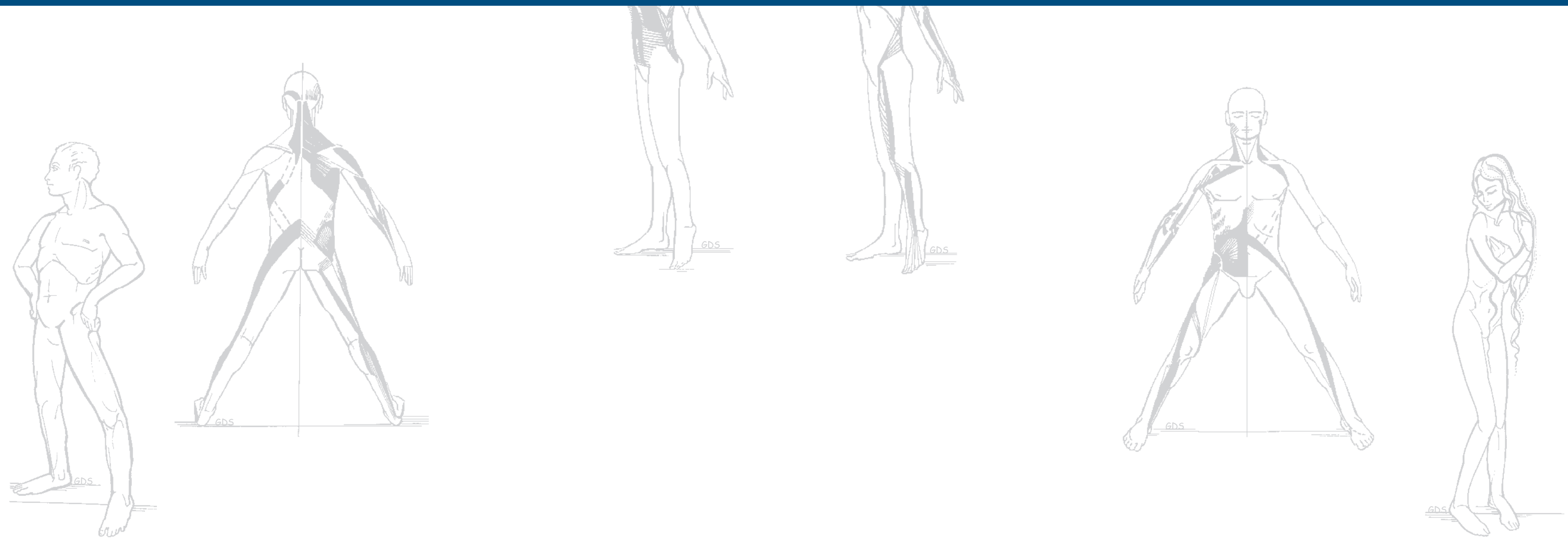
PM - AM

AM - PL

AM - PM



Qu'est-ce qui induit la constitution de ces chaînes de tensions myofasciale





Les pulsions comportementales

La personnalité se construit sur plusieurs bases :

La génétique

L'acquis ou épigénétique

LE BAGAGE GENETIQUE

En ce qui concerne les pulsions comportementales il s'agit d'un **projet à réaliser, une valise à remplir ou, encore, un terrain à cultiver.**

Chacun d'entre nous vient au monde avec son ou ses propres **potentiels qui ne demandent qu'à être réalisés.** Il s'agit en quelque sorte d'un **vide à combler.**

L'ACQUIS OU EPIGENETIQUE

l'acquis que l'on qualifie maintenant d'épi-génétique, et la génétique se mêlent dès le début de la vie. **L'acquis de la petite enfance** est déterminant et influencé par d'autres facteurs (projet parental, fidélité parentale...). Cet acquis **peut favoriser** ou, au contraire, **entraver** la réalisation du projet initial.

Ce sont les difficultés à réaliser son propre projet qui peuvent générer l'apparition de ces fameuses chaînes de tensions myofasciales.

Les chaînes ne reflètent donc pas ce que je suis, mais ce à quoi j'aspire, le plus souvent inconsciemment.

Freud a écrit :

« La cause déterminante de toutes les formes du psychisme humain doit être recherchée dans l'action réciproque des prédispositions innées et des événements accidentels ».

« L'être humain tombe malade en raison du conflit entre les revendications de la vie pulsionnelle et la résistance qui s'élève en lui ».

LA FACADE

Elle constitue un état des lieux à un moment de notre vie et révèle une partie de notre histoire, avec nos manques ainsi que les traces d'accidents de parcours, mais aussi les efforts que nous avons fait pour **masquer nos « faiblesses » et donner le change.**

Les chaînes de tension myofasciale sont révélatrices de nos manques, de nos frustrations.

Cette façade est respectable mais devrait **demeurer adaptable** et nous permettre de jouer la «comedia dell'arte», sans, bien sûr, perdre notre identité.

**Nous avons tous le droit à la différence,
mais nous ne devons pas perdre notre adaptabilité**

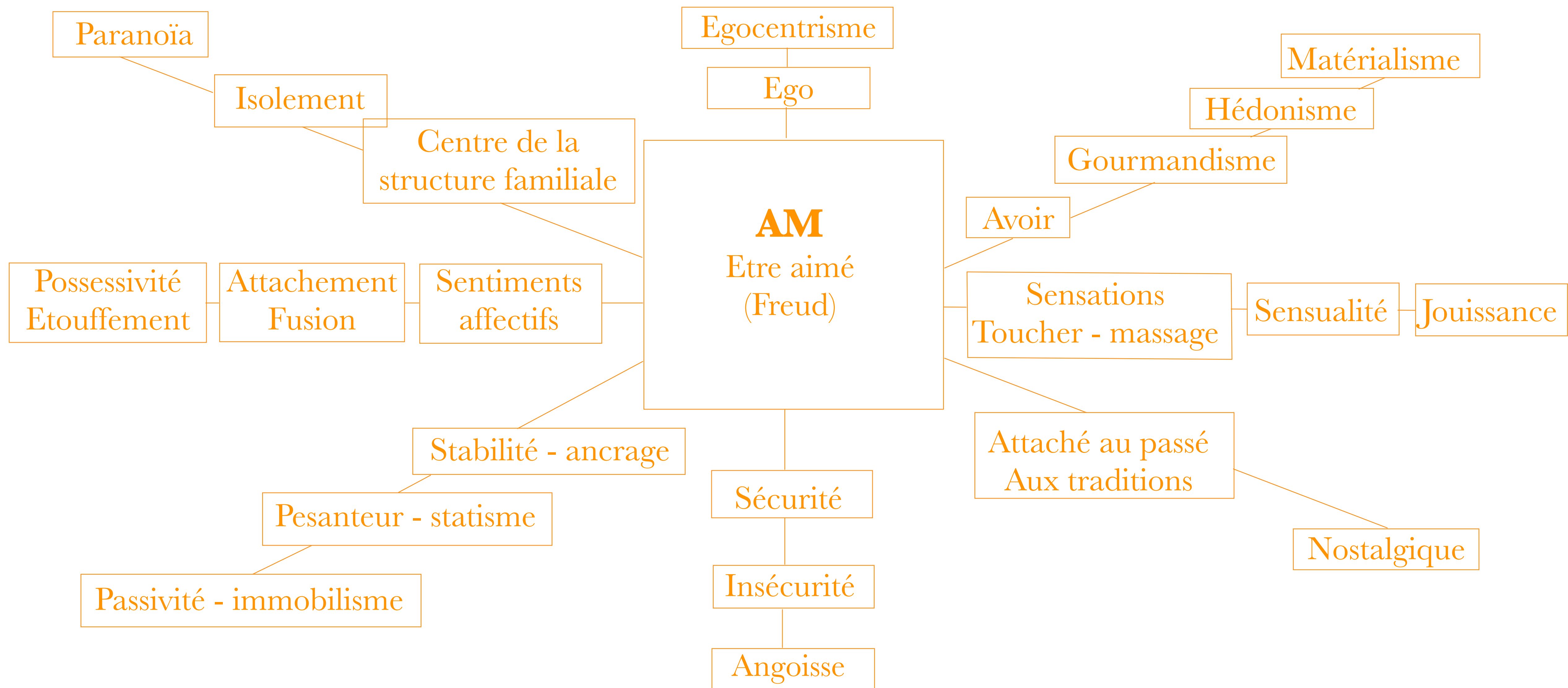
Le vide à combler de AM

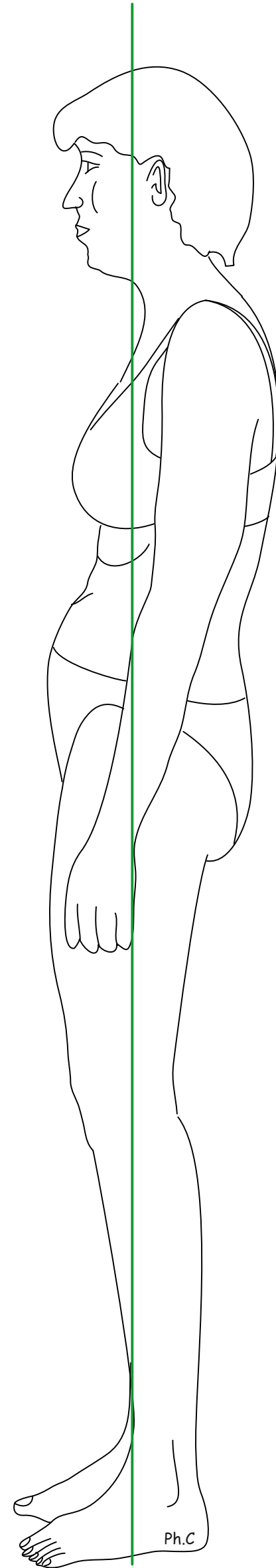
C'est un besoin de **sécurité** lié bien sûr à la notion d'**affect**. C'est ce qui peut permettre d'acquérir la confiance en soi. Ne pas l'acquérir peut générer **un sentiment d'insécurité permanent**, voire de **l'angoisse**.

Pour établir un rapport avec la psychanalyse, en reprenant la pensée de Freud, cela correspond à être aimé pour être capable d'aimer.

Pour nous, cela correspond à l'AM. En cas de non réalisation du projet, nous parlerons d'un **vide d'AM** ayant contribué à la constitution de chaînes de tension myofasciale antéro-médianes.

Orientations psychologiques propres à AM





Posture AM

Cette attitude révèle un besoin de sécurité, d'affect.

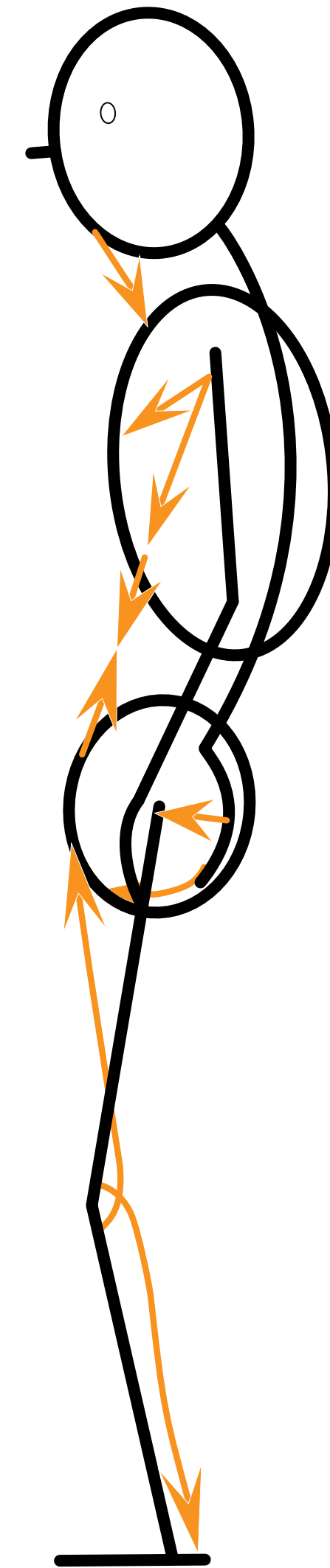
Le sujet est basculé en arrière et enroulé en cyphose.
Les masses sont en arrière de la ligne verte.

Les genoux sont en flexion.

Le thorax présente un diamètre antéro-postérieur réduit
et une dépression sternale.

La tête est basculée en avant.

Cette attitude résulte d'une activité permanente
des chaînes Antéro-médianes



Le vide à combler de PM

C'est le besoin d'**être utile**, de **maitriser**.

Pour établir un rapport avec la psychanalyse, en reprenant la pensée de Freud, cela correspond à pouvoir travailler. Ne pas y parvenir génère **la peur**.

Pour nous, cela correspond à la PM. En cas de non réalisation du projet, nous parlerons d'un **vide de PM** ayant contribué à la constitution de chaînes de tension myofasciale postéro-médianes.

Orientations psychologiques propres à PM

Rigorisme, cartésianisme,
Entêtement.

Rupture des racines,
rejet du passé.

Le mental et le verbe
Parole, réflexion, pensée,
imagination,
analyse logique, rationalisme.

PM
Etre utile
(Freud)

Hors soi
Détachement, abnégation.

Effort, performance,
dépassement, épreuve.

Non respect
du corps.

Conquête
Savoir et savoir-faire,
exploration.
Guerrier protecteur.

Peur

Action
Entreprenant,
réalisateur.

Hyperactif,
hyperkinétique

Guerrier attaquant,
envahisseur

Posture PM

Cette attitude révèle un besoin de maîtrise de l'environnement, de performance un besoin d'action qui peut conduire à l'hyperkinétisme.

Le sujet est propulsé en avant.

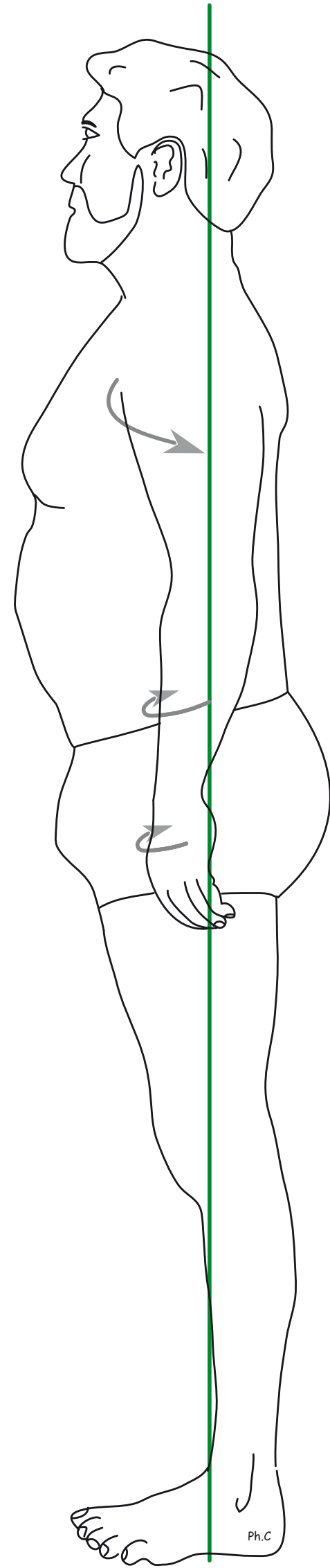
Les masses sont en avant de la ligne verte.

Les genoux sont en récurvatum des tibias.

Le dos est plat, le thorax déployé en avant et le sternum horizontalisé.

La tête est basculée en arrière.

Cette attitude résulte d'une activité permanente des chaînes Postéro-Médianes



Le vide à combler de PA (AP)

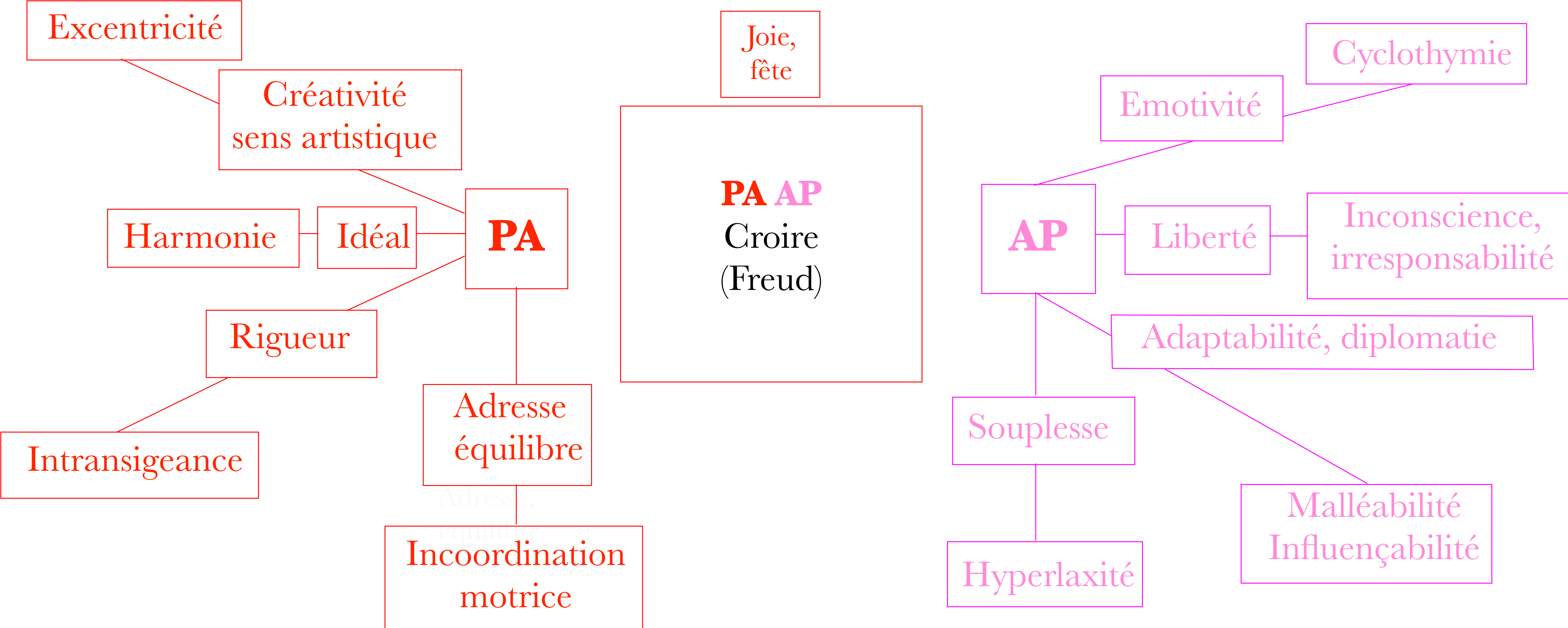
C'est le **besoin d'idéal**, de justesse, d'harmonie, voire d'absolu. Pour le psychanalyste cela correspond à la capacité de **croire** en quelque chose.

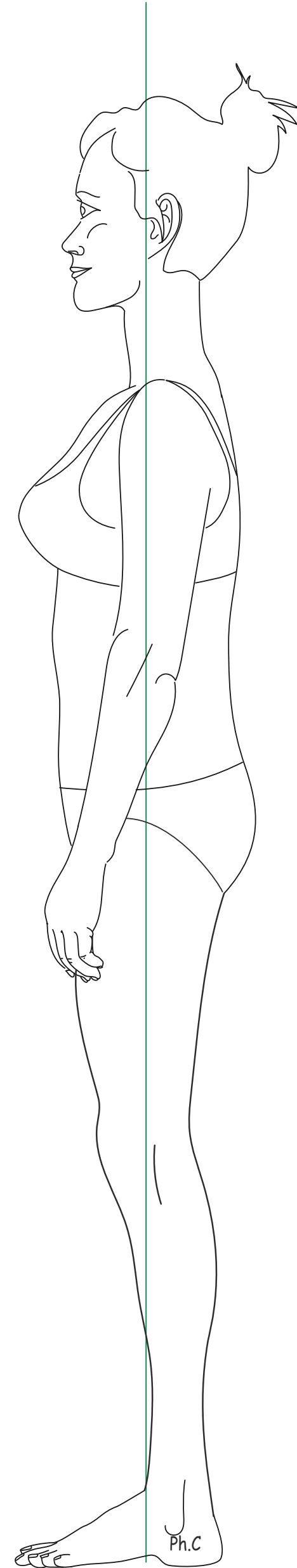
Ne pas trouver matière à combler ce besoin, risque de générer la **démotivation** ou au contraire la **réactivité**.

Cela concerne les structures **PA** et **AP** qui sont plus complexes que les autres.

L'absence de modèle susceptible de motiver un idéal durant l'enfance, peut susciter une **démotivation** et engendrer une carence d'activité de **PA**

Orientations psychologiques propres à PA et AP





Posture PA

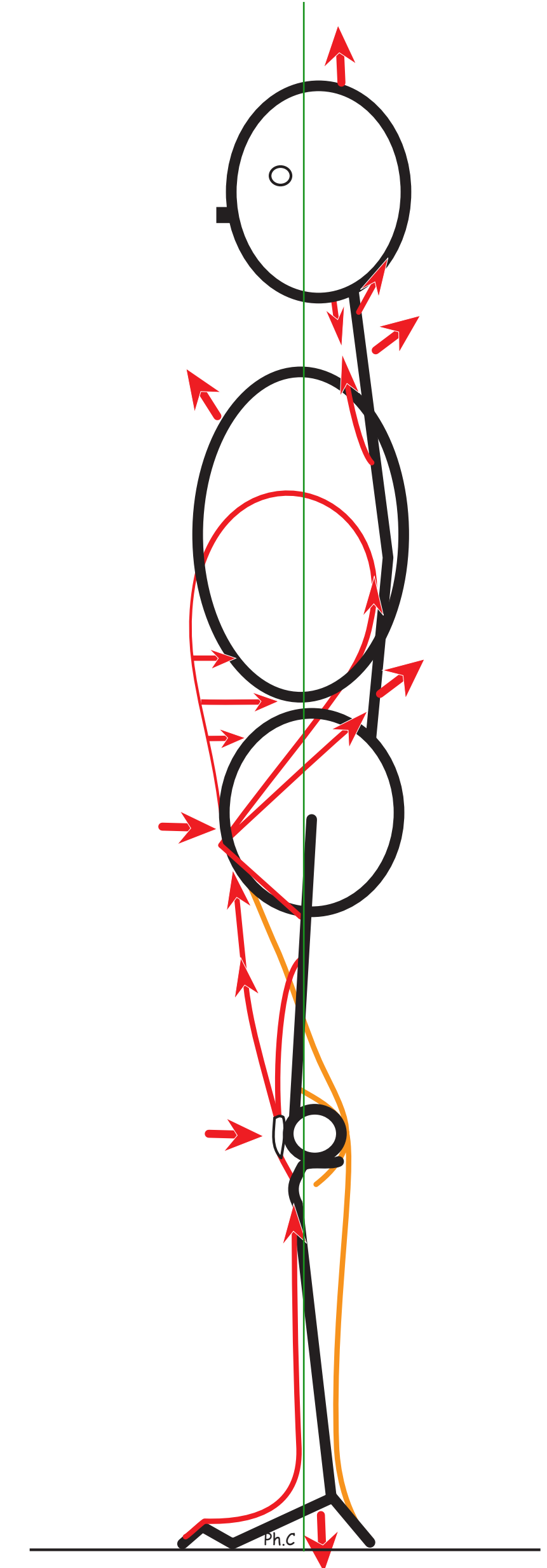
Cette attitude révèle une recherche d'idéal, de perfection ces sujets font souvent preuve d'une grande **réceptivité** qui peut se transformer en **réactivité**.

Le sujet est **érigé** dans une attitude altière dont se dégage une certaine noblesse.

Les masses sont parfaitement alignées par rapport à ligne verte.

Les courbures vertébrales sont atténuées et le thorax maintenu en inspir.

Cette attitude résulte d'une activité permanente des chaînes Postéro-Antérieures

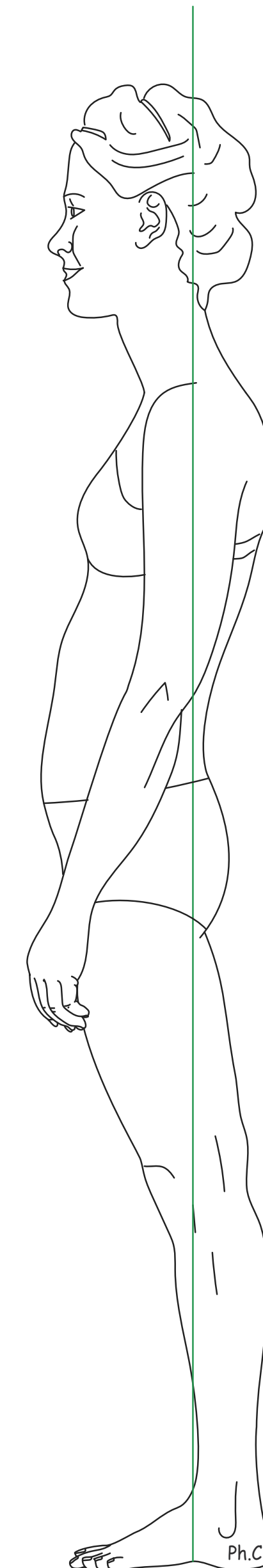
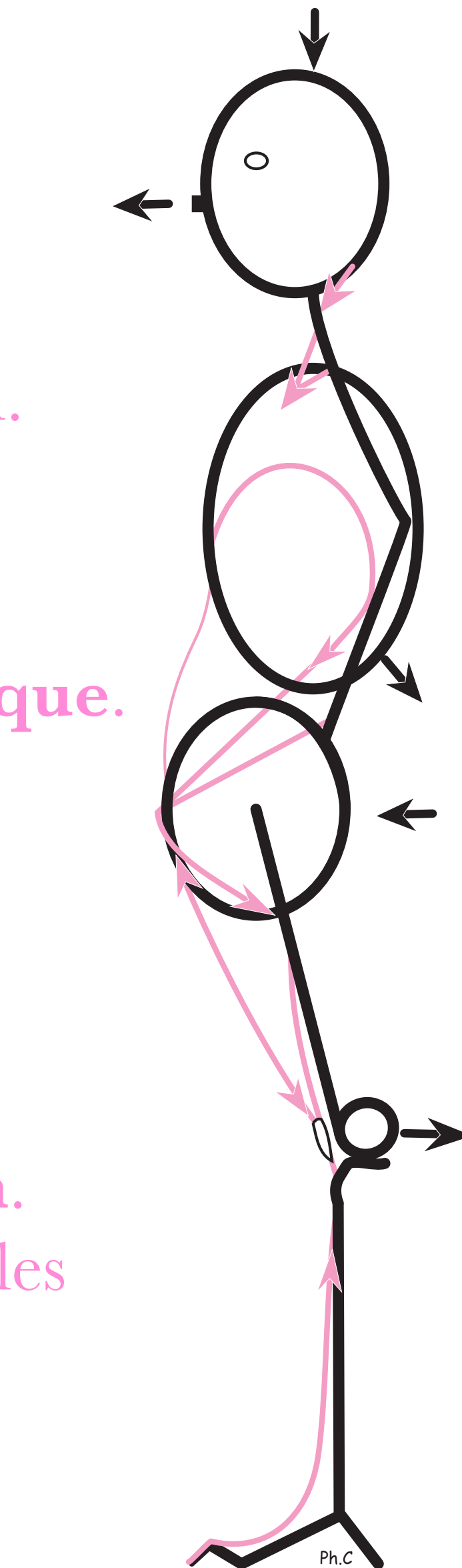


Posture AP

Cette attitude peut révéler
une certaine démotivation par absence d'idéal.
Ces sujets se caractérisent également
par une grande **émotivité**.

Le sujet est **affaîssé** dans une **attitude asthénique**.
Les masses ondulent dans le plan sagittal
et les genoux sont en récurvatum.
Le thorax est affaîssé en expir.

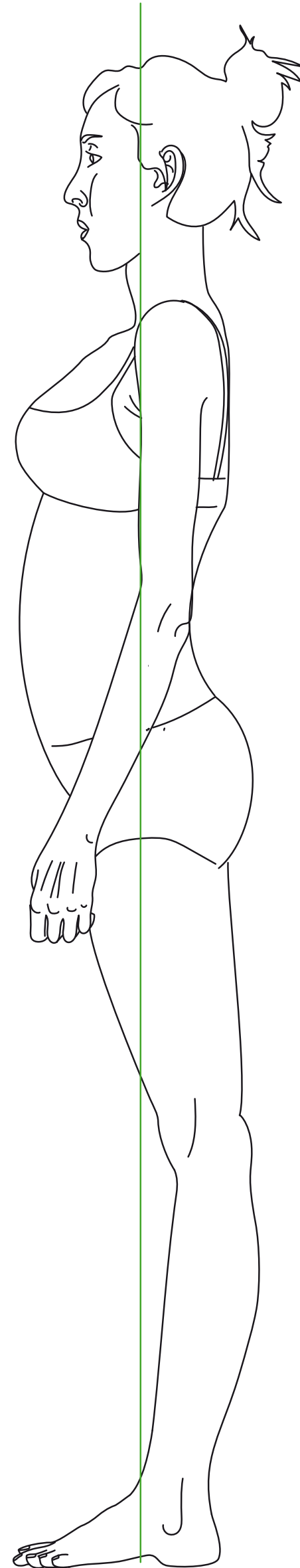
Cette attitude fait exception à la règle
dans le mesure ou **il n'y a pas de tension**.
Le sujet est appuyé passivement sur les muscles
de cette AP



Cette attitude ne doit pas
systématiquement faire penser
à une carence d'activité de l'AP

Il est nécessaire
de faire la différence entre
une véritable AP adynamique
et une simple attitude cachant
une AP capable d'entrer en action
à tout moment.

Posture PA-AP



Cette attitude révèle un **besoin d'affirmer son idéal**.
Ces sujets sont parfois très **réactifs**, voire **impulsifs**

La colonne cervico-dorsale est en **hyper-rectitude**
et le thorax bloqué en inspir.

La **lordose lombaire est exagérée au dessus**
d'un pelvis antébasculé.

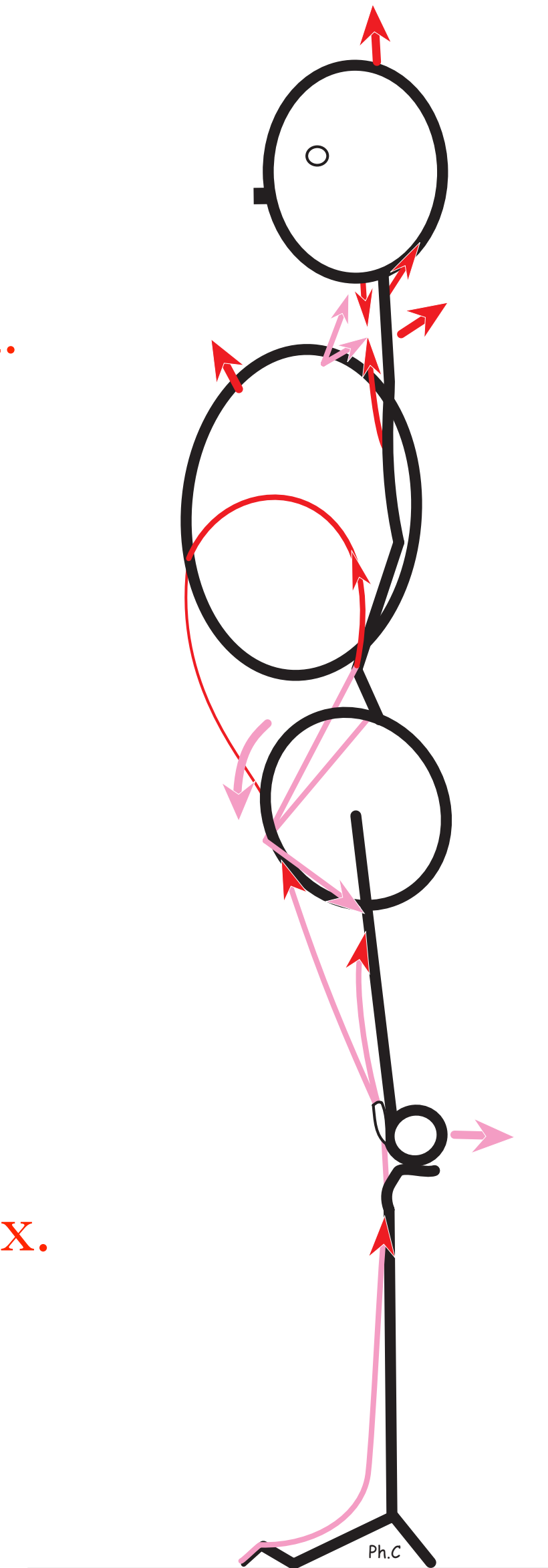
Les genoux sont en récurvatum des fémurs.

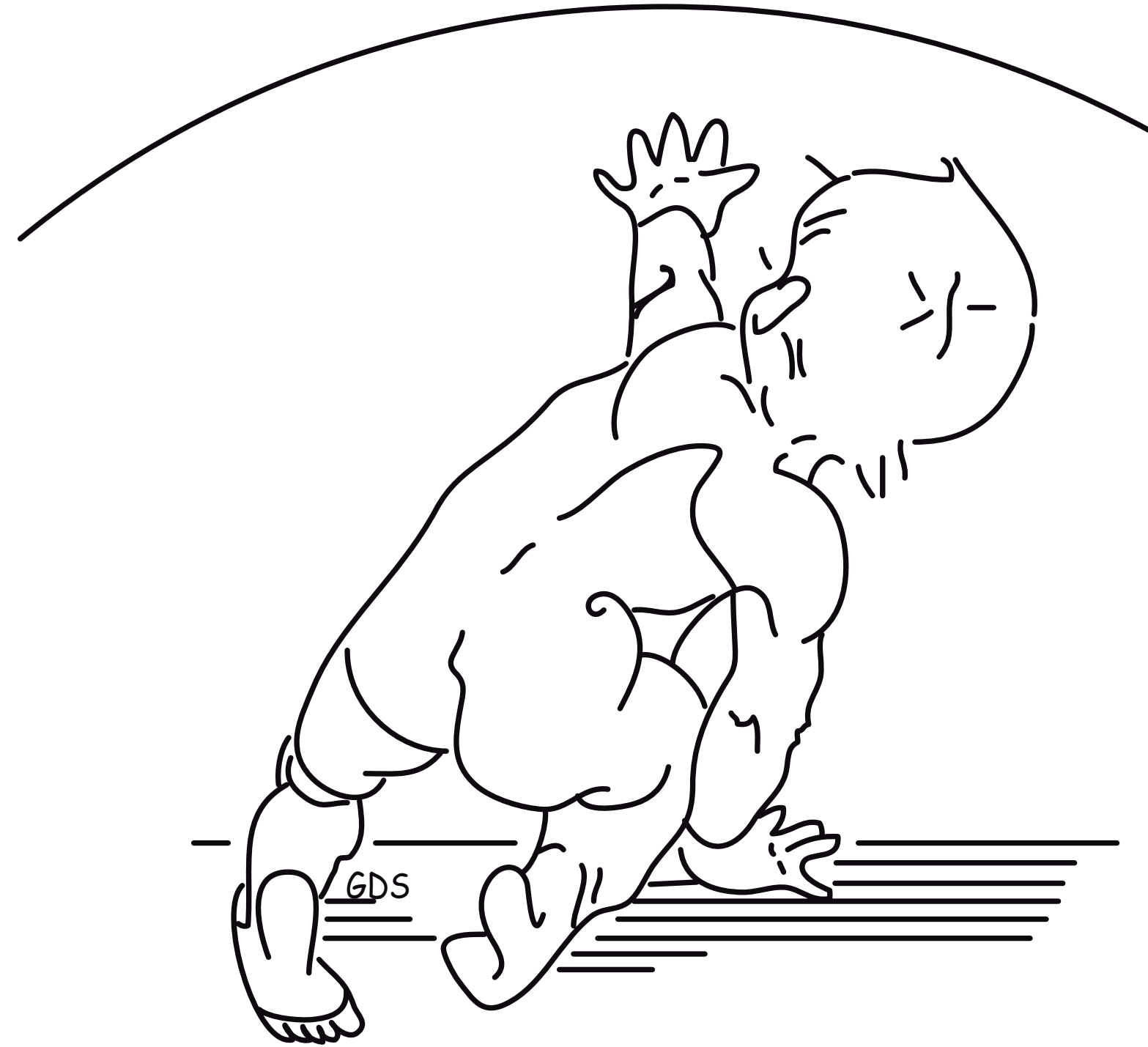
PA et AP

entrent en compétition et se partagent le territoire.

PA conserve la colonne cervico-thoracique et le thorax.

AP récupère la colonne lombaire,
le bassin et les membres inférieurs





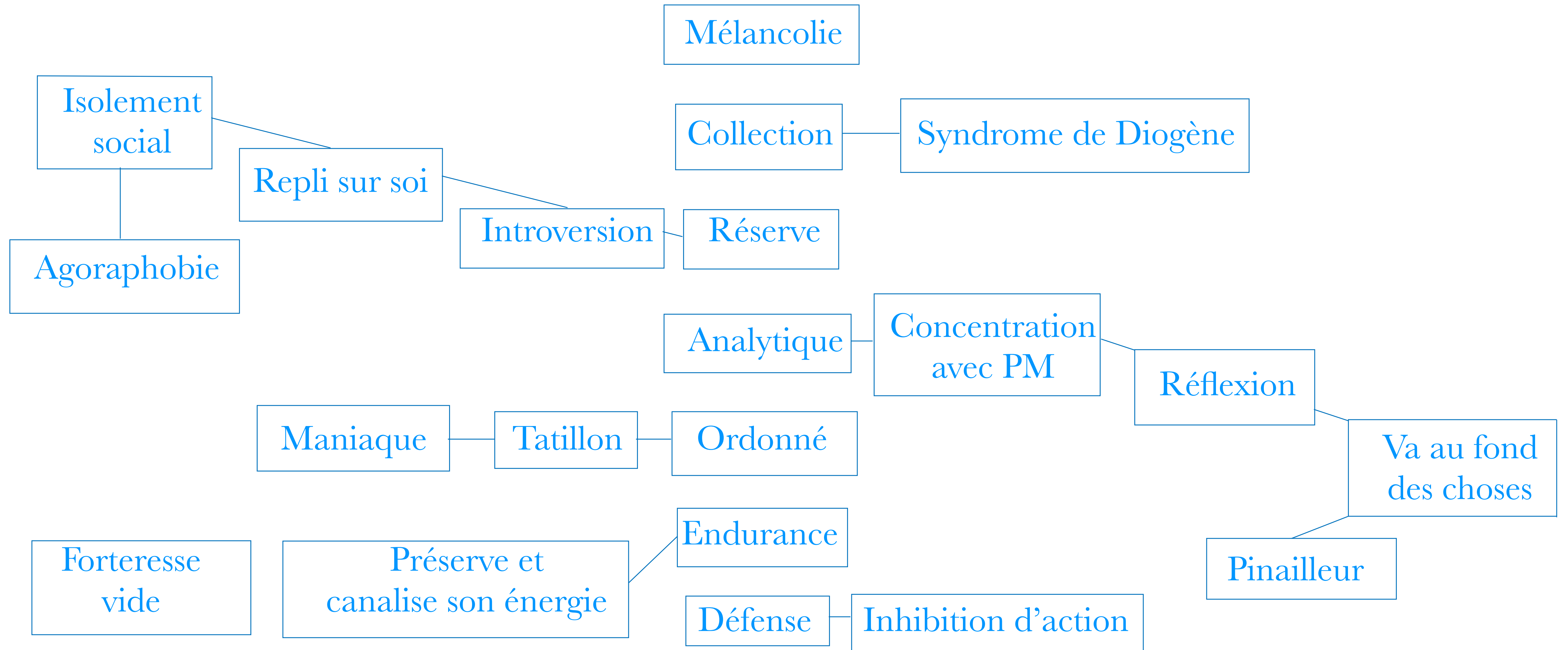
PL va à la rencontre
de son environnement



AL ramène le milieu à soi
pour l'analyser

AL et PL
structures relationnelles

Orientations psychologiques propres au mode relationnel AL



Attitude révélatrice d'une tendance AL

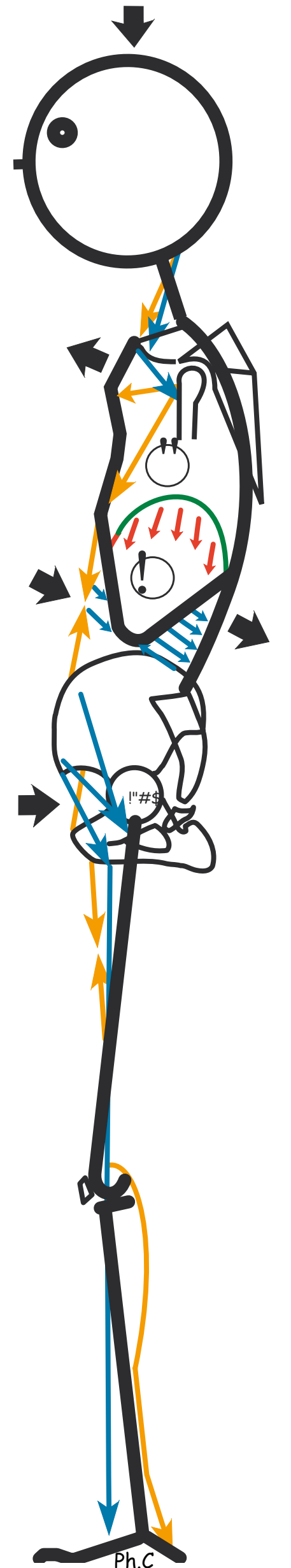
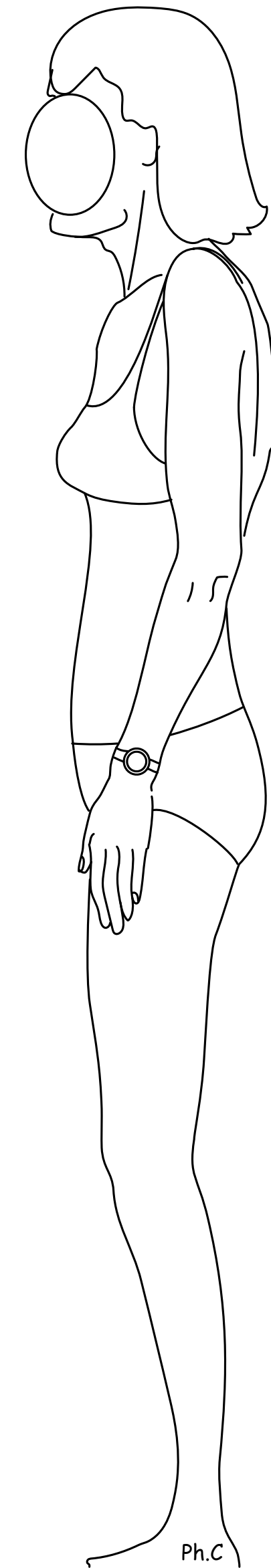
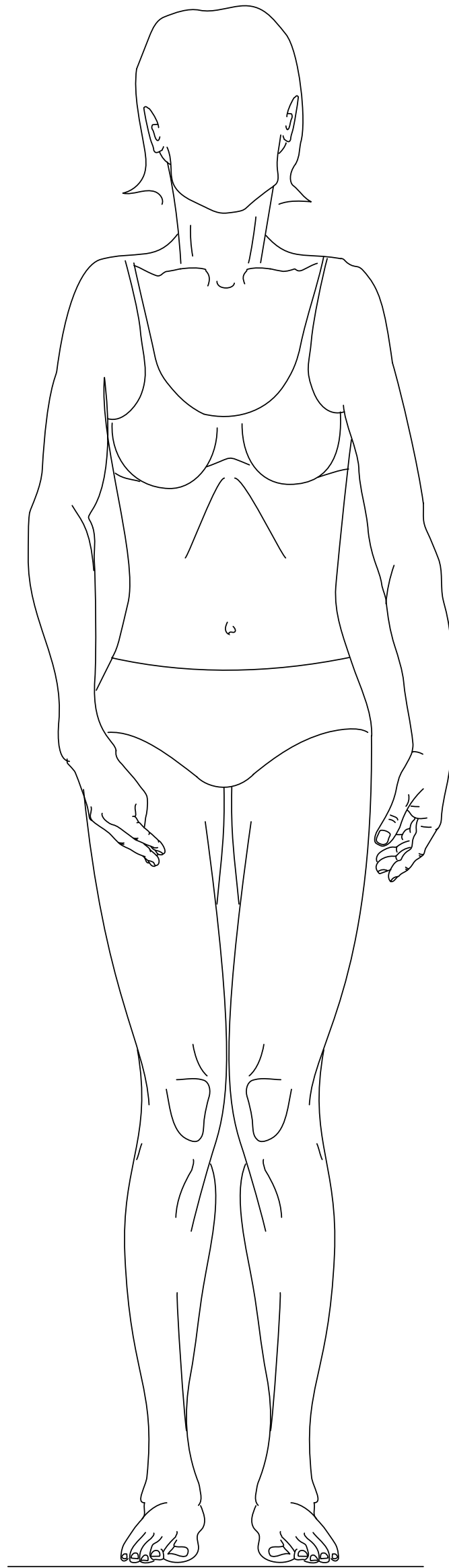
Cette attitude révèle
une certaine **réserve**
par rapport à l'environnement.
et une tendance à l'introversion

Le sujet est **replié** dans les plans frontal et horizontal.

Les coxo-fémorales sont maintenues
en rotation médiale et flexion
mais les ailes iliaques sont déployées

Les scapulae sont resserrées et la tête rentrée entre les épaules

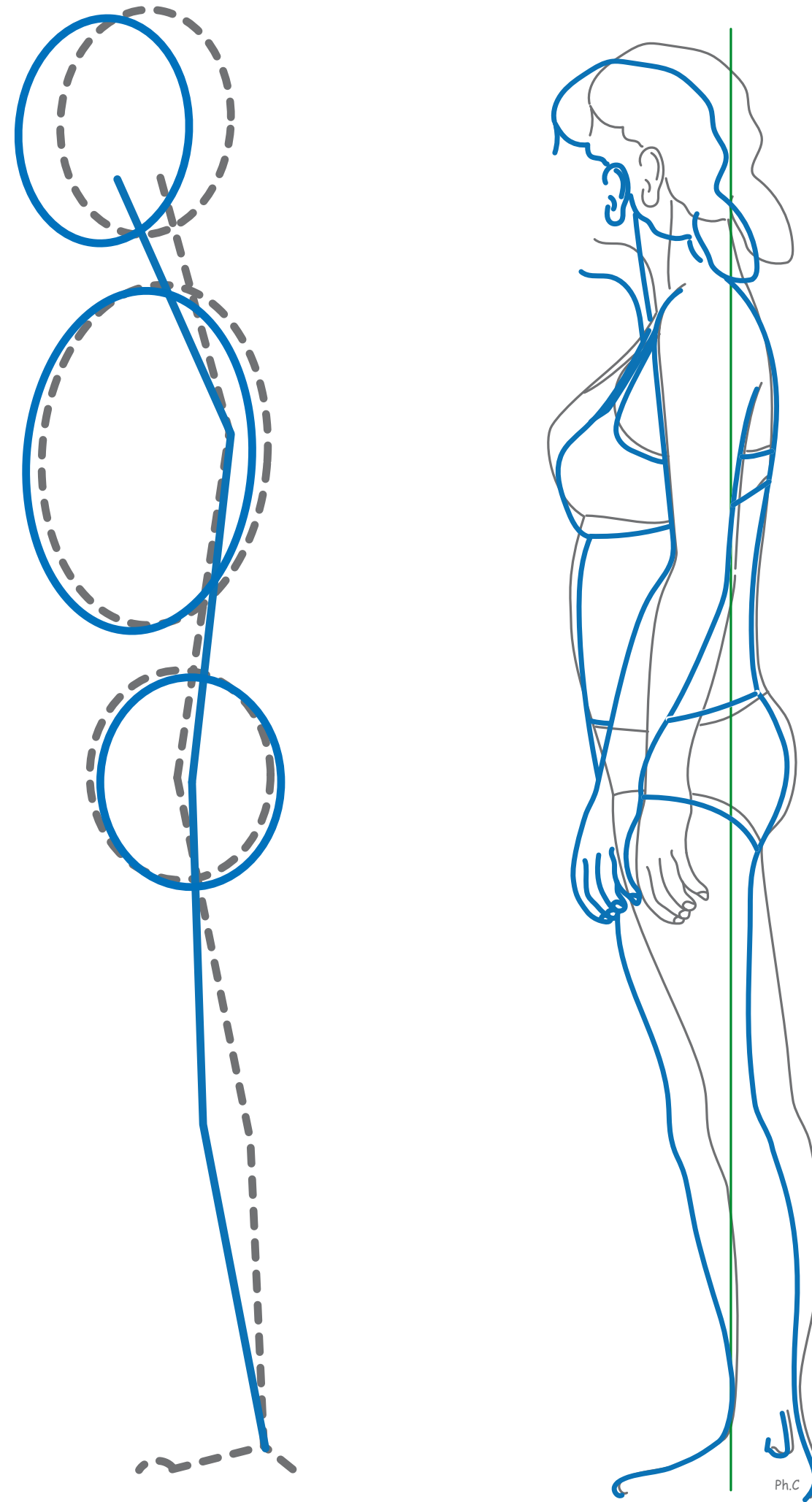
Cette attitude résulte d'une dominance d'activité
des chaînes antéro-latérales



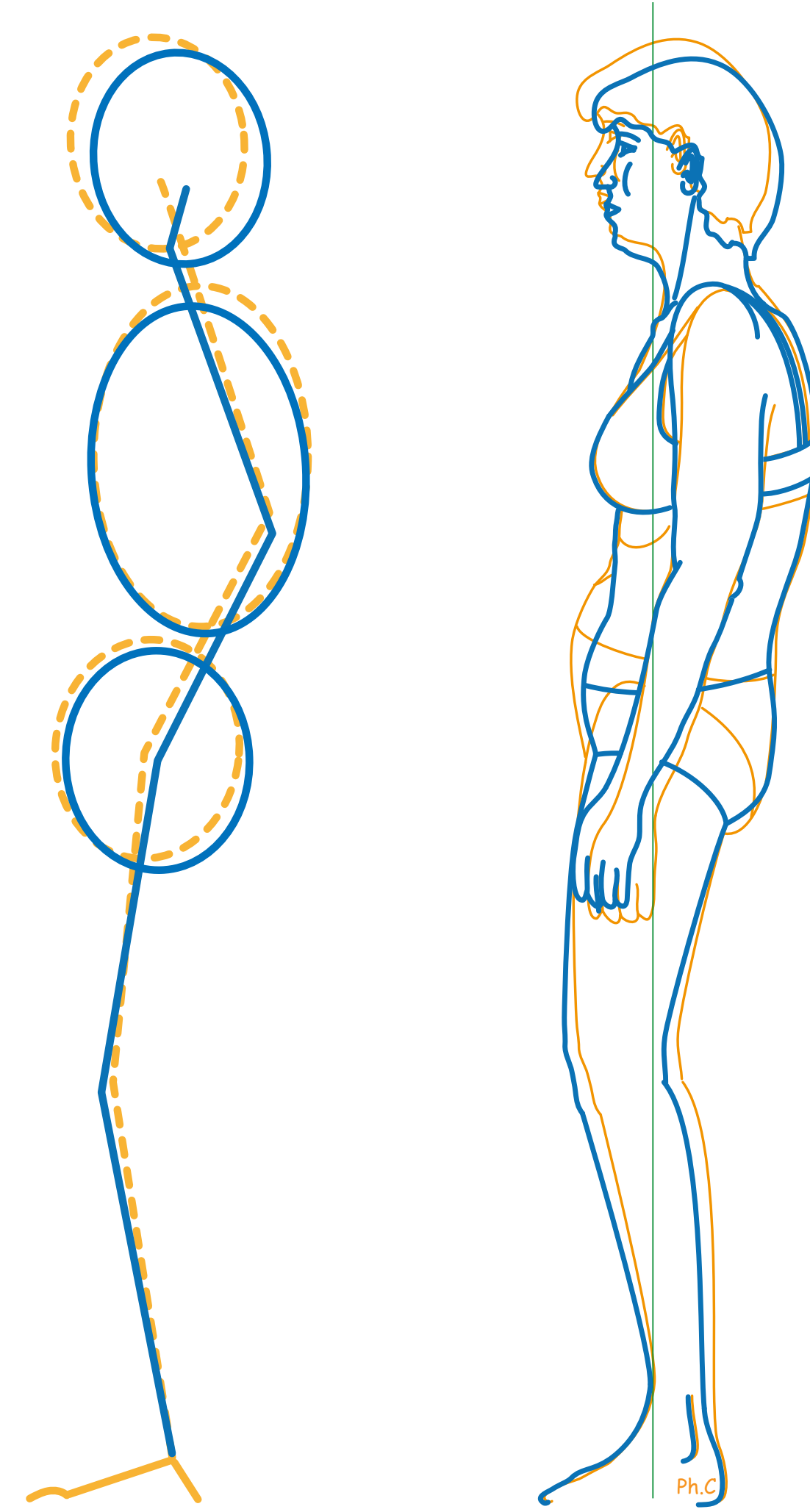
Les chaînes de l'axe relationnel se combinent avec les chaînes de l'axe vertical

© Ph.C

Les structures de l'axe horizontal sont à la base de la forme d'expression de celles de l'axe vertical.



AL tempère PM



AL augmente
l'inertie de AM

Orientations psychologiques propres au mode relationnel PL

Colère

Extraversion

Besoin de
communiquer

Synthétique

N'approfondit pas

Curiosité

Touche à tout

Dispersion

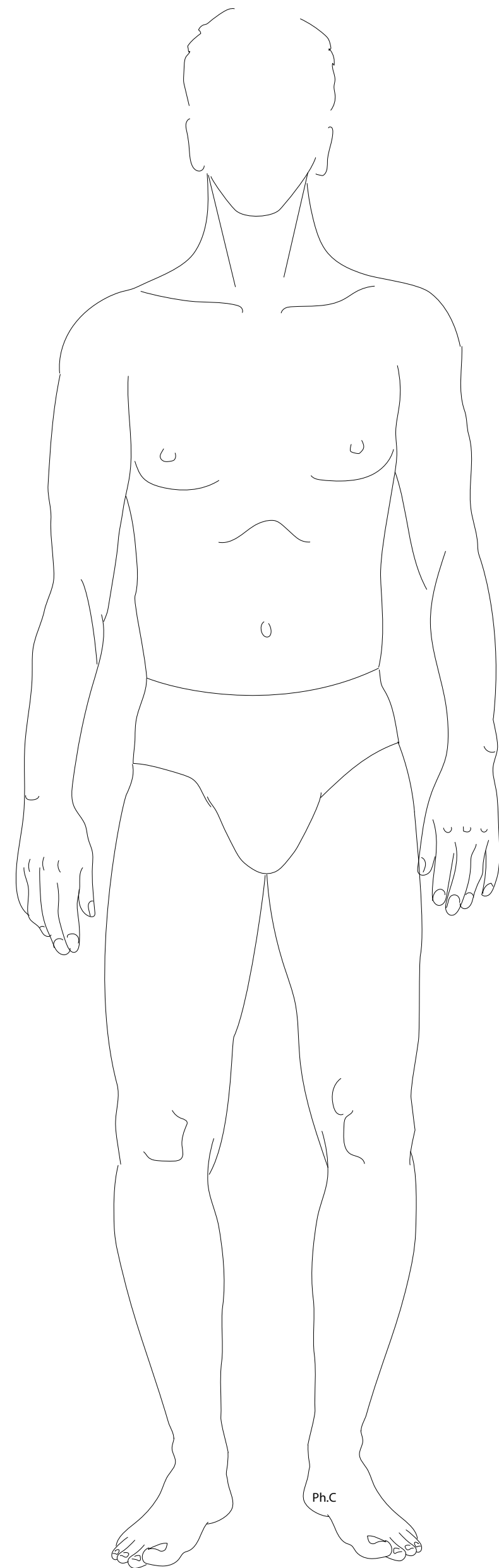
Gaspille son énergie

Au coup par coup

Energique

Ne va pas
au fond des choses

Fuite



Attitude révélatrice d'une tendance PL

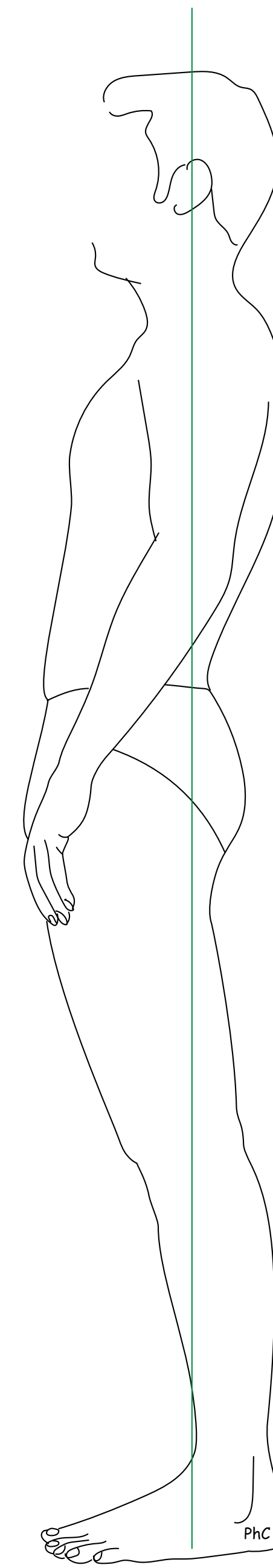
Cette attitude révèle
Un besoin de communiquer
et un tempérament plutôt extraverti

Le sujet est déployé dans les plans frontal et horizontal.

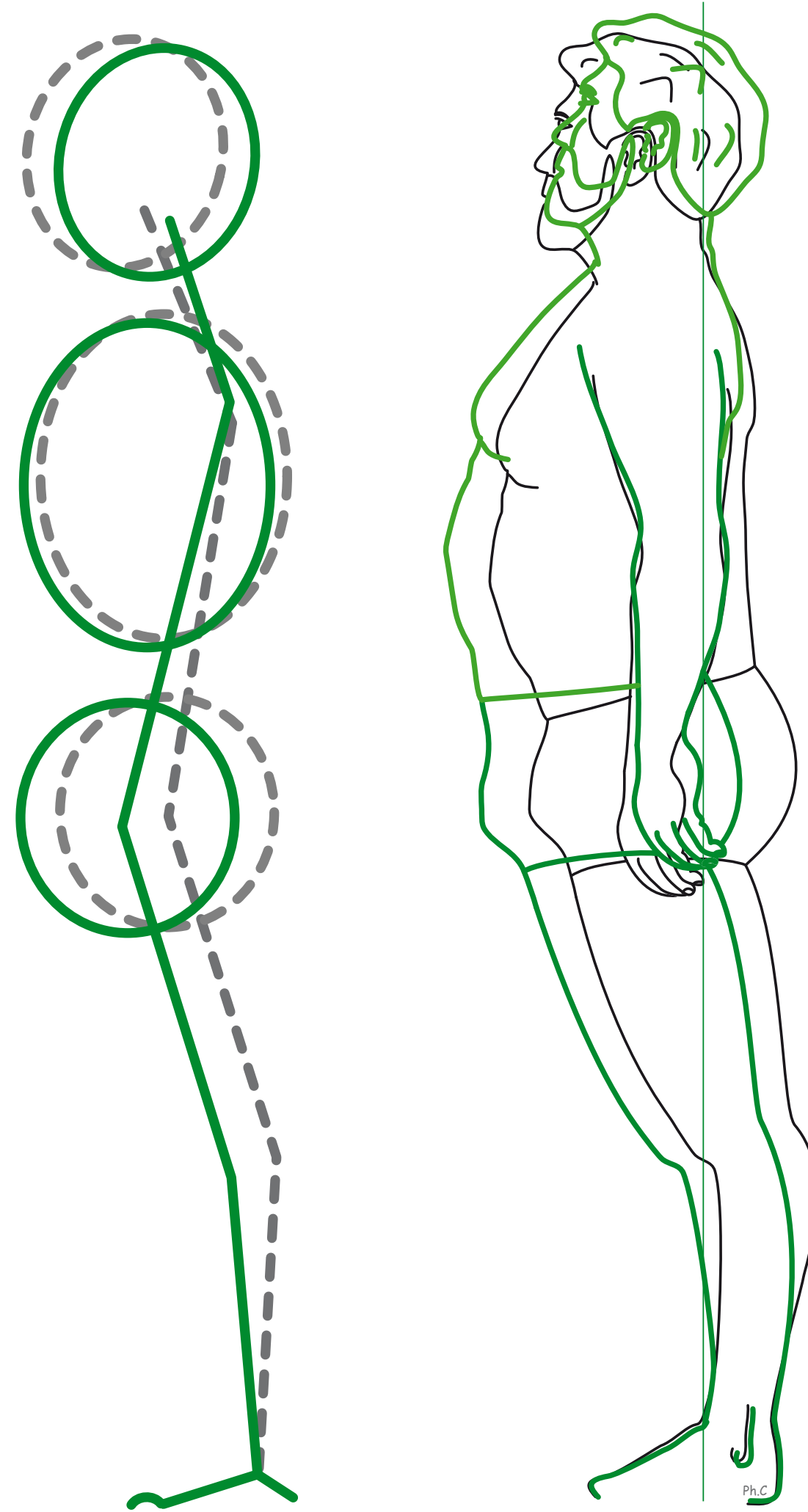
Les coxo-fémorales sont maintenues
en abduction et rotation latérale

Les épaules sont larges

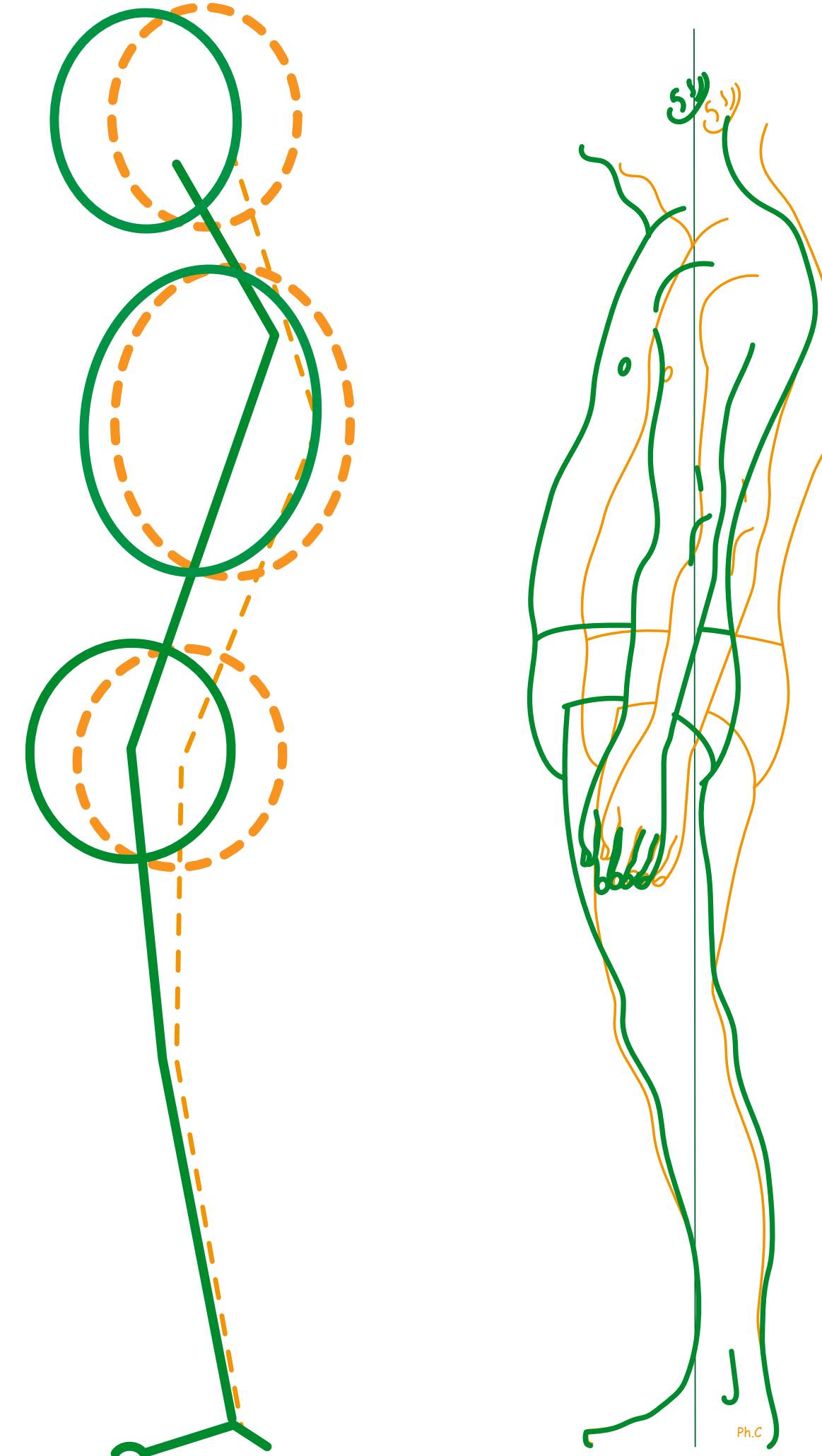
Cette attitude résulte d'une dominance d'activité
des chaînes postéro-latérales



Les chaînes de l'axe relationnel se combinent avec les chaînes de l'axe vertical



PL aggrave l'hyper-activité de PM



PL dynamise AM

En guise de conclusion



Le concept des chaînes musculaires et articulaires GDS base ses interventions sur la notion de terrain prédisposant. Force est de constater que la gestuelle faussée et la posture sont souvent impliquées dans de nombreux dysfonctionnements, y compris dans les traumatismes éventuels. Il convient néanmoins d'établir un rapport de cause à effet évident entre ce que nous révèle nos tests et analyses et le dysfonctionnement.

Les données psycho-comportementales révélées par l'analyse de la posture nous permettent d'individualiser le traitement en choisissant les outils les mieux adaptés.

« toutes les techniques sont bonnes, à condition toutefois qu'elles soient adaptées au patient et non l'inverse ».

Loin de nous l'idée de jouer les psychanalystes. Cependant la constitution de chaînes de tension myofasciale enferme le corps dans une armure musculaire et fait perdre son adaptabilité au patient. Le libérer de cette armure peut ouvrir la porte au changement et aider le travail du psychothérapeute ou du psychanalyste.

WINNICOT. D.W., traduit par Annette Strock-Robert - *L'Enfant et sa famille*, Payot, coll. Petite Bibliothèque Payot , 2006

LABERGE .A. , « *L'art des constellation familiales : comprendre son héritage familial et libérer son passé* » , Bloom Editions 2024

FREUD. S, « *Le moi et le ça* », traduit par J. Laplanche - Petite Bibliothèque Payot , 2010

DENYS-STRUYF G., « *Les chaînes musculaires et articulaires* », Bruxelles, I.C.T.G.D.S., 1987.

LABORIT H., « *La légende des comportements* », Paris, Flammarion, 1994.

LESAGE B., « *Jalons pour une pratique psycho-corporelle* », Collection l'Ailleurs du Corps, Ed. érés, 2012.

PIRET. S. Et BEZIERS M.M. , « *La coordination motrice* », Paris, Masson 1971.