

Zeitschrift: Der Heilmasseur-Physiopraktiker : Zeitschrift des Schweizerischen Verbandes staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker = Le praticien en massophysiothérapie : bulletin de la Fédération suisse des praticiens en massophysiothérapie

Herausgeber: Schweizerischer Verband staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker

Band: - (1954)

Heft: 136

Artikel: De quelques notions Psycho-Physiologiques et méthodologiques du mouvement volontaire indispensables en Kinésithérapie

Autor: Voillat, F.P.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-930915>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 04.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

De quelques notions Psycho-Physiologiques et méthodologiques du mouvement volontaire indispensables en Kinésithérapie

par F. P. Voillat, Lausanne

Il vous est sans doute arrivé à tous, une fois eu l'autre, en cédant à un élan intérieur ou à un acte de bonne volonté, de prendre un engagement qui — à priori — paraît facile à réaliser, mais qui, en réalité, ne l'est pas du tout. Des notions élémentaires, des principes de base acquis d'enthousiasme au cours des années de jeunesse et d'études, puis longuement mûris et expérimentés au creuset de la pratique, et qui demeurent constamment la base rationnelle et indispensable de toute action éducatrice et rééducatrice, digne de ce nom, deviennent des «compagnons de travail» d'une grande simplicité et d'une grande clarté. Mais lorsqu'on est tenté d'en faire l'analyse, puis la synthèse, on se heurte pour les exposer à d'énormes difficultés.

La discussion du sujet annoncé ne pouvait y échapper et d'autant moins que tous les éléments du complexe humain: anatomiques, physiologiques, psychiques, mentaux et spirituels se dressent spontanément devant vous.

Toute action éducatrice, même la plus strictement somatique, toute intervention rééducatrice pose d'office, à l'éducateur et au gymnaste médical, des problèmes aussi multiples que fluctuants, comme seule la nature de l'homme peut en poser. Cette complication se trouve encore singulièrement accrue par les caractères d'individualité, de spécificité et d'unicité de l'être humain. Cependant, la difficulté est plus grande encore. Ainsi, en face de *l'action*, de *l'acte*, même considéré sous une de ses expressions la plus simple, le *mouvement volontaire*, n'a ni le même sens, ni la même interprétation de la part du physicien, du chimiste, du biologiste, de l'anatomiste, du physiologiste, du psychologue, du pédagogue, du philosophe et du spiritualiste.

Or, et j'ai la certitude d'avoir votre assentiment, en reconnaissant que le *mouvement volontaire*, les principes de son enseignement, de son éducation, les buts qu'ils permettent d'atteindre, les techniques qui sont à discuter, à choisir, à sélectionner, puis à adapter et à contrôler, constituent — si je puis dire, le «leit-motiv» de nos professions. Educateurs physiques et gymnastes médicaux ont donc pour devoir essentiel d'en discuter, et c'est ce que nous ferons tout à l'heure.

Mais votre adhésion sera peut-être moins absolue, et vous éprouverez, sinon moins d'intérêt, moins de désir de faire vôtre une préoccupation personnelle et constamment soucieuse d'essayer de demander à toutes les sciences du corps et de l'esprit, des bases et des directives pouvant donner à nos actions professionnelles, centrées par leur nature sur l'organicité, une vue et une action plus totalement humaines, en face de l'homme sain aussi bien que du malade.

Tout mouvement volontaire est, par définition, un *acte psycho-moteur*: la conscience, les centres nerveux supérieurs et médullaires, les nerfs et les muscles sont engagés hiérarchiquement. Les sciences biologiques nous fournissent d'utiles et indispensables éléments de connaissance, pour que l'éducation du corps et la thérapie par le mouvement tentent enfin de se dégager définitivement de tout empirisme grossier. Cette tentative n'est pas aussi aisée que d'aucuns le supposent. Un seul exemple suffirait à le prouver: Quiconque a suivi l'évolution historique et doctrinale de l'éducation physique et de la gymnastique médicale ne peut, en effet, que s'étonner alors que nous sommes au stade de la *période dite scientifique*, d'enregistrer cette incroyable survivance de la mentalité et du mouvement empirique, énon-

cée et vulgarisée par un homme de l'envergure du Dr. BOIGEY quand il écrit: «Remuer, tout est là». Or, ainsi envisagé, le mouvement volontaire ne saurait être scientifique puisque des bases qui se prétendent rationnelles ignorent, par exemple, tout l'aspect morpho-statique du mouvement, ce qui reviendrait tout simplement à admettre qu'en face de l'homme sain et du malade, la *forme* et la *fonction* sont sans rapports et sans influences réciproques. En élevant et en élargissant la discussion dans cette voie, on finirait par ne plus se préoccuper des rapports du corps et de l'esprit, de la constante inter-pénétration des facteurs psychiques et organiques, de l'action et de l'influence réciproques de la vie mentale et de la vie physique.

Or, s'il importe avant tout de bien préciser les bases anatomiques et physiologiques du mouvement éducatif, rééducatif et thérapeutique, il est bienséant de reconnaître que l'aspect *bio-dynamique* du problème est le plus facile à déterminer et à mettre en pratique. Tout mouvement, tout exercice, en éducation physique aussi bien qu'en kinésithérapie, qui n'est pas rigoureusement justifiable et précis du point de vue anatomique, et dont les effets physiologiques ne correspondent pas strictement aux besoins du cas et du sujet à qui on le fait exécuter, ne sont plus qu'une gesticulation, non pas dénuée de toute valeur — tant le besoin de mouvement est grand dans notre civilisation — mais d'une valeur toute relative, et qui enlève à l'éducation corporelle et à la thérapie par le mouvement, tout caractère scientifique. Enfin, des données psychologiques, pédagogiques et techniques se révèlent indispensables pour la détermination du choix, de la sélection, de l'application, de l'exécution et du dosage, de la progression, de la durée, du rythme, de la surveillance et du contrôle des exercices. Nous y reviendrons tout à l'heure.

Cet aspect *bio-dynamique de l'activité musculaire* volontaire n'est pour ainsi dire, que la perspective la plus rationnelle du problème qui nous occupe. En poursuivant notre analyse, nous découvrons bien

vite — ou soupçonnons — les innombrables facteurs irrationnels, liés aux activités psycho-sensori-motrices qui viennent s'intégrer à toute activité musculaire volontaire.

L'éducateur physique et le gymnaste médical ne peuvent, en effet, jamais oublier que toute *leur action sur le plan somatique, repose sur l'intimité de l'union anatomo-physiologique de la cellule musculaire, agent d'exécution et de la cellule nerveuse ou neurone, agent de commandement.*

Et comme l'a si bien dit notre regretté et vénéré Maître, le Dr. TISSIE, le plus grand apôtre du suédisme, ce Ling de l'époque moderne: «On ne peut dissocier ces deux actions mutuelles sans provoquer l'impotence ou la maladie. C'est pourquoi l'entraînement méthodique des deux cellules par les mouvements analytiques disciplinés et impersonnels, en créant des mémoires disciplinées, en raison même de la discipline imposée aux mouvements par l'analyse, élève la puissance de l'action psycho-motrice de chacune de ces personnalités cellulaires et de leur collectivité».

Et quand on comprend, encore avec TISSIE: «que la moëlle épinière est le portrait du muscle, «on saisit du même coup, tout ce que le mouvement volontaire, analytique et synthétique, apporte de perfection fonctionnelle et de valeur dans l'automatisme».

Et c'est, en éducation physique et en kinésithérapie, tout le complexe des mécanismes du dressage, forme mineure de l'éducation qui, à la lumière des travaux de l'école de PAVLOV et de BECHTEREV, appuyés sur des notions de dynamogénie et d'inhibition, et qui sont objectivés par l'étude des *réflexes conditionnés*, qui viennent renforcer nos actions professionnelles.

De l'étage médullaire, si nous remontons au cortex, et qu'à la lumière des découvertes de la neurologie, nous arrivons à nous faire une représentation suffisante de l'organisation et des fonctions encéphaliques, nous sommes amenés à comprendre que le cerveau «est le portrait de l'évolution de l'être humain dans ses

trois manières d'être: végétative, motrice, psychique». La région rolandique ou zone motrice, et les renseignements si précieux que les physiologistes nous ont apportés sur les localisations des organes moteurs du corps, ont permis aux éducateurs et kinésithérapeutes de mieux saisir les rapports du muscle et du système nerveux central, en donnant au mouvement volontaire, éducatif ou thérapeutique une plus grande valeur et une plus grande sûreté biologique.

Cependant, nous touchons encore ici aux éléments rationnels de l'activité musculaire volontaire. Mais, l'analyse entreprise nous amène au seuil de la conscience, de la volonté, du psychisme. *Les facteurs irrationnels viennent s'intégrer à la bio-dynamie.* Le vaste, complexe, et encore si obscur domaine de la *psycho-dynamie, du mouvement et de la pensée*, s'impose à nos consciences professionnelles. Et éducateurs et kinésithérapeutes doivent, avec TISSIE, comprendre toute la portée scientifique, psychique et philosophique de cette saisissante formule: «La pensée est du mouvement en préparation et le mouvement est de la pensée en action».

Nous devons donc demander à la psycho-physiologie et à la psychologie de nous fournir les éléments indispensables pour que notre action éducatrice, en face de l'homme sain, et l'aide que nous prétendons apporter au malade, soit totalement et efficacement humaine, et non pas seulement animalienne, parce que dangereusement limitées dans leur portée somatique. L'être humain, de chair et d'esprit, est un tout et exige de l'éducateur et du gymnaste médical une formation, une mentalité et des moyens aussi humains qu'il nous est possible de les concevoir.

Or, que nous enseignent la psychologie et la psychophysiologie en face de l'activité musculaire volontaire?

Notre réponse ne peut être qu'aussi limitative que le sujet qui l'inspire. *Enseigner un mouvement et en demander l'exécution et la répétition à un élève ou à un malade, c'est faire appel à son entendement et à sa conscience par une impression sensorielle, visuelle et auditive — et*

psychique. C'est lui demander ensuite de transformer cette impression en perception, c. à. d., de s'en faire une représentation mentale. *Il y a donc une prise de conscience du mouvement.* Cette phase mentale de l'activité volontaire, fait appel à de nombreux facteurs de la vie psychique: attention, concentration, raisonnement, jugement et volonté, qui par les centres psycho-moteurs va mettre en action tout le complexe neuro-musculaire. *L'éducation et la création de chaînes psycho-cinétiques demande donc de l'éducateur et du kinésithérapeute une grande sûreté psychologique et une maîtrise psycho-physiologique pour qu'une saine image mentale du mouvement se concrétise en une voie nerveuse aussi rationnelle que possible, et dans un travail musculaire rigoureusement adapté au but poursuivi.* Et c'est tout le problème de la *coordination psycho-motrice la meilleure*, qui se pose. Toute insécurité et toute erreur se solde fatalement par un gâchis d'énergie. La maladresse, les mouvements incoordonnés, inutiles, donc nuisibles — acquis sous prétexte d'éducation et de thérapie, constituent alors purement et simplement un galvaudage biologique, que même l'intention de bien faire et le désir d'être utile ne suffisent pas à excuser, surtout en face des malades, des accidentés, des opérés, et de tous ceux que la souffrance et l'hyperémotivité rendent plus vulnérables.

Un de nos devoirs professionnels essentiels consiste donc à acquérir cette *moralité de l'acte musculaire volontaire* systématiquement enseigné.

Ce n'est pas tout, et notre tâche est plus compliquée encore. L'apprentissage du mouvement, sa répétition créent bien vite des *habitudes motrices*, puis *l'automatisme*. Si on a pu dire que l'éducation était l'art de faire passer le conscient dans le subconscient, nous devons constamment nous souvenir que le *mouvement volontaire*, éducatif et thérapeutique, *n'a pas seulement une valeur trophique ou régénérative*, mais avant tout qu'il est une *éducation médullaire et cérébrale, c. à. d., une éducation psycho-motrice cellulaire.*

La limite de nos préoccupations n'est pas encore atteinte, s'il se pouvait qu'elle le fut.

La psycho-physiologie de l'exercice, le processus de l'apprentissage des mouvements se traduit principalement par la création d'associations nouvelles et la fixation des coordinations. Et coordonner, c'est apprendre à régler la coopération de plusieurs muscles ou groupes musculaires afin d'obtenir la perfection d'une attitude ou d'un mouvement. Faute de temps, nous ne pouvons que relever ici, que psycho-physiologistes et psychologues ne s'entendent pas toujours, et que le problème de la coordination est interprété souvent sur des bases erronées en pédagogie et en gymnastique médicale. En général, on admet que la faculté d'apprendre un exercice nouveau, autrement dit une coordination nouvelle, peut être développée par des exercices préparatoires appropriés, ce qui revient à dire que l'on peut exercer le système nerveux à la coordination, comme le fait un ouvrier dans l'apprentissage de ses gestes professionnels. Or, il ne semble pas que cette conception soit exacte. La faculté de coordination, tout comme la mémoire, dépend surtout de la plasticité de la matière cérébrale, c. à. d., de son aptitude à percevoir des impressions, à les enregistrer et à les conserver. Ce n'est donc pas une faculté d'ordre purement psychique, puisqu'elle repose sur un soubassement matériel, la structure de la matière cérébrale. Cette plasticité varie d'un sujet à l'autre, et chez le même individu, suivant son âge et son état de santé.

Il y a donc lieu de *distinguer l'adresse générale, innée, imperfectible, c. à. d., la puissance native de coordination d'un sujet, avec les aptitudes spécifiques, l'habileté acquise* dans l'exécution de mouvements déterminés, qui est la résultante de l'adresse, de l'apprentissage, de l'entraînement.

S'il est à la portée de tout moniteur de culture physique et de sport, d'obtenir des résultats plus ou moins satisfaisants au point de vue hygiénique, économie de l'effort et rendement optimum, il n'en est

plus de même en gymnastique corrective, rééducative et médicale. *La thérapie par le mouvement pose d'autres problèmes et engage singulièrement la responsabilité du kinésithérapeute.* Les données anatomo-physio-psychologiques normales, tout en demeurant le fil conducteur de notre action, ne sont plus suffisantes. Aux notions d'anatomo-physio-pathologie élémentaires, qui figurent d'office dans le programme de formation des kinésithérapeutes modernes, s'ajoute la nécessité d'une connaissance suffisante de la psychologie pathologique. La rééducation, la réhabilitation du nombre toujours plus grand de malades, d'opérés et de déficients, que la médecine confie, dans le cadre de la thérapeutique générale, à nos activités professionnelles, exigent de nous une maîtrise et des techniques adéquates. Chaque patient, et en fonction de notre action éducatrice et rééducatrice, doit tout d'abord être considéré à la lumière *des connaissances biopsychiques élémentaires* que nous venons de rappeler si brièvement, et *qui régissent constamment l'activité motrice volontaire de l'être humain. Mais le malade, avec ses traumatismes physiques et psychiques, fait naître de par son individualité pathologique, d'autres préoccupations.* Ces dernières années, dans les communications que nous avons faites dans nos congrès, nous n'avons déjà pu qu'esquisser ces problèmes de conscience professionnelle. Et, ici faute de temps, nous pouvons tout au plus les signaler en passant.

En face de l'activité motrice volontaire, tout sujet atteint dans son intégrité organique et fonctionnelle nous oblige à examiner son cas et à en déduire, en fonction de son individualité pathologique, les règles et les principes kinésithérapeutiques adéquats. Or, psychiquement, émotivement, affectivement et volitivement, tout malade subit des altérations et des déviations qu'il faut essayer de déceler afin de pouvoir le réadapter et le réhabiliter au mieux de ses intérêts personnels, familiaux, professionnels et sociaux. Si, par exemple le pouvoir volitif est diminué ou subit des inhibitions dues à des lésions et

des douleurs purement physiques, toute physiothérapie se justifie moralement d'un complément de psycho-thérapie. Mais lorsque les états d'âme du malade, sa vie affective, intellectuelle, ses complexes et ses refoulements viennent obscurcir le champ de notre intervention pratique, force nous est bien d'avouer que les seuls moyens et techniques rationnels ne sont plus suffisamment opérants. Il arrive parfois même qu'ils ne le soient plus du tout. Combien de fois, ne nous est-il pas arrivé dans notre pratique, et avant tout essai de reprise de conscience organique, avec certains malades, d'avoir dû chercher ce qu'on nous pardonnera d'appeler, pour simplifier: une «reprise de personnalité».

La thérapie par le mouvement, la gymnastique qui se prétend médicale de par l'évolution de la médecine et des sciences qui étudient la nature de l'homme, ne peut plus limiter ses postulats et ses préoccupations, aux seuls éléments de l'appareil locomoteur qui, nous le comprenons, demeure notre base matérielle d'action, mais nous oblige à nous élever dans notre pratique, au niveau de la personnalité de l'homme.

Un exemple parmi tant d'autres, permettra d'illustrer et de mieux faire comprendre nos remarques.

Il s'agit d'un prêtre, doublé d'un professeur de Philosophie dans un lycée français, qui nous a été confié par un psychiâtre, après un long traitement en clinique. Il s'agissait, par l'activité musculaire volontaire, de parachever le traitement mental par une rééquilibration active des bases biologiques d'une personnalité exceptionnelle. Des problèmes spirituels, de croyance et de foi, auraient sans doute réduit à néant toute tentative de rééducation psycho-motrice amorcée par la voie ordinaire. Si le succès a couronné pleinement notre intervention masso-physiothérapique, c'est peut être parce que nous devons à notre tour, à ce malade et à cette personnalité d'élite, un enrichissement intérieur. Donner peu, en toute conscience, et recevoir beaucoup en toute humilité, c'est parfois s'assurer le succès le plus in-

espéré, si l'on sait ne pas perdre de vue le but thérapeutique que l'on s'est fixé. Sur la base de ces brèves considérations générales et pour revenir plus concrètement à des notions psycho-physiologiques et méthodologiques, sur lesquelles reposent, théoriquement et pratiquement, tout le problème de l'éducation du corps, par l'activité motrice volontaire, il convient de reconsidérer les bases scientifiques et philosophiques, c. à. d.:

Biologiques.

Mécaniques.

Psychologiques.

Pédagogiques.

Méthodologiques.

Morales et Sociales.

de toute activité musculaire volontaire, conduite dans un esprit éducatif, rééducatif ou thérapeutique. La fin de notre entretien se cantonnera sur la discussion de la contraction musculaire volontaire et sa méthodologie spéciale.

Pour discuter valablement ces principes fondamentaux, il importe avant tout d'essayer une classification rationnelle des exercices. Force nous est donc de recourir à la méthode historique qui dresse cependant, devant nous, les énormes difficultés inhérentes aux différentes doctrines, systèmes, écoles, avec leurs oppositions apparemment irréductibles et leurs intran-sigeances scolastiques et philosophiques.

Connaissant le besoin d'activité physique du corps humain et de son énergétisme, de son entretien et de sa régénération par le mouvement, nous pouvons résumer:

a) l'homme primitif, l'homme biologique, en satisfaisant aux exigences de l'entretien de la vie et de la survivance de l'espèce, accomplissait d'instinct, les mouvements susceptibles d'assurer son développement, son évolution et son adaptation au milieu cosmique. La sélection naturelle faisait le reste.

b) l'homme des premières civilisations, toujours en obéissant aux lois de l'instinct, mais en modifiant progressivement les

conditions de son ambiance vitale, amorce lentement l'ère du mouvement raisonné. Les tribus primitives s'adonnent à des danses et à des jeux de plus en plus compliqués.

c) l'homme du début de l'époque historique: les peuples de l'Antiquité (les Hindous, les Egyptiens, les Perses, les Hébreux, les Chinois, puis la Grèce et la Rome Antique), marquent l'avènement du mouvement raisonné, méthodique, à tendance rationnelle. On s'exerce déjà par plaisir, par hygiène et même par éducation et médication, selon des principes et des méthodes préscientifiques.

d) l'homme moderne, l'ère scientifique, le développement des sciences biologiques, viennent définitivement influencer et orienter l'éducation physique et la gymnastique médicale.

Mais ce n'est qu'en 1619 qu'HARVEY découvre le phénomène de la circulation du sang et au XIX^e siècle, que Claude BERNARD donne une assise définitive à la physiologie par la méthode expérimentale. Les grands pédagogues de l'action, notamment ROUSSEAU et PESTALOZZI et les grands chefs d'école de l'éducation corporelle: AMOROS, JAHN, LING, pour ne citer que les principaux, instaurent l'ère pédagogique et rationnelle du mouvement discipliné, à caractère, hygiénique, utilitaire et thérapeutique. Mais la voie rationnelle se fraie difficilement et n'est pas encore tracée avec toute la sûreté que l'on peut attendre d'une éducation scientifique. Le seul exemple de la gymnastique dite «respiratoire», diffusée dans le monde entier par les Suédois, puis réduite à

néant, ces dernières années, par les travaux du physiologiste danois LINDHARD, explique pourquoi la leçon de gymnastique suédoise, — et nous avons pu le constater à l'Institut Royal de Stockholm, en 1946, et comparer avec l'enseignement antérieur — ne comprend plus aucun de ces fameux exercices, dits «respiratoires».

Ce n'est qu'un fait parmi tant d'autres. Autre aspect de la difficulté: le grand pédagogue et physiologiste DEMENY, élève de MAREY, fait en même temps la gloire et la faiblesse de l'Ecole française. Ces indications n'ont d'autre but ici, que de préciser l'importance de la méthode historique et critique dans la formation de l'esprit et de la mentalité des éducateurs physiques et kinésithérapeutes.

De même qu'en physiologie, par exemple, les connaissances actuelles sur le métabolisme musculaire découlent et résultent des théories anciennes, qui n'ont plus qu'une valeur historique et documentaire. utile cependant à connaître, en cinésiologie et en kinésithérapie, il est non moins important de saisir et de comprendre l'évolution et les adaptations techniques et méthodologiques du mouvement rationnel, hygiénique et thérapeutique.

A l'heure où des tendances se manifestent pour réadapter la sélection et la formation professionnelle aux nécessités actuelles, c'est un devoir moral et social de considérer le problème dans toute son envergure, et d'établir des bases et des programmes d'études pédagogiques, techniques et scientifiques. (A suivre.)

Errata

Une malencontreuse coïncidence ayant voulu que les épreuves du dernier numéro nous soient adressées pour la correction alors que nous étions en France, à un Congrès, un nombre impressionnant de «coquilles» de taille émaillent le texte français. Spontanément, nos lecteurs auront rectifié la plupart de ces erreurs typographiques excusables, et subsistant souvent après correction, par suite des difficultés de la langue française pour un «compositeur» de langue allemande. Aussi, nous contentons-nous de rectifier ici les passages de l'article de Mr. le Dr. J. Y. PROBST, sur

LA PHYSIOTHERAPIE MODERNE, en le priant d'accepter nos vives excuses et en le remerciant sincèrement de sa précieuse collaboration.

Ainsi, en sous-titre, nos lecteurs auront lu en rectifiant: «par le Dr. J. Y. PROBST, Médecin de l'Hôpital Cantonal de Lausanne», puis:

Page 13, § 4, ligne 9: «...la destruction de nombreuses cellules cutanées».

Page 13, § 4, lignes 26 et 27: «...représente un bon traitement fortifiant. Malheureusement, on pêche souvent par excès de soleil, et le médecin voit souvent même des débuts de tuberculose...»