

PARENT

PRÉPARER UNE BONNE RENTRÉE POUR UNE ANNÉE SCOLAIRE RÉUSSIE

AVIS DE FABRICE BUHAGIAR, KINÉSIOLOGUE ET MEMBRE
DU SYNDICAT NATIONAL DES KINÉSIOLOGUES



Fabrice BUHAGIAR est kinésologue, il a développé le thème de la préparation de la rentrée scolaire via les bienfaits apportés à l'enfant par la kinésologie. En effet, la kinésologie ne s'adresse pas qu'aux adultes...

FABRICE BUHAGIAR, VOUS CONFIRMEZ QUE LA KINÉSIOLOGIE S'ADRESSE ÉGALEMENT AUX ENFANTS ?

Oui, notamment pour les enfants qui ont des difficultés scolaires, tant sur le plan de l'apprentissage que sur le plan relationnel avec leurs camarades de classes, ou encore avec un professeur, la kinésologie peut aider dans ce sens.

La kinésologie éducative permet d'axer le travail sur l'apprentissage. Des exercices basés sur le mouvement sont proposés aux enfants afin de favoriser une bonne intégration cérébrale, et ainsi améliorer la latéralité, qui, elle-même, permet d'accéder plus facilement à de nouveaux apprentissages, notamment scolaires.

POUVEZ-VOUS MIEUX NOUS EXPLIQUER LA MANIÈRE DONT SE FAIT L'APPRENTISSAGE ET LE RÔLE DE LA KINÉSIOLOGIE DANS CE PROCESSUS ?

L'apprentissage passe par le mouvement. En effet, en explorant le monde, le petit enfant développe à la fois des compétences cognitives, motrices et émotionnelles, celles-ci étant intrinsèquement liées et se construisant ensemble.

Cela passe, entre autres, par l'intégration de réflexes dynamiques et posturaux, qui permettent d'organiser la coordination motrice et la latéralisation. Certains de ces réflexes peuvent être plus ou moins bien intégrés, pour différentes raisons. Le kinésologue peut aider l'enfant en difficulté à réintégrer ces réflexes par le biais de corrections spécifiques.

Pour les enfants timides, qui n'arrivent pas à se faire des amis, ou qui manquent de confiance en eux, la kinésologie est toute indiquée.

Ainsi, un travail en kinésologie permettra de mettre en œuvre des conditions favorables pour que l'enfant développe des attitudes comportementales nouvelles, afin de se sentir à l'aise au sein d'un groupe, oser prendre la parole, s'affirmer et, de façon générale, améliorer la relation à l'autre.

LA KINÉSIOLOGIE PEUT-ELLE AMÉLIORER LES COMPÉTENCES DOUCES D'UN ENFANT ; CONFIANCE EN SOI, TRAVAIL D'ÉQUIPE, ETC ?

Oui en effet, un travail en kinésologie permet d'améliorer l'estime de l'enfant, le sentiment d'être à la hauteur, ou d'autres attitudes positives qui vont améliorer sa confiance en lui. Quand, par exemple, l'enfant peut se sentir en souffrance à l'école : se sentir moins bon que ses camarades, percevoir les remarques d'un professeur dont les intentions ne sont pas forcément blessantes comme telles, être anxieux face aux évaluations, vouloir à tout prix être meilleur que les autres...

Une des grandes causes du manque de motivation pour faire les devoirs ou apprendre les leçons est liée au sentiment d'échec. Si l'enfant a fourni de réels efforts et que les notes ne sont pas au rendez-vous, il risque de se démotiver car il se dit que ce n'est pas la peine de se donner du mal à travailler. Un sentiment profond de doute et d'impuissance s'installe. Le doute, le sentiment d'échec et d'impuissance sont des attitudes de stress qui peuvent être traitées en kinésologie. Les comportements négatifs sont dissous par des techniques de libération de stress, et un comportement positif alternatif est ancré lors de la séance.

De ce fait, lorsque l'enfant se retrouve dans la situation qui le stressait autrefois, le corps ancre ce nouveau comportement positif en lieu et place de l'attitude de stress. Ceci est le principe général de la kinésologie, il s'applique autant dans l'apprentissage que dans toute autre situation de stress. Pour une rentrée bien préparée, les enfants en difficulté scolaire peuvent se faire aider par la kinésologie autant sur le plan des apprentissages que sur le plan relationnel, ceci afin de mettre toute leur chance de leur côté pour vivre une scolarité plus sereine et réussie. Pour trouver un kinésologue professionnel, consultez notre site :

www.annuaire.snkinesio.fr