La Rieducazione posturale fa parte delle discipline terapeutiche che considerano l'essere umano nella sua globalità. La rieducazione posturale cerca di osservare l'individuo da un punto di vista sia strutturale che funzionale, individuando le disfunzioni che sono alla base della patologia al fine di eliminare o ridurre le cause e guidando il paziente al proprio originario stato di salute.
Si differenzia dalla rieducazione classica per la diversa interpretazione della debolezza muscolare. Debole non é solo il muscolo poco allenato, ma anche quello che lavora troppo, dato che i muscoli sono strutture elastiche e l'eccessivo lavoro muscolare ne comporta l'irrigidimento. La perdita di elasticità muscolare viene considerata un sintomo di debolezza. Ogni muscolo viene visto all'interno di un sistema più complesso, le catene muscolari: per questo la debolezza può comportare disturbi, squilibri e compensi in distretti muscolo-scheletrici anche distanti.