



Le somato-émotionnel : quand les mots sont tus, des maux se manifestent...

Le 19 mars 2026, de 9h à 16h

Découvrez le langage secret du corps ! Apprenez à décrypter les messages émotionnels cachés derrière les symptômes physiques...

Un mal de dos persistant, une migraine récurrente, une douleur inexplicable... Et si le corps parlait à travers ses symptômes ?

Derrière ces signaux se cachent parfois des émotions non exprimées. Le corps garde en mémoire nos chocs, nos blessures émotionnelles et nos stress quotidiens. Comment faire le lien entre le corps (« soma », corps physique) et les émotions (le psychique) ?

Cette formation est une invitation à comprendre comment les expériences de vie et les émotions associées s'inscrivent dans la matière et comment elles influencent notre santé physique. Que vous soyez soignant ou simplement en quête d'un mieux-être, vous découvrirez comment mettre des **mots sur les maux** et interpréter le message qu'envoie le corps pour faciliter la prise de conscience.

Objectifs

Chez l'être humain, tout ce qui ne s'exprime pas s'imprime dans son corps. Une blessure affective, un choc émotionnel, si non exprimé, entraîne une adaptation, qui se traduit dans le corps par des tensions, des symptômes douloureux, des dysfonctions physiques, des maladies.

Au travers d'analyse de divers symptômes, nous irons découvrir et expérimenter le lien émotion/cerveau/corps, comprendre comment « on tombe malade » ainsi que le sens biologique des maladies. Cette formation a pour objectif d'ouvrir la voie vers une pratique plus globale, holistique intégrant corps et psychisme.

Programme de la formation

- Comprendre le lien étroit entre le corps et les émotions ;
- Identifier les mécanismes inconscients qui « programment les maux » ;
- Décoder la symbolique émotionnelle des maladies et des symptômes ;
- Accompagner soi-même, patient ou proche dans une meilleure compréhension de ces messages ;
- Développer une conscience plus fine de vos propres fonctionnements pour enrichir votre pratique professionnelle et votre équilibre personnel.

Méthodologie

La formation se veut une introduction, il s'agit d'une première étape pour éveiller votre conscience vers le monde infini du somato-émotionnel...

Cette formation se veut dynamique et participative :

- Analyse de situations concrètes et de symptômes courants ;
- Analyse des situations vécues ;
- Partages d'expériences ;
- Découverte d'outils simples pour enrichir la relation d'aide.

Public cible

Pour les soignants et professionnels de la relation d'aide : enrichir leur pratique, mieux comprendre les patients et les accompagner dans leur « chemin de guérison ».

Pour toute personne curieuse ou en recherche de mieux-être : découvrir comment ses propres émotions peuvent influencer son corps et avancer dans son développement personnel.

Formateur

Virginie Klon, Kinésologue agréée depuis 18 ans, Formatrice et Thérapeute, Maître-assistant Maître-assistant et Référente Qualité pour les formations en santé à la HELHa.

Lieu et adresse de la formation :
CDPA Saint-Vaast : rue Omer Thiriar, 232, 7100 La Louvière
Renseignements :
secretariat-ceref-sante@helha.be
0477/ 563 257

Inscriptions en ligne : <https://cerefsante.helha.be/>
Date limite d'inscription : 2 mars 2026
Prix : 120 EUR* – Min 10 - Max. 16 participants



* Les pauses-café et une petite restauration sont comprises dans les frais d'inscription.