



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

Le jeudi 18 mars 2027, de 9h à 16h

Découvrez le langage secret du corps !

Un mal de dos persistant... des migraines à répétition... une douleur sans explication... Et si votre corps tentait de vous dire quelque chose ?

Lorsque les émotions ne trouvent pas de mots pour s'exprimer, elles s'impriment dans le corps. Stress, blessures émotionnelles, chocs de vie... autant d'expériences qui peuvent laisser une empreinte physique.

Cette journée de formation vous invite à explorer le lien profond entre le corps et l'émotionnel, afin de mieux comprendre les messages cachés derrière les symptômes.

Une approche globale du bien-être : le somato-émotionnel repose sur une idée essentielle : ce qui ne s'exprime pas... s'imprime.

À travers cette formation, vous découvrirez comment :

- Les émotions influencent directement le corps ;
- Le cerveau enregistre et traduit les vécus émotionnels ;
- Certaines douleurs ou maladies peuvent porter un sens.

Une véritable invitation à porter un regard nouveau sur la santé, en intégrant corps et psychisme dans une approche holistique.

Objectifs

Au cours de cette journée, vous serez amené(e) à :

- Comprendre le lien étroit entre émotions, cerveau et corps ;
- Identifier les mécanismes inconscients à l'origine des symptômes ;
- Décoder la symbolique émotionnelle des maux et maladies ;
- Mettre des mots sur vos ressentis... pour alléger le corps ;
- Développer une approche globale pour accompagner soi-même ou les autres.

Programme de la formation

- Comprendre les interactions corps /émotions ;
- Explorer et identifier les mécanismes inconscients de « somatisation » ;
- Décoder les messages du corps à travers des symptômes concrets ;
- 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

Cette formation se veut interactive, vivante et dynamique :

Vous expérimenterez à travers :

- L'analyse de situations concrètes et de symptômes courants ;
- L'analyse des situations vécues ;
- Le partage d'expériences ;
- Des éclairages théoriques simples et accessibles ;
- Des outils pratiques pour enrichir la relation d'aide.

Une première étape pour éveiller votre conscience au somato-émotionnel.

Public cible

Professionnels de la santé et de l'accompagnement souhaitant enrichir leur pratique, mieux comprendre leurs patients et accompagner les prises de conscience.

Toute personne en quête de mieux-être, désireuse de comprendre ses mécanismes, d'écouter son corps autrement et d'avancer dans son développement personnel.

Formatrice

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

Lieu et adresse de la formation :

HELHa Tournai – Rue Frinoise 12, 7500 Tournai

Renseignements :

secretariat-ceref-sante@helha.be - 0477/ 563 257

Inscriptions en ligne : <https://cerefsante.helha.be/>

Date limite d'inscription : 4 mars 2027

Prix : 125 EUR* – Min 10 - Max. 16 participants



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