

L'approche SAGAPE ou l'autorégulation émotionnelle bilatérale. Quand le corps murmure, le comportement crie. (n°23.27)

Explications	Nos émotions et notre état d'âme sont décodables grâce aux informations qui dérivent de notre système intéroceptif. Si ce dernier n'est pas harmonisé ou peu perçu par la personne, alors l'information nécessaire pour une autorégulation fonctionnelle n'arrive pas au cerveau. C'est ainsi que des manifestations comportementales, parfois très violentes, peuvent apparaître et mettre à rude épreuve le lien éducatif des familles auprès de leurs enfants et adolescents. Pour pouvoir « mesurer l'état d'âme » (notre perception interne de notre propre bien-être), il est d'abord nécessaire d'apprendre à lire notre propre perception intéroceptive. Puis d'accompagner les jeunes à une lecture personnelle de leur propre vécu intéroceptif. Il est alors important d'appliquer des pratiques de psychoéducation familiale afin de développer des compétences d'autorégulation, chez le parent et chez l'enfant, tout en développant des techniques de gestion des moments de dysrégulations, sans s'épuiser.
Contenu	La première partie de la formation abordera l'instrument SAGAPE qui permet de prendre conscience des signaux intéroceptifs à travers une liste de 19 sensations classiquement perçues par le corps humain dans des situations chargées émotionnellement. Il devient alors un instrument de dialogue et de mesure de l'état émotionnel interne. Le SAGAPE score est utile pour : ○ Se connaître mieux soi-même, ○ Connaître son propre fonctionnement, ○ Comprendre les signaux intéroceptifs que le corps produit en tant qu'indicateurs de la situation émotionnelle dans laquelle nous nous trouvons, ○ Développer des stratégies personnalisées de gestion émotionnelle pour un meilleur bien-être global. La deuxième partie de formation abordera la thématique de la psychoéducation familiale afin de pouvoir accompagner les parents qui ont des enfants ou des adolescents qui présentent des comportements de dysrégulations impactant fortement la qualité de vie de l'ensemble du système familial.
Date / Lieu	Mercredi 3 novembre 2027, HETSL Lausanne
Enseignement	Emmanuelle Rossini, ergothérapeute, créatrice de la méthode SAS, CIAO et de l'instrument SAGAPE
Destinataires	Ergothérapeutes travaillant en pédiatrie (enfants dès 8 ans et adolescent-e-s) ou auprès des familles ; ergothérapeutes travaillant en santé mentale adolescent et adulte

Coûts	Membre ASE: CHF 300.00 Non-Membre: CHF 400.00
Informations	Le matériel SAGAPE est compris dans le prix de la formation (Coût CHF 50.00). Il comprend un poster des sensations et les PDF de l'instrument de mesure. Il sera nécessaire de se construire la valise d'intéroception (dont un exemple sera présenté durant le cours) (coût approximatif du matériel à trouver dans le commerce CHF 100.00)
Inscription	Inscription jusqu'au 29 juin 2027 sur le site de l'ASE.