

NEWSLETTER DE JANVIER & FEVRIER 2021

RENCONTRE AVEC SANDRINE SARRAILLE-PATIN.

Que se passe-t-il quand on décide de tout lâcher pour tout recommencer, ici ou ailleurs et ce, quelle que soit la stabilité de nos vies ?

C'est la carte du Matt dans le jeu du tarot qui prend son baluchon et va de l'avant pour arpenter le chemin de la vie sans rien en présumer...

C'est une prise de risque, aussi, qui nécessite une puissante et formidable énergie !

Mais comment conquière t'on cette valeur de liberté pour en faire une ressource, puissante et disponible en Soi ? Comment faire pour acquérir des « racines et des ailes » ?

C'est la question posée à Sandrine SARRAILLE-PATIN, sophrologue, psychopraticienne Jungienne, membre du CA de la SFS et spécialisée dans l'accompagnement des transitions de vie.

Bonjour Sandrine. Pourquoi cette spécialisation ?

Parce que je suis moi-même une grande voyageuse, tout à la fois érable aux racines profondes ET oiseau migrateur...

Racontez-nous...

Diplômée d'un BTS en hôtellerie, après 6 ans passés chez Disney, je débarque à Nouméa, afin de participer à l'ouverture d'un hôtel de luxe en tant que chef de service.

J'ai alors 27 ans et je me retrouve seule à 22 000 km de chez moi. Je ne connais personne sur place et tout est à construire !

Ce sont alors 3 années de bonheur, riches d'expériences avant qu'on ne me propose un travail en Arabie Saoudite. J'aime voyager, découvrir, m'adapter... Mais, juste au moment du départ, le hasard en décide autrement car je rencontre celui qui va devenir mon mari.

Alors je reste sur place !

Très vite naît notre première fille, un peu comme une urgence, et c'est de nouveau une transition, le passage de la femme à la mère...

Coté professionnel, je démissionne et devient gérante associée d'un centre de formation en management et communication.

Dans cette même période, je rencontre le Docteur Jean-Pierre Hubert qui vient à Nouméa pour faire des cycles de formation en sophrologie.

Auprès de lui et de Ghylaine Manet, je me forme en sophrologie, sophro-Analyse et en parallèle, j'entame une formation à Paris en psychothérapie analytique Jungienne.

Encore une transition, ou plutôt une révélation...

Le temps d'accueillir notre deuxième fille, puis nous prenons une année sabbatique et quittons le territoire pour voyager de par le monde en famille : Amérique latine, Amérique du Nord, Afrique du Sud, Europe, ... c'est ainsi une extraordinaire année de découvertes et de rencontres qui développe mes capacités d'adaptation et une autre compréhension du monde.

De retour à Nouméa début 2007, j'ouvre un cabinet de sophrologie et psychothérapie puis, en 2010, je projette de créer une école de formation en Sophrologie.

Pour cela, je vais à la rencontre de sophrologues et formateurs sur l'île, tous connus pour leur professionnalisme et désireux de transmettre et, très vite, les choses se font, en toute simplicité et avec une incroyable fluidité.

La première promotion voit le jour en 2011.

Vous êtes à l'image de Marie Poppins, pleine de ressources et capable d'extraire de votre baluchon tout ce qui est nécessaire à chaque situation ?

C'est une jolie image ! Disons que, à l'instar de Caycedo, la liberté est pour moi une valeur essentielle ! Elle est ce qui autorise et suscite le dévoilement progressif de la conscience pour permettre la réalisation de l'Être. La mienne passe par l'aventure, la découverte et les voyages que je privilégie.

Mes changements se sont toujours inscrits dans des moments de transition. J'aime les vivre et les accompagner, même et surtout quand ils sont difficiles.

Dans son livre « femmes qui courent avec les loups » Clarissa Pinkola Estés écrit « Si tu ne vas pas dans les bois, jamais rien n'arrivera, jamais ta vie ne commencera... » Mais cela pose aussi deux questions, celle de l'ancrage et celle, un peu différente, des racines, de ce qui nous lie à une histoire.

C'est vrai. Je me suis toujours profondément sentie ancrée dans le mouvement, comment pourrait-on dire ? un peu comme on viendrait danser sa vie !

Mes racines, elles, m'ont rappelée ici, sur le continent, pour accompagner nos filles dans leurs études respectives et pour me rapprocher de ma mère, veuve depuis de nombreuses années.

Encore un nouveau départ ?

Oui. L'oiseau migrateur se pose sur un taureau et réexplore sa terre d'origine. Semblables aux Lamassus des temples assyriens, il semble que je vienne soutenir les voûtes de briques de la « maison » familiale.

Comme pour un passage ?

Oui, c'est cela. Et pour ça, je dois mobiliser une énergie de transformation, recommencer et repenser ma manière d'être au monde sur ce continent que je redécouvre avec ses rythmes, ses réalités et ses contraintes.

Est-ce pour cela que vous accompagnez en particulier les transitions de vie ?

Rires.

Sans doute, oui, je présume que ma propre histoire résonne dans celle de ceux que j'accompagne, souvent en transition de vie pour cause de divorce, séparation, déménagement, reconversion professionnelle ou même deuil.

Parfois, leur transition est plus radicale encore, lorsqu'il s'agit par exemple d'une chirurgie transgenre.

La sophrologie est alors une méthode précieuse pour développer l'adaptabilité requise et s'ancrer solidement à son propre système de valeurs.

Sandrine, où peut on vous retrouver pour vous consulter ?

Mon cabinet est situé 14 rue Maréchal, au cœur de Montpellier, mais je consulte aussi beaucoup par visio, notamment auprès d'un public d'expatriés.

Par ailleurs, depuis le début du mois de janvier, j'ai commencé des vacations hebdomadaires d'accompagnement et de soutien psychologique pour des réfugiés LGBT au sein d'une nouvelle association à Montpellier nommée « famille au grand cœur ».

Ces personnes sont des réfugiés de tous pays qui fuient leur pays car ils sont persécutés à cause de leur homosexualité.

Votre mission reste donc axée sur le soutien des déracinés ?

Oui 😊

Sandrine, merci pour ce partage et belle continuation !

Site internet de Sandrine SARRAILLE-PATIN : <https://psy-sandrinesarraille.com/>

Interview réalisée par Judith DUMAS.