

Echallens

Une thérapie pour une vie sentimentale épanouie

Depuis 2018, Sandrine Normand propose des séances d'art-thérapie et de thérapie conjugale et sexuelle positive dans son cabinet situé à Echallens. Un espace d'échange dans lequel la thérapeute accueille ses patients en leur offrant une écoute attentive.

Établie rue des Terrasses à Echallens, la thérapeute Sandrine Normand reçoit dans son cabinet des couples et des célibataires qui souhaitent discuter de leur vie intime et des difficultés qu'ils y rencontrent. Une activité professionnelle que cette habitante de Villars-le-Terroir pratique avec bienveillance depuis maintenant trois ans. « Avant d'avoir mon cabinet, j'ai travaillé plusieurs années avec des jeunes, en alliant les connaissances d'un premier papier de réalisatrice-monteuse indépendante avec celles de ma formation d'art-thérapeute. Par la suite, j'ai eu envie de collaborer avec des adultes. J'ai alors effectué une formation complémentaire de thérapie conjugale et sexuelle positive afin que cela soit possible», raconte l'intéressée. Et depuis 2018, la thérapeute âgée de 54 ans reçoit dans ses locaux des personnes en quête de solutions afin de se sentir mieux au quotidien dans leur vie amoureuse.

Dans son cabinet, deux approches qui peuvent se compléter sont proposées. D'un côté l'art-thérapie qui consiste à laisser la créativité du patient faire émerger des éléments de vie perturbateurs aux moyens d'activités artistiques (photographie, collage, etc.) pour ensuite travailler dessus. Et de l'autre la thérapie conjugale et sexuelle positive au cours de laquelle les deux partenaires sont encouragés à communiquer afin d'être acteurs de la résolution de leurs conflits. «Chaque personne est unique. En fonction de pourquoi on vient me voir, par exemple le deuil d'une relation ou encore le passage d'une étape difficile dans sa vie, une méthode est choisie en accord avec le patient. Ainsi au cours des séances, j'aide les gens à trouver des outils pour qu'ils puissent mettre en place une solution qui leur convienne et avec laquelle ils se sentent mieux de façon durable.», explique Sandrine Normand.

Un travail patient et minutieux que la thérapeute effectue avec enthousiasme. Et son énergie intarissable la pousse également à mettre en place d'autres projets dans le domaine du relationnel comme par exemple la conférence sur le couple qu'elle donnera le 25 novembre prochain au KIBOSSE à St-Barthélémy, ou encore le stand qu'elle tiendra le 20 décembre 2020 lors du Marché de Noël d'Echallens.

Alors n'hésitez pas à aller à sa rencontre lors de ces deux événements. Vous pourrez ainsi profiter de sa bonne humeur communicative, tout en apprenant des astuces afin de vous sentir bien dans votre vie relationnelle.

VD

Mail : info@sandrinenormand.ch /Infos : www.sandrinenormand.ch /Téléphone : 079 279 24 44