

La cure sonique Hipérion :

L'exemple de Brigitte expose la rapidité du changement opéré par les cures soniques. Le désir de se lancer dans la vie et la bonne direction se fait dans les semaines qui suivent et donne l'envie d'approfondir le travail sur soi.



Brigitte travaille dans une compagnie d'assurances depuis une quinzaine d'années et gravit les échelons hiérarchiques régulièrement. Elle élève seule sa fille. Son investissement professionnel intense tente (vainement) de combler un vide affectif flagrant. Sous-directrice du service, elle supervise une vingtaine d'employés, travaille d'arrache-pied et, récompense tant désirée... **le poste de directrice de service lui est verbalement proposé.**

Elle jubile, assume la fonction quelques semaines, mais un directeur, masculin, est parachuté et nommé à sa place. Elle fulmine, rumine sa déception, mais espère encore reprendre le poste convoité et promis.

Elle montre son extrême compétence et sa connaissance approfondie des dossiers. Son chef, se sentant mal accueilli, use et abuse de sa supériorité hiérarchique. Une guerre des nerfs s'installe, Brigitte campe sur sa position, devient insomniaque, agressive, se sent fatiguée et progressivement :

la dépression nerveuse s'installe.

Elle se dévalorise, ne se voit plus d'avenir. Malgré son découragement, elle se bat et son chef contre-attaque. Il installe un harcèlement moral et suggère

faute, me donne des ordres contradictoires, me reproche une incompréhension des ordres, affirme que je commets des erreurs, que le grand patron



Retrouver le goût de l'action

qu'elle demande sa mutation dans un autre service du groupe. C'est chose facile dans cette compagnie d'assurances. Elle vient me consulter.

pense que je ne suis pas à la hauteur, que j'usurpe mon poste de sous-directrice, il dit que l'équipe que je dirige se plaint de mon comportement...

- Il cherche à me mettre à la

Elle devient méfiante, photocopie

LA CURE SONIQUE HIPÉRIION AIDE LES ADULTES QUI SOUFFRENT :

- de difficultés comportementales : émotivité, inhibitions, problèmes de communication, manque de confiance en soi, démotivation...,
- de problèmes neuro-fonctionnels : asthénie, migraines, dorsalgies, troubles digestifs fonctionnels... des « souffrances » aux causes diverses, mais qui toutes font apparaître une relation entre la psyché et le corps,
- de stress, d'anxiété, d'insomnie, d'irritabilité, de troubles de la concentration, d'hyperémotivité, de difficultés à agir et de dépression légère à modérée,
- de difficultés conjugales, séparation, divorce, et aussi deuil,
- de problèmes professionnels, licenciement et recherche d'emploi.

Starter du changement

tous les documents, conserve les courriels et accumule les preuves de son travail, ce qui lui demande une surcharge de vigilance et de travail.

Malgré un traitement antidépresseur intensif, elle pleure chaque jour, dort très peu et mal, perd du poids, et sa dépression s'aggrave avec les mois qui passent.

Je lui propose de regarder les postes qui se libèrent dans le groupe. Brigitte refuse sa mutation, obstinément. Les pensées de suicide surgissent, je l'oblige à interrompre le travail en juin, puis en juillet. Après deux mois d'arrêt et quatre semaines de vacances au soleil en août, elle a récupéré vitalité et sommeil. Elle reprend son activité professionnelle, pleine d'entrain. Mais, au bout d'une semaine, Brigitte est aussi détruite qu'avant les trois mois d'arrêt.

Sa fille de 18 ans avait prévu de faire la cure Sonique Hipérion pour améliorer ses relations avec les autres, j'incite Brigitte à la faire en même temps. Enfin, après des mois de refus, elle accepte vingt séances d'une demi-heure d'écoute de musique

filtrée. Elle revient en consultation un mois après. Sa fille est épanouie et elle aussi, radieuse et apaisée.

psychothérapie, débute un travail sur elle, s'intéresse de près aux musicothérapies et ... à Hipérion.



Dès la fin de la cure sonique, elle a pris la seule bonne décision face à un harcèlement : la demande de mutation.

Elle est bien accueillie dans son nouveau service, retrouve la sérénité, le recul et la lucidité et accepte enfin la proposition de vie commune et de mariage qu'elle refusait à son compagnon depuis plusieurs années.

Elle s'inscrit dans une formation en

Dans le numéro précédent, nous avons montré que l'écoute est un phénomène actif, modulé par les facteurs psychologiques et somatiques. L'audiogramme est un test psycho acoustique.

Le test d'écoute complet comporte cinq tests qui seront expliqués dans un prochain numéro.

■ **Dr. J-M. Issartel**