

## Echec / Mal être

Tout a commencé sans que je m'en rende compte ...

En juin 2012, j'ai appris l'échec de mon baccalauréat, ce fut l'élément déclencheur de mon mal être.

Un mal être qui s'est exprimé lorsque j'ai dû refaire mon année scolaire.

Je me suis retrouvée seule, sans repère, de nouvelles personnes à découvrir, revoir les leçons de chaque matière, affronter les retrouvailles avec les professeurs de l'année précédente mais aussi l'importante pression des parents vis à vis du bulletin scolaire.

Le stress commençant à devenir vraiment important, j'ai commencé à ne plus sourire, plus rire, plus manger, ni dormir... quelque chose qui ne me ressemblait pas du tout car je suis quelqu'un qui a la joie de vivre et qui garde toujours la tête haute dans l'adversité.

Ma maman ne supportant plus de me voir comme ça, m'a proposé de prendre un rendez-vous avec vous, Colette Marty!

Dès le 1er rendez-vous, vous avez réussi à me faire rigoler! Un pas en avant que je n'oublierais pas.



Puis petit à petit, 7 rendez-vous seulement m'ont aidés à prendre confiance en moi, découvrir les secrets de mon corps mais aussi à évacuer tout ce négatif qui m'empêchait d'avancer et surtout à être heureuse!

Aujourd'hui, mon passé reste derrière moi et j'en garde que le positif.

Je profite de la vie à pleine dent! Je révise, je sort avec des amis, je travaille, je me suis aussi inscrite dans une salle de sport mais malgré toutes ses activités je permets à mon corps de se reposer.

Les séances de sophrologies sont très importantes, sans elles, je n'aurais pas pu remonter la pente!

Colette Marty, je vous remercie encore pour tout ce que vous m'avez offert grâce à votre savoir mais aussi à votre merveilleuse énergie!

Colette Marty, une étoile tombée du ciel..

S.19 ans, lycéenne. 2/2013