

Vos questions / nos réponses

## c'est certainement bete mais j ai honte!

Par [Profil supprimé](#) Postée le 16/02/2012 16:14

bjr voulant suivre vos conseils g essayer d telephoner a l antenne d isoire pour tenter d prendre rdv ou o moin m reisengner mai des que j 'ai le telephone en main je perd tout mes moyens a n arrive pa décrocher un mot j'ai HONTE et je ne me voi pa raconter ma vie mes ennuis a quelqu un que je ne connai pa. je sui de nature tres timide, le fait de dire k j été toxico a mon docteur na pa été facile et la communication entre nous est tres limité. je n'ai parlé de ca qu'a une seule amie mai elle a sa deja sa vie un petit garçon donc je ne voudrai évité de la sollicité meme si a l'heure actuelle elle est "oxygene". merci pour vos reponse précédente désolé pour l'ortographe et le dérangement

---

**Mise en ligne le 16/02/2012**

Bonjour,

Devant votre impossibilité, pour le moment, à prendre rendez-vous en centre de soins pour aller parler de vous, de vos difficultés, en face à face, avec un professionnel, nous vous proposons d'essayer de nous joindre par téléphone. La démarche sera peut-être plus douce puisque vous choisirez le moment de votre appel, vous resterez dans votre environnement familial, vous serez libre de dire les choses comme elles viendront (ou de ne pas les dire d'ailleurs), enfin vous pourrez librement mettre fin à la conversation si vous le souhaitez.

Peut-être cet appel pourrait être l'occasion de parler de cette honte que vous éprouvez et qui semble beaucoup vous embarrasser et vous contrarier dans vos démarches. Peut-être ferez vous l'expérience que de parler de soi à quelqu'un que l'on ne connaît pas est non seulement possible mais peut aussi soulager et être aidant.

Ayez l'assurance que vous ne dérangerez pas et que vous ne serez pas jugé. Nous vous rappelons que les appels sont anonymes et que le service est ouvert tous les jours de 8h à 2h.

Bien à vous.

---