Subject: Habt ihr psychische Probleme?
Posted by Erdnase on Mon, 29 Apr 2019 10:39:03 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mich interessiert neben der Frage, wie man den Haarausfall möglicherweise aufhalten kann, vor allem auch der Umgang damit. Mir persönlich fällt es mal leichter, mal schwerer. So richtig zufrieden bin ich natürlich nicht, sonst wäre ich nicht hier :lol:

Gelegentlich wird hier über Themen diskutiert, welche man grob unter der Überschrift "Attraktivität" zusammenfassen kann. IdR drehen sich diese Diskussionen Kreis. Vielfach klingt aber vor allem eine massive Angst, Minderwertigkeitsgefühle und eine Abwertung von Männern mit Haarausfall, wie auch der eigenen Person, durch. Alles in allem wohl kein gesunder Umgang mit Haarausfall.
Zudem werden hier von einigen Mitgliedern gelegentlich psychische Erkrankungen erwähnt. Teils ist zumindest Wissen über Psychopharmaka vorhanden, was man in der Regel ohne selbst betroffen zu sein nicht hat (berufliche Kenntnisse mal außen vor gelassen).

Mich würde daher mal vollkommen wertungsneutral interessieren, wie es allgemein um eure psychische Gesundheit steht. Insbesondere könnte spannend sein, ob es hier eine Häufung von Männern gibt, die Haarausfall nicht irgendwie ein bisschen doof finden, sondern so belastend, dass daraus eine psychische Erkrankung entstanden ist bzw. die bereits vorher eine psychische Erkrankung hatten und nun zusätzlich durch Haarausfall belastet werden.

Ich mache zwecks dessen mal den Anfang:
Ich hatte bereits vor dem Beginn des Haarausfalls unipolare Depressionen jeden Schweregrades, gepaart mit einer sozialen Phobie und den damit einhergehenden Problemen, va. geringes Selbstvertrauen. Da ich letztere mittlerweile auch dank eines besseren Selbstbildes mittlerweile recht gut im Griff habe und man mir das wohl nicht mal mehr anmerkt, hat auch meine "Angst vor der Glatze" deutlich abgenommen. Zumal mal das vermutlich sogar ziemlich gut stehen wird, auch wenn ich es gerne erst später heraus finde, wie gut :lol:
Nichtsdestotrotz ergänzt sich das alles natürlich sehr ungünstig, was sicherlich auch der Grund ist, weshalb es mich so sehr beschäftigt, dass ich hier bin.

Wie sieht es bei euch diesbezüglich aus? Habt ihr, hattet ihr psychische Erkrankungen und wie beeinflusst das euren Umgang mit Haarausfall?

PS: Ich hab das Thema "Attraktivität" zwar auch angerissen, gerade weil es psychische Belastungen (mit-) auslöst. Es wäre aber nett, wenn dieser Thread nicht in eine Diskussion darüber ausartet, wie attraktiv Männer mit AGA/Glatze im Allgemeinen sind und so Klassiker wie:"Glatze ist einfach hässlich." hier mal nicht aufgeworfen werden. Bleibt also möglichst bei euch.