
Subject: schlechte Angewohnheit

Posted by [H.C.G.](#) **on** Mon, 08 Jan 2007 14:09:21 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich habe ein sehr großes Problem und das ist eine schlechte Angewohnheit von mir. Immer wenn ich mich sehr ärgere oder wütend bin raufe ich mir die Haare und ich glaube das ist auch ein grund für meinen HA weil immer wenn ich das tue verliere ich ein paar Haare und obwol ich weiß das das Scheiße ist kann ich es nicht lassen und ich tue es immer wieder. Wie kann ich mich so zu sagen um erziehen damit ich das in zukunft lasse? Ich bin für jede Hilfe so dankbar.

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by [reinforcement](#) **on** Mon, 08 Jan 2007 14:14:55 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

H.C.G. schrieb am Mon, 08 Januar 2007 15:09Also ich habe ein sehr großes Problem und das ist eine schlechte Angewohnheit von mir. Immer wenn ich mich sehr ärgere oder wütend bin raufe ich mir die Haare und ich glaube das ist auch ein grund für meinen HA weil immer wenn ich das tue verliere ich ein paar Haare und obwol ich weiß das das Scheiße ist kann ich es nicht lassen und ich tue es immer wieder. Wie kann ich mich so zu sagen um erziehen damit ich das in zukunft lasse? Ich bin für jede Hilfe so dankbar.

das schlimme ist.....wenn man dein zeug durch liest.....dann hofft man richtig für dich, dass du hoffentlich ein fake bist!

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by [H.C.G.](#) **on** Mon, 08 Jan 2007 14:30:23 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was meinst du damit?

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by [Quick](#) **on** Mon, 08 Jan 2007 14:40:35 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

H.C.G. schrieb am Mon, 08 Januar 2007 15:09Also ich habe ein sehr großes Problem und das ist eine schlechte Angewohnheit von mir. Immer wenn ich mich sehr ärgere oder wütend bin raufe ich mir die Haare und ich glaube das ist auch ein grund für meinen HA weil immer wenn ich das tue verliere ich ein paar Haare und obwol ich weiß das das Scheiße ist kann ich es nicht lassen und ich tue es immer wieder. Wie kann ich mich so zu sagen um erziehen damit ich das in zukunft lasse? Ich bin für jede Hilfe so dankbar.

kurz vor jedem anfall 8 flaschen hiervon trinken und abwarten.

Quick

File Attachments

- 1) aa.jpg, downloaded 265 times



Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by reinforcement **on Mon, 08 Jan 2007 15:00:47 GMT**

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

H.C.G. schrieb am Mon, 08 Januar 2007 15:30Was meinst du damit?

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by user_23 **on Mon, 08 Jan 2007 16:01:35 GMT**

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

H.C.G. schrieb am Mon, 08 Januar 2007 15:09Also ich habe ein sehr großes Problem und das ist eine schlechte Angewohnheit von mir. Immer wenn ich mich sehr ärgere oder wütend bin raufe ich mir die Haare und ich glaube das ist auch ein Grund für meinen HA weil immer wenn ich das tue verliere ich ein paar Haare und obwohl ich weiß das das Scheiße ist kann ich es nicht lassen und ich tue es immer wieder. Wie kann ich mich so zu sagen um erziehen damit ich das in Zukunft lasse? Ich bin für jede Hilfe so dankbar.

ein mm schnitt würde abhilfe schaffen.

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by fred102 **on Mon, 08 Jan 2007 18:15:59 GMT**

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bin zwar nicht vom Fach, aber vielleicht hilft folgender Tipp :

Versuche deinen "Tick" in einen anderen Tick umzuleiten, der weniger problematisch für dich ist. So machen es anscheinend einige Turret-Syndrom-Leute; da kam neulich eine Sendung drüber.

Such dir was aus, kratz dir z.B. am Hintern *lol*, nein keine gute Idee, dann kannst du wohl bald nicht mehr sitzen *lol*, sorry. Leite den Tick besser auf einen Gegenstand ab, der NICHT zu deinem Körper gehört; zerknüll nen Knete-Ball den du immer bei dirträgst, oder sowas in der Art.

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by H.C.G. **on Tue, 09 Jan 2007 00:11:10 GMT**

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das ist eine sehr gute Idee!

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by MarcWen **on Tue, 09 Jan 2007 06:41:32 GMT**

Warum nur 8 Flaschen von diesem edlen Gesöff?

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by [MarcWen](#) on Tue, 09 Jan 2007 06:43:42 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

H.C.G. schrieb am Mon, 08 Januar 2007 15:09Also ich habe ein sehr großes Problem und das ist eine schlechte Angewohnheit von mir. Immer wenn ich mich sehr ärgere oder wütend bin raufe ich mir die Haare und ich glaube das ist auch ein grund für meinen HA weil immer wenn ich das tue verliere ich ein paar Haare und obwol ich weiß das das Scheiße ist kann ich es nicht lassen und ich tue es immer wieder. Wie kann ich mich so zu sagen um erziehen damit ich das in zukunft lasse? Ich bin für jede Hilfe so dankbar.

Fenster auf und zwar nicht nur zum lüften und rausschauen, sondern...

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 09 Jan 2007 08:43:39 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

H.C.G. schrieb am Mon, 08 Januar 2007 15:09Also ich habe ein sehr großes Problem und das ist eine schlechte Angewohnheit von mir. Immer wenn ich mich sehr ärgere oder wütend bin raufe ich mir die Haare und ich glaube das ist auch ein grund für meinen HA weil immer wenn ich das tue verliere ich ein paar Haare und obwol ich weiß das das Scheiße ist kann ich es nicht lassen und ich tue es immer wieder. Wie kann ich mich so zu sagen um erziehen damit ich das in zukunft lasse? Ich bin für jede Hilfe so dankbar.

Was macht Dich denn ärgerlich und sehr wütend? Vielleicht ist es ja garnicht nötig . Ich weiss auch nicht woran es liegt, aber trotz Abschlussarbeit und viel Stress bin ich total relaxed und immer gut drauf. Vielleicht sinds ja sogar die NEMs .

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by [H.C.G.](#) on Tue, 09 Jan 2007 15:05:50 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also mich machen die Hausaufgaben wütend!!!

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by [Claudi](#) on Tue, 09 Jan 2007 20:09:59 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

fred102 schrieb am Mon, 08 Januar 2007 19:15

Such dir was aus, kratz dir z.B. am Hintern *lol*, nein keine gute Idee, dann kannst du wohl bald nicht mehr sitzen *lol*, sorry. Leite den Tick besser auf einen Gegenstand ab, der NICHT zu deinem Körper gehört; zerknüll nen Knete-Ballen den du immer bei dir trägst, oder sowas in der Art.

Der ist so schlecht, dass er schon wieder gut ist. (Sorry, ich stell mir gern alles bildlich vor)

Wie wäre es mit einer Knutschkugel oder einen Box-Sack?

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by [nemo](#) on Tue, 09 Jan 2007 21:17:57 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Claudit schrieb am Die, 09 Januar 2007 21:09

Wie wäre es mit einer Knutschkugel

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by [H.C.G.](#) on Tue, 09 Jan 2007 21:19:22 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Verarschen kann ich mich selbst

Subject: Re: schlechte Angewohnheit

Posted by [MarcWen](#) on Tue, 09 Jan 2007 22:15:20 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

H.C.G. schrieb am Die, 09 Januar 2007 22:19 Verarschen kann ich mich selbst

Das will ich sehen
