

---

Subject: Glaubt an euer Haar-Wunder und ein paar Fragen

Posted by [Siri H.](#) on Sat, 05 Oct 2019 15:46:57 GMT

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

---

Hallo ihr Lieben,

mein Name ist Siri und ich selbst hatte für ca. 4 Jahre heftig mit Alopecie zu tun. Es gab Zeiten, in denen ich kein Haar mehr auf dem Kopf hatte. Im Sommer 2015 dann mein Wunder: Meine Haare sind zurück, ich brauchte keine Perücke mehr und mittlerweile habe ich die schönsten, längsten und gesündesten Haare, die ich je hatte!

Als der Haarausfall bei mir anfang war meine Angst riesengroß, dass ich nie wieder Haare haben würde. Und auch wenn ich wusste, dass die Wiederkehr möglich ist, konnte ich die Fälle, von denen ich dies gehört habe, an einer Hand abzählen. Das hat mich irre gemacht..

Wenn ihr nur einen Satz von mir hier lest, dann bitte diesen: Nehmt den Haarausfall an und glaubt an euer Wunder! Sorgt für Euch und lasst Euch nicht runterziehen!

Der Haarausfall hat mir einiges gelehrt: ehrlich mit mir zu sein, Grenzen zu setzen, wieder in Kontakt mit mir zu kommen und noch einiges mehr. Seit einiger Zeit habe ich den Drang anderen Menschen mit meiner Geschichte Mut zu machen und Wege aufzuzeigen, wie sie die Situation für sich nutzen können. Im April habe ich eine Coaching-Ausbildung begonnen und ich spiele mit dem Gedanken, mich auf das Thema Haare zu spezialisieren. Ich selbst wäre dankbar gewesen eine Art "Reisebegleitung" auf meinem Weg zu haben.

Wie seht ihr das? Mich beschäftigen ein paar Fragen und für Euren Input bin ich super dankbar. Mein großer Wunsch ist es, dass kein Mensch mehr unter seinem Haarausfall leidet und jeder seinen individuellen Weg in die Selbstheilung findet.

Hier ein paar meiner Fragen:

- 1) Hast Du schon mal darüber nachgedacht, einen Coach in Anspruch zu nehmen? Was wäre der Auftrag an ihn?
- 2) Welche Situationen und Umstände in Bezug auf deinen Haarausfall fordern Dich aktuell am meisten heraus?
- 3) Gibt es Themen, die zwar nicht unmittelbar in Zusammenhang mit deinem Haarausfall stehen, aber denen Du dennoch einen Einfluss auf deine Haar-Situation zuschreibt (zB. Arbeitsbelastung, Beziehungsprobleme)?
- 4) Wer sind deine Vertrauten in Sachen Haaren und Heilung? ZB. Therapeuten, Heilpraktiker, Friseur, Ärzte?

Herzliche Grüße

Siri

---