
Subject: So eine sch.....

Posted by [pheobe](#) on Thu, 22 May 2008 08:26:07 GMT

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

Hallihallo....

So vor einigen Wochen hatte ich ja Bilder von mir rein gestellt...da sah alles so gut aus. Doch mittlerweile habe ich wieder einen neuen Schub. SO EINE SCHEIßE!!!!

Wie schon beschrieben war der Pony und Hinterkopf betroffen und dies nahm auch kein ende. Mittlerweile ist es schon wieder so groß, das ich den Hinterkopf kaum noch bedecken kann. Ich habe das Gefühl als würden die Haare von unten nach oben nachwachsen, aber auch ausfallen. Versteht das jemand???

Jetzt hab auch ich mal wieder ein paar Fragen an Euch.

Ich habe ja auch eine Perücke die ich dann auch gerne trage, aber bei diesem Wetter ist es kaum auszuhalten. Was macht ihr denn da so??? Tod schwitze???

und ich bin seit ende März arbeitslos. Meine alte Chefin (es war ein kleiner Laden) hat mich in der Sache sehr unterstützt und Verständnis gehabt. Nun stehe ich davor mich neu zu bewerben und habe solche Angst.

Hat man als Frau ohne Haare Chancen? Hört sich blöd an, aber die die oben ohne gehen...wie habt ihr das gemacht?

Ich hab jetzt zwar wieder einen Nebenjob, aber das reicht ja nicht. Ich bin am überlegen ob ich mir die Haare doch abrasieren soll da mir dieses ewige hin und her total nervt. Bin jedoch immernoch nicht sicher genug um selbstbewusst auf zu treten. Mensch ich find ich seh einfach scheiße aus ohne Haare. Da kann ich mir noch so oft einreden das alles nicht sooo schlimm ist. Überall wo ich hin gucke fällt mein erster Blick auf die Haare.

Bin mit meinen Freund jetzt ein halbes Jahr zusammen, er hat mich so kennen gelernt, mag mich ohne Perücke sogar lieber, aber trotzdem glaube ich das ich ohne an seiner Seite nicht die Traumfrau bin. Momentan überhäufen sich wieder die Ängste und mein Kartenhaus aus Kraft scheint zusammen zu fallen.

Brauche bitte dringend ein paar aufbauende Worte von Euch.

Liebe grüsse auch an Pizzel hab gesehen du warst mal wieder aktiv

An Euch alle einen schönen Gruß, schönen Feiertag und hoffe auf Antworten.

Ig Verena

Subject: Re: So eine sch.....

Posted by [tantan1](#) on Thu, 22 May 2008 12:07:46 GMT

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

Hallo pheobe,

das hört sich ja nicht so gut an für dich. Zuerst einmal drück ich dir die Daumen, dass du für diesen neuen Schub wieder genug Kraft findest, damit du selbstbewusster durchs Leben gehen kannst.

Zur Kopfbedeckung kann ich dir sagen, dass ich (zu meinen Spitzenzeiten ohne 2/3-Haare) am liebsten bei dem warmen Wetter mit Kopftuch oder Cappy herumgelaufen bin. Wobei das Cappy mein Favorit ist.

Für deine Arbeitssuche drücke ich dir ganz fest die Daumen, dass du eine neue Anstellung findest, mit der du glücklich und zufrieden bist. Hierzu kann ich nur sagen: Ich bin letztes Jahr im April (da fingen meine Haare gerade wieder an zu wachsen, außer im Nacken und hinter den Ohren - da wohl Ophiasis-Typ) ohne Perücke zum Vorstellungsgespräch gegangen und habe eine Chance gekriegt. Jetzt bin ich schon 1 Jahr dort angestellt. Z.Zt. fallen sie mal wieder an der Stirn und es stört niemanden im Büro. Hauptsache man macht seine Arbeit gut.

Zwischendurch stört es mich zwar, dass die Haare wieder ausfallen, aber ich habe mich von Anfang an nicht getraut, zu optimistisch über den Haarwuchs zu sein, weil die Angst vor einer nächsten Depri-Phase zu groß war. Ich habe mir halt immer wieder gesagt: Wenn sie wieder fallen und ich zuviele davon herumfliegen sehe, rasier ich mir den Schädel halt kahl. 2006/2007 hatte ich sie mir bis auf 1-2 mm heruntergeschnitten. Da hab ich mich schon an mein Spiegelbild gewöhnt.

Hast du mal versucht dich im engsten Freundeskreis "oben ohne" zu präsentieren. Seit ich gemerkt habe, dass meine Familie und meine Freunde zu mir stehen, habe ich kein Problem mehr damit.

Versuch dich nicht zu sehr auf die Haare zu konzentrieren. Du sagst ja schon, dass dein Freund dich ohne Perücke sogar lieber mag. Nichts ist schlimmer für eine Beziehung, als immer wieder zu sagen, dass du selbst nicht mit dir zufrieden bist. Versuch die AA einfach als Teil von dir zu akzeptieren. Auch wenn es sich jetzt doof anhört. Bei mir hat es geklappt.

Ich wünsche dir wirklich alles Gute, damit du vor allem auch dein Selbstvertrauen wieder findest.

Einen schönen Feiertag und ein schönes Wochenende wünsche ich dir noch.

LG Tanja

Subject: Re: So eine sch.....

Posted by [pheobe](#) on Thu, 22 May 2008 17:52:17 GMT

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

danke für die Antwort!

Was das berufliche angeht, ich bin einzelhandelskauffrau und von daher gerne und immer in Kontakt zum Kunden. Da fehlt mir jedoch momentan der Mut zu. Werde mich wohl jetzt auch nacheiner anderen Brance umschauen.

Meine Familie kennt mich auch oben ohne und meine engsten Freunde doch fühle ich mich zur Zeit wieder sehr eingeschränkt. Ich würde zu gern einfach mal so die Tür öffnen oder spontan zum Müll gehen. Mach es aber nicht da ich mich immer so nackt fühl.

Cappi trag ich auch am liebsten. Habe einen sehr kleinen Kopf und als ich letztens ein Cappi in S an probierte war selbst diese zu groß lustig aber doch deprimierend. Gibt es eigentlich spezielle Capps für AA Betroffene??? Da die Haare auch am Hinterkopf fehlen und über dem Ohr müsste es eine geschlossene sein.

Weiter danke für Antwort und Rat hat mich echt gefreut.

Ig Verena

Subject: Re: So eine sch.....

Posted by [Pizzel](#) on Thu, 22 May 2008 20:21:45 GMT

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

Hallo Pheobe,

danke für deine Grüße, hatte mich auch gefragt, wie's dir so geht, irgendwann waren wir ja mal so auf dem gleichen (Haar-)stand. Ich hatte mir die Haare letzten Oktober abrasiert und laufe seitdem mit einer Perrücke herum. Untendrunter hab ich auf meinem kahlen Globus ein paar dunkle Inseln, die doch tatsächlich wieder 'n bisschen grösser werden, rundherum nur vereinzelt weissborstiges Meer. Jedenfalls nix, womit ich mich bis zur Mülltonne vorwagen würde. Aber was den Job angeht, hab ich gerade Erfolg gehabt, mit Perrücke. Ich hab einen neuen Job gefunden. Und ich bilde mir sogar ein, dass es mir die gutfriesierten Kunsthaare leichter gemacht haben könnten. Ich brauche morgens ungefähr dreißig Sekunden zum Frisieren und hab ehrlich das Gefühl, dass meine neuen Kollegen nix merken. In meinem alten Job hat mir nur die Kollegin immer dumm auf die Haare geschaut, die von Ihrer Freundin von meinem haarigen Pech erzählt bekam. Ich drück dir ganz fest die Daumen, dass du schnell wieder was findest und ich glaub echt, dass deine Kunden mit Perrücke nix sehen würden, die denken doch an sowas garnicht und werden höchstens noch auf deine fülligen Haare neidisch, oder? Was ich für eine Perrücke habe? Eine Kunsthaar Kurzhaar auf Baumwollnetz drei Haare pro Knoten, Preis ca 300€...die tut's für im Büro, wo kein Wind weht.

Lass dir das Leben nicht zu schwer werden, was im Kopf ist, ist so viel wichtiger, als was drauf ist

Liebe Grüße

Subject: Re: So eine sch.....

Posted by [haarakiri1](#) on Sat, 24 May 2008 14:29:31 GMT

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

..
