

---

Subject: Stichwort Psychosomatik - Was haltet ihr hiervon?

Posted by [Granatapfel](#) on Sat, 27 Nov 2010 20:11:16 GMT

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

---

Hi Leute,

eine Bekannte hat mir diesen Textabschnitt hier geschickt. Er stammt aus einem Buch der "Lebensberaterin" Eva- Maria Zurhorst, und sie beschreibt darin, wie ihr eines Tages aus heiterem Himmel die Haare anfangen auszugehen. Durch Selbstbeobachtung und Auseinandersetzung mit inneren Konflikten hat sie es geschafft, das Problem in den Griff zu kriegen.

Was hält ihr davon? Habt ihr vielleicht ähnliches erlebt?

GA

P.S.: Es handelt sich nur um den markierten Abschnitt.

---

### File Attachments

1) [Textpassage+Zurhorst.pdf](#), downloaded 586 times

---

---

Subject: Aw: Stichwort Psychosomatik - Was hält ihr hiervon?

Posted by [Emma1964](#) on Sun, 28 Nov 2010 10:13:09 GMT

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

---

Hallo,

das was Frau Zurhorst da beschreibt kann ich nur unterstützen. Ich glaube, dass mein Haarausfall mit einer jahrelangen Anpassung an die äußeren Umstände zusammen hängt. Diese Anpassung mündete im Sommer in einem ausgewachsenen Burn Out. Nun sitze ich hier und versuche mein Leben und meine Haare wieder auf die Reihe zu bekommen. Ich habe viel Unterstützung und bin sehr zuversichtlich sowohl das eine wie das andere zu schaffen. Und ich habe gemerkt das ich das eine nicht isoliert vom anderen sehen kann. Es wäre schön wenn du noch die Quelle angeben könntest. Danke! Liebe Grüße Emma

---

---

Subject: Aw: Stichwort Psychosomatik - Was hält ihr hiervon?

Posted by [Sasa1982](#) on Mon, 29 Nov 2010 14:22:28 GMT

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

---

Ihr Lieben,

ich bin auch davon überzeugt, dass A.A. psychosomatisch bedingt ist.

Bei mir hatte es nämlich auf jeden Fall seelische Ursachen. Jetzt bin ich Gott sei Dank geheilt.

Von insgesamt 7 kahlen Stellen (die Größte 8 cm Durchmesser) sind jetzt überall wieder Haare. Doch bevor es soweit war, bin ich ein halbes Jahr nicht nur durch die Hölle gegangen, sondern auch von Arzt zu Arzt bis hin zum Heilpraktiker. Zuerst wurde ich gründlich untersucht. Hormone und Schilddrüse waren ok. Dann fing es an mit verschiedenen Cremes und

Mittelchen. Als die nichts brachten, habe ich alternative Heilmethoden mithilfe der Heilpraktikerin ausprobiert. Auch das half nicht. Dann war ich so verzweifelt, dass ich eine Psychotherapeutin aufgesucht habe, da ich gehört hatte, dass der kreisrunde Haarausfall auch stressbedingt sein kann. Die Therapeutin, bei der ich war, ist echt klasse. Sie arbeitet mit Hypnose. In den Sitzungen haben wir geklärt, woher die A.A. stammt und was zu tun ist, damit sie wieder verschwindet. Sie versetzte mich in Trance und befragt mein Unbewusstes, was los ist. Heraus kam, dass mich der kreisrunde Haarausfall auf meinen Perfektionismus und meine daraus resultierende ständige Selbstüberforderung hinweisen sollte. Dann wurde mein Unbewusstes nach einer Lösung gefragt. Diese Lösung wurde während der Behandlung mithilfe von Hypnose erarbeitet. Am Ende der Behandlung kamen die ersten feinen Härchen. Jetzt, drei Monate später, ist alles wieder vollständig zugewachsen. Es ist so unglaublich, teilweise klingt es schon ein bisschen spooky und ich bin absolut überzeugt davon, dass mir die Hypnotherapie geholfen hat.

Ich empfehle Euch allen, Eure A.A. auf seelische Ursachen hin überprüfen zu lassen. Ich weiß, das klingt alles etwas ungewöhnlich, aber man muss sich einfach nur darauf einlassen und es funktioniert! Ich bin der lebende Beweis.  
Die Therapeutin heißt Dörte Leyser und hat ihre Praxis in Köln. Die Frau ist der Wahnsinn!  
Echt der absolute Geheimitipp. Ich bin überglücklich, dass ich geheilt wurde.

Gerne könnt Ihr mich auch bei Fragen kontaktieren.

Viele Grüße und viel Wachstum!

Sasa1982

---

Subject: Aw: Stichwort Psychosomatik - Was hält ihr hiervon?

Posted by [prinzessin](#) on Mon, 29 Nov 2010 15:49:24 GMT

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

---

Ich glaube auch das die AA ein Stück weit seelische Ursachen hat. Meine Psychtherapie beginnt im Januar und ich bin einmal gespannt wie das wird. Ich finde es zwar ein bisschen komisch mit einem Fremden zu reden aber ich bin auch überzeugt davon dass es klappen kann.

LG

---

Subject: Aw: Stichwort Psychosomatik - Was hält ihr hiervon?

Posted by [Granatapfel](#) on Mon, 29 Nov 2010 22:55:02 GMT

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

---

Hallo allerseits,

@Emma

Ich kann meine Bekannte zur Zeit nicht erreichen, aber ich denke bis Freitag kann ich dir genau

sagen, aus welchem Buch der Abschnitt stammt.

@Sasa

Da wird man natürlich hellhörig! Freut mich total für dich, dass das mit der Hypnose so gut geklappt hat. Was genau hast du denn gemacht, nachdem ihr die Ursache herausgefunden habt? Wenn das was zu persönliches war, versteh ich das natürlich.

Ich für meinen Teil kann nur sagen, dass mich diese Sache mit dem Perfektionismus schon auch sehr an mich selbst erinnert. Ich hab eigentlich immer das Gefühl, ich mache irgendwas falsch, oder nicht gut genug.

@Prinzessin

So komisch dir das am Anfang auch vorkommen mag, für den/die Therapeut/en/in ist das vollkommen normal. Für mich hat es sehr viel gebracht, hat mir echt geholfen mit AA besser umzugehen.

LG

---

Subject: Aw: Stichwort Psychosomatik - Was hält ihr hiervon?

Posted by [Sasa1982](#) on Wed, 01 Dec 2010 15:49:48 GMT

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

---

Huhu Mädels,

@ Granatapfel:

Also, es war ja bei mir so, dass ich unter anderem zu viel emotionalen Stress hatte. Die Lösung, die mir aufgezeigt wurde, war ne individuelle. Während der Hypnose-Sitzung kam das zustande. Ist ja bei jedem was anderes, weil wir ja alle anders sind. Kurz gesagt: Was bei einem zur Heilung führt, muss nicht zwingend dem andern helfen. Diese Antwort, weiß ganz allein das Unbewusste. Während der Sitzung gibt das Unbewusste dann die Lösung preis. Aber jetzt mal was anderes: Du hast ja geschrieben, dass Du in therapeutischer Behandlung warst, um mit der AA besser umzugehen. Was genau für ne Therapie war das? Ich finde es prinzipiell super, wenn man sich professionell helfen lässt. Aber wenn es einem nur hilft, den Mist der mit den Haaren passiert, besser zu akzeptieren, ist es dann überhaupt richtige Hilfe? Bitte nich falsch verstehen, ich meine das nicht wertend, sondern werfe jetzt einfach mal diese Frage in den Raum, weil ich denke, das wir hier alle ein

RECHT AUF HEILUNG

haben. Es geht nicht um akzeptieren, sondern um gesund werden. Und ich glaube ganz fest daran, dass es jeder hier werden kann.

@ Prinzessin:

Find ich toll, dass Du Dich mit Dir auseinander setzen willst. Mach Dir keine Sorgen, Dich jemand Fremden anzuvertrauen. Therapeuten sind ja objektiv und die wollen einem ja nichts. Was sie wollen ist helfen und das ist doch das Wichtigste...

---

---

Subject: Aw: Stichwort Psychosomatik - Was hält ihr hiervon?

Posted by [Granatapfel](#) on Sat, 04 Dec 2010 01:38:05 GMT

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

---

@Sasa

Naja natürlich ist das richtige Hilfe. Ohne diese Therapie wäre ich schlichtweg verrückt geworden! Und es hat mir nicht nur dabei geholfen, sondern auch bei vielen anderen Problemfeldern. Ich finde ja auch den Gedanken interessant, dass ich ohne AA nie eine Therapie gemacht hätte, da wäre mir echt einiges entgangen, und ich hätte nie gelernt, endlich mal vernünftig mit mir selbst umzugehen, anstatt mich ständig wegen irgendwelchen Kleinigkeiten fertig zu machen.

---

Subject: Aw: Stichwort Psychosomatik - Was haltet ihr hiervon?

Posted by [Granatapfel](#) on Sat, 18 Dec 2010 20:10:34 GMT

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

---

@Emma

Der Titel des Buches ist "Liebe dich selbst und freu dich auf die nächste Krise". Sorry, dass es etwas länger gedauert hat.

---

Subject: Aw: Stichwort Psychosomatik - Was haltet ihr hiervon?

Posted by [Emma1964](#) on Sat, 18 Dec 2010 21:46:00 GMT

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

---

Vielen Dank. Liebe Grüße Emma

---