

Hi Leute,

wenn euch der HA Probleme macht und ihr nach Wegen sucht, damit umzugehen, dann lest mal die Autobiographie von Andre Agassi, "Open". Die ist erstmal sowieso sehr lesenwert: sehr gut geschrieben, spannend, ehrlich. Im Prinzip die Geschichte, wie jemand zu sich selbst gefunden hat. Agassi ist ein intelligenter, sympathischer Mensch und im Laufe seines Lebens auch zu einer interessanten, echten Persönlichkeit geworden. Sonst hätte er wohl auch kaum so eine Klasse Frau wie "unsere" Steffi bekommen.

In "Open" geht es an mehreren Stellen um Haarausfall und die damit verbundenen Sorgen. Wie Agassi damit zurecht gekommen ist, kann sicher eine Inspiration für viele sein, denn er ist einfach ein cooler Typ.

Niemand wusste z. B., dass er schon sehr früh ernste Haarprobleme hatte und jahrelang ein Toupet getragen hat. Wimbledon Sieg mit falschen Haaren.

Besonders interessant finde ich die Stelle, in der Agassi den entscheidenden Schritt macht. Rasur und zum neuen Look finden. Das geschah auch durch den Einfluss seiner damaligen Frau, Brooke Shields. Die hat aus der Aktion ein richtiges Ritual, ein Art kleine "Feier zur Neugeburt" gemacht. Psychologisch sehr spannend, finde ich.

Es gibt ja zwei wesentliche Aspekte des Umgangs mit HA:

1. Wie man sich selbst wahrnimmt und ggf. annimmt oder ablehnt
2. Die Sorge, was andere denken, besonders Vertreter(innen) des anderen Geschlechts; die Angst, als potentieller Partner nicht mehr so attraktiv zu sein bzw. allgemein bei anderen Menschen schlechtere Karten zu haben

zu 1: wenn man -wie Agassi und auch einige hier im Forum- den mutigen Schritt macht und sich quasi "neu erfindet" - neuer Look, der einem gefällt und dazu stehen, dann ist das Problem gelöst

zu 2: wenn Punkt 1 erfolgreich gelöst, dann hat sich dieser Punkt meist auch schon erledigt; wie man von anderen wahrgenommen und erlebt wird, hängt stark vom eigenen Selbstwertgefühl ab - das ist völlig unbestreitbar; weder Brooke Shields noch Steffi Graf haben zu irgendeinem Zeitpunkt auch nur das geringste Problem mit Agassis wenigen Haaren gehabt, es war nie ein Grund, sich einen anderen Partner zu suchen bzw. den eigenen weniger zu mögen - und beide Frauen sind attraktiv, beliebt und bewundert, hatten genug andere Optionen und Agassis Millionen brauchten sie als Topverdienerinnen auch nicht