

---

Subject: es ist so weit...

Posted by [egal123](#) on Thu, 01 Aug 2013 11:29:18 GMT

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

---

hallo liebe forumsgemeinde, ich suche rat.

seit 4 jahren weiß ich, dass ich haarausfall habe und bereits in jungen jahren eine glatze bekommen werde (trotz fin). ich laufe gefahr in ein depression zu schlittern. ich habe angstzustände, keine motivation für irgendetwas, wache nachts auf und kann nicht mehr einschlafen, mangelndes selbstbewusstsein und selbstvertrauen. ich bin in einem loch und habe das gefühl daraus nie wieder heraus zu kommen und nie wieder glücklich zu werden. ich habe angst vor dem alleinsein, den geeigneten job zu finden usw.! ich war früher so eine fröhliche persönlichkeit, für jeden spaß zu haben doch nun hab ich das gefühl mein leben nicht mehr in der hand zu haben. ich habe angst dass mich nie mehr ein frau attraktiv finden wird, und ich alleine sterben werde, auf gut deutsch - mein selbstwertgefühl ist im keller. ich weiß nicht mehr wie ich daraus komme. deshalb werde ich professionelle hife in anspruch nehmen,

hat iwer erfahrung mit psychotherapeutischen behandlungen? hilft es? geich vorweg ich möchte und werde keine medikamente nehmen!

vielen dank für eure hilfe!

---