
Subject: Habt ihr psychische Probleme?

Posted by [Erdnase](#) on Mon, 29 Apr 2019 10:39:03 GMT

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

Mich interessiert neben der Frage, wie man den Haarausfall möglicherweise aufhalten kann, vor allem auch der Umgang damit. Mir persönlich fällt es mal leichter, mal schwerer. So richtig zufrieden bin ich natürlich nicht, sonst wäre ich nicht hier :lol:

Gelegentlich wird hier über Themen diskutiert, welche man grob unter der Überschrift "Attraktivität" zusammenfassen kann. IdR drehen sich diese Diskussionen Kreis. Vielfach klingt aber vor allem eine massive Angst, Minderwertigkeitsgefühle und eine Abwertung von Männern mit Haarausfall, wie auch der eigenen Person, durch. Alles in allem wohl kein gesunder Umgang mit Haarausfall.

Zudem werden hier von einigen Mitgliedern gelegentlich psychische Erkrankungen erwähnt. Teils ist zumindest Wissen über Psychopharmaka vorhanden, was man in der Regel ohne selbst betroffen zu sein nicht hat (berufliche Kenntnisse mal außen vor gelassen).

Mich würde daher mal vollkommen wertungsneutral interessieren, wie es allgemein um eure psychische Gesundheit steht. Insbesondere könnte spannend sein, ob es hier eine Häufung von Männern gibt, die Haarausfall nicht irgendwie ein bisschen doof finden, sondern so belastend, dass daraus eine psychische Erkrankung entstanden ist bzw. die bereits vorher eine psychische Erkrankung hatten und nun zusätzlich durch Haarausfall belastet werden.

Ich mache zwecks dessen mal den Anfang:

Ich hatte bereits vor dem Beginn des Haarausfalls unipolare Depressionen jeden Schweregrades, gepaart mit einer sozialen Phobie und den damit einhergehenden Problemen, va. geringes Selbstvertrauen. Da ich letztere mittlerweile auch dank eines besseren Selbstbildes mittlerweile recht gut im Griff habe und man mir das wohl nicht mal mehr anmerkt, hat auch meine "Angst vor der Glatze" deutlich abgenommen. Zumal mal das vermutlich sogar ziemlich gut stehen wird, auch wenn ich es gerne erst später heraus finde, wie gut :lol:

Nichtsdestotrotz ergänzt sich das alles natürlich sehr ungünstig, was sicherlich auch der Grund ist, weshalb es mich so sehr beschäftigt, dass ich hier bin.

Wie sieht es bei euch diesbezüglich aus? Habt ihr, hattet ihr psychische Erkrankungen und wie beeinflusst das euren Umgang mit Haarausfall?

PS: Ich hab das Thema "Attraktivität" zwar auch angerissen, gerade weil es psychische Belastungen (mit-) auslöst. Es wäre aber nett, wenn dieser Thread nicht in eine Diskussion darüber ausartet, wie attraktiv Männer mit AGA/Glatze im Allgemeinen sind und so Klassiker wie: "Glatze ist einfach hässlich." hier mal nicht aufgeworfen werden. Bleibt also möglichst bei euch.

Subject: Aw: Habt ihr psychische Probleme?

Posted by [MagiSinbad2](#) on Mon, 29 Apr 2019 12:30:09 GMT

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

die Sache ist für die Gesellschaft ist es OK sich lustig über Männer die klein sind oder eine

Glatze haben, obwohl sie nichts dafür können. Aber wehe man spricht das Gewicht/Aussehen einer Frau an :lol:

Natürlich haben auch viele Männer die solche Probleme haben auch Depressionen dadurch, aber keinen juckt es für Gleichbehandlung zu sorgen und es tabu zu machen sich lustig über diese Dinge zu machen. Vorallem Frauen machen sich da oft lustig über Männer :d

Subject: Aw: Habt ihr psychische Probleme?
Posted by [Gorilla](#) on Mon, 29 Apr 2019 15:32:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mir gehts mittlerweile ähnlich wie Erdnase, auch psychische bisschen angeknackst. Aber der HA ist nicht alleine daran Schuld, er verstärkt es aber natürlich umso mehr. Und Lösung ist leider keine in Sicht. Muss man echt aufpassen das man nicht abdriftet

Subject: Aw: Habt ihr psychische Probleme?
Posted by [Westhair](#) on Mon, 29 Apr 2019 16:34:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei mir hängt die psychische Gesundheit maßgeblich mit Haarzustand zusammen, ne Zeit lang konnte ich kaum raus gehen deswegen.

Mittlerweile ist es besser, da ich Finasterid zum Glück gut vertrage. Und zur größten Not käme ich auch mit Haarteil klar.

Subject: Aw: Habt ihr psychische Probleme?
Posted by [xWannes](#) on Mon, 29 Apr 2019 22:11:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich denke, dass die "Norm" der Psyche eine sehr große Spanne hat.

Heutzutage wird leider nicht weniger als früher vieles als krank abgestempelt, wenn es ...

- a) finanzielle Interessen im Hintergrund gibt.
- b) dem ubiquitären Leistungsanspruch entgegensteht.
- c) sonstige Machtinteressen gibt.

Als junger Student war ich eine kurze Zeit lang beim Psychiater, ohne dass es zu irgendeiner Diagnose (abgesehen von dezentem Narzissmus, was soll das sein?) geführt hätte.

Mit vielem an Stress, Schicksalsschlägen und sonstigen Härten des Lebens kommt man letztendlich selbst gut zurecht, wenn man aufrichtige Gesprächspartner hat (Partner, Eltern,

Familie, Freunde, Paten, Mentoren) und kritikoffen das Gespräch sucht.

Dennoch habe ich schon seit jungen Jahren eine mal mehr mal weniger ausgeprägte Lebensmüdigkeit, die aber eher weltanschaulich-philosophische (nihilistische), denn psychisch-pathologische Ursachen hat.
