

---

Subject: plötzlich mit Haarersatz aufhören => Reaktionen anderer?

Posted by [OnkelDonald](#) on Sat, 06 Feb 2021 06:18:06 GMT

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

---

(Wenn das ins Unterforum "Umgang mit Haarausfall" gehört, bitte verschieben. Ich find, das war ein Zwischending, weil es gerade um den Spezialfall geht, wenn man vorher Haarersatz getragen hat)

Ich hab lange Zeit Toupets und Perücken getragen, aber das wurde mir aus mehreren Gründen zu nervig. Zur Zeit sitze ich im Lockdown zu Hause und überlege danach, ohne Haarersatz unter die Leute zu gehen.

Allerdings habe ich Angst vor den Reaktionen. Ich bin emotional nicht sehr stabil und beim Thema Haare und mit meiner Geschichte wirklich sehr verletzlich (jetzt bitte keinen blöden Sprüche dazu). Aber Sprüche WERDEN vermutlich kommen, und Fragen, und Kommentare, ob gut gemeint, ob fies gemeint - ungefragt! ... selbst Freunde, die ich dazu seinerzeit ins Vertrauen genommen habe, wissen es SOFORT besser, dass "Haare doch total unwichtig" sind. "Ich an deiner Stelle würd einfach Glatze tragen" blabla...

Ich hab auch nicht vor, mit Kahlschlag rumzurennen (hab ich vor dem Toupet viele Jahre, nicht mein Fall), sondern hab neulich tatsächlich mit Dermmatch und Toppik experimentiert (zu Hause, allein) und wenn man es richtig macht, sind (bei meinem Status) die Verbesserungen unglaublich! Ich wäre da draußen halt einfach jemand mit "dünnen Haaren", aber nicht der Exot mit dieser Mega-Pläte, mit der ich mein halbes Leben schon rumgelaufen bin (mit einem dazu unpassend noch immer jugendlichen Gesicht, werde mit Mütze 15 Jahre jünger geschätzt, ohne Mütze/Haare 20 Jahre älter!). Man kann jetzt sogar - in Maßen - eine richtige Frisur draus machen, mit der ich leben kann.

Nun kennt man mich mit supervollen Haaren (Perücke ging zuletzt nicht anders) und dann komm ich ein paar Monate später zurück und habe noch 25% der vorigen Dichte, und der Haarersatz ist 2 cm weiter hinten. NATÜRLICH fällt das auf. Und ich arbeite in meinem Nebenjob mit Kindern und Jugendlichen, die fies sein können und gar nicht wissen, wie das verletzen kann.

Was würdet ihr machen? Irgendwelche Tipps, damit umzugehen? (Ich will halt - auch nicht wohlwollenden Besserwissern gegenüber - unnötige Diskussionen, d.h. möchte nicht, dass meine Haare in meiner Arbeit oder Freizeit überhaupt "Thema" sind, sondern einfach normal leben, wie andere auch - ich quatsch die ja auch nicht ständig auf irgendwelche Problemzonen an).

---

---

Subject: Aw: plötzlich mit Haarersatz aufhören => Reaktionen anderer?

Posted by [Klomp](#) on Sat, 06 Feb 2021 09:19:56 GMT

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

---

Hallo OnkelDonald,

ich kann deine Sorge sehr gut verstehen. Ich (M,25) habe das Thema Haarausfall sehr direkt in

meinem Freundeskreis und in meiner Familie thematisiert. Da härt man dann natürlich oft dieses "just shave it bro". Aber generell hat es mir sehr viel Last von den Schultern genommen und mein Umfeld für das Thema sensibilisiert. Nun ist es mir nicht mehr peinlich meinen HA zu zeigen. Selbst wenn es nun schlimmer wird. Meine Freunde wissen warum und welche Last es mit sich bringt. Es klingt so als hättest du diesen Schritt schon gewagt jedoch vielleicht nicht deutlich kommuniziert. Ich war sehr ehrlich und direkt zu meinen Freunden. Ich glaube dies war meine beste Entscheidung und hat mir sehr gut getan.

Es hört sich so an als wäre ein Haarsersatz gar keine Option mehr für dich und eine Frisur um einiges besser. Da hast du schon deine Antwort auf deine Frage. Egal was andere Menschen über deine Frisur sagen du hast selber schon eine Abneigung gegen deinen Haarsersatz und wirst dich immer fragen ob es nicht ohne besser ist. Außerdem ist der Lockdown die perfekte Chance dafür. Jetzt haben die deine Kollegen ein paar Wochen nicht gesehen. Wenn du wartest bis sich alles wieder normalisiert (wann auch immer) passiert der ganze Prozess von heute auf morgen.

Ich arbeite an einer Förderschule mit dem Schwerpunkt auf emotionale und soziale Entwicklungsstörung. Es geht also sehr rau her und Beleidigungen und Konflikte sind normal. Ich habe schon sehr deutlichen Haarausfall und mein Kollege (M,28) eine Glatze. Wir wurden noch nie auf unsere "Haare" angesprochen.

Liebe Grüße

---

---

Subject: Aw: plötzlich mit Haarsersatz aufhören => Reaktionen anderer?

Posted by [OnkelDonald](#) on Sun, 07 Feb 2021 22:14:38 GMT

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

---

Hallo Klomp,

danke für deine Worte. Du sprichst mir mit vielem aus der Seele. Bei mir war es genauer gesagt, so, dass ich vom 18. bis 26. Lebensjahr "der mit der Glatze" war, bis ca. 22 Langhaarfrisur mit immer größer werdender Tonsur, dann von 22-26 Kurzhaarfrisur und mm-Schnitt, dann der Plan Haarsersatz, 1 Jahr wachsen lassen und nur Mütze getragen und dann eben Haarsersatz.

Die Situation, die ich jetzt vor allem meine ist: Ich sehe ohne den Haarsersatz, auch wo ich hab wachsen lassen, KOMPLETT anders aus als mit. Man wird nicht innerhalb von 3 Monaten Lockdown von "NW minus 1" zu einem NW4 (und das auch nur, wenn ich kosmetisch sehr nachhelfe). Dann wird das ein Effekt sein wie einst bei Andre Agassi (aber er war zwischendurch gefühlt 3 Jahre nicht auf dem Platz, bis er plötzlich komplett kahlrasiert erschien). Die Leute werden fragen (und es "wissen"), dass ich es vorher "nötig" hatte, etwas "vorzutäuschen", indem ich ein Toupee bzw. eine Perücke trage.

Dass ich halt wenig Haare hab, dazu werde ich in Zukunft stehen. Werde mit Dermmatch und Toppik allerdings nicht Blickfang für jeden, dass meine Mönchstonsur schon 1000m gegen Sonne so "auffällt", sondern durch Dermmatch etc. wird es viel dezenter, nicht so ein (Negativ-)Hingucker.

---

Subject: Aw: plötzlich mit Haareratz aufhören => Reaktionen anderer?

Posted by [blub10](#) on Mon, 08 Feb 2021 00:09:36 GMT

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

---

Nun da du weißt das es zu Kommentaren kommen kann , kannst du dich doch mental gut drauf vorbereiten

Falls jmd iwas sagt kannst du immer sagen:

Ja Corona hat mir zu schaffen gemacht, aber es gibt wichtigere Dinge im Leben als meine Haare /aber schön wie sehr dich meine Haare interessieren! Also bei welchem Thema waren wir stehen geblieben?

Falls es dir ein Trost ist, die Sprüche kommen vll am Anfang aber die Leute gewöhnen sich mega schnell an dein neues ich und dann kommt sehr wahrscheinlich garnichts mehr.

Und klar wird von Kindern, Jugendlichen und Menschen selbst geringem Fein- oder Selbstwertgefühl mehr dumme Sprüche kommen. Aber solche Leute haben viel größere Probleme als man selbst. Jeder halbwegs normale Mensch fängt nicht an Gemeinheiten einem an den Kopf zu werfen

---

---

Subject: Aw: plötzlich mit Haareratz aufhören => Reaktionen anderer?

Posted by [Craktuv](#) on Mon, 08 Feb 2021 00:21:37 GMT

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

---

Ich kann hier nicht mit Erfahrungen aus Sicht eines Betroffenen helfen, da ich nie ein Haarteil getragen habe. Allerdings weiß ich noch wie ich auf solche Situationen Reagiert habe wenn jemand aus meinem Umfeld plötzlich eine Glatze hatte.

Tatsächlich ist mir das damals gar nicht so aufgefallen. Ich bin früher immer davon ausgegangen das Glatze tragen ist eine persönliche Entscheidung aus ästhetischen Gründen, besonders bei Menschen älter als 30. Das Haarausfall meistens dahinter steckt wurde mir so erst klar seit ich selbst von Haarausfall betroffen bin.

Ein sehr enger Freund ist übrigens auch stark von Haarausfall betroffen. Bei ihm ging das wirklich sehr schnell. Er hatte dann irgendwann sehr kurze Haare und dann eine Glatze. Der Schritt zur komplett Glatze ist mir dann garnicht mehr aufgefallen.

Ich denke es ist schon Möglich das anderen auffällt das du jetzt weniger Haare hast, aber ich denke nicht das da Menschen wirklich negativ drüber denken. Höchstens besorgt um deine Gesundheit wenn es plötzlich von NW1 auf NW4-5 geht. Aber das kannst du dann ja aufklären. Auch denke ich das du deine Haare entweder sehr kurz rasieren solltest oder direkt eine Glatze, denn dann könnten einige Menschen um dich herum tatsächlich denken das es auch eine ästhetische Entscheidung gewesen sein könnte. Eine "Mönch" artige Frisur wo nur noch der Haarkranz zusehen ist wird hingegen auf jeden Fall auffallen.

EDIT:

Sorry ich habe den Part mit den Topings überlesen indem du deine Ergebnisse damit Schilderst. Wenn du damit tatsächlich gute Ergebnisse erzielst kann das schon eine alternative sein. Eine Kurzhaar Frisur in Verbindung mit den Topings könnte aber vielleicht trotzdem eine alternative sein.

---

---

Subject: Aw: plötzlich mit Haarerersatz aufhören => Reaktionen anderer?

Posted by [Piotr](#) on Mon, 08 Feb 2021 09:20:04 GMT

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

---

Du wechselst von einem Versteckspiel (Haarteil) zum nächsten (Toppik).

Wenn dir das nicht zu nervig ist auf Dauer... (Habe auch ne Zeit lang Toppik verwendet und mir ging das irgendwann so dermaßen auf den Zeiger)

Abrasieren und wenn schon kaschieren, dann ne Haarpigmentierung. Wäre für mich die sinnvollste Lösung (wahrscheinlich auch weil ich es selbst so gemacht hab).

Dann brauchst auch nix zu erklären, du hast dir die Matte halt einfach abrasiert weil's dich genervt hat.

Wenn du deinen angestrebten Weg so durchziehen willst, würde ich einfach ehrlich sein, wenn dich jemand drauf anspricht. Was hilft's dir, wenn du ne Mega Story vorbringst, außer dich damit vielleicht noch zum Affen zu machen.

Mit Ehrlichkeit kommt man am Weitesten. Einfach zu den eigenen Schwächen stehen, fertig.

---