

## **JAHRESBERICHT von Johannes von Arx**

Vor noch nicht einmal ganz einem Jahr, am **9. Mai 2005** haben wir uns hier, in diesem Saal des Coopi getroffen, um sozusagen den Spatenstich zu legen. Den Spatenstich zu unserem Verband LessMess. Begonnen aber hat das Berichtsjahr sehr zeitig, nämlich am **12. Januar** mit einem ersten offenen Treffen im Hotel Bristol Zürich unter der Leitung von Beat Dünki, an dem wir zahlreiche mögliche Projekte vorgestellt haben, worauf sich die Teilnehmenden in Listen zum Mitmachen bei einzelnen davon einschreiben konnten. Vor allem aber waren wir uns alle einig darüber, dass wir einen Interessenverband gründen wollen.

### **Verbandsgründung**

Vom Januar an tagte die Vorbereitungsgruppe mehrmals und bereitete alle Aspekte des neuen Verbandes vor. Ausgiebig wurde über den Titel diskutiert, sodass wir am erwähnten 9. Mai zwei Titelvorschläge unterbreiten konnten. Die 30 Teilnehmenden entschieden sich klar zugunsten von „LessMess – Netzwerk für Messies“.

Am **8. September 2005** schliesslich konnten wir LessMess offiziell gründen. Gewählt wird ein Doppelpräsidium: Helene Karrer und Thomas Moll. Helene kann die erfreuliche Mitteilung überbringen, dass uns eine anonyme Donatorin einen ansehnlichen Geldbetrag als Starthilfe übermacht hat. Druckfrisch ist das neue Flugblatt LessMess. Es ist für unsere Präsenz nach aussen das wichtigste Instrument. Ebenfalls neu ist die Webseite [www.lessmess.ch](http://www.lessmess.ch), die Thomas – wie alle unsere Web-Aktivitäten zuvor in vorbildlicher und von allen Seiten immer wieder gelobter Kreativität – gestaltet hat.

### **Kommunikation**

Mit neun Rundbriefen, ab sofort heisst er „LessMess Info“, haben wir eine Fülle an Informationen verbreitet: über Verbandsgründung, Messie-Spitex, Umfragen, Bewegungen in der Szene der Selbsthilfegruppen, Veranstaltungen im In- und Ausland etc.

### **Studienarbeiten**

Erfreulicherweise interessieren sich immer mehr Studis für das Messie-Phänomen und melden sich bei uns. Solche Aussensichten sind für uns sehr wertvoll. Speziell möchte ich die umfassende Studienarbeit „Messies – Alltag zwischen Chaos und Ordnung“ von Annina Wettstein würdigen. Sie bietet tiefe Einblicke die Wohnungs- und Gedankenwelt von uns Messies. Empfehlenswert auch für Nicht-Messies.

### **Beratungstätigkeit**

Einen immer wichtigeren Stellenwert bekommt die Beratung von Menschen in Messie-Not bzw. deren Angehörigen. Beim Ansprechelefon von Helene und bei mir melden sich – namentlich nachdem Zeitungen und elektronische Medien Berichte über Messies gebracht haben – Leute, die nicht mehr ein- und aus wissen. Leider können wir weder Patentrezepte noch Schnelllösungen anbieten, aber allein schon das Wissen, dass die Hilfesuchenden nicht allein sind, und dass sie das Problem, das eigene oder das der Angehörigen, in einem anderen Licht sehen, kann manchmal die Not etwas lindern helfen. Und der Verweis auf Selbsthilfegruppen, praktische Hilfe, Therapie weist hier und dort einen Weg weiter. Die echten Dramen, die wir nicht selten mitbekommen zeigen, wie wichtig dieser Teil unserer Arbeit ist – und wie viel wir auch noch selbst lernen müssen.

### **Weitere Ereignisse 2005**

- **14. März:** An der Eröffnung des Selbsthilfezentrums der Offenen Tür Zürich (OTZ) sind die Mitglieder der Messie-Gruppen besonders stark vertreten.
  - **10. Oktober:** Einige aus unseren Gruppen und vom Vorstand haben sich aktiv an der Info-Veranstaltung von Pro Mente Sana am 05 beteiligt. Sie haben sich eine interaktive Form der Einstimmung in die Messie-Thematik einfallen lassen, indem Thomas die Messie-Typen aus unserem Prospekt in Bildern visualisiert hat. So haben sich die Teilnehmenden mit einem Klebepunkt mit ihrem Typus identifizieren können.
  - **3./4. Dezember:** Ebenfalls sehr gut „angekommen“ sind wir bei der Wochenend-Veranstaltung der Schweizerischen Gesellschaft für Zwangserkrankung. Ich durfte dort zweimal ein Kurzreferat halten.
  - Ich konnte je eine Tagung des „Fördervereins zur Erforschung des Messie-Syndroms (FEM) e.V.“ in Böblingen (24. April) und in Bielefeld (26. November) besuchen.
- Über das Projekt, die „Messie-Spitex“ werde ich separat informieren.

## **Abschlussbericht zur Gruppe Messie-Spitex**

Eines der vorgeschlagenen Projekte vom 12. Januar 2005 war das, was wir – immer mit Arbeitstitel – „Messie-Spitex“ genannt haben. Idee: eine Gruppe aufzubauen, welche Messies zur Verfügung steht für unentgeltliche telefonische Beratungen, Beantwortung von Mails sowie Hausbesuche. Ich habe diese Arbeit angeregt und vorangetrieben, weil ich der Überzeugung war, dass mit zunehmender Aufklärungsarbeit in der Öffentlichkeit auch immer mehr Betroffene und Angehörige um Hilfe bitten. Ich selbst wollte mich nicht nur von Arbeit entlasten (wer sich über die noch immer bestehende Adresse [www.messies.ch](http://www.messies.ch) einloggt, und von dort aus Kontakt sucht, kommt automatisch zu mir; erst seit September gibt es [www.lessmess.ch](http://www.lessmess.ch) mit dem Beratungstelefon, das Helene bedient), sondern auch vermeiden, dass eine Person „den Ton“ angibt.

Die Gruppe hat fünf mal getagt, zum letzten mal am 18. Juli (dann verdrängte die Gründung von LessMess weitere Aktivitäten). Die Beteiligung lag so zwischen 8 und 16. Jedesmal stellte sich ein Gast zur Verfügung, welcher über ein Gebiet aus dem sozialen Bereich referierte. Wir haben uns auseinandergesetzt mit dem Helfersyndrom, dem Rollenverhalten (als HelferIn), persönliche Abgrenzung, ADS, usw.

Nun stellen wir die Aktivitäten in der ursprünglich anvisierten Form ein. Dazu gibt es mehrere Gründe:

- Es hat sich gezeigt, dass das Vorhaben sehr anspruchsvoll ist und dass wohl viele Kandidatinnen und Kandidaten rasch an ihre Grenzen kommen, dh. überfordert sein könnten.
- Die Gruppe entfaltet neben LessMess ein Eigenleben; im Vorstand war schlicht keine Kapazität für die Arbeit an diesem Projekt vorhanden.

Ganz ohne Folgen sind aber die bisherigen Sitzungen nicht geblieben. Nach Erörterungen im Vorstand ist einhellig die Überzeugung gereift, dass wir im Lauf der Zeit uns bekannte Leute heranziehen, um sie in gegenseitiger Aufbauarbeit seriös auf eine Beratungstätigkeit vorzubereiten. Voraussetzung dafür ist aber, dass sich diese auch im Vorstand engagieren, damit sie nicht als Einzelkämpfer agieren, sondern gut verankert sind im Netzwerk für Messies, wie unser Verband im Untertitel ja auch heisst. Da wir nach wie vor mehr als genug Arbeit vor uns haben, richten wir dieses Projekt eher mittelfristig aus.