



## Nr.2/11 - 18. Juli

- |                      |  |
|----------------------|--|
| <b>Aktuelles</b>     | <b>Rückblick auf Mitgliederversammlung und Frühlingsfest KOSCH-Tagungen</b>  |
| <b>Interview</b>     | mit <b>Johannes: „10 Jahre Messie-Bewegung Schweiz“</b>  |
| <b>Film</b>          | <b>Messies - ein schönes Chaos</b> - Der Kinodokumentarfilm von Ueli Grossenbacher   |
| <b>Pressespiegel</b> | <b>Fette, faule Sau</b> - das Ekel-TV (20 Min) und Annes Antwort: <b>Was tue ich, wenn mein Arbeitskollege Messie ist?</b> |

Liebe Messies und Nicht-Messies

Dass „man“ viel zu tun hat und dabei nicht merkt, wie schnell die Zeit vergeht, kennt ihr sicher aus eigener Erfahrung. So sitze ich jetzt – in meinen „Ferien“ - endlich am Computer und schreibe das LessMess-Info Juni 2011. Offensichtlich hat noch niemand das Info vermisst, wohl weil ihr alle auch viel zu tun habt! Es gibt einen Rückblick auf die Mitgliederversammlung vom 28. Mai (das Protokoll wurde inzwischen schon verschickt) und auf das Frühlingsfest mit dem Interview über „10 Jahre Messie-Bewegung Schweiz“.

Thomas hat für den Presespiegel recherchiert und ist dabei einmal mehr auf sensationslüsterne Sendungen in deutschen Fernsehsendern gestossen. Es ist doch sehr traurig, wie unsensibel und unkritisch "Journalisten" oder "Messie-Therapeuten" mit Situationen von schwer kranken Menschen umgehen - da zählt offensichtlich nur die hohe (!) Einschaltquote! Der Vorstand von LessMess wird darauf schriftlich und deutlich reagieren. Umso erfreulicher ist der gerade fertig gestellte Kinodokumentarfilm von Ueli Grossenbacher "Messies - ein schönes Chaos". Er zeigt echte Messie-Situationen, aber im Mittelpunkt stehen die vier kreativen Menschen mit ihren Stärken und Problemen. Wir freuen uns auf diesen Kinobesuch besonders!

LessMess wünscht euch allen einen guten Sommer!

LessMess

## Aktuelles aus dem Vorstand von LessMess

### Rückblick auf die Mitgliederversammlung vom 28. Mai 2011

Der vollständige Vorstand und drei Mitglieder fanden sich im reformierten Kirchgemeindehaus in Wallisellen um 15 Uhr zur Mitgliederversammlung ein. Die Traktanden wurden professionell und zügig behandelt.

Johannes stellte den **Jahresrückblick 2010** zusammen, der natürlich nur einen Teil der gesamten Arbeit des Vorstandes zeigt. Hier die wichtigsten Arbeiten in Stichworten:

- Mitgliederversammlung 2010 in der „Offenen Tür Zürich“ mit 17 Mitgliedern
- LessMess-Sommerfest 2010 mit einem überraschenden Gewitter, das alle ins Haus zwang und dabei auch gleich das Aufräumen mit gemeinsamer Hilfe erledigte!
- Telefondienst: Neu betreut Francesca den Telefondienst während zwei mal zwei Stunden pro Woche.
- Webseite / LessMess-Info: Thomas betreut unsere Webseite **www.lessmess.ch**, die ca. 130 Besucher pro Tag und 3'500 bis 4'000 pro Monat verzeichnet! Im Forum haben sich 155 Mitglieder angemeldet, die Beiträge, Fragen, Antworten schreiben. Das LessMess-Info erscheint viermal und wird auch auf der Webseite publiziert.
- Weitere Aktivitäten: Die Vorbereitungen für eine Informationskampagne bei Institutionen wie Spitex, Sozialbehörden, medizinischen und psychologischen Verbänden usw., die 2011 in die Tat umgesetzt wurde. Bei verschiedenen Anlässen waren Vorstandsmitglieder von LessMess präsent.
- Studienarbeiten: Johannes erhielt wieder einige Anfragen für Auskünfte zu Studien- oder Maturaarbeiten.
- Selbsthilfegruppen: In St. Gallen wurde eine neue Selbsthilfegruppe für Messies gegründet.
- Wien: Johannes nahm an der Tagung über Messie-Themen der Sigmund Freud Privatuniversität in Wien teil.
- Vorstand: 2010 trafen sich die Vorstandsmitglieder viermal.

Warum zeigen die Mitglieder nur ein schwaches Interesse an der Arbeit des Vorstandes und am Verein LessMess? – mindestens anhand des Erscheinens an der Mitgliederversammlung! Der Vorstand wird sich Fragen stellen und Antworten suchen. Er hofft, dass am 12. Mai 2012 mehr Mitglieder an die Versammlung kommen.

---

### Frühlingsfest 2011

Gegen vier Uhr trafen erste Gäste des Frühlingsfestes ein. Sie durften im Garten den Apéro geniessen, den die Küchenmannschaft und der Vorstand schon vorbereitet haben. Begehrt war wieder der feine selbstgemachte Holdersirup von Anita: Herzlichen Dank dafür! Nach und nach trafen die weiteren Gäste ein und genossen den Apéro.

Die Überraschung dieses Festes wurde bald hörbar: Marcel begrüßte die Anwesenden mit einem Tusch und Helene hatte dann die ganze Aufmerksamkeit für die Begrüssung der Anwesenden im Namen des Vorstandes. Sie wünschte ein geselliges und genüssliches Fest mit Bekannten und neuen Gästen. Dann wurde das Buffet mit vielen verschiedenen Sommersalaten eröffnet!

Und schliesslich brachte unser „Hausküchenchef“ Röbi unter dem Trommelwirbel von Marcel die köstlichen Grilladen und Zutaten, die sich alle schmecken liessen. In der Essenspause vor dem Dessertbuffet wurde Johannes zu „10 Jahre Messiebewegung Schweiz“ interviewt (s. unten).

Das Dessertbuffet mit Kuchen, Torten und Gebäck von Vorstandsmitgliedern gebacken und mit schön präsentierten Früchten rundete dieses Frühlingsfest kulinarisch ab.

Anita hat einen Wettbewerb vorbereitet: In einem grossen Glasgefäss standen Zweige, eine einjährige die mit roten, grünen und gelben Wollfäden umwickelt waren. Die Wettbewerbsfrage: Von welcher Farbe war der längste Wollfaden? Aus vielen richtigen Antworten zog Marcel die drei ersten Preise: Ein freier Eintritt ans nächste Frühlingsfest, Gratismitgliedschaft im Verband LessMess und ein Buch. Einen besonderen Tusch erhielt die gesamte Küchen- und Servicecrew von Marcel und Anita bedankte sich bei ihr für den tollen Einsatz, das vielseitige Buffet und die frühlingshafte Tischdekoration mit Rhododendrenblüten von Claudia

---

### KOSCH-Tagungen

am 4. Oktober 2011 in Lausanne: „Animer les rencontres de groupe“ (französisch!) und am

26. Oktober 2011 in Chur: „Gemeinsam neue Perspektiven entwickeln“.

Diese Workshops werden im Rahmen von **Denk Quer** veranstaltet.

Anmeldungen und Informationen zu den Workshops erhalten Sie unter Stiftung KOSCH, Laufenstrasse 12, 4053 Basel, Tel. 061/333 86 01

### Tipps

von Thomas Carlyle:

**„Fang an. Dadurch allein kann das Unmögliche möglich werden.“**

Oder: Jede Reise beginnt mit dem ersten Schritt – so auch das Aufräumen in kleinen aber stetigen Etappen.



### Interview mit Johannes: „10 Jahre Messie-Bewegung Schweiz“

**LessMess:** Johannes, wie ist die Messie-Bewegung entstanden?

**Johannes:** Am 6. September 2001 hat Heinz Lippuner, Psychologe die erste Selbsthilfegruppe in der Schweiz gegründet. Die damals populäre Fernsehsendung „Quer“ des Schweizer Fernsehens interessierte sich für das Thema „Messies“ und strahlte am 28. September 2001 eine Informationssendung darüber aus, bei der neben Heinz Lippuner auch ich als bekennender Messie teilnahm. Das grosse Echo löste – nach Zürich - ab Januar 2002 die Gründungen von schliesslich neun Selbsthilfegruppen aus: in Olten, Uster, Weinfelden, Bern und Basel.

Im November 2003 entdeckte ich die Webseite ‚www.messies.ch‘, die von Thomas ins Leben gerufen und gestaltet wurde. Meine Anfrage bei Thomas, ob sich eine Zusammenarbeit mit der Messie-Bewegung Schweiz und der Webseite möglich sei, beantwortete Thomas sofort und grosszügig mit „Ja“.

**LessMess:** Wie entwickelte sich die Messie-Bewegung Schweiz und ihre Selbsthilfegruppen?

**Johannes:** Die Idee war eine Zusammenarbeit von Selbsthilfegruppen, Psychotherapie und Coaching = ein Netzwerk für Messies.

*Die Selbsthilfegruppen hatten oft ein kurzes „Verfalldatum“.* Offensichtlich hatten Messies Mühe mit einer gemeinsamen Selbstorganisation, was nicht so erstaunlich



ist, da sie ja auch in ihrem Alltag meist Probleme mit der eigenen Organisation haben. Andere fanden – dank ihrer Kreativität – alternative Lösungen für sich und ihre Gruppen.

*Die Psychotherapie* ist meist unbedingt nötig, um einen Weg aus gravierenden psychischen Problemen heraus zu finden.

*Coaching* ist eine weitere unterstützende Hilfe für Messies, um ihren Alltag und die Wohnsituation zu verbessern.

**LessMess:** Wie viele Selbsthilfegruppen für Messies gibt es heute?

**Johannes:** In Zürich gibt es zwei Gruppen und in der Stadt St. Gallen ist kürzlich eine neue Gruppe entstanden.

**LessMess:** Von Wo kommt die erste Messie-Bewegung? Wieso nennen sich die Messies „Messie“?

**Johannes:** Messie kommt aus dem Englischen: „mess“ heisst auf deutsch „Unordnung, Chaos“. Die Bezeichnung „Messie“ haben sich die Betroffenen selbst gegeben. Die ersten bekennenden Messies haben sich in den USA zu Selbsthilfegruppen zusammen gefunden. Bald entstand eine ausgiebige Literatur über das Thema.

**LessMess:** Welche Verbindung gibt es zum Verein LessMess?

**Johannes:** Durch die Begegnung mit Helene Karrer entstand die Idee und dann die konkrete Gründung von „LessMess“ am 9. September 2005 in Zürich. Somit ist LessMess dieses Jahr 5 Jahre jung! Eine grosszügige anonyme Gönnerin ermöglichte die Startfinanzierung des Vereins.

**LessMess:** LessMess hat ein Beratungstelefon eingerichtet. Da du gerade die Ferienvertretung für Francesca machst, die das Telefon seit einem Jahr betreut, kannst du einige Einblicke in diese Arbeit geben? Wie viele Anrufe gibt es pro Woche? Wer ruft an?

**Johannes:** Die Anrufe sind unterschiedlich oft: 1 bis mehrere. Es rufen Betroffene wie auch Angehörige, Freunde an. Meist wollen sie Auskünfte über Hilfen oder Unterstützung.

**LessMess:** Danke Johannes für deine interessanten Einblicke.

*Literaturhinweis: Im Buch „Das Messie-Syndrom – Phänomen, Diagnostik, Therapie, Kulturgeschichte des pathologischen Sammelns“ (S. 189 ff.), Springer Verlag 2008 beschreibt Johannes die Messie-Bewegung Schweiz ausführlich.*

---

## **MESSIES, EIN SCHÖNES CHAOS**

Der Kinodokumentarfilm von Ueli Grossenbacher

Vor etwa 4 Jahren haben wir zum ersten Mal über das Filmprojekt von Ueli Grossenbacher berichtet. Nun ist es soweit: der Film ist eben fertiggestellt und darf einen fulminanten Start erleben.

Der Film wurde ausgewählt zur Projektion in der '**Semaine de la Critique**' am Filmfestival Locarno vom 3. - 10. August 2011.

### **Projektionen am Festival Locarno:**

**06.08.09, 11.00 – cinema Teatro Kursaal**

**07.08.09, 18.30 – L'Altra Sala**

Dazu schreibt Thomas Schärer:

„Etwa zwei Prozent der Schweizer Bevölkerung gelten als krankhafte «Messies». Sie sammeln so extensiv und kompromisslos, dass ihr Verhalten sie isoliert. Sie

werden ihren Mitmenschen zur Last oder verkriechen sich in den eigenen Wänden – sofern da noch Platz ist. Nicht nur in Boulevardmedien werden jeweils besonders abstruse Fälle vorgeführt: als Beleidigung jeglichen Empfindens für Ordnung und Mass in der aufgeräumten Schweiz. Ulrich Grossenbacher wählte einen anderen Weg. Neugierig begegnet er vier Menschen, die mit ihrem «Puff» auf unterschiedliche Weise umgehen.

Arthur, ein lediger Bauer, bewohnt sein Heimetli auf seine Art. Nicht Geranien sind sein Stolz, sondern verrostende Traktoren, Bagger, Autos und Lastwagen. Seine Passion für schweres Gerät hält die Gemeindeverwaltung seit Jahren auf Trab. Elmira legt in ihrer Wohnung äusserste Gelenkigkeit an den Tag. Meterhoch türmen sich die zu überquerenden Zeitungs- und Kassettenstapel, keine Kultursendung darf unaufgenommen bleiben.

Karl und Trudi bewohnen ein grosses Bauernhaus. Einer der letzten passierbaren Räume ist die Küche. Sie beklagt das verlorene Sozialleben, nicht mal mehr die eigenen Kinder besuchen sie. Ihr Ultimatum: Er schafft Platz oder sie zieht aus. Der Tüftler Thomas baut aus Schrott sinnige Apparate. Seine Werkstatt ist so übertoll wie seine Pläne.

Grossenbacher scheut zwar keine Drastik der Anschauung, etwa wenn er in einem Schwenk genüsslich langsam die Dimension eines Chaos enthüllt oder wenn er seine Protagonisten bei ihren Gängen durch ihre archäologischen Ablagerungsschichten mit einer Minikamera behängt. Die präzise gesetzte Musik unterstützt mitunter den ironisierenden Blick. Es ist aber das Interesse für seine Protagonisten, ihr Erleben, ihre Kreativität, ihre Verdrängungsstrategien und ihre Erklärung des eigenen Tuns, das ihn leitet. Hinter Verschrobenheiten zeigen sich komplexe Charaktere. Sie präsentieren sich nicht vornehmlich als Kranke, sondern als Menschen mit einem überschäumendem Interesse für alles. Sie konfrontieren uns mit Fragen: Was ist normal, was ist krankhaft? Grossenbachers Respekt für seine «Messies», sein Sinn für Dramaturgie und seine visuelle Poesie führen zu Szenen voller Situationskomik und Skurrilität, ohne dass unser Lachen auf Kosten der Protagonisten geht.“

Anderen Orten wird der Film folgendermassen angepriesen:

Messies - eine Gratwanderung zwischen Genialität und Überforderung.

Beherrschen sie das Chaos oder beherrscht das Chaos sie? Der Film gewährt einen vielschichtigen Einblick in den Alltag von vier Messies. Wir begeben uns auf Höhlenwanderungen durch ihre vollen Schatzkammern, entdecken ihre genialen Erfindungen, ihre gefährlichen Basteleien und stöbern in ihren riesigen Archiven. Wir erleben Konflikte, die sie durch ihr Anderssein mit ihren Angehörigen, Nachbarn und Institutionen zu bewältigen haben. Ein intimer Blick auf ein irritierendes wie faszinierendes Phänomen.

Im **'Filmbulletin'**, der renommierten Schweizer Filmzeitschrift, wird im Augustheft bereits vor der Erstaufführung ein Artikel über den Film erscheinen!

An dem Film sind auch vier Vorstandsmitglieder von LessMess beteiligt - Elmira, Helene, Claudia und Thomas. Wir haben den Film bereits sehen dürfen und sind allesamt sehr glücklich über den Film, der die Anliegen von LessMess grossartig unterstützt und die wirkliche Messieproblematik einem breiten Publikum nahe bringen kann (ganz im Gegensatz zum aktuellen Sensationsfernsehen, das immer wie schlimmer und grausiger mit dem Thema umgeht).

Vermutlich wird der Film dann anfangs Winter im Kino zu sehen sein. Wir werden noch ausführlicher darüber berichten.

**Filmdaten:** Switzerland 2011

Director/cinematographer/Screenplay: Ulrich Grossenbacher

Editing: Maya Schmid,

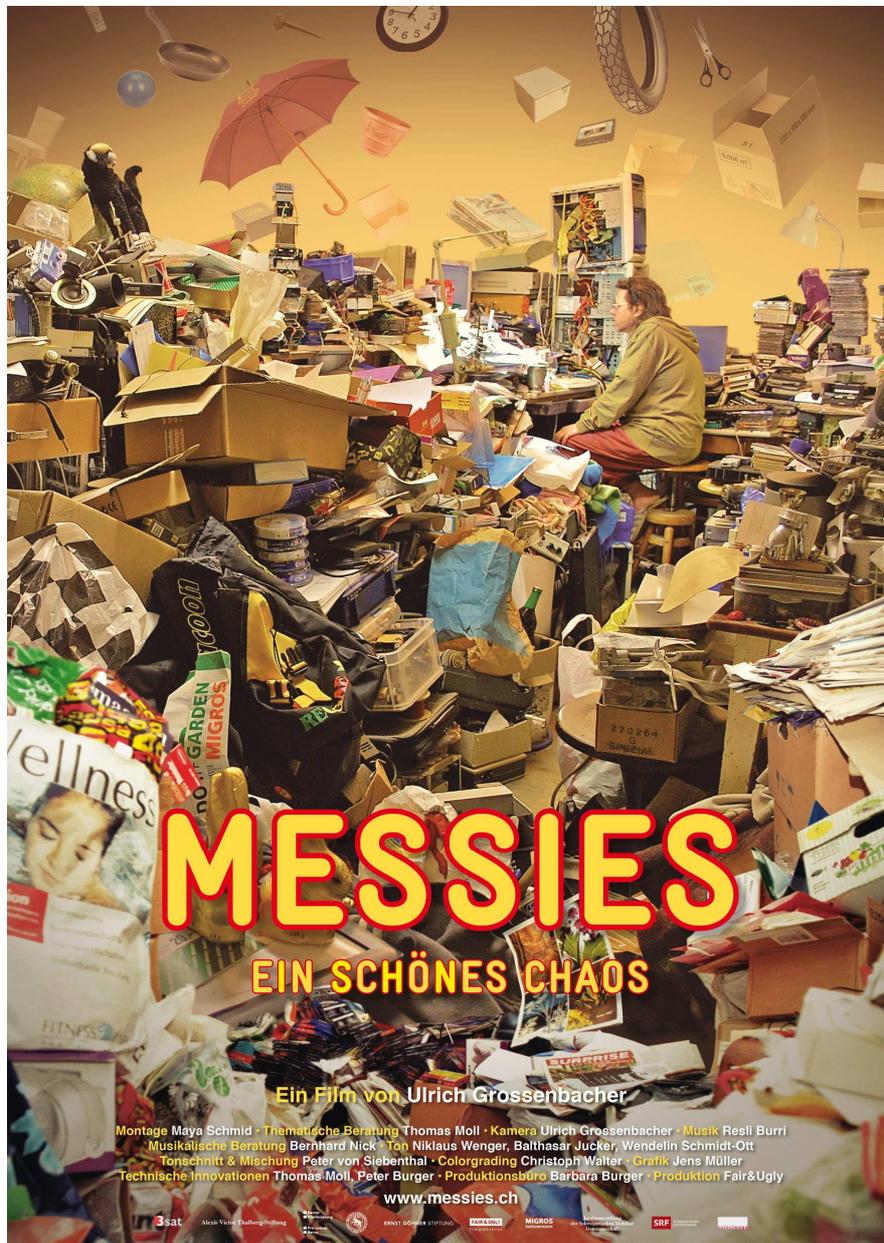
Music: Resli Burri

Sound: Niklaus Wenger, Balthasar Jucker, Wendelin Schmidt-Ott, Peter von Siebenthal, Olivier Jeanrichard

Production/World Sales: Fair&Ugly filmproduktion GmbH

Lorrainestr 15, CH-3013 Bern

DCP, 117', Swiss German, English and German subt.



## Der Regisseur

Ulrich Grossenbacher, 1958 in Langenthal geboren, besuchte ab 1975 die Kunstgewerbeschule in Basel. Anschliessend arbeitete er als Künstler und Kunstrestaurator; ab 1994 belegte er Filmkurse an der Kunstgewerbeschule in Bern. Seither arbeitet Grossenbacher als freischaffender Kameramann und Regisseur. 2006 realisierte er seinen ersten Kinodokumentarfilm *Hippie Masala, für immer in Indien*. 2009 Gründung der Fair&Ugly filmproduktion GmbH. Grossenbacher ist Mitglied der Schweizer Filmakademie.



## Pressespiegel

Die Zeitungen sind wieder randvoll von "Besprechungen" der Quotenreiter von RTL & Co. (1.42 Mio Zuschauer...), wo zum x-ten Male "Messie"-Behausungen mit viel Hauruck und Hobbypsychologie zu lifestyle-Wohnungen gepimpt werden.

Einen guten Kommentar dazu hat es ausgerechnet in **20-Minuten** gegeben - er beschränkt sich nicht auf "Messies" sondern entlarvt auch andere "Shows", die in Deutschland auch unter dem Sammelnamen "Assi-TV" (von "asozial") kursieren: Entwürdigendes Ekel-TV

11. Juli 2011

# «Fette, faule Sau»

von Bettina Bendiner

RTL 2 und Sat.1 geben alles: Sie räumen Messie-Wohnungen auf, vermitteln bärtige Single-Ladys und operieren ästhetisch benachteiligte Menschen schön – willkommen bei Ekel-TV.

In Markus' Bude gab es laut RTL 2 nur eine Sau – nämlich Markus. Ihn lernt der Zuschauer bei «Das Messie-Team – Start in ein neues Leben» gleich noch besser kennen. Er sei auch «fett und faul».

Über den schwerkranken Frühpensionär erfahren wir so einiges: Er haust in einer versifften Höhle, hat seinen Haushalt gar nicht im Griff und verbringt seine Tage zwischen leeren Suppendosen, verschimmelten Essensresten, einer toten Katze und einem fröhlichen Geschwader von Kakerlaken und sonstigem Getier. Ah ja, Markus leidet an einer Leberzirrhose, an Diabetes und unter schwerem Übergewicht.

Doch keine Bange – Hilfe naht: Therapeutin Sabina Hankel-Hirtz will Markus' verkorktes Leben wieder blitzblank polieren. Ihre erste Offenbarung, ein Treffer ins Schwarze: «Er ist ernsthaft krank.» Bravo. Eine messerscharfe Diagnose von einer Frau, deren Lebenslauf mit Weiterbildungskursen wie «Fruchtbarkeitsmassage», «musikalisches Coaching mit Djembe, Bongo, Cajon & Xylophone, zur Nutzung von Musik zur Selbstheilung & Fantasiereisen in Spanien/Ibiza» oder «Hypnosetherapie bei unerfülltem Kinderwunsch» brilliert.

### Mit Spezialtransport ins Spital

Nur ein Kurs in Feingefühl fehlt: Natürlich ist es eklig, wenn zwischen Müllbergen Katzenbaby-Kadaver vor sich hin modern. Doch Hankel-Hirtz' Standpauke verstört den Patienten dermassen, dass er zusammenbricht und zusammen mit seinem letzten Quentchen Würde von einem Spezialtransport für Übergewichtige abgeholt werden muss.

Um sich zu gruseln, braucht es heute kaum mehr Horror-Filme. Da reicht es, im Abendprogramm auf RTL 2 oder Sat.1 zu zappen. Dank der Sendung «Schwer verliebt» mit Britt Hagedorn steht Sat.1 der Konkurrenz in nichts nach. Das Konzept der neuen Kuppel-Show ist schnell erklärt: Frauen und Männer wollen sich verlieben. Dass die Herrschaften ein wenig skurril sind – eine Barbie-Puppen-Sammlerin, ein «einsamer Kirchgänger mit Schnappatmung» oder «der fröhliche Flötenspieler» – versteht sich von selbst.

### Frau mit Bart sucht Mann

Doch skurril reicht nicht mehr. Zwischen Erdbeertörtchen und fröhlichem «ich hab totales Verständnis für deine Probleme»-Gedöns von der hochschwangeren

Moderatorin erzwingt die Fernsehkamera von einem laut Britt «sanften Harzer» noch flugs ein Coming-out. Sein Vater erfährt im Fernsehen von der Homosexualität des Sohnes. Den Vogel schoss der Sender jedoch mit Kandidatin Mariam ab: Die 47-Jährige sucht einen Mann, der sie mit Haut und Haaren liebt. Die Haare sind bei ihr der Knackpunkt. Mariam hat einen Bart. Und der ist echt – die Moderatorin zupft am Bart und beweist es höchstpersönlich. Statt Streichelzoo gibts bei ihr Freaks zum Anfassen. Zwar suggeriert die Sendung, dass jeder Topf einen Deckel verdient, doch die Art und Weise wie Menschen inszeniert werden – beim Coming-out des sanften Harzers läuft im Hintergrund der Song «YMCA» und Mariam will einen Mann zum Fingerpuppen Basteln – ist schlicht entwürdigend.

### «Extrem schön» dank neuer Zähne

Die Kollegen arbeiten bei «Extrem schön» auf RTL 2 zumindest hart daran, die Krone zurückzuholen. Auch hier funktioniert das Konzept auf dem traurigen Schicksal ästhetisch benachteiligter Menschen. So verlor Marina (32) vor 16 Jahren bei einem Fahrrad-Unfall fast alle Zähne. Dank dem Team von «Extrem schön» bekommt die verzweifelte Hausfrau einen neuen Satz Zähne – und von Star-Chirurg Werner Mang auch gleich noch eine Brustvergrößerung, Bauchdeckenstraffung, Fettabsaugung an der Hüfte dazu. Zurecht gezurrt kehrt Marina zurück in den Schoss ihrer Lieben. In ein neues glückliches Leben – dabei ist das doch gar nicht, wie wir bei «Schwer verliebt» gelernt haben, von Schönheit abhängig.

Worin der Zauber solcher Shows liegt? Das ist leicht. Schon vor vielen hundert Jahren strömten Menschen auf den Jahrmarkt um Menschen, die aus der Norm fielen, anzustarren. Das Publikum war schon damals abgebrüht – und ist es immer noch. Warum? Auch darüber dürfen Generationen von Sozial- und Medienwissenschaftlern spekulieren. RTL 2 findet da in seinem Slogan viel schlichtere Worte: «It's Fun». Denn feststeht: Ekel-TV kommt gut an.

### Gute Quoten, viele Staffeln

Die Quoten geben den Machern recht. So wollten immerhin 1.42 Millionen Zuschauer die zugemüllte Wohnung von Markus sehen. Auch «Extrem schön» läuft erfolgreich in der dritten Staffel. Bei «Schwer verliebt» wirds im Herbst ernst, dann zeigt Sat. 1 das Resultat des Kuppel-Aufrufs. Auch dort scheint absehbar: «Bauer sucht Frau» und «Schwiegertochter gesucht» liefen (und laufen) bei RTL sehr erfolgreich. Ein gutes Omen für die noch trashigere Variante von Sat.1.

---

Financial Times Deutschland, 29.05.2011

## Annes Antwort

Probleme, haufenweise

Als Beraterin und Coach kennt sich unsere Autorin mit Problemen im Büro bestens aus. Jede Woche beantwortet sie Ihre Fragen. Heute: **Was tue ich, wenn mein Kollege ein Messie ist?** von Anne Weitzdörfer

**Das Problem** Ich bin Doktorand an der Uni und teile mir mein Büro mit einem anderen Doktoranden - einem vom Typ "Messie". Er sammelt einfach alles: Fachzeitschriften, Bücher, ausgerissene Artikel und Notizen liegen in großen unordentlichen Stapeln überall herum. Das hat zur Folge, dass unser Büro aussieht wie eine Müllhalde. Mich nervt das ungemein, denn ich brauche Ordnung, um mich zu konzentrieren. Was kann ich tun?

**Annes Antwort** Eine Freundin von mir hat ihrem sehr unordentlichen Typen jahrelang die Klamotten hinterhergeräumt und sich dabei vor lauter Ärger etwa 20 Magengeschwüre zugezogen. Irgendwann kam ihr die Idee, die Sachen nicht mehr wegzuräumen, sondern ohne Rücksicht auf Verluste auf seine Seite des Bettes zu legen. Jacken, Schuhe, saubere und auch schmutzige Wäsche bunt gemischt. Freundlich und kommentarlos aufgetürmt. Abends hat sie dann mit viel Genugtuung auf ihrer Seite des Bettes gelegen und zugesehen, wie er den ganzen Krempel wegräumen musste. Ich habe keine Ahnung, wie lange es gedauert hat, bis dieses Therapiekonzept anschluss, aber Klagen höre ich keine mehr. Nun ist das vermutlich kein Ansatz, der Ihnen hilft. Würde man Ihre Fragestellung auf ein normales Arbeitsumfeld in einem Unternehmen übertragen, müsste sich Ihr Chef - aus eigenem Antrieb oder auf Ihr Bitten hin - den Kollegen mal zur Seite nehmen und ihm erläutern, dass seine Neigung zum Haldenbau nicht in die Kategorie "professionelles Arbeitsumfeld" passt. Er müsste ihn bitten, sich diesem Anspruch zügig zu nähern. Dabei ist allerdings unbedingt erforderlich, dass Ihr Chef die nachhaltige Umsetzung dieser Bitte auch konsequent im Auge behält. Fraglich, ob er Lust hat, sich diesen Schuh anzuziehen. ("Wenn du nicht sofort dein Zimmer aufräumst, dann ..."). Ausziehen wäre noch eine Option. Ich bin gespannt, welche interessante Geschichte Sie sich aus den Fingern saugen, damit ein Kollege mit Ihnen das Büro tauscht. Vielleicht eine spontan auftretende Stauballergie? Das wird ein schwieriges Unterfangen, und ich bezweifle, dass Sie damit Erfolg haben werden. In Ermangelung möglicher Ansatzpunkte bleibt also nur der Blick auf Sie selbst. Blöd, aber aus meiner Sicht die einzige Möglichkeit. Haben Sie schon mal darüber nachgedacht, dass die Unordnung auf dem Schreibtisch Ihres Kollegen vielleicht ein Spiegel sein könnte für das Durcheinander in Ihrem Kopf? Und Sie deshalb so ungern damit konfrontiert werden? Nachvollziehbar wär's. Wenn dem so ist, wäre die Lösung so einfach wie schwer: Räumen Sie auf! Schmeißen Sie Altes weg, behalten Sie, was Ihnen lieb und teuer ist, und erfreuen Sie sich an der gewonnenen inneren Klarheit. Woran Sie merken, dass es so weit ist? Wenn Sie gelassen und schmunzelnd am Schreibtisch sitzen, während der Kollege gegenüber eifrige neue Häufchen baut

LessMess Beratungstelefon: **079 304 10 97**  
**Montag 18.00 - 20.00 // Donnerstag 10.00 - 12.00**

---

Wir danken herzlich für eventuelle Spenden an:  
**PC 85-555 738-2**, LessMess, Zürich

---

Redaktion dieser Ausgabe: Annemarie.  
Layout und Gestaltung: Thomas.