



Nr. 3/08 - 16. DEZEMBER

Aktuelles / Internes	Telefondienst Bericht über Fachtagung „Zwangsstörungen“ vom 6./7. Dez. 08 Bericht über internationalen Kongress zum Thema „Messie“ in Wien Buchneuerscheinung
Film	WALLE - ein Roboter räumt auf
Interview	Mit einer Angehörigen eines Messie
Agenda	LessMess Mitgliederversammlung 20. März 2009
Pressespiegel	Hinweise auf kürzlich erschienene Artikel
Buch besprechung	Das Vermüllungssyndrom –Theorie und Praxis Von Peter Dettmering und Renate Pastenaci
Rätsel	Was denkst du, ist

Liebe Messies und Nicht-Messies

Schon geht das Jahr 2008 langsam aber sicher zu Ende und das neue beginnt unweigerlich. Damit naht auch die Zeit der guten Vorsätze. Wir möchten doch alles oder wenigstens vieles besser oder anders machen! Die Erfahrung hat uns gelehrt, dass zu viele Vorsätze nicht umgesetzt werden können. Deshalb bleiben wir bescheiden und konzentrieren uns „nur“ auf einen Vorsatz und beginnen, ihn schon heute in die Tat umzusetzen. Welchen Vorsatz du wählst, er darf geheim bleiben. Sicher darfst du stolz sein, wenn du deinen guten Vorsatz konsequent durchführst und durchhältst. Zunächst wünscht euch das Redaktionsteam fröhliche Feiertage und einen guten Start in ein erfülltes neues Jahr.

LessMess

LessMess Telefondienst

Seit Doris die telefonische Kontaktstelle für LessMess betreut, hat sie rund 20 Telefonanrufe erhalten. Sie waren zeitlich unterschiedlich verteilt. Es erkundigten sich Ämter und Angehörige nach Hilfsangeboten für Messies. Zwei Messies fragten selbst um Rat und Hilfe. Ermutigen Sie andere Messies sich an die Kontaktstelle zu wenden. Doris berät sie gerne kompetent und diskret. Sie kann Anfragenden auch an weitere kompetente Fachpersonen oder -Stellen vermitteln.

Zur Erinnerung:

Das Beratungstelefon ist erreichbar unter der Mobilenummer **079 304 10 97**

betreut wird es jeweils **Montag 18 - 20 Uhr und Donnerstag 10 - 12 Uhr**

Schriftliche Anfragen können auch jederzeit an info@lessmess.ch gerichtet werden oder per Briefpost / Fax an: LessMess, Mitteldorfweg 31, 8915 Hausen am Albis, Fax 044 764 28 50

Bericht über die Fachtagung „Zwangsstörungen“ 6./7. Dezember 08

Unser Vorstandsmitglied Elmira hat die im letzten LessMess INFO angekündigte Fachtagung besucht. Hier ihr Bericht:

Jahrestagung 2008 der Schweiz. [Gesellschaft für Zwangsstörungen](#) (SGZ)

Thema: **Zwangsstörungen – Einsichten und Auswege**

Die Tagung fand am Universitätsspital Zürich an zwei Tagen statt:

Am Samstag, 6. Dezember: als Fachtagung für Aerzte, Psychologen und andere Therapeuten

Am Sonntag, 7. Dezember: als Informationstag für Betroffene, Angehörige und weitere Interessenten

Am Vormittag führten jeweils fünf Referenten mit 20-minütigen Vorträgen (und anschliessender kurzer Gelegenheit für Fragen) in verschiedene Teilaspekte ein:

Samstag

1 **Neurobiologie der Zwangsstörungen**

Erich Seifritz (Psychiatrische Privatklinik Kilchberg ZH) und Michael Rufer (Psychiatrische Poliklinik Zürich; Präsident SGZ)

2 **Behandlungsmöglichkeiten für Kinder mit Zwangsstörungen**

Susanne Walitza (Kinder- und Jugendpsychiatrie, Würzburg)

3 **Traumatisierungen im Kindes- und Jugendalter bei Zwangserkrankungen**

Susanne Fricke (Psychiatrische Poliklinik Hamburg)

4 **Kognitive Modelle und Therapiestrategien in der Behandlung von Zwangsstörungen**

Christine Poppe (Psychiatrische Privatklinik Kilchberg ZH)

5 **Behandlungsoptionen bei therapieresistenten Zwangsstörungen**

Ulrich Voderholzer (Psychiatrie Universitätsklinikum Freiburg D)
(Samstag)

Sonntag

Erkennen und Behandeln von Zwangsgedanken

Christine Poppe (Psychiatrische Privatklinik Kilchberg ZH)

Kognitive Verhaltenstherapie bei zwanghaftem Haarausreissen

(Trichotillomanie): Erfahrungsbericht einer Betroffenen
Antonia Peters (Hamburg; Vorsitzende der Deutschen Gesellschaft für Zwangserkrankungen)

Die Vorträge waren durchwegs inhaltlich fundiert und anschaulich präsentiert (mit Beispielen in multimedialer Form). Am Sonntag wurde die Gelegenheit für Fragen von den Betroffenen rege benutzt.

Dies ist sicher auch auf die von Anfang an ausgezeichnete Atmosphäre und die Begegnung auf gleicher Augenhöhe zwischen den Akademikern und den Teilnehmenden zurückzuführen.

Am Sonntag-Nachmittag standen die folgenden Workshops zur Auswahl:

- | | |
|--|--|
| 1 Soziale Unsicherheit und Zwang | Uta Liechti Braune
(Psychiatrische Privatklinik Kilchberg ZH) |
| 2 Empowerment in der Selbsthilfe:
Selbsthilfegruppen gründen und am Leben erhalten | Antonia Peters
(Hamburg; Vorsitzende der Deutschen Gesellschaft für Zwangserkrankungen) |
| 3 Achtsamkeit als Hilfe gegen den Zwang | Fabienne Mathier
(Psychiatrische Poliklinik Zürich) |
| 4 Kognitive Therapieansätze bei Zwangsstörungen | Christine Poppe
(Psychiatrische Privatklinik Kilchberg ZH) |
| 5 Zwangsstörungen und die Anderen – wie Familienangehörige, Partner und Freunde helfen können | Michael Rufer
(Psychiatrische Poliklinik Zürich; Präsident SGZ) |
| 6 Machen Sie es Ihrem Zwang ungemütlich – Zwänge verstehen und selbst bewältigen | Susanne Fricke
(Psychiatrische Poliklinik Hamburg) |

Mich hätten die Workshops 1, 3 und 4 auch interessiert, aber ich entschied mich für Workshop 6. Frau Fricke verteilte zu Beginn eine umfangreiche Checkliste möglicher Zwangssymptome. Ich nahm an, dass daraus eine intensive Gruppenarbeit entstehen würde, indem alle Teilnehmenden, die gleiche Symptome ankreuzten, in Kleingruppen sich austauschen könnten. Leider war dem nicht so. Die Referentin gestaltete den Nachmittag als vertieften Vortrag vom Vormittag. Dieser enthielt zwar einige gute Ansätze und praktikable Vorschläge (z.B. Feinanalyse, d.h. die Selbstbeobachtung schulen und versuchen, Abstand zum Zwang zu nehmen, sich auch als normal wahrnehmen), aber eine eigentliche Mitarbeit aller Beteiligten – wie für einen Workshop üblich – fand nicht statt. Positiv war jedoch die angenehme Art von Frau Fricke, wie sie sehr einfühlsam auf alle Fragen einging. Im ganzen war die Tagung sehr professionell organisiert und brachte viele neue Einsichten, interessante Ansichten und einzelne Begegnungen.

Elmira

Drei Messie-Tagungen und ein neues Buch

2005 wurde in Wien die Sigmund Freud PrivatUniversität ([SFU](#)) als Ausbildungsstätte für Psychotherapeuten gegründet. Da zwei der Gründungsmitglieder, Prof. Alfred Pritz – der heutige Rektor – und Dr. Elisabeth Vykoukal in ihrer früheren Therapeutentätigkeit schon mit Messies zu tun hatten, wählten sie das Messie-Syndrom als einen der Forschungsschwerpunkte der SFU. In diesem Rahmen wurden auch expertenunterstützte Selbsthilfegruppen für Betroffene sowie für Angehörige gegründet. Messies haben auch die Möglichkeit der Betreuung zu Hause oder der Teilnahme an einer Gruppenpsychoanalyse sowie an einem Kunstprojekt. 2006 lud die SFU Fachleute wie Messies zu einer ersten internationalen (A, D, CH) Tagung nach Wien ein. Ich war eingeladen als Vertreter der Schweiz. Damals, wie an den beiden folgenden Veranstaltungen dieser Art wurden jeweils die neusten Forschungsergebnisse vorgestellt. Und selbstverständlich dienen solche Tagungen auch der gegenseitigen Kontaktnahme und dem Erfahrungsaustausch.

An der diesjährigen Tagung war auch Heinz Lippuner von der Offenen Tür Zürich mit dabei sowie meine Freundin Susan, welcher wir den Bericht aus Nicht-Messie-Sicht verdanken (s.u.).

Mir kam die Ehre zu, über verschiedene Modelle im ganzen Bereich Selbsthilfegruppe-Betreuung-Psychotherapie und deren Kombinationen zu sprechen. Nach einer Nachbearbeitung werden wir den Vortrag gerne auch auf unsere Webseite www.lessmess.ch stellen.

Mittlerweile ist schon eine beachtliche Menge an Erkenntnissen zusammengekommen. Um diese einer breiteren Öffentlichkeit vorzustellen, kam auf die jüngste Tagung ein Buch heraus. Darin beschäftigen sich 14 AutorInnen mit zahlreichen Aspekten des Messieses und der Therapie. Ich selbst durfte auch ein Kapitel beisteuern. Darin beschreibe ich ausführlich die Geschichte der Messie-Bewegung in der Schweiz.



„Das Messie-Syndrom – Phänomen, Diagnostik, Therapie, Kulturgeschichte des pathologischen Sammelns“, Springer Verlag 2008, ISBN 978-3-211-76519-7.

Klappentext: Messies (engl. mess = Unordnung) sind Menschen, die in ihren Wohnungen eine Unmenge von Dingen horten. Ihr Verhalten schränkt ihren Lebensbereich drastisch ein und kann unter Umständen die Organisation ihres Alltags extrem erschweren. Erstmals widmet sich ein Buch einem Phänomen, das bisher nicht als psychische Störung erfasst wurde. Es setzt sich mit einer klinischen wissenschaftlichen Definition, psychodynamischen Prozessen und den Problemen im sozialen Umfeld auseinander. Zusätzlich vergleicht es Selbsthilfegruppen und Angehörigengruppen, die von Experten unterstützt werden sowie die Gruppenpsychoanalyse für Messies. Eine Dokumentation für mehr psychotherapeutische Kompetenz: Strategien für die effiziente Arbeit mit dem Messie-Syndrom.

Wir werden in der nächsten Ausgabe von LessMess-Info ausführlicher darauf zurück kommen. So viel vorab: Da es sich um ein (in allgemein verständlicher Sprache gehaltenes) Fachbuch handelt, ist sein Preis mit 62 Franken recht hoch.

Johannes von Arx

Bericht über die dritte Deutschsprachige Messie Tagung 7. und 8. November 2008 in Wien, SFU

„Wien ist eine Reise wert“...

... sagte ich mir, als mein Freund von der Messie-Tagung vom 7./8. November 2008 in der österreichischen Hauptstadt erzählte, die er besuchen würde. Und so meldete ich mich spontan für sämtliche Referate ebenfalls an. Die Absicht war, das Angenehme (eine Stadtbesichtigung) mit dem hoffentlich Nützlichen – nämlich mehr über das Phänomen Messie zu erfahren, mit welchem ich durch diese Bekanntschaft konfrontiert bin – zu verbinden.

Beides ist gelungen. Die zwei Tage vor der Tagung dienten dem Wieder-Entdecken einer seit Jahrzehnten nicht mehr besuchten Stadt (bei föhning-warmem Wetter, nebenbei bemerkt). Und mit dem Regen am Freitag Abend kam das nötige Sitzleder, um die Tagung aufmerksam zu verfolgen. Der Faden dazwischen ist eine Linie, die U-Bahn-Linie nämlich, mit der man in kürzester Zeit von der Schnirchgasse (Sitz der SFU) irgendwohin in die Stadt gelangt, auf den Stephansplatz zum Beispiel. Die Tagung begann am späteren Freitagnachmittag mit warmen Begrüßungsworten des „Hausherrn“ und einem Referat von Dr. Rainer Rehberger über die Psychodynamik von Zwangsstörungen, nachzulesen auch in seinem Buch „Messies – Sucht und Zwang“ (vgl. letzte Ausgabe LessMess-Info). Hauptthema des Abends war die Vorführung des Films „Sieben Mulden und eine Leiche“, vermutlich den meisten Lesenden bekannt. Ich sah ihn

meine Vorurteile „wie kann man nur ...“ etc. Nun, dieser Film hat wirklich seine sehr eigene Sprache und der Anfang ist äusserst deftig. Doch durch ihren zum Teil auch sehr drastischen Humor und eine ganz spezielle, für mich nicht nachvollziehbare, Distanz haben die Autoren einen traurigen Bericht geschaffen über eine Entwicklung, die sich Baustein für Baustein so ergeben konnte. Ich glaube keinesfalls „musste“ – aber gerade über diesen Aspekt haben nachher die weiteren Referate Aufschluss gegeben. Die Filmer, die Brüder Haemmerli, waren leider beide verhindert am Kommen, dafür war die Produzentin Mirjam von Arx – nicht verwandt mit „meinem“ Johannes – anwesend und bei der anschliessenden Podiumsdiskussion gefragte und engagierte Teilnehmerin. Fazit für mich: ich bin froh, dass ich den Film doch noch gesehen habe (und vielleicht war er dank Kleinformat doch noch etwas erträglicher als auf Grossleinwand).

Der weitere Abend: Gespräche mit Betroffenen (lies Messies), mit Sozialarbeitern und andern Mittragenden. Die Tagungsteilnehmenden waren vorwiegend aus dem Gastland und aus Deutschland, einige wenige aus der Schweiz, darunter auch Heinz Lippuner von der Anlaufstelle „Offene Tür“ und Johannes, der am Samstag dann auch über verschiedene Betreuungs- und Therapiekonzepte berichtete. Ich schätze, dass es ungefähr 80 Teilnehmende waren, die sich da eingefunden hatten, um mehr zu erfahren aber auch, und das war wohl genau so wichtig, sich miteinander austauschen zu können.

Der Samstag war geprägt von teilweise sehr wissenschaftlichen Referaten, auf die einzugehen ich weder befähigt noch legitimiert bin. Es waren Beiträge über Hypothesen für die therapeutische Arbeit, es waren diagnostische Ableitungen für die psychotherapeutische Praxis, Wege der Psychotherapie mit Messies, ebenso ein Bericht über ein gruppenpsychotherapeutisches Dokumentationssystem. Selbst wenn ich nicht alles verstand – eines begriff ich: da wird sehr ernsthaft und gewissenhaft geforscht, analysiert, gemessen. Man nimmt das Messie-Phänomen und alles, was dazu gehört, ernst. Was ist die Ursache, resp. Auslöser? Gibt es – neben der unbestrittenen frühkindlichen Beeinflussung – auch anatomische Gemeinsamkeiten? Wie kann der Messie trotzdem (oder erst recht mit seinen speziellen Gaben) ein befriedigendes und beglückendes Leben führen? Gibt es „Heilung“? Dann gab es aber auch „handfestere“ Berichte, so z.B. die Präsentation der Messie-Kunstgruppe, oder darüber, wie man einen Messie erkennt. Ich lernte, dass es einen Messie-House Index gibt (das Verhältnis der in einer Wohnung belegten Bodenfläche zur Gesamtfläche), was ich eher komisch fand. Ich stelle mir vor, dass ein Wohlfühl-Indikator wohl weniger wissenschaftlich wäre, dafür präziser den Seelenzustand eines Menschen beschreiben würde als hochgerechnete Zahlen.

Nach den morgendlichen Referaten gab es mit den betr. ReferentInnen eine Podiumsdiskussion und zum Schluss nochmals eine mit den Vortragenden am Nachmittag. Dazwischen lagen Kaffee- und Erfrischungspausen mit lebhaften Gesprächen und reich bestückten Büchertischen. Es war eine interessante Tagung mit vielen Beiträgen – und trotzdem war sie nicht überlastet. Ob sie für Messies die Reise (und Tagungskosten!) wert war, müssen andere entscheiden. Ich als „Zugewandte“ habe viel dazu gelernt und so schliesse ich den Kreis: Wien in eine Reise wert! In zwei Jahren soll es wieder eine Tagung zum Thema geben in der SFU; die Ausschreibung wird an dieser Stelle sicher auch wieder zu finden sein.

Susan

Unser Tipp:

Bringe die leeren PET- und Glasflaschen umgehend beim nächsten Einkauf in den Laden bzw. zur Sammelstelle



Film

Walle- Der letzte räumt die Erde auf



Eigentlich heisst er genau WALL-E ('Waste Allocation Load Lifter*Earth-Class', zu deutsch sinn-gemäss: 'Müll-Sortierer-Lasten-Heber, Baureihe: Erde') und ist der Hauptdarsteller in Disney's letztem, computeranimierten Trickfilm aus der Schmiede der PIXAR-Studios. Er ist ein auf Raupen fahrender, kleiner Roboter - ganz alleine zurückgelassen auf der mittlerweile unbewohn-bar gewordenen Erde. Wir schreiben das Jahr 2800. Die bis zur Unbeweglichkeit verfetteten Er-denbürger haben sich auf luxuriöse Raumschiffe zurückgezogen und warten auf bessere Zeiten. Die Aufgabe unseres Roboters ist es, in mühsamer Kleinarbeit tagein, tagaus den gigantischen Müll, den die Menschen auf der Erde zurückgelassen haben, zu sammeln und zu ordnen - ver-mutlich in der Absicht, so die Erde wieder einmal bewohnbar zu machen.

Ein durchaus realistisches Thema mit einem sehr pikanten Detail, das in den meisten Filmkritiken dezent verschwiegen wird: ausgerechnet **WALL-E selbst entpuppt sich als ausgewachsener Messie**. In all dem Müll, den er täglich zu Päckchen presst und kunstvoll zu riesigen Türmen schichtet, findet er immer wieder Schnäppchen für sich selbst, die er behutsam in seine Schatz-kammer entführt. Da sieht man denn auch alles, was Zeugnis der menschlichen Kultur war und das sensible Roboterherz rührt. Von der fast-food Plasticgabel über einen Rubik-Würfel, jenen Videokassetten, Radkappen und natürlich gängigen Ersatzteilen, um sich selbst reparieren zu können, sammelt WALL-E alles - und subtil beobachtet - gefällt ihm das schnucklige Etui eines Schmuckstückes wesentlich besser als der darin enthaltene Diamantring, den er achtlos wegwirft...

Vor allem die erste halbe Stunde dieses mit verblüffender Perfektion animierten Trickfilmes ist sensationell sehenswert und kann manchem Messie (mit der in die Roboterwelt verschobenen Emotionalität) einen ironischen Spiegel vorhalten und auch garantiert keimfreie Cleanis werden WALL-E wohl heimlich ins Herz schliessen.

Der Film entwickelt sich dann zu einem turbulenten Liebesabenteuer - denn WALL-E bekommt Besuch von EVE, einer faszinierenden Roboter-dame der neusten Generation, die die Erde nach eventuell wieder frisch entstandenem, pflanzlichem Leben untersuchen soll. Und hat doch erst kürzlich gerade WALL-E völlig ahnungslos aus einem total versifften Kühlschrank einen eben ersprossenen, zarten Keimling in sein Reich gerettet....

Absolut sehenswert !

[Pixar Studios](#), 95 Min, ohne Altersbeschränkung. Der Film ist ende September in die Deutschschweizer Kinos gekommen und läuft zur Zeit noch vereinzelt - zumindest in Zürich und Bern. Erscheint auf DVD vermutlich im Februar 2009.

Thomas

Interview

Anna* ist seit 36 Jahren mit einem Messie verheiratet und hat zwei erwachsene Kinder. Annemarie hat sie interviewt.

Wann und wie hast du entdeckt, dass dein Ehemann ein „Messie“ ist?

Anna: Erst nach einigen Ehejahren störte mich seine Unordnung im Schlafzimmer. Ich setzte die Sachen vor die Tür, was zu einem Streit führte. Ich wollte das Schlafzimmer nicht zu einem Abstellraum werden lassen.

Rückblickend hatte ich nie den Verdacht, dass mein Mann ein Messie ist. Vor der Heirat räumte seine Mutter auf, während er wochen- oder monatelang im Ausland auf Montage arbeitete. Mit der Heirat wurde er sesshaft und arbeitete sehr engagiert im Beruf, so blieb ihm keine Zeit für Hobbies. Sein sehnlichster Wunsch nach einer selbständigen Arbeit erfüllte er sich teilweise, indem er einen Tag pro Woche für eigene Kunden arbeitet. Damit begann die Sammeltätigkeit und löste Streit und Krisen aus.

Wir beschlossen, ein Kinderzimmer für meinen Mann als Arbeitszimmer und Büro frei zu geben und richteten den Kindern ein gemeinsames Zimmer ein. Diese Lösung entlastete die übrige Wohnung nur für kurze Zeit. Aber nach ungefähr 25 Ehejahren trennten wir uns vorübergehend, weil das Zusammenleben äusserst schwierig wurde.

Wusstest du schon etwas über das Syndrom „Messie“?

Anna: Damals wusste ich nichts über das „Messie-Syndrom“. Erst vor ungefähr drei Jahren erfuhr ich davon und dass es Selbsthilfegruppen gibt. Mein Mann leitet(e) eine Gruppe, da er sich auch in diesem Bereich weitergebildet hat.

Welche Einflüsse hatte diese Entdeckung auf dein Leben?

Anna: Es hat mein Leben erschüttert. Obwohl ich mich auch auf psychologischem Gebiet weiter gebildet habe, kann ich das Messie-Syndrom nicht verstehen. Ich sammle für meinen Beruf auch Unterlagen, aber ich ordne sie nach Themen ein, damit ich sie schnell finde. Mein Beruf ist auch mein Hobby, das ich sehr gerne ausübe und pflege, aber nachher räume ich immer auf. Mein Mann räumt nicht gerne auf und schiebt alles oder vieles vor sich hin.

Wie lebst du heute damit?

Anna: Nach einigen Krisen wünsche ich mir seit zehn Jahren eine eigene Wohnung. Vor acht Jahren sind wir in eine neue Wohnung gezügelt – mit dem Versprechen meines Mannes, dass es keine Unordnung mehr geben wird. Leider klappte es nicht und ich überlegte mir ernsthaft, mich scheiden zu lassen.

Jetzt zieht ein Sohn, der in der gleichen Überbauung wohnt, in eine grössere Wohnung und mein Mann übernimmt die 2 - Zimmer-Wohnung. So leben wir doch in der Nähe voneinander und können uns oft sehen.

Ich bin glücklich, dass es mir endlich gelungen ist, Nägel mit Köpfen zu machen und in einer eigenen Wohnung zu leben: Es ist das erste Mal und ich will lernen, alleine zu leben.

Kannst du deinem Ehemann helfen?

Anna: Nein, eigentlich nicht – ausser ihn lieben und versuchen zu verstehen. Es gibt hie und da Möglichkeiten konsequent zu sein, z.B. das gemeinsame Nachtessen im Restaurant findet erst statt, wenn er die Post oder Rechnung(en) erledigt hat.

Kannst du Tipps oder Regeln für den Alltag und das Zusammenleben geben?

Anna: Regeln helfen leider nicht, weil es für ihn schwierig ist, sich daran zu halten. Loslassen und tolerant sein, bis zum Exzess.

Liebe Anna, ich danke dir für das spannende Gespräch und wünsche dir und deinem Mann alles Gute in euren eigenen Wohnungen.

*Name geändert

Agenda

Mitgliederversammlung LessMess

20. März 2009

Pressespiegel

Der folgende Artikel ist am 10. Dezember 08 im Internet und in Lokalteilen des [St. Galler Tagblattes](#) erschienen.

Das Copyright liegt bei den Autoren/Herausgebern.

Da hier die Tätigkeit und das Sommerfest von LessMess eine nicht unwesentliche Rolle zu spielen scheint haben wir uns erlaubt, den Artikel abzdrukken.

Melanie Graf

Wenn Sammeln Leiden schafft, hilft Eva Flury aus Brunnadern den Betroffenen. Sie begleitet Messies auf ihrem «mess-weg». In Kontakt mit Messies ist sie vor einigen Jahren beruflich gekommen. Als sie weitere Betroffene kennen lernte, beschloss sie, Messies zu helfen.

Brunnadern. Sammeln ist Leidenschaft. Für viele Menschen kann das zu einem grossen Problem werden. Messies sammeln viel und gerne, können sich von nichts trennen. Der Begriff Messie kommt aus Amerika, «mess» bedeutet Chaos und Unordnung. Überfordert mit Unordnung

Den Messies wächst die Unordnung über den Kopf. In manchen schlimmen Fällen gibt es in ihrer Wohnung kein Durchkommen mehr. Den betroffenen Menschen ist meist von ihrem Problem nichts anzumerken. «Messies sind oft gebildet und kommunikativ. Sie leiden jedoch sehr unter der Unfähigkeit, ihren Haushalt und Alltag zeitlich und räumlich zu organisieren», schreibt der Verband Lessmess auf seiner Internetseite.

Messies werden oft mit Müll und Verwahrlosung in Verbindung gebracht, das ist jedoch nicht immer der Fall. Im Forum des Verbandes schreibt eine Angehörige: «Bis anhin hatte ich angenommen, dass Messies verwahrloste Menschen sind, die im eigenen Müll leben, so wie man es manchmal in Schock-Dokumentationen im Fernsehen zu sehen bekommt.» Ihr Mann sei ein Technik Messie, «ein Genie mit unzähligen Interessen. Unser ganzes riesiges Haus ist von der letzten Kellerecke bis auf den Dachboden voll mit Motorradteilen, Autoteilen, Computern, Dampfmaschinen, Kabeln, Steckdosen und Elektrogeräten.»

Messies auf dem «mess-weg»

Eva Flury kam vor einigen Jahren mit Messies in Kontakt. Zu der Zeit arbeitete sie als Sozialpädagogin in einer Wohngemeinschaft für leicht behinderte Menschen. Unter den Bewohnenden befand sich ein Messie.

Später habe sich eine Bekannte zum Messietum geoutet, berichtet Eva Flury. Am letzten Sommerfest des Verbandes Lessmess habe sie viele Betroffene kennen gelernt und beschlossen, Menschen, die unter dieser Sucht leiden, zu helfen. Mit «mess-weg» will sie Betroffenen Mut machen und unterstützt beim Aufräumen, Aussortieren, Verstauen und Ordnen. «Das Problem ist, dass sich Messies oft nicht von ihren Dingen trennen können», sagt Eva Flury. Im Gegensatz zu Menschen mit dem Verwahrlosungs-Syndrom oder Wohn-Nomaden, haben Messies grosse Mühe sich von ihren Sammelsurien zu trennen. Auf die Frage, ob nun jeder ein Messie ist, der eine grosse Sammlung vorweisen kann, antwortet Eva Flury: «Das Messietum beginnt dann, wenn man sich in seiner eigenen Wohnung nicht mehr wohl fühlt. Wenn man beginnt, sich für den Zustand seiner Wohnung zu schämen und sich immer mehr isoliert.» Manchmal sei es schwierig sich einzugestehen, dass man ein Messie sei und Hilfe braucht. Ihr Angebot spricht Privatpersonen und soziale Institutionen an, beispielsweise Sozialstellen, Spitex und Behinderteninstitutionen.

Eva Flury zieht in ihrem Engagement allerdings Grenzen und beschränkt ihr Angebot auf Unterstützung in der Umsetzung der äusseren Problematik. «Ich bin keine Psychologin», sagt sie. Eine tiefergehende, die Ursachen aufgreifende Arbeit überlasse sie einem Spezialisten. Sie wäre allerdings nur zu gerne bereit, beim Ausbau und organisieren einer Selbsthilfegruppe für Messies im Kanton St. Gallen zu helfen.

Hilfe für Messies mess-weg

Eva Flury, Dorfstrasse 41a, 9125 Brunnadern. Telefon 071 377 12 91,

E-Mail: eva.flury@bluewin.ch.

BUCHBESPRECHUNG

Das Vermüllungssyndrom –Theorie und Praxis Von Peter Dettmering und Renate Pastenaci

Wir wissen es und leiden darunter: In sensationslüsternen Medien werden Messies immer wieder in die Nähe zu Vermüllung und Verwahrlosung gesetzt. Doch was ist eigentlich der Unterschied? Auf diese Frage gibt das Buch Auskunft, mindestens für diejenigen, welche über das Messie-Sein vorinformiert sind. Dem Autorenduo mit breiten Ausbildungen als Ärztin, Psychiater, Psychoanalytiker/-in kommt das Verdienst zu, anhand von 30 untersuchten Beispielen das Vermüllungssyndrom differenziert behandelt zu haben. Und zwar sowohl auf den Ebenen von Fallbeispielen als auch statistisch-wissenschaftlich mit wohlbegründeten Thesen. Diese lassen sich so zusammenfassen:

1. Vermüllung als Syndrom stellt eine Reaktion auf ein Trauma dar.
2. Es kann zwischen verschiedenen Vermüllungstypen unterschieden werden.
3. Das Syndrom kann bei älteren und jüngeren Menschen gleichermaßen angetroffen werden.
4. Zur Erstellung einer genauen Diagnose und Erarbeitung einer optimalen Therapie ist es wichtig, dass die individuelle Art der Vermüllung und deren Ursachen/Hintergründe berücksichtigt werden.

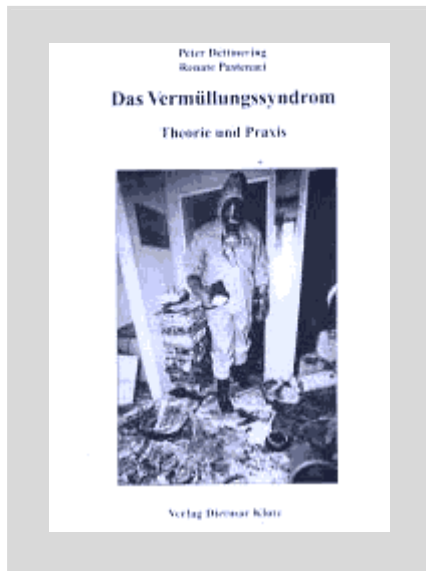
Dettmering und Pastenaci beziehen in ihre wertvolle Arbeit auch frühere Veröffentlichungen ein, in denen darauf hingewiesen wird, dass Vermüllung oft mit psychologischen Fehlentwicklungen und psychiatrischen Erkrankungen im Zusammenhang steht. Meistens gehäuft, wie sie in ihren eigenen Untersuchungen aufzeigen: Bei 17 von den 30 VermüllungspatientInnen stellen sie die Diagnose „Psychose“, bei 20 Depressionen, Stimmungsschwankungen, Selbstmordgedanken, 15 litten unter Wahrnehmungsstörungen. Dazu kommen etliche weitere Störungen.

So weit ein kurzer Einblick in die analytischen Ergebnisse. Doch bei ihren weiter gehenden Überlegungen vermitteln die Autoren einen tiefen Einblick in die verletzten Seelen der Betroffenen. „Da, wie ich meine, der gehortete Müll einen symbolischen Ersatz für den Verlust einer lebenswichtigen Person, z.B. eines Angehörigen, darstellt, wird vom Patienten auf das vermeintliche „Hilfsangebot“, den „Müll“ zu entfernen, mit Panik reagiert...“ schreibt Pastenaci. Man beachte, das Wort wird in Anführungszeichen geschrieben. Dies nicht nur aus Respekt vor den Leidenden, sondern auch deshalb, weil – wie im Buch fast leitmotivisch dargelegt – dem „Müll“ in deren Leben eine nachvollziehbare tiefenpsychologische Funktion innewohnt.

Wenn wir zwei Haare in der Suppe finden, so ist es einerseits die Tatsache, dass sich die Untersuchung auf bloss 30 Betroffene bezieht, weil das nicht reicht für eine verlässliche Statistik. Aber das ist zwar bedauerlich, doch auch verständlich, denn solche Untersuchungen sind wohl ziemlich aufwändig.

Schade finden wir, dass Peter Dettmering erst fast am Schluss des Buches auf das Thema Messie zu sprechen kommt und auch das nur knapp.

Da wäre für eine nächste Ausgabe ein klärendes Wort zum Unterschied zwischen Messietum und Vermüllung gleich am Anfang wertvoll – noch mehr: schon fast eine Pflicht.



ISBN-10:3-88074-295-2
Veröffentlichungsdatum:Januar 2004
Einband:kartoniert/broschiert
Verlag:Klotz GmbH
Auflage: 4. Auflage
Seiten:155

CHF 32.50

Johannes von Arx und Elmira Claude

Rätsel



Was denkst du, ist „**Prokrastination**“?

Es geht jetzt nicht darum, den Begriff nachzuschlagen und uns mit Erklärungen beizustehen. Wir wissen, was es ist, möchten aber gerne erfahren, was man sich unter diesem doch etwas exotischen Begriff vorstellt, wenn man ihn zum ersten mal hört...

Teile uns deine Erklärungen, Meinungen oder Vermutungen mit unter info@lessmess.ch oder Postkarte an
LessMess, Mitteldorfweg 31, 8915 Hausen am Albis, Fax 044 764 28 50

Die originellsten Antworten werden im Info 1/09 veröffentlicht. (auf Wunsch anonym.)

Redaktion dieser Ausgabe: Annemarie.

Du möchtest diese Informationen nicht mehr erhalten ?

Melde dich einfach unter:

LessMess, Mitteldorfweg 31, 8915 Hausen am Albis, Fax 044 764 28 50

Kleine Notiz reicht.