

Die grosse Liebe zu Dingen

Vor 20 Jahren flimmerten Bilder über deutsche Privatsender aus total vermüllten Wohnungen. Ihre Bewohnenden wurden fälschlich als Messies bezeichnet. Heute sind wir mindestens um kleine Welten weiter.

Johannes von Arx

Das «echte» Messie-Syndrom wurde in den vergangenen Jahren erforscht – und wird es noch immer: In über zwei Dutzend Büchern wissenschaftlich, literarisch und in Form von Ratgebern wird das Syndrom vertieft behandelt. In den Medien kamen Betroffene zu Wort, Fachpersonen erklärten, dass das Horten von Gegenständen aller Art – nicht selten ganze Wohnungen füllend – reale Gründe, psychische Fehlentwicklungen zur Ursache hat. Und dass das mehr oder minder auch dazu gehörende Chaos nichts mit Faulheit zum Aufräumen zu tun hat. Psychologinnen wie Psychiater bieten Therapien an, Institutionen praktische Hilfen.

Eine dieser Anlaufstellen ist LessMess, ein seit 2005 existierendes Netzwerk für Messies, Angehörige und Fachpersonen. Der Verein informiert und steht Ratsuchenden zur Seite.

Die Vorgeschichte des Netzwerks beginnt 2001. Damals hat Heinz Lippuner von der Selbsthilfe Zürich (damals Offene Tür) die erste Selbsthilfegruppe für Mes-

«Mit elf hatte ich sehr starke Perioden, und unter dem grossen psychischen Druck habe ich mein ganzes Taschengeld für Tampons ausgegeben.»

Thea
Messie

sies gegründet. Darüber berichtete auch «Quer», die damalige freitagabendliche Sendung zu sozialen Fragen vom Schweizer Fernsehen (siehe Box unten). Die Reaktionen waren gewaltig: Weitere grosse Medien nahmen das noch völlig neue Thema auf. In der Folge entstanden zahlreiche weitere Selbsthilfegruppen.

20 Jahre «Messiebewegung» in der Schweiz waren denn auch der Anlass, wieder einmal eine Tagung aufzugleisen. Zum zweiten Mal suchte LessMess die Kooperation mit der Schweizerischen Gesellschaft für Zwangsstörungen SGZ. Die sagte ohne Federlesen zu, und so ging vor Kurzem die Tagung über die Bühne. Die «Bühne» lag coronabedingt sozusagen in der «Wolke», die Vorträge kamen also über die Monitore.

In die seelischen Tiefen blicken

Eine Gemeinsamkeit zwischen Zwangsstörungen wie Kontroll-, Waschzwang oder Zwangsgedanken und Messieverhalten ist denn auch die Zwanghaftigkeit des Sammelns. Unter diesem Aspekt steht das kürzlich erschienene Fachbuch von Nassim Agdari-Moghadam «Pathologisches Horten – Praxisleitfaden zur interdisziplinären Behandlung des Messie-Syndroms».

Die Wiener Psychoanalytikerin war denn auch eine der Referierenden an der Tagung. Mit Worten wie «Symptome oder Beschwerden zeigen auf – das Dahinterliegende will verstanden werden... Es geht nicht um Schuld und Beschuldigungen», entlastet sie Betroffene von der Scham. Und zwischen diesen und ihren Angehörigen räumt die Referentin unnötige zwischenmenschliche Hemmnisse aus dem Weg.

Auf einen wichtigen Aspekt bei Zwangspatienten wies Susanne Walitza, Professorin an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich, hin: «Je schneller die Erkennung und Behandlung, desto besser der Erfolg.» In abgewandelter Form gilt das auch für Messies. Zu viele von ihnen schämen sich noch immer, zögern, weswegen ihnen alles über den Kopf wächst. LessMess ruft ihnen zu: Überwindet eure Hemmungen, reagiert, meldet euch, holt Hilfe – wo und wie immer auch! Und wichtig zu wissen der Unterschied zum Vermüllungs-Syndrom: Menschen, die in einer zugemüllten Wohnung leben, kümmern sich um fast nichts mehr, sind meistens schwer suchtkrank, schizophoren, dement. Messies dagegen haben



Interesse an vielem, die eine Zeitung ist noch nicht fertig gelesen, kommt schon die nächste. Und die alte will doch noch gelesen werden.

BILD ZVG

Keine genauen Zahlen zum Syndrom

Mehrere Studien über den Anteil von Messie-Betroffenen an der Gesamtbevölkerung weisen unterschiedliche Prozentsätze aus (wohl entsprechend der Definition). Die eine aus Grossbritannien mit 5000 Teilnehmenden nennt 2,3 Prozent. Andere aus Deutschland beziehungsweise den USA gar um die 5 Prozent. Weil sich das Messie-Syndrom oft erst im mittleren Alter entwickelt, liegt der Anteil entsprechend bei älteren Personen viel höher.

noch 1001 Ideen, was sie alles mit ihren Dingen anfangen könnten. Ebenso viele verzweifelte Versuche mit Ordnungssystemen scheitern immer wieder.

Die unheilvolle Lust auf Brocki

Das Messie-Syndrom ist viel weiter verbreitet als gedacht, mehrere Studien weisen einen Prozentsatz von bis zu fünf Prozent an Betroffenen aus. Das bedeutet, dass auch in der Region Schaffhausen zahlreiche Messies leben. Eine von ihnen ist Thea, wie wir sie hier nennen, die gleich verrät, dass auch einer ihrer Brüder der Sammelleidenschaft erliegt. Sehr belastend aber war einer ihrer Lehrer: «Er war ein brutaler Militärmensch, schlug Buben, sodass ich die Sommerlager schlimm erlebte. Ich litt unter Jugenddepression, unternahm mehr als einen Suizidversuch.» Als sie mit 20 wieder einmal bei der Jugendbehörde war, hätten zwei dicke Bundesordner auf dem Pult gelegen.

Gab es einen Auslöser fürs Horten? «Mit elf hatte ich sehr starke Perioden, und unter dem grossen psychischen Druck habe ich mein ganzes Taschengeld für Tampons ausgegeben.» Zu den Geburtstagen erhielt sie immer wieder Puppen geschenkt, später kamen wahllos weitere Sachen dazu. Die 56-Jährige wohnte lange zu Hause, wo ihr schliesslich drei Zimmer zur Verfügung standen, um die gesammelten Haushaltsgegenstände, Musikkassetten, Bilder und so weiter einzulagern. Auf den Vorwurf des Bruders, es stinke, «habe ich mich herausgeschwätzt», blickt Thea zurück. Ein Lichtblick dagegen war ihr Vater, zu dem sie eine gute Beziehung hatte und ihn gemeinsam mit weiteren Angehörigen bis zum Lebensende pflegte.

Es begibt sich, dass eines Tags die Anfrage von einem Brockenhaus in Schaffhausen hereinkommt, ob sie auch mal hin-

ter dem Ladentisch wirken könne. Klar. So verkauft sie drei Sommer lang alles Mögliche. Dann weicht der Laden einer Überbauung, so gibt es wieder einmal Zuwachs aus der Liquidationsmasse in ihre mittlerweile eigene Wohnung. Die dann für eine Weile selbst zum Brocki mutiert.

Einen Beruf hat die Frau, deren treuer Begleiter ein Hund ist, nie erlernt, war mal in den Jugendjahren Pferdepflegerin, arbeitete dann in der Maschinenindustrie, und als diese in die Krise kam, machte sie sich selbständig zur Putzkraft in einem Bürohochhaus. Zur Familiengründung kam es nie. Beziehungen gingen wiederholt in die Brüche. Erfüllung gaben ihr Porzellanmalen und Parfüms-Zusammenmischen.

Im Unterschied zu vielen anderen Messies, die ihre Problematik verdrängen, sich an die Vorstellung klammern, sobald sie dann wieder etwas mehr Energie hätten, zu räumen, verfügt Thea über eine klare Einsicht, dass ihr die Dinge letztendlich nur eine scheinbare Sicherheit geben,

dass das Loslassen ihr buchstäblich seelische Schmerzen bereiten. Deshalb hat sie sich auch mehreren Therapien unterzogen. Diese seien aber nie sehr in die Tiefe gegangen. «Dafür kam mein Therapeut einmal vorbei, und wir haben sozusagen als Initialzündung den Kühlschrank ausgeräumt und gereinigt.» Heute steht ihr jemand von der psychiatrischen Spitex zur Seite. Gemeinsam sortieren sie Schritt um Schritt, «aber mit dem Entsorgen tue ich mich noch immer schwer». Eben jetzt hätte sie die Aufgabe bekommen, den Küchentisch freizuräumen. Doch mit dem Sammeln hat es noch kein Ende: «Eben habe ich bei Ricardo ein Gummiboot erstanden, und weil es obligatorisch ist, muss ich nun auch noch die Rettungsweste kaufen.»

Was Thea zu denken gibt, ist eine Bemerkung ihres Bruders: «Es gilt herauszufinden, was für dich eine echte Bedeutung hat.» Bis das richtig wirkt zum Loslassen können dürfte es noch eine Weile dauern: «Das muss noch wachsen in mir.»

Unser Autor über sich selbst

Isoliert in meiner eigenen Welt aufgewachsen, begann ich mit Radiobasteln, sammelte alles verfügbare Material. Im Lauf der Jahrzehnte kam viel Weiteres dazu, speziell – auch berufsbedingt – Dokumente, Papier. Als ich vor bald vier Jahren aus Zürich nach Etwilen umzog, bildeten die aufgestapelten Bündel eine währschafte Mauer. Insgesamt – gewogen – eine Tonne, ganz zu schweigen von Unmengen an Gestellen, Elektrogeräten und so weiter. Mit dem Sammeln habe ich längst aufgehört, Ordnung zu halten bleibt mein Problem.

Den Entscheid, mich im «Quer» vor 20 Jahren zu outen, habe ich mir nicht leicht gemacht, aber er fiel auch im Wissen, dass in einem derart sensiblen Thema jemand diesen ersten Schritt tun muss, der Erfahrung im Umgang mit Medien hat.

In der Folge engagierte ich mich, fand einen Partner, der die erste schweizerische Messie-Webseite aufbauen half, suchte Menschen – explizit auch Nichtbetroffene –, welche gemeinsam LessMess gründeten. Und ich schreibe auch mit 77 weiterhin mit Leidenschaft. (jva)