

„Betroffene haben meist schon früh Verluste erlebt“

UNSERE
EXPERTIN:

Veronika Schröter
Heilpraktikerin für
Psychotherapie/
Messie-Therapie

Menschen dann eigenständig werden, merken sie, dass sie auf nichts Eigenes zurückgreifen können. Dann kann das Messie-Syndrom entstehen. Der Mensch setzt damit unbewusst ein Zeichen: Mit mir nicht mehr. Es ist der Selbstversuch der Seele, sich abzugrenzen.“

? Welche Ursachen hat das Messie-Syndrom?

„Das Messie-Syndrom hat fast immer mit Verlust-Erlebnissen in Beziehungen zu tun – meist fanden diese schon in frühester Kindheit statt. Kommt es dann im Erwachsenenalter etwa zu einer Trennung vom Partner, kann dies ein Auslöser für eine Messie-Symptomatik sein. Die alten, nicht verarbeiteten Erlebnisse brechen dann wieder über den Betroffenen herein. Das Messie-Syndrom ist also eigentlich ein Bindungs-Trauma.“

? Wer ist besonders anfällig dafür?

„Es betrifft hauptsächlich Menschen aus der Mittel- und Oberschicht, die schon sehr früh Erfahrungen des „Gezungenwerdens“ gemacht haben. Das heißt, dass sehr hohe Anforderungen an sie gestellt worden sind. Dies hat dann eine Überangepasstheit zur Folge: Der eigene Wille und die eigenen Bedürfnisse fanden keinen Raum im Leben, sondern Betroffene haben einfach immer so funktioniert, wie es den Erwartungen der Erziehungsberechtigten entsprach. Sobald die

? Spielt es eine Rolle, ob man ordentlich ist?

„Um Ordnung im Leben halten zu können, braucht es gute emotionale Bindungserfahrungen. Wenn der Mensch keine Sicherheit oder keinen Platz im Leben eingeräumt bekam, passiert auch etwas auf der Ordnungsebene: Betroffene zeigen nach außen genau das, was sie im Inneren erleben: Hilfe, ich habe keinen Raum für mich!“

? Wie kann Betroffenen geholfen werden?

„Aus meiner 15-jährigen Berufserfahrung mit Messies weiß ich: Den Betroffenen kann nur mit einer speziellen Psychotherapie geholfen werden – das klappt in den meisten Fällen sogar sehr gut. Wichtig ist es, dass der Fokus dabei nicht auf die Ordnung gelegt wird, denn das ist nur das Symptom. Es müssen die Auslöser behandelt werden. Interessant ist, dass mit dem Messie-Syndrom in drei Viertel der Fälle noch eine andere psychische Erkrankung einhergeht. Diese muss unbedingt mit behandelt werden.“