

## KOMPAKT

## Honigernte fällt diesmal kleiner aus

dpa HANNOVER. Die Bienenvölker in Niedersachsen haben unter dem eher kühlen und trockenen Frühjahr gelitten. Zudem setzte ihnen im Winter aufs Neue der bekannte Schädling Varroa-Milbe zu, wie der Landesbauernverband am Montag in Hannover mitteilte.

## RÄTSEL

Sudoku  
mit Lösungswort

		6	3	4	
5		S	Y	2	
		3		W	6
6	K		4		
	4		H		3
I	6	2	1		
1	2	3	4	5	6

Auflösung  
„Buchstaben-Set“  
aus der letzten Ausgabe  
STEIN

Mehr Rätsel auf  
[www.noz.de/denkpost](http://www.noz.de/denkpost)

9		1		8	
	6	9	5		
7	2		3	1	
					1
					2

## TELEFONARIFE

Ortsgespräche: Montag bis Freitag  
Uhrzeit Vorwahl Anbieter Ct./Min.

0-7	01028	Sparcall	0,10
	01052	01052	0,44
	01088	01088telecom	0,44
7-9	01097	01097telecom	0,69
	01038	tellmio	1,52
	01028	Sparcall	1,53
9-18	01038	tellmio	1,52
	01028	Sparcall	1,53
	01097	01097telecom	1,80
18-19	01038	tellmio	1,52
	01028	Sparcall	1,53
	01097	01097telecom	1,80
19-21	01052	01052	0,70
	01070	Arcor	0,79
	01013	Tele2	0,87
21-24	01052	01052	0,70
	01070	Arcor	0,79
	01013	Tele2	0,87

Ferngespräche: Montag bis Freitag  
Uhrzeit Vorwahl Anbieter Ct./Min.

0-7	01028	Sparcall	0,10
	01052	01052	0,33
7-8	01098	01098tele	0,69
	01045	01045	0,94
8-9	01098	01098tele	0,69
	010033	010033	1,10
9-10	01098	01098tele	0,80
	010033	010033	1,10
10-12	01098	01098tele	0,80
	01085	01085	1,30
12-18	01098	01098tele	0,80
	010033	010033	1,10
18-19	01098	01098tele	0,80
	01045	01045	0,94
19-21	01013	Tele2	0,52
	01070	Arcor	0,54
21-24	01013	Tele2	0,52
	01070	Arcor	0,54

Festnetz zu Handy: Montag bis Sonntag  
Uhrzeit Vorwahl Anbieter Ct./Min.

0-18	01032	01032	1,89
	010011	010011	1,99
18-24	01032	01032	1,89
	010011	010011	1,99

Günstige Call-by-Call Anbieter mit Tarifansage und ohne Anmeldung. Abrechnung im Minutentakt oder besser. Nicht alle Anbieter sind im Ortsnetz flächendeckend verfügbar. Tarif-Hotline: 0900 1 330100 (1,86 Euro/Min. von Telekom, Mo-Fr 9-18 Uhr). Stand: 20.07.2015.

Quelle: [www.telarif.de](http://www.telarif.de).

Alle Angaben ohne Gewähr.

## „Messies sind nicht unordentlich“

Experten: Es gibt drei Millionen Betroffene in Deutschland – Häufig Gewalt- und Missbrauchserfahrung

Von Eva Voß

**OSNABRÜCK. Meterhohe Stapel mit alten Zeitungen, Klamottenberge, haufenweise Kuscheltiere oder Verpackungen schon längst nicht mehr getragener Strumpfhosen: Was für die meisten Menschen Müll ist, ist für sogenannte Messies lebenswichtig. In Deutschland gibt es etwa drei Millionen Betroffene.**

Wer die Bezeichnung „Messie“ hört, denkt meist an komplett vermüllte Wohnungen, Gestank und Schimmel. Das muss aber nicht so sein. „Es ist nur eine der vielen Möglichkeiten. Ich unterscheide in meiner Praxis zwischen dem Messie-Syndrom und dem Vermüllungs-Syndrom“, sagt Veronika Schröter. Die Freiburgerin ist Heilpraktikerin für Psychotherapie sowie Gestalttherapeutin und berät seit fast 15 Jahren Menschen, die unter dem Messie-Syndrom leiden.

Ihr ist es wichtig, das Bild, das viele Menschen von Messies haben, geradezurücken: „In den Medien wird oft gezeigt, dass das Messie-Syndrom ein Unterschichtphänomen ist, aber das stimmt nicht. Es ist die Mittel- und Oberschicht, die davon betroffen ist“, erklärt sie. Viele ihrer Patienten hätten beruflich gute Stellungen. Nach außen sei ihnen das Chaos in ihrer Wohnung nicht anzumerken.

„Man muss ganz klar unterscheiden zum Vermüllungssyndrom. Daran arbeite ich seit Jahren.“ Das Messie-Syndrom ist, so Schröter, zu verstehen als Wertbeimesungsstörung. Die Menschen können nicht zwischen wichtig und unwichtig oder nützlich und nicht mehr nützlich, unterscheiden. Dies zeigt sich durch Sammeln und Horten von Gegenständen, die nicht weggeworfen werden könnten. „Loslassen ist existenziell nicht möglich“, erklärt die Therapeutin.

## Wie viele Messies gibt es?

Parallel dazu gebe es das Vermüllungssyndrom: „Das hat ganz andere Kriterien und ist auch von der betroffenen Menschengruppe anders. Beim Vermüllungssyndrom riecht es in der Wohnung, es gibt Schimmelbildung und Feuchtigkeit. Zudem liegt prinzipiell entweder eine hirnganische, psychologische oder psychiatrische Erkrankung zugrunde, das haben wir beim Messie-Syndrom nicht zwingend.“ Es befremdet sie, dass das Messie- und das Vermüllungssyndrom häufig, besonders in den Medien, in einen Topf geworfen würden.

Zwischen 2010 und 2012 führte die Albert-Ludwig-Universität Freiburg eine wissenschaftliche Studie



Chaos in der Wohnung kann ein Anzeichen für das Messie-Syndrom sein.

Foto: imago/Geisser

zum Messie-Syndrom durch. Geleitet wurde die Untersuchung von Prof. Dr. Mathias Berger, Ärztlichem Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Uniklinikum in Freiburg. Neben ihm waren auch Doktoranden seines Fachbereichs und Veronika Schröter daran beteiligt.

Ziel dieser Studie war es, zu untersuchen, ob es sich beim Messie-Syndrom um eine eigenständige Erkrankung handelt. Das Ergebnis: Nicht das Sammeln verschiedener Dinge steht im Vordergrund der Erkrankung, sondern die Unfähigkeit, Entscheidungen zu treffen. Deshalb beschreiben die Forscher das Messie-Syndrom als „Wertbeimesungsstörung“ oder „Desorganisationsyndrom“.

Zudem stellten die Forscher fest, dass es sich beim Messie-Syndrom um eine eigenständige Krankheit handelt, die jedoch oft (bei 76 Prozent der 50 Teilnehmer) mit anderen psychischen Erkrankungen, wie etwa Depressionen und Suchterkrankungen, einhergeht. Nach Schätzungen der Forscher gibt es in Deutschland derzeit etwa drei Millionen Messies.

Diese Erfahrung hat auch die Osnabrückerin Renate Fuchs gemacht: „Grundsätz-



Messie-Therapeutin Veronika Schröter betreibt eine Praxis in Freiburg. Foto: privat



Geschäftsführerin des Vereins per se, Renate Fuchs. Foto: Uwe Lewandowski

lich sind Messies aber nicht unordentlich oder faul, wie es oft dargestellt wird. Sie können einfach nicht zwischen wichtig und nicht wichtig unterscheiden.“ Sie ist Geschäftsführerin des Osnabrücker Jugendhilfevereins per se. Fuchs und ihre Mitarbeiter bieten etwa sozialpädagogische Familienhilfe oder Erziehungsbeistandtschaft an. Beauftragt werden sie damit vom sozialen Dienst des Jugendamtes.

Wenn sie Hausbesuche mache, sei sie auch immer wieder in Messie-Wohnungen zu Besuch, sagt Fuchs. Dass Messies nicht faul seien, zeigte sich schon daran, wie viel Energie sie darauf verwendeten, dass niemand aus dem Umfeld etwas vom Chaos in ihrer Wohnung merke. Drohe dann ihre Tarnung aufzuliegen, etwa durch den Besuch von Sozialarbeitern oder durch unangemeldete Handwerker, breche bei den

Be betroffenen Panik aus. Von außen glaubten viele, in einem Messie-Haushalt müsste man nur mal die Ärmel hochkrempeln, aufräumen, und dann sei alles wieder gut. „Das ist aber das Schlimmste, was man machen kann. Denn hinter der chaotischen Wohnung steckt häufig eine ganz schwere Form der Bindungsstörung durch traumatische Erlebnisse, Gewalt oder Missbrauch.“ Eine Aufräumaktion, mit der sie überrumpelt würden, würde nur dazu führen, dass sie sich noch mehr zurückzögen.

Überforderung Menschen, die unter dem Messie-Syndrom litten, hätten häufig einen sehr hohen Anspruch an sich selbst, sehr großen inneren Druck und das permanente Gefühl, sie müssten immer alles perfekt machen, so Fuchs weiter. Dadurch entstehe zwangsläufig ein hohes Maß an Überfor-

derung und häufig das Gefühl von Lähmung. „Das sind Prozesse, die oft über Jahre und Jahrzehnte andauern. Es wird niemand morgens wach und entscheidet, ich stelle mir jetzt meine Wohnung mit nutzlosen Gegenständen zu“, erklärt die Sozialarbeiterin. Dass man das Chaos den Menschen nach außen meist nicht ansieht, bestätigt sie. „Viele haben ja dieses Bild von Menschen, die in Müllhaufen leben, die dreckig sind und stinken. Aber das stimmt nicht“, so Fuchs. Messies hätten häufig sehr früh gelernt zu verdrängen, um zu funktionieren. Irgendwann breche das System jedoch zusammen. „Wir kommen meist dann ins Spiel, wenn die Kinder zum Beispiel in der Schule auffällig werden. Manchmal wenden sich die Familien auch direkt ans Jugendamt und bitten dort um Hilfe. Die beauftragen dann uns oder einen anderen freien Träger“, erklärt Fuchs. Die ersten Besuche in Messie-Wohnungen seien sehr stark geprägt durch die Scham der Betroffenen, aber auch durch Misstrauen. „Dann ist es wichtig, erst einmal Vertrauen zueinander aufzubauen. Das klappt am besten über Gespräche, zum Beispiel bei einer Tasse Kaffee“, sagt

Fuchs und lacht. Besonders schlimm sei die Situation für Eltern. „Die leiden sehr darunter, dass ihre Kinder so leben müssen. Häufig ist zwar das Kinderzimmer der einzige ordentliche Raum, aber die Eltern wissen schon, dass auch ihre Kinder leiden, weil sie niemanden mit nach Hause bringen können“, sagt die Sozialarbeiterin. Um Messies helfen zu können, brauche es zunächst eine Krankheitseinsicht der Betroffenen, anschließend sei eine psychologische Betreuung wichtig, glaubt Fuchs.

## Wo gibt es Hilfe?

Eine Messie-Therapie bietet zum Beispiel Veronika Schröter an. „Ich arbeite viel nonverbal, denn eine ganz herkömmliche Gesprächs-therapie reicht meist nicht aus, weil die Menschen so wenig Zugang zu dem haben, was sich dahinter verbirgt. Das ist meist ganz tief verdrängt“, erklärt sie. Das Ziel ihrer Arbeit sei es, über Bildgebung, Symbole oder gestalttherapeutische Methoden die Probleme und Traumata ins Bewusstsein zu bringen. „Es ist sehr schwierig, jemanden dazu zu bringen, über etwas zu sprechen, das seit langer Zeit verdrängt wurde.“ Die vollgestellten Wohnungen symbolisieren nach Ansicht der Messie-Therapeutin viel ungelebtes Leben, Trauer und Enttäuschung. Die Menschen müssten in einer Therapie lernen, dass sie ein Recht auf einen eigenen Willen hätten. Dazu würde sich Gruppenarbeit sehr gut anbieten. „Meine Erfolgsquote liegt bei 70 Prozent, dafür bin ich sehr dankbar“, sagt Schröter. Seit 15 Jahren ist sie als Messie-Therapeutin tätig.

## Wer ist betroffen?

Während Sozialarbeiterin Renate Fuchs die Erfahrung gemacht hat, dass mehr Frauen vom Messie-Syndrom betroffen sind, ist sich Veronika Schröter nicht so sicher. Es sehe zwar so aus, aber Männer würden sich eher scheuen, Hilfe zu suchen, deshalb falle es oft nicht so auf. „Außerdem ist es immer noch sehr oft so, dass die Frauen ihren Männern alles hinterherräumen. Da fällt es dann erst recht nicht auf, dass der Mann eigentlich ein Messie ist“, meint die Therapeutin. Sie rät Angehörigen in solchen Situationen, unbedingt Hilfe zu suchen, denn das Hinterherräumen sei nichts anderes als Ko-Abhängigkeit, und die helfe niemandem.

Mehr Informationen zur Messie-Therapie unter [www.veronika-schroeter.de](http://www.veronika-schroeter.de)

Hintergrundinformationen zu psychischen Erkrankungen unter [noz.de/gzw](http://noz.de/gzw)

**29,95 €**

## Zum Schulanfang

### ein ganz persönliches Geschenk!

Die Einschulung ist ein ganz besonderer Tag für Klein und Groß. Ein neuer Lebensabschnitt beginnt. Um den Schulanfang in guter Erinnerung zu behalten, ist diese Geschenkbox eine zauberhafte Idee. Sie enthält ein weißes T-Shirt (Einheitsgröße 128), das man wahlweise in helloranger oder grüner Farbe mit dem Namen des Kindes und dem Einschulungsjahr personalisieren lassen kann. Die Geschenkbox selbst erhält einen von Ihnen personalisierten Aufkleber mit einer Widmung. Weiterhin liegt der Box ein Bilderbuch „Wir kommen in die Schule“ mit spannenden Geschichten bei.

Die Geschenkbox zum Schulanfang können Sie einfach in der Geschäftsstelle Ihrer Tageszeitung personalisieren, bestellen und bezahlen. Danach wird Ihnen die Box ohne Berechnung zusätzlicher Versandkosten innerhalb von 7 Werktagen nach Hause geschickt. Keine Rückgabe-Option.

NEU OSNABRÜCKER  
OZ-ZEITUNG

Meller Kreisblatt

Wittlager Kreisblatt

Stamischer Nachrichten

Bersenbrücker Kreisblatt

LINGENER  
TAGESPOST

MEPPENER  
TAGESPOST

EMS-ZEITUNG

noz