

## **„Lieber das Chaos vor Augen sehen als das Chaos im Inneren spüren“**

*Wedigo von Wedel, Pädagoge und Geschäftsführer des Münchner H-Teams, ist einer der Pioniere in der deutschen Messie-Hilfe. Sein Team betreut jährlich rund 100 Messies im Münchner Stadtgebiet und betreibt die deutschlandweit einzige Messie-Hotline.*

**Von Katia Meyer-Tien. (Erschienen in der Mittelbayerischen Zeitung am 01.11.2020)**

### **Herr von Wedel, wie sind Sie auf die Idee gekommen, eine Messie-Hotline anzubieten?**

Wir machen mit dem H-Team im Stadtgebiet München seit 1990 aufsuchende Hilfe bei Menschen mit Wohnschwierigkeiten. Im Laufe der Jahre sind wir zu einem Spezialdienst geworden für aufsuchende Sozialarbeit, Vermeidung von Wohnungsverlust und Vermeidung unnötiger Heimunterbringung. Im Internetzeitalter sind wir dann weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannt geworden, dann kamen immer wieder Hilferufe von Angehörigen, Betroffenen, Vermietern und Nachbarn, aber auch von Kollegen der sozialen Arbeit und der Psychiatrie aus ganz Deutschland. Da haben wir gesagt: Es gibt offensichtlich Bedarf für eine Beratungshotline, wir probieren das aus. Und die Nachfrage war – und ist immer noch – deutlich höher als das, was wir leisten können. Zur Zeit bieten wir sechs Stunden telefonische Beratung an.

### **Wie verbreitet ist denn das Messie-Syndrom?**

Es ist ein Massenphänomen. Dass Wohnungen – aus Vermietersicht – so etwas wie ein Lager geworden sind, überfrachtet mit Bastelmaterial, mit Zeitungen, Büchern, Kleidung. Mit allem möglichen Krepel, sagen Außenstehende. Die Betroffenen sagen, das ist ihr Lebensinhalt, das sind wichtige Dinge. Wir betreuen pro Jahr etwa 100 Fälle allein im Stadtgebiet München, bei uns melden sich junge Menschen um die 20 bis hochbetagt über 90, die Geschlechter sind ungefähr ausgeglichen.

### **Und ein Großputz reicht hier nicht?**

Nein. Wir haben schnell gemerkt, dass, wenn man den Menschen dann alleine ließe, er in Windeseile in die alten Muster zurückfällt und mitunter die Personen sogar aktiv daran gearbeitet haben, um diesen alten chaotischen oder auch vermüllten Wohnungszustand wiederherzustellen. Was uns dazu veranlasst hat zu reflektieren: Wieso machen diese Menschen das? Und da haben wir mangels Literatur vieles selber entdecken und entwickeln müssen.

### **Was haben Sie dabei über Messies verstanden?**

Wir haben es hier mit Menschen zu tun, die sehr leistungsorientiert und auch leistungsfähig sind, und nicht selten in ihrem Beruf Karriere machen. Auffallend oft handelt es sich um mindestens durchschnittlich, in der Regel sogar überdurchschnittlich intelligente und in allen Fällen um überdurchschnittlich kreative Menschen. Dann ist aber auffallend: Die können das für andere. Aber wenn es darum geht, etwas für sich zu tun, dann sind sie blockiert. Nicht unwillig, sondern handlungsunfähig.

Das Messie-Syndrom als solches ist kein einzelnes, anerkanntes Krankheitsbild. Wir stellen immer wieder Grundzüge massiver chronischer Depressionen, Suchtstrukturen und auch Elemente von Angst- und Zwangsstörungen fest. Und zwar nicht entweder oder, sondern in der Regel alle diese Aspekte in unterschiedlichem Maße. Und ich sehe auch das, was in der Kinder- und Jugendpsychiatrie ein eigenständiges Krankheitsbild ist, eine Bindungsstörung.

Uns allen geht es so, wenn wir nach Hause kommen, dann kommen wir ein Stück zu uns. Das findet man schön, wenn man mit seinem Leben zufrieden ist. Bei den Personen ist es anders: Wenn die zu sich kommen, werden sie mit ihrem inneren Gefühlschaos konfrontiert. In den Biografien finden

wir häufig eine extrem rigide frühkindliche Erziehung im Sinne von: Wenn Du funktionierst, dann hat man Dich lieb. Aber nur dann. Und dazu kommt häufig noch eine handfeste Traumatisierung: Trennungserlebnissen in der frühen Kindheit, Tod, Verlassenheit, biographische Brüche, körperliche, psychische oder sexuelle Gewalt.

Es kann jemand viel können und wissen und sehr selbstbewusst erscheinen, aber im stillen Kämmerchen überhaupt keinen Selbstwert haben. Und viele Betroffene sagen mir: Genau so ist es. Ich fühle mich einen Dreck wert. Das ist ein emotionaler Zustand, der in meinen Augen kaum auszuhalten ist. Und der leichter im Alltag zu ertragen ist, wenn man die äußere Realität, die Privatsphäre Wohnung, ähnlich gestaltet. Lieber das Chaos vor Augen wahrnehmen, als das innere Chaos ständig spüren.

### **Wenn Sie sagen, die Wohnung spiegelt das Innenleben, und Sie kommen zum Aufräumen. Wie kann das funktionieren?**

Eines mal vorweg: Im Grund machen wir etwas, das fachlich gesehen höchst fragwürdig ist. Denn wir gehen an die Symptomatik einer schweren seelischen Störung, ohne dass wir qualifiziert sind, so etwas wie Therapie oder gar Heilung anbieten zu können. Wir sind Sozialarbeiter, keine Ärzte oder Therapeuten. Das ist vergleichbar mit einem schwer Suchtkranken, dem ist auch nicht geholfen, wenn man ihm den Schnaps wegnimmt. Da braucht es ganz andere Hilfen, um möglichst dauerhaft substanziell etwas zu verändern. Warum machen wir es trotzdem? Weil der drohende Wohnungsverlust eine wirklich handfeste schwere Krise mit schlimmen Folgen ist. Nur deshalb sind wir bereit, mit den Betroffenen an der Symptomatik zu arbeiten, ohne an die Ursachen ranzukommen. Gleichzeitig sehen wir natürlich auch, dass wenn wir eine gute Arbeitsbeziehung herstellen können, das den Weg ebnet, sich auch therapeutische Hilfe zu suchen. Wir versuchen in die Strukturen der Psychiatrieversorgung hinzuführen. Aber leider gibt es kaum Psychologen, die auf diese Störung spezialisiert sind.

### **Wie gehen Sie konkret vor?**

Erst einmal geht es darum, dass man sich in einem ausführlichen Erstgespräch vorstellt, die Methoden und Spielregeln erklärt, Vertrauen aufbaut. Und dann ist es wichtig, dass wir sehr schnell – und sei es kleinschrittig oder im Schneckentempo – ins Handeln kommen. Wir achten darauf, dass Personen die Veränderungen, die wir in den Wohnungen machen, innerlich mitgehen können. Am Anfang haben wir auch den Fehler gemacht, den viele Angehörige machen, wenn sie ihrer Oma helfen wollen: Dass man nur aufs Äußere schaut und denkt: Jetzt ist die Wohnung schön, jetzt muss sie sich doch daran erfreuen. Das Gegenteil ist der Fall: Die Menschen fühlen sich total überrumpelt, werden destabilisiert, vielleicht sogar retraumatisiert. Und fühlen wieder, dass sie nichts wert sind, dass andere über sie bestimmen. Da müssen wir sehr drauf achtgeben.

### **Was machen Sie, wenn die Wohnsituation befriedet ist und die Betroffenen von sich aus nichts weiter ändern wollen?**

Wenn keine Rechte Dritter mehr verletzt werden, dann ist es letztlich die Entscheidung der Person, ob und wie sie weitermacht. Das haben wir zu akzeptieren. Aber wir haben schon auch den Ehrgeiz, Lebensfreude zu wecken. Und den Mut, hier und da noch etwas zu verbessern. Der Wunsch, wieder Besuch zu empfangen ohne sich zu schämen, der ist oft ganz groß, das ist in vielerlei Hinsicht sehr gesund und heilsam. Wir wollen niemanden umerziehen in Richtung von ordnungsliebend. Die Wohnung darf ruhig „schräg“ sein, das kann ja auch Ausdruck sein davon, dass sie selbst eben auch ein bisschen schräg sind, und das kann ja auch als Bereicherung angesehen werden. Wir arbeiten so, dass immer die Wertschätzung für die Person mitschwingt. Und wenn eine Dame sich wieder traut, eine alte Freundin zu sich in die Küche einzuladen, auch wenn die Küche alles andere ist als normgerecht, weil sie weiß: Die besucht doch nicht meine

Küche, die besucht doch mich, dann ist das ein Riesenfortschritt.

**Die Bayerische Messie-Hotline ist dienstags von 9-12 Uhr und donnerstags von 15-18 Uhr unter der Nummer 089 550 64 890 erreichbar und bietet Unterstützung für Betroffene, Angehörige und beruflich Konfrontierte bundesweit.**

**Zur Finanzierung der Hotline ist das H-Team dringend auf Spenden angewiesen, unter <https://www.betterplace.org/de/projects/2007-hilfe-fuer-das-messie-hilfe-telefon>**