

# SWR2 Feature am Sonntag Brauch ich!

## Das Messiesyndrom

Von Dorothea Massmann

Sendung: Sonntag, 6. August 2017, 14.05 Uhr

Redaktion: Walter Filz

Regie: Günter Maurer

Produktion: SWR 2013

---

### Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

---

### Service:

SWR2 Feature am Sonntag können Sie auch als Live-Stream hören im **SWR2 Webradio** unter [www.swr2.de](http://www.swr2.de) oder als **Podcast** nachhören:  
<http://www1.swr.de/podcast/xml/swr2/feature.xml>

---

### Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert. Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder [swr2.de](http://swr2.de)

OT 1 Janice (Atmo/räumt auf)

„Hier haben wir auch noch ein paar mehr von den Schlüsselbändern, die lieb ich ja auch, die geb ich nicht her, kann ich auch schon ‘nen Handel mit aufmachen....“

*(eventuell Atmo (= „OT Janice beim Aufräumen komplett“) mit Aufräumgeräuschen weiter unter den O-Tönen liegen lassen)*

OT Sparschuh

„Man muss ja nur mal einen kleinen Moment nicht aufpassen, schon wird immer mehr in die Wohnung gedrückt und macht uns, ohne zu wollen, zu Jägern und Sammlern.“

OT 2 Christine

„...na ja ich konnte halt nichts wegwerfen oder nur wenig, und es wurde chaotischer...“

OT 3 Conrad

“Dann sind alle diese Dinge plötzlich lebendig – auf gewisse Art. Also die gewinnen dann einen ganz eigenen Wert...”

OT 4 Janice

„Wenn man etwas weggeben soll, dann ist es wirklich so, als ob man sich von einem Menschen trennt...“

OT 5 Christine

„...und dieses Chaos ist schon ein Syndrom, aber es ist nur ein Teil der Problematik, und das andere sieht man halt nicht so, also man sieht uns das ja so gut wie nie an.“

S 3 (Titel)

Brauch ich. Das Messie-Syndrom. Ein Feature von Dorothea Massmann

OT 6 Conrad

“...ein Horror... mein Portemonnaie....das macht mich fertig...Scheisse! ...da verlier ich dann schon mal die Kontrolle.... Ach da ist es. Ja hier guck mal...Ganz schön viel Geld drin! .. ich weiß nicht, wie viel Geld ich schon verloren hab...”

OT 7 Janice

„...jetzt will ich in Urlaub fahren und irgendwie ist die Sonnenbrille verschwunden und der Fotoapparat ist weg und der Hunderausweis ist noch weg, der europäische Hundepass, der ist ja auch notwendig...“

S 3 Sie suchen häufiger nach Ihrer Geldbörse, verlegen Schlüssel oder Papiere? Vielleicht haben Sie einfach im Moment zu viel um die Ohren. Sie lassen in letzter Zeit vieles halb- oder unerledigt liegen? Zum Glück schaffen Sie es meist doch noch auf den letzten Drücker. Vielleicht brauchen Sie einfach mal mehr Zeit...

## OT 8 Christine

„...es war zwar unordentlich, aber es war nicht dieses Ausmass wie jetzt, das hat sich allmählich so gesteigert sag ich mal...“

## OT 9 Janice

„...wenn man das mit diesen falschen Bildern aus dem Fernsehen vergleicht, dann glaub ich schon einigen, wenn sie sagen, ‚ich hab das Messie-Syndrom nicht‘, aber dass es manchmal mit einem unordentlichen Schreibtisch anfängt, auf diese Idee kommen die Menschen natürlich gar nicht...“

S 3 Sie haben Probleme mit dem Aufräumen? Vielleicht sammeln Sie ja. Briefmarken, Bierdeckel, Zuckerstücke, Feuerzeuge. Vielleicht sammeln Sie einfach *alles*. Könnte man es eher „horten“ nennen?

S 1 „...Ich fühl mich von allem überfordert und kämpfe mal wieder gegen eine unermessliche Erschöpfung...“

S 2 Eintrag ohne Datum im Tagebuch von Katrin B., zurückgelassen in ihrer letzten - zwangsgeräumten - Wohnung, unter Bergen von schmutzigen Kleidungsstücken, leeren Pfandflaschen, Briefen, unbezahlten Rechnungen, vergammelten Lebensmittelresten, verkrustetem Geschirr...

S 1 “Liebe Margret, nun sind die Stricke alle auf einmal gerissen, ich befinde mich im freien Fall...kennst du den Satz von Jean Paul: 'Ich falle ganz langsam an mir vorbei' ...?”

## OT 10 Conrad

“Ja, ich hab ‘ne Menge aufgehoben, sicher...diese Dinge kommen meist in Ablagen, die man nicht so schnell wiederfindet (lacht)...das ist irgendwie typisch...”

S 2 Conrad Clark, 48 Jahre, Maschinenbauer mit abgebrochenem Germanistikstudium. Er lebt auf dem Land, im Moment von Gelegenheitsjobs.

## OT 10 extra Conrad

„Die Dinge werden angebetet. Das ist sehr, sehr traurig, und ich glaube, ich suche da Wege, das zu ändern...“

S 2 In seiner Wohnung häufen sich kaputte Möbel und Elektrogeräte, Toaster, Staubsauger, PCs. Dinge, die er irgendwann reparieren will.

## OT 11 Conrad

“...Ich tu die Arbeit anderer Leute, was andere nicht wollen. Die meisten denken, wenn alles eingestampft und verbrannt wird, dann sei die ganze Sache erledigt und gegessen...weil sie sich ja nicht wirklich der Dinge bemächtigen. Sie konsumieren die nur. Ich erledige das dann und bemächtige mich der Dinge...”

S 2 Ersatzteile, Werkzeuge, Kabel...

OT 12 Conrad

„Die Kabel (lachend) ich kann das schwer beschreiben...es sind sehr viele Kabel und der Grossteil der Kabel steht unter Strom. Also ich warne davor, da rein zufassen...“

OT 13 Conrad (inkl. Frage der Autorin)

“Siehst Du Dich als Messie?”

(lange Pause) “Ja. Also ich glaub wohl. Ich ahne, dass ich ein Messie bin.”

OT 14 Janice

„Ja ich bin Janice Pinnow und wissend betroffen vom Messiesyndrom seit 1998. Und hab Selbsthilfegruppen gegründet und bin Vorsitzende vom Landesverband der Messies im norddeutschen Raum und war stellvertretende Vorsitzende vom Verein in Nordrhein-Westfalen.“

S 2 Janice hat zwei heranwachsende Kinder. Die leben beim Vater. Sie sieht sie nicht mehr oft. Janice ist Mitte vierzig und Frührentnerin: chronische Schmerzen, Bluthochdruck, Depressionen, Angstzustände, verschiedene psychische und körperliche Störungen gleichzeitig.

OT 15 Janice

„Und da hat jeder so seine eigenen Bewältigungsmechanismen gebildet. Die einen haben ein Messie-Syndrom...Der andere hat nur Essstörungen oder nur Alkoholismus als einzige Sucht - das empfinde ich, so blöd es klingt, als einfache Erkrankungen, denn wir Messies (Telefonklingeln drunter) haben ja Ängste, Depressionen, haben Süchte, und das ist sehr vielschichtig, sehr komplex. (Klingeln frei)...Jetzt muss ich wohl mal ans Telefon gehen, einmal Beratung. ..“

S 2 Nach dem Suizid des Vaters stützte Janice die Familie, fühlte sich für alles verantwortlich. Bis sie nicht mehr konnte, zusammenbrach und zu trinken begann. Vom Alkohol ist sie inzwischen los und vor kurzem sogar mit einem neuen Partner zusammengezogen.

Im Wohnzimmer stapeln sich Umzugskartons, auf Tischen, Regalen. Und auf dem Boden türmen sich afrikanische Trommeln, Teddies, Bücher, Zeitschriften, Akten, Papiere, Kleinkram.

OT 16 Janice

(Streichholzschachtel wird geschüttelt)“... ja Streichhölzer, das ist auch schön, die fang ich jetzt auch an zusammenzutragen, da hab ich nämlich unten im Wohnzimmerschrank meine ganzen Kerzen, aber ich hab mir jetzt vorgenommen, das sind vier oder fünf Bananenkartons mit Kerzen, dass die mal aufgebraucht werden und ich keine neuen kaufe!“

S 2 Die Wohnung ist unordentlich, aber nicht vermüllt oder verschmutzt. Janice schiebt ein paar Sachen vom Sofa und stellt Kaffeebecher auf eine freie Tischecke. Eine Freundin ist zu Besuch.

OT 17 Christine

„Ich bin Christine Dannenberg, und – ich muss mal zurückdenken, ich glaub, ich weiss es so seit fünfzehn Jahren, dass ich Messie bin...“

S 2 Eine zierliche Frau Anfang fünfzig, ausgebildete Erzieherin, auch sie schon in Frührente. Vor zehn Jahren haben sich die beiden Frauen auf einem Messie-Kongress kennengelernt.

OT 18 Christine

„Also ich hab's gemerkt, weil meine Unordnung schlimmer wurde und ich damit nicht mehr zurecht kam und merkte, ich kann nicht aufräumen, ich schaffe das nicht, etwas weg zu schmeißen...“

OT 19 Janice

„...Selbst als ich für meinen neuen Partner im Kleiderschrank Platz gemacht habe, weil ich wollte ja, dass er zu mir zieht, bin ich fast zusammengebrochen vor dem Kleiderschrank, obwohl ich meine Sachen nicht weggeworfen hab, sondern nur Platz gemacht und für meine Sachen einen neuen Platz finden musste, aber das hat mich emotional derart belastet und runtergezogen, dass das schwierige Ausmaße bekam.“

OT 20 Christine

„Ich merk nur wenn ich etwas wegschmeissen will, dann kommen mir sofort Gedanken, was ich damit machen könnte, das können Plastik- oder Jogurtbecher sein, und dann kommt ‚das kann ich ja nochmal benutzen, das ist ja nicht kaputt‘. Das ist ja auch Plastikmüll...wenn ich die aber benutze, vermindere ich ja den Müll oder verhindere mehr Müll...“

OT Sparschuh

„Jens Sparschuh, Jahrgang 55, Beruf – tu ich mich schwer – ich sag gern Übersetzer, ich bin eigentlich Schriftsteller, so steht es wohl auch in den Papieren, aber ich versuche, meine etwas unordentlichen Gedanken in ziemlich ordentliche Bücher zu übersetzen...ja, das ist der Wahn, dem ich z.B. hinterherjage...“

OT Sparschuh

„...und jetzt hab ich ein Buch geschrieben das eigentlich Roman als Genrebezeichnung hat, aber es könnte durchaus auch in einer Sachbuchecke landen...und da geraten wir in so einer *Self Storage* Anlage, wie sie am Rande unserer Städte gehäuft auftauchen, in ganz existenzielle Fragestellungen, dort lagert man Sachen für eine gewisse Zeit aus, die man nicht braucht für länger oder überhaupt nicht mehr, und plötzlich taucht im Spiegelbild die entsetzliche Frage auf: WAS BRAUCHT MAN EIGENTLICH WIRKLICH?“

OT 21 Conrad

“...das ganze Gerümpel ist Zeug, was ganz oben auf der Liste steht der Erledigungen, das ist alles das, was ich als erstes abarbeiten muss.”  
 “Wegschmeißen?” (entschieden) “Nee!!”

OT Sparschuh

„Und Schritt für Schritt und Seite für Seite bekommen wir damit, dass wir uns zunehmend mit Kram und Müll umgeben, der unsere freie Bewegung in der Gesellschaft, aber auch im privaten Raum fast unmöglich macht.“

OT 22 Janice

....(Atmo, räumt auf)...“Was ist das hier? Das ist irgendwas zum Befestigen...ach!, das ist ja wohl nicht wahr, das ist die Katzenleine, die ich jemandem versprochen hab, die hab ich auch lange gesucht...aber da kann ich jetzt auch nichts mehr mit anfangen...”

OT Sparschuh

„Mein Verhältnis zur Ordnung ist sehr speziell. Das ist so, dass wenn ich mich mal umgucken würde mit fremden Augen, sagen würde: Hallo, hier sieht es nicht ganz so ordentlich aus wie man sich das vielleicht vorstellen mag...”

OT 23 Conrad

” ....manche Dinge sind da und ich weiss, die Chance ist relativ gering, dass ich die verwende, aber es ist einfach toll, sie parat zu haben!”

OT 24 Janice

„Ja emotional geben die einem Halt und vielleicht auch ‘ne Nestwärme...”

OT 25 Conrad

„Die Dinge fallen mir nicht so leicht in den Rücken...”.

OT 26 Janice

„...das sind im Prinzip auch meine Worte, dass die Dinge nicht sind wie Menschen, d.h. sie bleiben bei einem, sie nehmen einen so an wie man ist und sie geben eben auch Sicherheit, weil sie da sind und da bleiben...”

OT 27 Conrad

“...das ist ein Vermögen, mit den Dingen umzugehen und viele Dinge zu dirigieren...Das ist schon was, das fühlt sich gut an. Wenn du eine gewisse Komplexität beherrscht, dann bist du auch jemand.”

OT 28 Christine

„... aber so ein Schutz ist irgendwann auch ein Gefängnis...”

S 2 Briefe an Kathrin B. Briefe von Kathrin B. – Zurückgelassen in Ihrer letzten Wohnung

S 1 Katrin, das Maß ist voll. Am Samstag habe ich wieder auf dich gewartet, du bist weder erschienen noch hast du dich gemeldet...es reicht! Was bildest du dir ein?!

S1 Hallo Lukas, habe gestern deinen Brief erhalten. Was soll ich sagen.... Du hast nie stark genug gezogen, um mich in deine Richtung zu bewegen oder gar zu halten. Wenn ich glaube, mich mit weniger begnügen zu können, werde ich mich mit dir in Verbindung setzen.... streu ab jetzt bitte kein Salz mehr in meine Wunden...

S 1 ... einen Menschen, den man liebt, nicht an sich heranzulassen, ihm dazu ständig seine Unzulänglichkeiten vorzuhalten, das macht einsam. Es treibt

die Menschen nicht nur weg von dir, sondern ist auch selbstzerstörerisch.  
Katrin, leb wohl!...

S 1 ...nicht einmal beim Abschied sind wir uns begegnet...

OT 29 Conrad

“Ich hatte ein Problem und mein Kopf ist mir fast zerbrochen vor Schmerz, und ich sah überhaupt keinen Weg, mit Menschen diese Sache zu lösen, und da waren die Dinge, das war dann einfacher.”

S 2 Ehekrise, Scheidung. Conrads Frau zog mit den gemeinsamen Kindern in die Stadt.

OT 30 Conrad

„Es gab eine Krise und ich glaube, ich hab die Dinge dann auch benutzt als Schutz, also dass ich mich dann lieber mit den Dingen auseinandergesetzt habe als mit meiner Partnerin...“

S 1 “Ihre Mandantin Katrin B. wird hiermit aufgefordert, die Wohnungsschlüssel herauszugeben...Ferner herrscht in der Wohnung nach Auskunft der Eigentümer ‚ein höllischer Gestank‘. Ob dieser Gestank auf verschiedene Wäscheberge, Kisten und den Inhalt diverser gelber Säcke zurückzuführen ist, die sich noch in der Wohnung befinden, oder ob es hierfür möglicherweise noch gravierendere Ursachen gibt, entzieht sich unserer Kenntnis...”

S 2 Anwaltsschreiben, Mahnungen und Gerichtsbescheide – die meisten hat Kathrin B. nie geöffnet. Und ihre Antwortbriefe nie abgeschickt.

S 1 Warum kompromittieren Sie mich mit der Zwangsräumung derart, dass mein letztes Fallnetz reißt und ich mich verheddern muss? Sie sind doch über meine soziale und finanzielle Situation informiert und wissen selbst, dass bei mir in absehbarer Zukunft kein Geld zu holen ist! Für einen weiteren Umzug fehlen mir Geld und Kraft, die Kraft zum Leben fehlt mir schon eine ganze Weile...

S 1 Hab mich mit vierzehn schon gefragt, ob das Leben eigentlich der Mühe lohnt.

S 2 Die Geschichte von Katrin B. reicht offenbar weit zurück. Tagebucheinträge, Briefe der Eltern ins Internat, Bewerbungsschreiben, Schreiben von Arbeitgebern...

S 1 .....Verpflichtung? Meine einzige Verpflichtung ist es, mit diesem Leben fertig zu werden. Wie kann ein Lehrer da verlangen, dass ich mich auf den Unterricht konzentriere?!”

S 1 Katrin, gestern haben wir erfahren, dass du schon wieder den Unterricht schwänztst...Wie oft willst du noch die Klasse wiederholen...? Ein weiterer Schulwechsel kommt nicht in Frage...

S 1 Liebe Katrin...dass du dich jetzt den Gegebenheiten fügen und dein Abitur endlich geschafft hast, ist zwar gut. Nur leider kommt dieser Schritt nicht aus einer inneren Einsicht, sondern durch Druck und die Einschaltung offizieller Stellen zustande...

S 1 ...Gestern schon wieder heftiger Streit zu Hause. Sie wollen nicht verstehen, dass die Philologie nichts für mich ist: interessant, aber viel zu praxisfern. Ich habe mich entschieden: ich werde Schauspielerin....

S 1 Sehr geehrte Damen und Herren,  
...Zunächst stürzte ich mich auf die Schauspielerei, später erfuhr ich vom Studiengang Sprecherziehung – leider fiel ich durch beide Aufnahmeprüfungen. Der Grund war eine falsche Atemtechnik. Mir wurde klar, dass sie durch meine Angst und Unsicherheit ausgelöst wurde, schliesslich besteht nicht eben zufällig eine Wortverwandschaft zwischen „Stimme“ und „Stimmung“. Also habe ich beschlossen, meine Stimme zu meinem Thema zu machen und bemühe mich um eine Logopädieausbildung in Ihrem Hause...“

S 1 Katrin, wir werden deine Miete nicht länger bezahlen. Mutti und ich kommen selbst kaum hin, und Du könntest schliesslich etwas dazu verdienen. Stattdessen schmeisst du auch noch die paar Stunden Arbeit im Kindergarten hin.... Dass du deine Logopädieausbildung abgebrochen hast, können wir erst recht nicht verstehen...Katrin, warum?! Wir mussten doch nach dem Krieg auch hart arbeiten!...

S 1 Es geht um ein Arbeitsverhältnis, wenn Sie so wollen um bezahlte Beständigkeit. Bei Ihnen scheinen dagegen die Ausnahmesituationen die Regel zu sein. Wenn Sie nicht können oder nicht wollen, dann ist das Ihre Entscheidung und wir werden uns anderswo umsehen müssen....

OT 31 Janice

„Die Beziehung zu meinen Eltern: distanziert, kalt, ich fand auch verständnislos, also ich durfte keine Widerreden haben, musste so funktionieren, wie sich das meine Mutter vorgestellt hat ...

„Wie es sich gehört?“

„Ja, wie es sich gehört, wir hatten ja auch Unternehmen, und wenn ich vor die Tür gegangen bin, musste ich mich entsprechend verhalten, ich durfte dieses oder jenes oder welches nicht, es gab ganz viele Reglementierungen und es gab auch Strafe, wenn ich das nicht eingehalten hab.“

S 1 Katrin, Deine Anschuldigungen gegen uns haben keinen Zweck. Deine Misere hast du dir selbst zuzuschreiben. Mutti und ich tun für dich nur unsere Pflicht, dein Trotz, dein Nörgeln und dein Geschreie helfen dir nicht. Wir meinen es doch nur gut mit dir, wir wollen, dass aus dir ein tüchtiger und ordentlicher Mensch wird...

S 1 Warum fragen sie mich eigentlich nie, wie ich mich fühle? Was *ich* will?

OT 32 Janice

„...es ist nie genug was ich leiste, egal was ich leiste, es wird nie genug sein!“



S 1 ...Sie sagen, sie meinen es gut mit mir – warum machen sie mich dann schlecht? ...Könnte ich doch all das in mir Brodelnde und Brennende ausspeien wie ein Vulkan...

OT 33 Janice

„Das Selbstwertgefühl emotional im Privatleben ist ziemlich weit unten, das ist dann auch schwierig, dass ich mich oder auch andere sich anerkennen, was sie geleistet haben im Leben, auch beruflich geleistet haben, aber es ist ja bei mir so: wenn ich die Präsidentin von Amerika wäre, ich würd' es mir trotzdem nicht anerkennen, ich würd auch nicht anerkennen, wenn ich die erste wäre, die zum Mond fliegt oder so, das funktioniert nicht, ich hab's dann vom Verstand her in Erinnerung, aber die Anerkennung, der Selbstwert, das ist dann einfach nicht da.“

S 1 Meine Mutter erstickt meine Seele, ohne zu merken, was sie tut. Ich aber muss danach weiterleben...

OT 34 Janice

„Ich bin da zwar immer noch auf der Suche, aber heute weiß ich vom Verstand her zumindest, dass ich es nicht mehr von meiner Mutter erwarten kann, und im Prinzip auch die ganzen Jahre nicht erwarten konnte, emotional kann ich das ganz schlecht umsetzen, muss mich aber von dem Gedanken, die Anerkennung von meiner Mutter irgendwann zu bekommen, verabschieden.“

S 1 .... Katrin, wenn du meinst, mir das Leben zur Hölle machen zu müssen, tust du mir leid! Um mich zu retten sehe ich keinen anderen Weg als mich von dir zu trennen - seelisch, so weh es tut. Du kannst von mir aus ab heute tun und lassen was du willst, aber solange du dein Verhalten nicht änderst, betrachte mich bitte als Luft. Trotzdem wünsche ich dir, dass du das Beste aus deinem Leben machst, ich tue es auch.... Deine Mutter”

S 1 Liebste Freundin, jetzt ist es passiert: sie haben mich abgeschoben ins Internat, so weit weg, dass ich nicht mal am Wochenende nach Hause kann....Die Kindheit ist das einzige Paradies, aus dem wir – laut Jean Paul - nicht vertrieben werden können. Also noch nicht einmal das...

OT Sparschuh

„Ordnungssysteme geben uns ja in dieser Welt auch Halt, also die Armee z.B. ist ein so chaotischer Haufen von lauter Männern und Jugendlichen, die da unter irgendeiner Schnapsidee zusammengetrommelt werden und da bekommt ja das Ordnungsprinzip geradezu übermächtige Züge. Ich hab das erlebt, wir saßen irgendwo fern in der Pampa, da war echt Sibirien um uns herum, nichts weiter, und unser Feldwebel schritt 50 Meter vor uns in Richtung irgendwohin, ging in die Knie und peilte an, ob in dieser Mondlandschaft die vier Zelte in einer Reihe stünden. Das zeigt ja auch, wie nah Wahn und Ordnung beieinander liegen.“

OT 35 Christine

„Also ich bin nicht so erzogen worden, ich hab nicht so 'ne Reglementierung erfahren, nur bin ich als Baby und Kleinkind weggegeben worden zu fremden

Leuten...also musste ich Bezugspersonen wechseln, ich wusste nie, wo ich hinkomme...Meine Strategie damals war, dass ich nicht auffällig wurde, ich war nicht wütend, nicht verängstigt, ich war ein ganz niedliches angenehmes Kind, meine Strategie war, dass ich mich so angenehm mache, dass niemand auf die Idee kommt, mich weggeben zu wollen...und meine Unsicherheit wurde halt immer grösser. Allerdings kann ich schon persönliche Beziehungen aufbauen, und dann wird das allmählich besser, aber sonst bin ich doch sehr störrisch sag ich mal, Blickkontakt fällt mir oft schwer...“

OT 36 Conrad

“...in der Familie hatte ich nicht viel Glück, glaub ich. Da gab's so'n paar lichte Momente, aber das war schwierig, als jüngstes Kind sich mehr oder weniger am Rand wiederzufinden.... Tja. Ich bin vielleicht nicht das Montagsmodell, aber das Ende vom Sonntag (lacht)...”

S 2 Conrad Clark ist das jüngste von drei Kindern, die in kurzen Abständen hintereinander geboren werden. Die Eltern sind überfordert und lassen sich scheiden, die Kinder bleiben tagsüber oft sich selbst überlassen. Die berufstätige Mutter ist viel außer Haus, manchmal bis zum nächsten Morgen

OT 37 Conrad

“...das war oft, dass ich mich da außen vor fühlte, dass ich da schon das Gefühl hatte, diese Ordnung ist irgendwie gestört...”

S 2 Schließlich kommt Conrad zur Grosstante...

OT 38 Conrad

“ ...Und ich erinnere mich daran, an dieses Gefühl...(Pause) angeschissen zu sein irgendwo. Und dass dieses Gefühl vielleicht dann – von außen betrachtet - einen abgestumpft erscheinen lässt. Also, dass mich bestimmte Dinge einfach nicht stören, die von außen dann als Vernachlässigung interpretiert oder empfunden werden, und ich mir einfach sag 'ja wieso!...'”

OT 39 Christine

„ ...ich weiß noch ich hatte mal 'ne Katze, die ganz krank wurde, und da hab ich für sie angefangen Platz zu machen. Für sie, für mich hätt ich das niemals gemacht!“

OT Sparschuh

„Der Satz „Das könnte man ja vielleicht nochmal brauchen“ ist für mich insofern ein Leitsatz - wenn ich einen Roman schreibe, und ich bin dafür bekannt, dass ich gern viel wegstreiche, ist das, was ich wegstreiche, nicht gleich weggeschmissen...Neuerdings gibt es Speichermedien, und ich hab durchaus ein paar Ordner in meinem Computer, da sind Reste drin, da nehmen sie nicht viel Platz weg, aber wenn ich einen wirklich hinreißenden Sonnenaufgang beschrieben habe, dann muss ja dieser Sonnenuntergang nicht für immer weg sein, Dann liegt der auf dieser Halde, und wenn ich durch die langen virtuellen Flure dieser unendlich großen Abstellkammer schreite, dann komm ich beim Regal S an, da steht ‚Sonnenuntergänge‘, dann muss ich einfach nur rausziehen und finde einen wunderbaren Sonnenuntergang, den ich dann

vielleicht in einem anderen Buch gebrauchen kann, und dann ist vielleicht wieder nichts und er muss wieder ins Regal, bis ich ihn mal erlöse und er in einem Buch Auferstehung feiert, oder er war dann doch nicht so schön. Dann muss er da immer liegen bleiben...“

OT 40 /Atmo Janice (räumt auf)

„...hier sind Lufthansabestecke...die hab ich extra gesammelt, weil ich gedacht hab, wenn ich mal welche brauche, dann hab ich welche...na ja, vielleicht leg ich sie mir erst mal ins Auto, wenn wir mal wieder unterwegs sind, dann haben wir das dabei (ironisch) ....“

OT 41 Conrad

„Hier ist auch vieles, das ist noch in den Originalkartons (lacht) - so in die Wohnung gekommen, niemals ausgepackt, das gibt's auch...“

OT 42 Janice

„Ja ich leide schon unter meinem Chaos, ich empfinde das als nicht richtig, ich hätte gern einen ordentlichen Wohnzimmertisch. Er wird auch immer wieder zwischendurch aufgeräumt und ordentlich sein, es ist aber wie von Geisterhand, dass es binnen kurzer Zeit wieder chaotisch aussieht auf dem Wohnzimmertisch, oder dass ich Wäsche aufgehängt habe, die ist getrocknet, die nehm ich dann auch noch ab, das passiert meistens noch, und dann ist sie in irgendeinem Wäschekorb, entweder im Wohnzimmer oder tatsächlich im Schlafzimmer, aber eben noch vor dem Schrank und nicht in den Schrank gepackt, und irgendwann sind dann fünf Wäschekörbe mit Klamotten vor dem Schrank, so dass man den Schrank auch nicht mehr aufkriegt, weil die Körbe davorstehen.“

OT Sparschuh

„Es gibt doch in der Kybernetik den Begriff der Entropie, das ist der Begriff, der zeigt, am wahrscheinlichsten ist die Unordnung. Wenn ich jetzt eine Büchse hab mit 5 schwarzen und 5 weißen Kugeln und schüttele die durcheinander, dann ist es der unwahrscheinlichste Fall, dass die am Ende geordnet liegen, die schwarzen unten und die weißen oben, sie werden völlig durchmischt daliegen. Der Zustand der Unordnung hat also die größte Wahrscheinlichkeit.“

OT 43 Christine

„...das geht mir gefühlsmäßig auch so, dass ich denk: das wächst wie von selbst, obwohl ich natürlich weiß, dass ich das selber mache, aber das Erleben ist so: die Berge wachsen, und ich kann da eigentlich gar nichts dran machen.“  
S 3 Fühlen Sie sich manchmal wie vom Chaos erschlagen? Fällt es Ihnen schwer, zwischen Wichtigem und Unwichtigem zu unterscheiden?

OT 44 Christine

„...ich verliere dann den Blick für die Priorität, das kommt dann auch noch dazu: alles ist wichtig, die kleine Nusschale ist genauso wichtig vom Gefühl her wie 'ne ganz wertvolle Vase oder so. Und das ist etwas, was uns allen gemeinsam ist: dass man da immer einen Wert drinsieht, den es eigentlich auch hat, aber die Nichtmessies können da unterscheiden und sagen: das hat für mich jetzt gar keinen Wert, das ist Ballast und den schmeiß ich weg. Es ist für mich

schwierig, mich zu entscheiden, bei Gegenständen und auch bei nichtmateriellen Entscheidungen‘...“

OT Sparschuh

„Wir werden ja gar nicht wirklich vor die Alternative gestellt, Ordnung zu machen. Wenn man in der Mathematik oder Logik Ordnung schafft, dann gibt's das Zeichen grösser, kleiner oder gleich, und man kann Zahlen und Mengen wunderbar ordnen. Wir aber werden überfallartig mit Dingen konfrontiert, die sich in unser Leben einschleichen, die per Werbung ins Haus kommen, die, wenn man das Emailfach aufmacht, auf uns reinprasseln, und wir haben gar nicht mehr die reale Chance, zu unterscheiden, ist das mehr oder weniger wichtig, denn die moderne Technik erlaubt ziemlich gnaden- und umstandslos, uns mit allem möglichen Kram unterschiedslos zu traktieren, so dass wir gar nicht mehr entscheiden können: wichtig oder nicht, es ist alles gleich unwichtig. Und dann gibt man irgendwann auf...“

OT 45 Janice

„...und ich denk, das hängt auch mit der Selbstsicherheit zusammen, die wir so nicht haben...“

OT 46 Christine

„Man kann was ganz Banales nehmen, also ich kaufe etwas oder stehe vor etwas, 'soll ich jetzt das nehmen oder das', soll ich meinetwegen die rosa Shampooflasche nehmen oder die hellblaue, und dann möchte ich am liebsten alle kaufen, weil eben *alles* attraktiv ist, beide Seiten oder drei Seiten oder wie viele es auch immer sein mögen.“

OT 47 Janice

„Ich hab dieselben Probleme wie Christine, bloß ich kauf dann die Dosen, weil ich ein bisschen mehr Geld zur Verfügung hab, aber das führt dann dazu, dass ich an Kosmetika sehr viele Dinge habe, und das ist mir beim Umzug aufgefallen, dass ich ziemlich viele Duschgels habe, alle, die mir mal vom Geruch gefielen hab ich dann gekauft, wenn sie im Angebot waren dann eben fünf Packungen davon, und ich weiß nicht wie viele Flaschen Duschzeug ich da stehen hab, ich glaub so um die dreißig...“

OT Sparschuh

„...das ist ja der Wahnsinn, wenn man sich da auf die Ebene des Werbefernsehens begibt, was man da alles brauchen können müsste...“

OT Sparschuh

„Eine Überflusgesellschaft ist auch eine Wegwerfgesellschaft, das funktioniert ja nur dann, wenn unter so sinnigen Sprüchen ‚alles muss raus‘ das gesamte Ladeninventar verschleudert wird, und das wechselt dann die Sachen ab, die vor 5 Jahren raus mussten. Das ist so eine sich irrsinnig schnell drehende Spirale, da kann man schon den Überblick verlieren, ich erinnere mich, mein Grossvater war Tischler, und die Möbel, die wir hier haben, sind alle noch von ihm gebaut...“

OT 48 Conrad

„Es gibt ja zwei Identitäten, einmal das Hadern mit dieser Sammelei, und dann die äußere Identität in der Gesellschaft, da weiß man, wenn man zu Hause total die Kontrolle verlieren würde, dann ist es auch aus mit der gesellschaftlichen Existenz, das ist auch durchaus eine Spannung, die einen wie soll ich sagen...‘  
 ‚Stresst?‘

‚Stresst, ja. Stresst weil man weiss, ‘wenn die wüssten’, dann (lachend) wäre ich geliefert, also das hat schon etwas Konspiratives, man weiß schon, dass man da was macht, was erst mal sofort als pathologisch betrachtet und nicht akzeptiert wird.“

OT 49 Janice

„Und wenn sich der Schornsteinfeger oder Heizungsableser ansagt, das ist bei Messies immer der schlimmste Notfall aller Zeiten...“

OT 50 Conrad

„Natürlich, ich schäme mich - regelmässig...“

OT 51 Christine

„... es geht ja immer darum, wenn jemand zu mir kommt, dass mir dann klar ist: der denkt jetzt wahrscheinlich ‚Oh Gott, wie sieht das denn hier aus‘ und ‚wie kann man nur so leben‘ und so.“

OT 52 Janice

„Vorher war das so, dass ich keinen rein gelassen hab, dass ich gesagt hab ‚ich muss duschen, ich hab ´nen Arzttermin, ich hab keine Zeit‘, irgendwas fiel mir immer ein.“

OT 53 Janice

„Ja das waren so Aktionen wenn meine Mutter sich angesagt hatte oder Besuch generell, dann war auch angesagt zwei Tage vorher putzen, tarnen, die Dinge vom Wohnzimmer schnell ins Schlafzimmer, das Schlafzimmer abschließen damit keiner ran kann, und der Rest der Wohnung sah ordentlich aus, dann, nach zwei Tagen ordentlich aufräumen. Das war aber viel Kraft, die ich verbraucht hab, und wenn der Besuch da war, war ich meistens schlechter Laune, weil ich von den zwei Tagen zuvor völlig kaputt war, irgendwie auch sauer war, dass ich das alles aufgeräumt und sauber gemacht hab, und als sie weg waren, musste ich wieder alles aus dem Schlafzimmer holen, also es war nicht einfach!“

OT 54 Conrad

„also mir ist die ganze Geschichte schon recht bewusst glaube ich... Vielleicht auch ein bisschen zu sehr manchmal, eher zu sehr, (lachend) ich schäm mich zu sehr manchmal...“

‚Warum machst du dann nicht sauber und räumst auf?‘

‚Ja, die liegt nahe die Frage, ich meine, warum nicht‘...“

OT Sparschuh

„Ordnung kappt Möglichkeiten. Wenn eine bestimmte Struktur vorgegeben ist, sind alle anderen Strukturen, die eventuell auch möglich wären, damit

ausgeschlossen, und so ist es zeitlebens ein ewiger Kampf zwischen dem Ordnung machen und schaffen, das sind ja aktive Verben, und dem Naturzustand, wo es diese Ordnung nicht braucht und nicht hat, und deswegen verfolgt uns das Thema von A bis Z durch's ganze Leben, wie mit neuen Ordnungs- und Strukturanforderungen umzugehen ist.“

OT 55 Christine

„Ich hatte eine Freundin die sich tatsächlich distanziert hat, weil die damit nicht zurechtkam, die hat echt gedacht, ich müsste es doch einfach mal anpacken, aber das KONNTE ICH NICHT, und dass ich das nicht konnte hat sie nicht verstanden.“

OT 56 Janice

„Wenn man das vergleicht mit 'nem Alkoholiker, der trinkt was, dann geht's ihm gut, dann kriegt er Entzugserscheinungen, eine schlechte Phase bis er dann wieder was trinkt. Aber der vom Messiesyndrom Betroffene ist 24 Stunden unter Druck, und ich setze mich auch selber unter Druck, weil ich oft dem genügen möchte, dass sich mein Partner wohl fühlt...“

OT 57 Christine

„Ich finde unser Syndrom vergleichbar mit einer Essstörung, ich finde das ähnlich tiefsitzend, ähnlich komplex, und auch die Essgestörten Menschen sind ja von morgens bis abends 24 Stunden am Tag mit ihrer Störung konfrontiert, und von daher ist es für beide Arten von Betroffenen ein Fulltimejob.“

OT Sparschuh

„...und es gibt ,ne Kehrseite zu den Messies, das sind die Leute, die genug Geld haben, irgendwelche Manager, die einen Überfluss nicht an Altitäten, sondern an Verpflichtungen und Terminen und Meetings und Power Points haben und was immer sie durch 's Leben treibt, und die sich freikaufen, die genug Geld anhäufen, um sich dann mal für einen Monat in ein japanisches Kloster zu separieren, der Tag kostet da tausend Dollar, und die Verpflegung besteht aus einer Handvoll Reis und einem Glas warmem Wasser. Das ist genau die Kehrseite der Messies, die schaffen 's nur nicht, die sitzen fest und die anderen können kurzzeitig aus ihrem Hamsterrad aussteigen.“

S 3 Fühlen Sie sich manchmal kaputt, erledigt, ausgebrannt? Denken Sie manchmal, Sie sind unfähig, bestimmte Dinge zu tun? Vorhaben auszuführen? Pläne zu realisieren?

OT 58 Janice

„Aus heutiger Sicht war das sicher Überforderung mit all dem vielen, was ich da zu tun hatte, und ich hab auch alles an mich rangezogen, alle möglichen Dinge, die zu erledigen waren, ich konnte das also nicht abgeben...“

OT Sparschuh

„...das ist eben auch was als Dienstleistungsgesellschaft, mit all ihren Passwörtern und Zugangsdaten und und und, ja das muss man alles irgendwie behalten, und das macht das Leben eben so verdammt schwer...“

OT Sparschuh

„Wir müssen irgendwelche Geheimzahlen lernen, Schränke zusammen bauen und Sachen am Computer buchen, wo es früher ein Reisebüro gab...diese Dienstleistungsgesellschaft zeichnet sich ja durch eine Aufhebung der guten alten Arbeitsteilung aus, und das bringt den Menschen in so einen 24 Stunden-Dienst am Tage, ja, und wofür das, man verpasst dabei eine ganz entscheidende Sache, worauf es eigentlich in der Welt ankäme: dass man schlicht und einfach lebt.“

OT 59 Janice

„...Ich glaub, andere Menschen haben das auch, aber die sind in der Lage, abends dann mal zu sagen: jetzt mach ich Feierabend, jetzt geh' ich zum Sportverein oder hierhin oder dahin, und das kenn ich für mich so nicht, weil ich immer versucht habe, das PERFECT zu machen und es allen recht zu machen vor allen Dingen.“

OT 60 Conrad

“...das ist ganz schrecklich, Perfektionismus ist was ganz Schreckliches. Also das passiert mir beim Saubermachen oft. Wenn ich ein Fenster sauber mache, dann hab ich's gern, wenn man's nicht mehr sieht am Ende. Also das sind so Ansprüche.... beim Saubermachen muss ich mich immer zurückhalten, ich muss immer *nicht* sauber machen! Ich hab viele Dinge hier nicht sehr sauber, und das tut weh.“

S 3 Denken Sie manchmal, Sie müssen – wenn schon, denn schon – die Dinge ganz besonders sorgfältig machen, absolut einwandfrei, fehlerlos korrekt, 100-, nein 1.000prozentig?

OT 61 Janice

„...und dann kommt eine Blockade und dann ist vieles nicht mehr möglich. Dann geht's gar nicht weiter...“

S 1 Über die Aussichtslosigkeit meiner Situation fiel ich in eine so tiefe Depression, dass ich für Monate in einer psychiatrischen Klinik war...zu meinem Krankheitsbild gehörte, dass ich mir auch die einfachsten Handlungen nicht mehr zugetraut habe...

OT80 Janice

„Dann muss ich aber für mich die Blockade akzeptieren, ich setz mich dann hin und guck Fernsehen oder lese 'ne Zeitung, und manchmal dauert die Blockade auch ein paar Tage, aber die akzeptier ich mittlerweile dann.“

S 2 Unter dem Müll, den Katrin B. zurückließ, sind auch Aufsätze und Seminararbeiten über Nietzsche, Schopenhauer oder Hölderlin, ausgezeichnet mit den besten Noten.

S 1 Gestern kam das Schreiben: durchgefallen durchs Examen, nicht mal meine Vornoten konnten mich offenbar retten...Mein Prof versteht die Welt nicht mehr. Dass die Welt mich schon lange nicht mehr versteht, ist ihm entgangen...Jetzt haben sie mir auch noch mein Bafög gestrichen!

S 1 Katrin, auch wenn du meinst, du hättest dich schon lange aufgegeben, deine Intelligenz hast du nicht verloren, aber deine mangelnde Eigenliebe und dein enormer Hang zum Perfektionismus verstellen dir den Blick. Solange du deine Ziele so wahnsinnig hoch steckst, wirst du sie kaum erreichen können.....Bitte halte durch.

OT 62 Janice

„Also Messies sind oder ich bin auch eine hervorragende Schauspielerin, weil ich das als kleines Kind lernen musste, um überhaupt angenommen zu werden, mich so zu verhalten wie ich dachte, dass andere mich haben wollen. Und da ich das gelernt habe, kann ich mich im Beruflichen auch gut verstellen, also mein Innerstes nicht zeigen, wie es mir privat geht und habe dann durch mein Wissen beruflich gewisse Dinge wettgemacht und Qualitäten entwickelt, die ich privat für MICH nicht hatte, also ich hab sie schon für andere, da kann ich mich wunderbar einsetzen, das bekomme ich auch hin, nur für mich selbst nicht, alle Dinge, die mit mir selbst zu tun haben.“

S 3 Üben Sie engagiert und erfolgreich Ihren Beruf aus? Vielleicht als Erzieher, Professor, Bankangestellter, Manager, Journalist, Künstler oder Krankenpfleger? Wieviel Kraft stecken Sie in Ihre Arbeit? Ist es möglicherweise Ihre ganze?

OT 63 Conrad

“...dann merkst du, dass du einen solchen Stressspiegel schon aufgebaut hast, also du kommst einfach an deine Grenzen, und dann weißt du, das wird zur Gratwanderung...”

S 3 Treffen Sie täglich Entscheidungen am Arbeitsplatz? Bewältigen Sie dort Aufgaben, lösen Sie dort Probleme? Während es Ihnen zuhause schwer fällt, Aufgaben und Probleme anzugehen?

OT 64 Conrad

“Ich hab’s sogar schon gebracht, Amtsbriefe ungeöffnet irgendwohin zu legen. Oder ich lass den Briefkasten offen, wo ich seh, die Kinder verstreuen das schon im Garten, also ich hab kein gutes Verhältnis dazu, Dinge gleich zu erledigen, das ist für mich ein Horror!”

OT 65 Conrad

“...das bringt Probleme, besonders dann, wenn ich zu irgendwas aufgefordert werde wie (lacht) ‘beordne mal deinen Garten’. Ja...was soll ich dazu sagen... “

OT Sparschuh

„Das ist schon immer, das Chaos, und das wird wiederkommen, und die Ordnung ist nur eine zeitweilige Aufgeräumtheit, eine Illusion von Sinn, vergebens, Nebbich, Nonsens...“

OT 66 Conrad

„...das führt dann dazu, dass ich irgendwann Bussgelder zahlen muss. Ich lass mir mein Chaos denn auch häufiger was kosten...“



OT Sparschuh

„Wenn wir davon ausgehen dass in der modernen Konsumgesellschaft die Differenziertheit immer weiter geopfert wird gegenüber einem Gleichmaß an Dingen, ja dann steuern wir weg von der Ordnung und Differenziertheit, von der Struktur hin zu einem Zustand, den man in der Physik gern bezeichnet als den allgemeinen Zustand der Energieärme, also der energieärmste Zustand wird in der Natur immer angestrebt, das ist so ne Art Kommunismus in der Natur oder in der Gesellschaft, dass alles auf gleich niedrigem Level ist. Und das ist schon ein erschreckendes Verhältnis zu den Dingen, das haben die Dinge nicht verdient - ob wir das verdient haben ist eine andere Frage...“

S 3 Tun Sie sich schwer, Dinge wegzwerfen?

OT Sparschuh

„Ja das ist auch eine verzweifelte Antwort auf die Überflussgesellschaft wenn man alles wegwirft, dann hat man zwar irgendwie erkannt, das brauch ich jetzt nicht, weg damit, ich bin kurzzeitig irgendeiner Werbung aufgesessen oder irgendeiner Schnappsiee, dass mich ein Einkauf glücklich machen kann, aber genau so würde ich die Wegwerfer auch zu den Opfern dieser Gesellschaft zählen, genauso wie die Leute, die in ihrem Kram sitzen bleiben und sich nicht mehr bewegen können. Das eine mag für den Moment etwas schicker und cleverer aussehen, aber unterm Strich ist es dasselbe.“

OT 67 Conrad

„Ich hab jetzt jahrelang Ordnung entbehren müssen und - ich glaub, ich brauche das einfach mal wieder, eine Zeit der absoluten Bemächtigung, das, was sich andere stetig gönnen, möchte ich auch mal wieder haben.

„Nämlich?“

„Ja die Dinge verlassen oder (lacht) von den Dingen verlassen werden...“

S 3 Warum irgendwann und nicht sofort?

OT 68 Conrad

„Ich hab extreme Zeitprobleme, extrem! Ich muss erst mal grundsätzlich mein Zeitmanagement überarbeiten...“

S 3 Warum irgendwann und nicht sofort?

OT 69 Janice

„Ja ich bin ja auch eine, die die Zeiten nicht so gut auf die Reihe kriegt, ich vergess auch Termine, mittlerweile hab ich einen Kalender, leider ist der aber auch oft im Nirwana verschwunden, dann such ich den Kalender...“

OT 70 Christine

„...ich kenn das so gut, dass ich dann zum Zug jachte und den in letzter Sekunde noch krieg oder eben auch nicht, was mir dann superpeinlich ist, also ich will das schon schaffen aber – bevor ich losgehe fällt mir noch das und das ein, und ich hab das und das vergessen, und dann wird's halt knapp...“

S 3 Warum irgendwann und nicht sofort?

OT 71 Janice

„Häufig haben wir ja zusätzlich noch Zwänge, ob das nun Waschzwang ist oder Kontrollzwang, und bei mir ist es so, dass ich dann rausgehe zum Auto und denke ‚o Gott hast du die Kaffeemaschine ausgemacht‘, und dann lauf ich nochmal hoch, Tür aufschließen und rein, so, dann geh ich wieder runter und dann bin ich schon wieder unsicher, ob ich sie ausgemacht hab und dann werd ich unsicher, ob ich die Haustür abgeschlossen hab, und dann kontrollier ich immer...mittlerweile geh ich dazu über, das auszuhalten und zu sagen, ‚das wird schon so sein dass die Kaffeemaschine aus ist‘, und versuche damit die Zwänge zurückzufahren, weil das ja sehr anstrengend ist.“

S 2 Irgendwann muß es zu viel für Katrin B. gewesen sein. Rechnungen, Mahnungen, Bescheide, Verfügungen

S 1 Die Verfahrenskosten, bezüglich der nunmehr die Zwangsvollstreckung betrieben wird, hätten durch Prozesskostenhilfe abgedeckt werden können, wenn die Mandantin Katrin B. auch nur ansatzweise von ihrer Mitwirkungspflicht Gebrauch gemacht hätte...

S 1 Wir sind beauftragt, Ihre rückständigen Gebühren in Höhe von 689 Euro zuzüglich Verzugszinsen einzuziehen...Sollte binnen 14 Tagen keine Zahlung erfolgt sein, werde ich bei der Staatsanwaltschaft Strafanzeige gegen Sie erstatten. Sollten Sie verurteilt werden, gelten sie künftig als vorbestraft. Hochachtungsvoll...

S 1 Liebe Katrin, bitte verstrick dich nicht immer mehr in deiner Illusion von dir. Wolltest du nicht immer anders sein, wärst du eine kleine schillernde Persönlichkeit, jetzt bist du für mich nur eine grosse Spinnerin...

S 1 Vor wie langer Zeit habe ich mich verloren...?

OT 72 Janice

„Und es geht viel darum, sich selber anzunehmen, von Selbstliebe will ich gar nicht sprechen, aber einfach erst mal auf den Weg zu gehen und einfach zu sagen ‚ich bin so wie ich bin‘, so, und dann stellt sich mit der Zeit auch das andere ein, der Selbstwert...“

OT 73 Christine

„Und der erste Schritt ist z.B. was wir jetzt hier tun, dass ich offen drüber sprechen kann, das ist für mich ein wichtiger Schritt.“

OT 74 Christine

„Meine ganzen Sachen beherrschen mich ja leider und ich beherrsche sie nicht...“

OT 75 Conrad

“...diese Unordnung ist natürlich Ausdruck von etwas, was da (Pause) in mir begründet ist. Ich würde sagen, ich bin irgendwo gescheitert, und dieses Scheitern möchte ich mir vorführen.“

OT 76 Christine

„...das ist ungelebtes Leben....denn das ist alles irgendwie zusammengewürfelt, chaotisch, unübersichtlich und für mich nicht zu händeln, und das ist, glaub ich, mein Inneres was so ist, und wenn mein Inneres leben kann, dann wird sich - da bin ich sicher - meine Wohnung so verändern, dass es zu mir passt. Es geht um die passende Ordnung oder Unordnung, wie auch immer.“

OT Sparschuh

„Kriterium für eine funktionierende Ordnung wäre für mich: man findet, was man sucht. Und komischerweise bin ich ein optischer Merktyp, es gibt ja verschiedene Merktypen. Ich weiß z.B., obwohl hier überall Bücherstapel liegen, ach da war doch so eins, was einen rosaroten Umschlag hatte, und dann kann ich das sofort orten und finden...“

OT 77 Christine

„Ich möchte am liebsten immer den grossen Wurf machen, das funktioniert natürlich nicht, wir machen immer nur kleine Schritte, aber es passiert dafür sehr viel, also wir haben innerhalb von zwei Wochen so viel geschafft, wie ich sonst in Monaten nicht geschafft hab...“

OT 79 Janice

„...und da zu lernen, in kleinen Schritten zu arbeiten, also wenn ich ein Regal habe, hab ich früher eben fünf Meter Regalbreite gesäubert und ausgeräumt. Und das hab ich heute nicht mehr. Ich geb zu, dass es noch schwierig ist für mich, nur zwei Reihen in einem Regal auszuräumen und sauber zu machen, aber ich versuche, das so auszuhalten...“

OT Sparschuh

„Und es ist natürlich (Pause) eine Sache, die nicht ohne ist. Wenn man nämlich eine Sache aussortiert hat ist sie ja kurzfristig wieder ins Bewusstsein zurückgekehrt. Sie hat sich kurzzeitig wieder gemeldet. Also dieses Ordnung machen setzt in uns auch was frei, was dann schwer zu kontrollieren ist, die Sachen geraten wieder auf den Schirm, und ne Woche später merkst du plötzlich, du hast genau das weggeben, was du brauchtest.“

OT 81 Janice

„...und dass ich von meinen fünf perfektionistischen Ablagesystemen eins gefunden hab, wo ich sage, da kann ich mit leben und das System mache ich! Und nicht nur A bis Z Hängeregistratur Quinset, wie auch immer, und überall leg ich was rein und nichts finde ich wieder, sondern dass ich mich für eine Sache entscheiden kann, die zu mir passt...Und wenn ich im Wohnzimmer im Regal neben dem Sofa eben ein halbes Büro einrichte, sprich meinen Locher dahinstelle und Hefter und Hängeregistratur, dann ist das meins, ob das nun normalerweise in ein Wohnzimmer gehört oder nicht, es ist meins und die Möglichkeit für mich, mit meinen Defiziten eine lebbare Ordnung herzustellen!“  
S 3 Schämen Sie sich manchmal, jemanden in Ihre Wohnung zu lassen? Selbst engste Freunde?

OT 82 Janice

„Mittlerweile trainiere ich dass ich auch – gut es ist jetzt nicht so extrem wie es

oft auch dargestellt wird – trainier ich, Leute rein zulassen, aber es gibt eben auch pedantisch ordentliche Menschen, und bei denen fällt's mir ganz ganz schwer. Trotz allem bleibt da immer so ein Rest von Schamgefühl...“

OT 83 Conrad

“...ich hab häufig Besuch, und ich freu mich darüber, ich freue mich auch über die Nachsicht der Leute, denn in der Zeit, als ich beordnet war oder als ich ein ordentlicher Mensch war und ein ordentliches Dasein führte, da mochte ich das gar nicht und hab ganz Schreckliches erlebt mit Messies, Dinge, die ich niemandem wünsche... (lacht)“

OT 84 Christine

„Also das merk ich, allein geht da eigentlich gar nichts, ich brauche Kontakt. Und das ist eigentlich das Entscheidende, dass wir Messies oder wir Betroffenen wenig Kontakt haben, weil wir haben eben alle gelernt, so 'ne Fassade zu zeigen, auch untereinander ist das so, das dauert ganz lange, bis man sich wirklich mehr öffnet und vielleicht mal die Leichen im Keller miteinander teilt.“

OT 85 Janice

„Das Messiesyndrom ist ja auch eine Beziehungsstörung, und da geht es eben darum, dass die Isolation, die jeder einzelne in seiner Wohnung hat wegen der Scham, dass die aufgehoben wird, dass man sich in einer Selbsthilfegruppe - ich find es mittlerweile auch passend sogar in der Freizeit - regelmäßig trifft, dass an den Emotionen gearbeitet wird und nicht am äußeren Chaos. Ich denke das löst sich fast von selbst dieses Chaos von außen, wenn man dann zu einer eigenen Persönlichkeit herangereift ist und man weiß, ich bin so wie ich bin, und das läuft bei mir so und so, und ich brauch dieses jenes welches, also sich genau kennt, dass man es dann auch schafft, Dinge loszulassen, und dass sich dann das Äußere mit verändert.“

S 3 Sie haben Probleme mit dem Aufräumen? Vielleicht sammeln Sie ja. Briefmarken, Bierdeckel, Zuckerstücke, Feuerzeuge. Vielleicht sammeln Sie einfach *alles*. Könnte man es vielleicht horten nennen?

OT 86 Conrad

“Willst du denn davon abkommen, so viel zu sammeln?”

“Ja natürlich will ich davon abkommen, aber ich will *selber* davon abkommen. Also diesen Prozess, der sich da bei mir anmeldet, den möchte ich auch selber durchleben....”

OT 87 Janice

„Für mich war erst mal wichtig zu merken, dass ich nicht bescheuert bin, dass es viele Menschen gibt, die die gleiche Problematik haben, es war für mich erleichternd zu merken, dass ich da nicht alleine bin.“

OT Sparschuh

„....ein Großteil der Weltproblematiken hängt meines Erachtens sowieso damit zusammen, dass es konkurrierende Ordnungssysteme gibt, solange die sich

tolerieren und im besten Fall ergänzen, ist dagegen nichts zu sagen. Also ich kann mit meiner Ordnung leben, ja...“

S 3 Sie suchen häufiger nach Ihrer Geldbörse, verlegen Schlüssel oder Papiere? Vielleicht haben Sie einfach im Moment zu viel um die Ohren. Sie lassen in letzter Zeit vieles halb- oder unerledigt liegen? Vielleicht brauchen Sie einfach mal mehr Zeit? Sie wissen nicht mehr, wann Sie das letzte Mal Zeit hatten? Sie wissen nicht mehr, wann Sie mal nichts um die Ohren hatten? --- Haben Sie manchmal das Gefühl, Sie könnten vielleicht krank sein? Aber was für eine Krankheit sollte das sein? Und wer könnte diese Krankheit therapieren?

OT 88 Janice

„Ich erleb das schon so, dass andere Krankheiten akzeptiert sind, und dass das Messiesyndrom, leider auch durch die Bilder im Fernsehen, sehr negativ bewertet wird.“

OT Sparschuh

„Also ich glaube ganz sicher, dass die Stigmatisierung der sog. Messies damit zusammenhängt, dass die übrige Gesellschaft ein bisschen Angst davor hat. Weil die Tendenz spürt ja jeder in sich. Man muss ja nur mal einen kleinen Moment nicht aufpassen, schon wird immer mehr in die Wohnung gedrückt, und macht uns, ohne zu wollen, zu Jägern und Sammlern. Also wir haben ja nicht einmal die Jagd, es sammelt sich einfach so an und nimmt uns die Freiheit der menschenwürdigen Bewegung in unserer Wohnung; deswegen hat man wahrscheinlich so'n Stress mit den Messies, weil man in sich selbst diese Gefahr durchaus wittert.“

OT extra (neu) Janice

„Die Dunkelziffer der vom Messiesyndrom Betroffenen ist sicherlich hoch, weil die Bandbreite geht ja vom unordentlichen Schreibtisch beim Redakteur z.B. bis hin zur Spitze des Eisbergs, diesen Vermüllungsbildern, die wir schlimmstenfalls im Fernsehen sehen...Ich glaube, dass die Zahl der Betroffenen etwas so hoch ist wie die Zahl der Alkoholiker...“

S 1 Lieber Jürgen,

Seit ein paar Wochen ernähre ich mich von dem, was andere wegwerfen, die Container vorm Supermarkt sind voll mit Essbarem – unglaublich! Habe keinen Cent mehr in der Tasche. Mit Ämtern und Anwälten bin ich durch, mit der Hoffnung auf ein besseres Leben auch...

S 1 Katrin, du brauchst mich also nicht mehr, sagst du. Richtiger wäre: du hast keine Kraft mehr, mich als Quelle für ein glücklicheres Leben anzunehmen...und ich soll nun auch noch deinen definitiven Schritt in die Isolation akzeptieren?!

S 1 Auf dem Schachbrett der Zeit, meiner Zeit, bleiben kaum freie Felder, auf denen ich meine Träume ablegen könnte...

S 1 Es sind keine Worte mehr da – nur noch lauter Mangel...

S 2 Letzte Tagebucheintragung von Katrin B., die sich im Hausmüll fand.  
Was aus ihr wurde, weiß man nicht.

Absage