



Unser modernes Leben verführt dazu, Dinge anzuhäufen. Wann das pathologisch wird, erfährt STADT GOTTES-Redakteurin *Frederike Demattio* im Gespräch mit der Messie-Expertin Elisabeth Vykoukal.

„Dinge schaffen Identität“

Warum sammeln wir heutzutage noch? Zum einen bedeuten Dinge auch Identität, ich definiere mich darüber, womit ich mich im Alltag umgebe. Das ist wichtig, und es gibt in der Kindheit eine Phase, in der die Kinder irgendetwas sammeln, was ihnen besonders am Herzen liegt. Sie lernen dabei, sich der Dinge zu bemächtigen, ihnen ihre Ordnung aufzuerlegen, sie zu sortieren. Auch die Entscheidung, welchen Dingen man einen besonderen Wert zumisst, ist wichtig. Für den einen sind Zigarettenpackungen wertvoll, für den anderen Schneekugeln. Dass man dabei nicht unbedingt der üblichen Zuschreibung von Werten folgt, sondern eigene entwickelt, gehört zur Entwicklung der eigenen Persönlichkeit. Ein anderer Aspekt ist die Endlichkeit des menschlichen Lebens und die Tatsache, dass Dinge eine längere Lebensdauer haben und nicht so „sterblich“ sind. Der Kampf gegen die Sterblichkeit ist ein starkes Bedürfnis im Menschen, dass man etwas

zurücklassen will, was einen überdauert, und solche Sammlungen können schon dazu dienen. **Es gibt ja Menschen, die mehr anhäufen als sammeln. Was ist das für ein Bedürfnis?** Sammler können sich auch einschränken und beispielsweise sagen: Ich sammle nur Figuren aus einer bestimmten Zeit. Sie sehen ein, dass die Sammlung sonst zu groß wird. Wenn das Sammeln ausufert, kann man auch von Horten sprechen. Die Menschen, die unter dem sogenannten Messie-Syndrom leiden, sammeln sehr viele verschiedene Dinge, von denen sie sich nicht mehr trennen können. Sie sagen oft: Ich sammle nicht, die Dinge sammeln sich an. Da bekommen die Dinge so eine Art Eigenleben und werden immer mehr. Wir leben in Zeiten, in denen sehr viel Material auf uns zukommt, also angefangen von den Werbeprospekten über Verpackungsmaterial bis zu Gratiszeitschriften. Das alles häuft sich zu Hause und man muss

sich immer wieder davon trennen. Wenn jemand das nicht macht oder machen kann, weil er Angst hat, er könne etwas verlieren, was man noch verwenden könnte, beginnt der Teufelskreis. Bei den Betroffenen spürt man eine tiefe Unsicherheit, was die eigenen Grenzen betrifft, und einen Mangel, der mit Dingen kompensiert wird. Eine Leere, die es immer wieder zu füllen gilt. Sehr oft liegen dem Messie-Verhalten schmerzhaftes Verlorenwerden oder Trennungen zugrunde. **Spielt da auch die Sicherheit mit, dass einen Dinge nicht „enttäuschen“ können?** Ja, das ist sicher ein Aspekt, und das Bedürfnis, die Kontrolle über etwas zu haben. Der Mangel an Zuwendung und die Leere werden immer wieder mit Dingen aufgefüllt, auch wenn das nicht befriedigend ist. Einerseits sind die Dinge kontrollierbar, laufen nicht weg und sind immer da, andererseits erdrücken sie auch in dieser Anhäufung. Messies haben furchtbare Angst davor, sich von irgendetwas zu



Dr. Elisabeth Vykoukal ist Psychotherapeutin und Mitbegründerin der Sigmund-Freud-Privatuniversität Wien. Sie beschäftigt sich in Gruppen- und Einzeltherapie mit dem Messie-Syndrom.

trennen, Todesangst. Sie identifizieren sich schon so sehr mit ihren Schätzen, dass das Aussortieren und Weggeben einer Amputation gleichkäme. Sie müssten einen Teil von sich selber aufgeben, der ihnen sehr wertvoll ist. **Wonach suchen Messies?** Es ist eine dauernde Suche nach dem richtigen Ding, das die Träume erfüllt. Es gibt eine gewisse Attraktivität von Dingen. Messies finden oft Sachen, die für sie wertvoll sind, im Müll oder am Flohmarkt. Attraktiv sind aber auch Informationen, also Gedrucktes. Zeitungen stapeln sich in Messie-Wohnungen häufig bis zur Decke. Messies haben Angst, etwas von ihrem Wissen zu vergessen, und Angst vor der Sterblichkeit. Deshalb wollen sie immer versorgt sein für die Zukunft und horten viele gleichartige Dinge an. Selbst die logische Erklärung, dass sie das alles nie in einem Menschenleben verbrauchen können, fruchtet nicht. Menschen mit dem Messie-Syndrom können

die Beschränktheit unserer Zeit, der Kapazitäten, des Raumes nicht akzeptieren, Grenzen werden nicht anerkannt. **Was wird alles gesammelt?** Das ist ganz unterschiedlich. Viele Messies horten Zeitungen und DVDs. Bei Frauen sind es oft Kleider, Stoffe, aber auch Haushaltsgeräte. Da besitzt dann jemand zwanzig Kochlöffel, ohne sie zu verwenden. Gefährdet sind häufig auch Menschen, die aus Material etwas basteln wollen. Sie häufen so viel Material an, für den Fall, dass sie es irgendwann brauchen können, bis sie die Kontrolle darüber verlieren. Einmal hatte ich den Fall eines Teppichsammlers, der verzweifelt zu mir gekommen ist, weil er es nicht mehr geschafft hat, seine Teppiche zu reinigen, die überall in der Wohnung lagen oder hingen, über 100 Stück. Wenn Sammelleidenschaft ausufert, dann wird es für die Betroffenen zum Problem. Das kann der Beginn einer Messie-Geschichte sein.

Der Leidensdruck beginnt oft von außen, wenn sich Angehörige Zutritt zur Wohnung verschaffen und entsetzt sind.

Mit ein Grund sind auch die Forderungen unserer modernen Gesellschaft, sich ständig neu zu orientieren, der Mangel an Vertrauen, die Verlorenheit. Die gesammelten Objekte bieten scheinbar Halt in einem Chaos, das viele Menschen nicht mehr bewältigen können. Messies wird vielfach mangelnde Disziplin und Schlampigkeit vorgeworfen. So einfach ist es nicht: So eine uferlose Sammelwut ist Ausdruck von Verzweiflung und Isolation und kann auch nicht durch simples Ausmisten aus der Welt geschafft werden. Da braucht es sehr viel Zuwendung, um den verletzten Teil der Persönlichkeit zu regenerieren.

Danke für das Gespräch! ■