

Zeitschrift: Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau

Herausgeber: Spitex Verband Kanton Zürich

Band: - (2009)

Heft: 3: Spitex : auch in der Nacht

Artikel: Wenn Chaos zur Qual wird

Autor: Meier, Karin

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-822161>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Entrümpeln ist oft ein langsamer Vorgang. Was sich im Laufe von Jahren angesammelt hat, lässt sich nicht einfach im Handumdrehen entsorgen (nachgestellte Szene).

Bild: Karin Meier

Wenn Chaos zur Qual wird

Schubladen überfüllt mit alten Dokumenten, in der Küche überall Resten alter Speisen, Plastiksäcke voller Medikamente: Die beiden Psychologinnen Béatrice Ruef und Regula Isenring bieten Hand beim Entrümpeln – und helfen dabei auch den Menschen.

Karin Meier // Eigentlich ist Béatrice Ruef in der Wohn- und Einrichtungsberatung tätig und Regula Isenring in der Organisations- und Personalentwicklung. Zur Kundschaft der beiden Frauen gehören aber auch Menschen, die irgendwo in ihrem Haushalt ein Chaos haben, das sie nicht mehr allein bewältigen können. Oft tritt es als Folge einer schwierigen Lebenssituation auf – nach dem Tod eines Angehörigen, nach einer Krankheit oder nach der Trennung vom Lebenspartner. Ist der Leidensdruck gross genug, suchen die Betroffenen professionelle Hilfe.

Weg der kleinen Schritte

Die beiden Psychologinnen Béatrice Ruef und Regula Isenring bieten seit 2003 einen Entrümpelungs- und Aufräum-Service an. Ihre Kundschaft besteht vorwiegend aus Frauen. Das Ausmass der Unordnung bei den Kundinnen sei sehr unterschiedlich, sagt Regula Isenring: «Es gab Fälle, bei denen wir uns ins Haus zwängen mussten, weil sich die Eingangstür nur noch einen Spalt öffnen liess.» Bei anderen Betroffenen beschränkt sich das Durcheinander auf einen kleinen

Teil der Wohnung. Und manchmal ist die Unordnung erst auf den zweiten Blick wahrzunehmen: «Eine Kundin hatte im ganzen Haus Bastelmaterial verteilt. Im Gespräch zeigte sich, dass Basteln ein nie realisierter Kindheitstraum gewesen war. Wir ordneten das Material und schufen einen Ort, an dem die Kundin tatsächlich basteln konnte.»

Akzeptieren, was ist

Meist ist das Entrümpeln ein langsamer Vorgang. Gegenstände, die sich im Laufe von Jahren oder Jahrzehnten angesammelt haben, lassen sich nicht im Handumdrehen entsorgen. Weil Loslassen auch ein innerer und entsprechend anstrengender Prozess ist, arbeiten die beiden Psychologinnen selten mehr als vier Stunden am Stück mit der Kundschaft. Wichtig ist, dass sich die Kundinnen und Kunden an die neue Ordnung gewöhnen können. «Bei unserer Arbeit zerstören wir ein Gleichgewicht, das auf andere Art wieder hergestellt werden muss», sagt Béatrice Ruef.

Die beiden Psychologinnen teilen sich die Arbeit meist so auf, dass Regula Isenring bei der Kundin sitzt und mit ihr jeden einzelnen Gegenstand daraufhin prüft, ob er weggeworfen werden soll oder nicht. Derweil sortiert Béatrice Ruef vor und stellt Gleiches zu Gleichem, damit die Übersicht leichter fällt.

Diskretion ist höchstes Gebot bei dieser Arbeit. Die beiden Psychologinnen betrachten es als Ehre, ihre Kundinnen und Kunden auf einem kurzen, oft nicht einfachen Wegstück zu begleiten. Nicht selten ist die Scham der Betroffenen so gross, dass die beiden

Frauen die Ersten sind, die nach langer Zeit die Wohnung von innen sehen dürfen. Sind Wohnungen derart überfüllt, dass ein Durchkommen kaum möglich ist, kann es bereits ein Erfolgserlebnis sein, einen Ort zu schaffen, wo die Kundin oder der Kunde wieder gemächlich sitzen kann. Andere Betroffene mussten sich vor der Aktion von kalten Speisen ernähren, weil Kochherd und Pfannen in unbenutzbarem Zustand waren. Die Entrümpelungs-Spezialistinnen sind selten geschockt, denn für sie ist es selbstverständlich, ihre Kundinnen und Kunden so zu akzeptieren, wie

sie sind. Mit Humor und ihrer unkomplizierten Art entschärfen die beiden Frauen potenziell peinliche Situationen. Meistens helfen sie beim Entsorgen der «Altlasten» mit, begleiten die Kunden zur Deponie oder bringen ausgemusterte Sachen ins Brockenhaus.

Das Resultat am Schluss der Entrümpelungsarbeit und vor allem die spürbare Erleichterung ihrer Kundinnen und Kunden – das ist es, was die beiden Psychologinnen an ihrer Tätigkeit besonders schätzen.

➔ www.ruef-id.ch, www.isenring.com

Messies – oft Opfer von Perfektion

Anita Meito, dipl. Gesundheitsschwester SRK Gemeindepsychiatrie und Mitarbeiterin der Spitex in Dübendorf, erklärt, warum Messies manchmal arrogant wirken. Und was in der Zusammenarbeit mit ihnen wichtig ist, damit sie sich selber besser organisieren können.

Ist das Thema Messie in der Spitex präsent?

Wir betreuen Menschen aus allen Bereichen des Verwahrlosungssystems, d.h. Suchtkranke, psychisch Kranke, Demente sowie die so genannten Messies: Menschen, die sich schwer damit tun, sich selbst zu organisieren. Im Spitex- und Alterspflegezentrum Dübendorf zählen wir zurzeit neun Messies zu unseren Kunden. Es sind sechs Frauen – unter anderem allein erziehende Müt-

ter – und drei Männer. Die Betroffenen kommen in der Regel via Sozialamt, Hausärzteschaft oder Liegenschaftsverwaltungen zu uns.

Ich lege jedoch grossen Wert darauf, dass die Probleme von Messies nicht einfach mit einer Haushaltshilfe gelöst werden, selbst wenn dies die ärztliche Verordnung so vorsieht. Denn dies würde die Betroffenen entmündigen. Stattdessen erarbeiten wir mit diesen Kunden einen Weg zu mehr Unabhängigkeit, der ihnen Erfolgserlebnisse ermöglicht.

Wie sieht dieser Weg aus?

Wir formulieren gemeinsam Ziele. Wichtig ist, dass es sich nicht um unsere Ziele handelt, sondern um die Ziele der Betroffenen. Die Ziele müssen klein gesteckt und mit positivem Feedback verbunden sein, denn sonst stellen sich keine Erfolgserlebnisse ein. Eine Mutter mit einem schulpflichtigen Kind formulierte zum Beispiel als Ziel, fürs erste den Tisch so aufgeräumt zu halten, dass das Kind dort die Hausaufgaben erledigen kann.

Sind Messies nicht einfach zu bequem oder zu schlampig, um aufzuräumen?

Gar nicht! Messies sind oft Opfer ihrer Perfektion und Zwanghaftigkeit. So betreute ich eine Frau, die von jeder Glasflasche und jeder Dose alles Papier fein säuberlich ablösen musste, bevor sie die Sachen entsorgen konnte. In sol-

chen Fällen muss sogar darauf hingearbeitet werden, dass Betroffene in den Details etwas nachlässiger werden und nicht an ihrem hohen Selbstanspruch haften bleiben.

Messies empfinden über den Zustand ihrer Wohnung vielfach eine grosse Scham, die sich hinter einem arrogant wirkenden Auftreten verbirgt. So sagte einmal eine Frau am Telefon zu einer Bekannten, ihre «Putzfrau» sei gerade da, als die Hauspflegerin sie besuchte. Für Spitex-Mitarbeitende ist es schwierig, solch despektierliche Äusserungen nicht persönlich zu nehmen.

Grundsätzlich gilt: Es braucht bei diesen Einsätzen viel Beziehungsarbeit, Wertschätzung und Geduld, damit die nötige Vertrauensbasis geschaffen werden kann. Die eigenen Massstäbe sollte man dabei zu Hause lassen.

Wo liegen die Grenzen der Spitex?

Falls jemand gar nicht kooperiert, müssen wir die Zusammenarbeit abbrechen. Bei Selbst- oder Fremdgefährdung haben wir Meldung zu erstatten. Das kommt zum Glück selten vor.

Wir betreuen gerade einen jungen Mann, der uns am runden Tisch mit Beistand und Psychiaterin um weitere Hilfe bat. Wir setzten ihm eine letzte Frist für die abgemachten Ziele. Er hielt sie ein. Sonst wäre ihm nur der Weg zum begleiteten Wohnen offen geblieben. Sanfter Druck ist zuweilen nötig.

Interview: Karin Meier

Verband LessMess

Der Verband berät und unterstützt Messies und ihre Angehörigen, unter anderem mit einem Beratungstelefon. Die Website enthält einen Selbsttest und Hinweise auf Hilfsangebote. Das Wort Messie kommt von «mess» (engl. Unordnung, Durcheinander, Schmutz). Der Begriff Messie-Syndrom bezeichnet schwerwiegende Defizite in der Fähigkeit, die eigene Wohnung ordentlich zu halten und die Alltagsaufgaben zu organisieren.

➔ www.lessmess.ch