

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 86 (2008)
Heft: 4

Artikel: "Messietum bedeutet keineswegs Verwahrlosung"
Autor: Lippuner, Heinz
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-723497>

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: 23.01.2026

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

«Messietum bedeutet keineswegs Verwahrlosung»

Was ist ein Messie überhaupt? Messies sind Menschen, die darunter leiden, dass sie unordentlich und chaotisch sind. Messies können nicht einfach aufräumen, denn sie hängen an ihren Sachen, auch wenn diese objektiv betrachtet wertlos erscheinen.

Ist das Messietum eine Krankheit? Sie ist als solche nicht anerkannt. Krankenkassen bezahlen deshalb auch keine Therapie, die aufgrund dieser Diagnose verordnet worden ist. Messies leiden aber oft unter Depression und Zwängen. Das sind anerkannte Krankheiten.

Wo liegt die Grenze zwischen einem schlampigen Menschen und einem Messie? Das ist schwierig zu sagen. Ein Messie leidet unter seiner Unordnung, lässt deswegen auch niemand mehr in seine Wohnung und isoliert sich zusehends. Er schämt sich für sein Puff, und aufräumen kann er kaum. Ein unordentlicher Mensch dagegen kann aufräumen, kann sich von seinen Sachen trennen und leidet auch nicht unter dem Chaos. Ja, die Messies haben sowohl ein Problem mit der Ordnung wie auch mit der Zeit und oft auch im «Ordnen» von Beziehungen.

Warum können Messies nicht einfach aufräumen wie andere auch? Weil sie gerne alles auf unbestimmte Zeit verschieben und weil jeder Gegenstand – und sei er objektiv gesehen auch noch so wertlos – mit einer Geschichte, einer Erinnerung zusammenhängt. So werden jeder Plastiksack, jedes Geschenkpapier und jede Zeitung zu einem Denkmal. Zudem nehmen sich die Messies sehr wohl vor aufzuräumen. Aber dann brauchen sie zuerst einmal einen Kaffee, dann lesen sie die Zeitung, dann trinken sie einen Tee, dann gehen sie spazieren, und dann ist die Lust vergangen. Also verschieben sie das Projekt auf den nächsten Tag. Ein typischer Charakterzug von Messies ist diese «Verschieberitis».

Im Fernsehen gibts immer wieder Beiträge über Messies, die verwahrlost leben und deren Wohnung mit Müll überfüllt ist. Führt Messie-Sein in die Verwahrlosung? Nein. Messietum bedeutet keineswegs Verwahrlosung. Es gibt viele Messies,

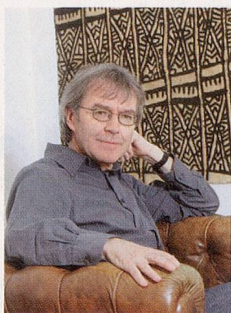


Bild: Renate Wernli

Heinz Lippuner, Fachpsychologe für Klinische Psychologie und Psychotherapie FSP, Zürich, www.offenetuer-zh.ch
www.psypraxis.ch

die stapeln zwar ihre Zeitungen bis unters Dach, aber Essensreste liegen keine herum, und auch das Ungeziefer kriecht nicht aus allen Ecken.

Haben Messies finanzielle Probleme? Oft ja. Messies stapeln auch die Post und übersehen so Mahnungen, Betreibungen oder Rechnungen. Das wird auf die Dauer teuer. Kommt dazu, dass gewisse Messies auch kaufsüchtig sind und ihre ständig neu erstandenen Kleider, Einrichtungsgegenstände usw. irgendwann nicht mehr bezahlen können. Viele Messies steigen mit der Zeit wegen Vermeidungsverhaltens auch in ihren Berufen eher ab als auf, was in der Regel zu Lohnneinbussen führt.

Werden sie so über kurz oder lang zu Sozialhilfebezügern? Nein. Aber es gibt unter den Messies überdurchschnittlich viele, die von der Sozialhilfe leben müssen.

Gibt es Chancen, aus dem Messietum rauszukommen? Das scheint sehr schwierig zu sein. Ich kenne kaum jemanden. Allerdings kenne ich auch nur die Menschen, die Hilfe gesucht haben. Bestimmt gibt es Menschen, die beispielsweise nach einer Trennung zu einem Messie werden, aber selbst wieder daraus herausfinden. Wichtig ist, dass Menschen, die es selbst nicht mehr schaffen, frühzeitig Hilfe suchen, etwa in einer Selbsthilfegruppe oder bei einer Person, der sie vertrauen.

Es gibt mittlerweile mehrere Selbsthilfegruppen. Was bringen diese? Die Messies sehen dort, dass sie nicht alleine sind mit ihrem Problem. Das lindert die Scham ein bisschen. Dort erleben sie sich auch nicht nur als Patient, sondern auch als Helfer und Unterstützer für andere Betroffene.

Viele Messies kämpfen ständig gegen Kündigungsandrohungen oder auch gegen Zwangsräumungen. Wie verkraften sie das? Das ist ein enormer Druck, mit dem sie kaum umgehen können. Vor allem Zwangsräumungen sind schrecklich für Messies. Und nach solchen erzwungenen Räumungen sind sie dann oft einem Zusammenbruch nahe.

