



# LANDKREIS ROSENHEIM



## Leben im Chaos

### Messie-Syndrom, pathologisches Horten, Vermüllung: Informationen und Unterstützung

Alexandra Scharle und Dr. Gitte Händel  
Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim

März 2020

**Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim**  
Prinzregentenstr. 19· 83022 Rosenheim  
Tel.: 08031 392 6240· Fax 08031 392-9001  
Gitte.Haendel@lra-rosenheim.de · www.landkreis-rosenheim.de



## Inhaltsverzeichnis

- I. **Geht es Ihnen auch so?**
- II. **Was ist das „Pathologische Horten“ und das „Messie-Syndrom“?**
- III. **Was kann ich tun, damit es nicht bis zur Vermüllung oder Verwahrlosung kommt?**
- IV. **Fallbeispiele**
- V. **Anlaufstellen und Ansprechpartner für frühzeitige Hilfe**
- VI. **Weitere Kontakte**
- VII. **Messie Quick-Test**
- VIII. **Literaturliste**
- IX. **Filmliste**



# LANDKREIS ROSENHEIM



## I. Geht es Ihnen auch so?

Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim

Prinzregentenstr. 19 · 83022 Rosenheim

Tel.: 08031 392 6240 · Fax 08031 392-9001

Gitte.Haendel@lra-rosenheim.de · [www.landkreis-rosenheim.de](http://www.landkreis-rosenheim.de)



Sie haben das Gefühl sich schwer von Dingen trennen zu können?  
Sie sammeln und horten Gegenstände?

Oder Sie leiden an Trennungsangst? Dass heißt, Sie haben Angst eine Person zu verlieren oder verlassen zu werden oder sind bereits verlassen worden? Und sammeln deswegen verschiedene Dinge, weil Sie Angst haben sich davon zu trennen.

Wenn Sie sich in einer solchen oder ähnlichen Situation befinden und Hilfe benötigen oder jemanden kennen, auf den dies zutrifft, finden Sie hier die passende Unterstützung!

Auf den nachfolgenden Seiten wird Ihnen erklärt was das „Pathologische Horten“ und das „Messie-Syndrom“ sind.

Was Sie tun können um der Vermüllung oder Verwahrlosung vorzubeugen und wo Sie frühzeitig Hilfe finden.

Zu dem gibt es die Möglichkeit einen Test zur Selbstreflexion auszufüllen und es steht Ihnen eine Literatur- und Filmliste zur Verfügung.



LANDKREIS  
ROSENHEIM



## II. Was ist das „Pathologische Horten“ und das „Messie-Syndrom“?

Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim

Prinzregentenstr. 19 · 83022 Rosenheim

Tel.: 08031 392 6240 · Fax 08031 392-9001

Gitte.Haendel@lra-rosenheim.de · [www.landkreis-rosenheim.de](http://www.landkreis-rosenheim.de)



## Was ist das „Pathologische Horten“?

„Pathologisches Horten“ definiert sich durch folgende Merkmale:

- Betroffene haben Schwierigkeiten sich von Gegenständen zu trennen oder diese wegzuwerfen, unabhängig von deren tatsächlichem Wert.
- Das Ganze ist auf das Bedürfnis, Gegenstände aufzuheben, zurückzuführen, da das Wegwerfen beim Betroffenen Unbehagen auslöst.
- Durch die Anhäufung von Dingen kommt er zur Überfüllung und Vermüllung des Wohnbereichs, sodass dieser nicht mehr genutzt werden kann.
- Zur Folge hat dies meist ein Leiden oder eine Beeinträchtigung im beruflichen und psychosozialen Funktionsbereich, sodass es einer klinischen Behandlung bedarf.
- Das „Pathologische Horten“ ist nicht auf eine medizinische Erkrankung zurückzuführen und auch nicht durch andere Symptome psychischer Erkrankungen erklärbar.

Quelle: Prof. Dr. Ulrich Voderholzer (2019): Wenn Sammeln und Horten zum Problem wird: Überblick zum Problemkreis.

## Gründe und Begleiterscheinungen von „Pathologischem Horten“

Was sind die Gründe für das exzessive Ansammeln und Horten von Gegenständen?

- Sentimentale Gründe: *„Dieser Gegenstand symbolisiert mein Leben. Er ist ein Teil von mir und gehört zu mir!“*
- Instrumentelle Gründe: *„Ich könnte das noch gebrauchen. Irgendwer könnte es noch benutzen.“*
- Intrinsische Gründe: *„Das ist so ein schöner Gegenstand. Denken Sie an die Möglichkeiten, wofür man ihn verwenden könnte!“*

Das „Pathologische Horten“ wird u.a. auch begleitet durch den zwanghaften Erwerb von Dingen:

- Zwanghaftes Kaufen = pathologisches Kaufen
- Ansammeln kostenloser Dinge
- Diebstahl/Kleptomanie

Quelle: Prof. Dr. Ulrich Voderholzer (2019): Wenn Sammeln und Horten zum Problem wird: Überblick zum Problemkreis.

## Was ist das „Messie-Syndrom“?

Das Krankheitsbild eines Messies geht über die Diagnose „**Pathologisches Horten**“ hinaus.

Beim Messie-Syndrom zeigt sich eine breiter angelegte Desorganisation. Dass heißt nicht nur der Wohnbereich ist betroffen, sondern auch das Einhalten von Terminen, soziale Eingebundenheit, etc. ...

Welche Diagnosen sind dem „Messie-Syndrom“ ähnlich?

- **Depression:** Verminderter Antrieb
- **Psychosen:** Wahnideen, Antriebsarmut
- **Suchterkrankungen:** Schwere Vernachlässigung anderer Bereiche
- **Geistiger Abbau** bei kognitiven Störungen und Demenz
- **Autismus:** Eingeschränktes Interesse und zwanghafte Routinen

Quelle: Prof. Dr. Ulrich Voderholzer (2019): Wenn Sammeln und Horten zum Problem wird: Überblick zum Problemkreis.



LANDKREIS  
ROSENHEIM



### III. Was kann ich tun, damit es nicht bis zur Vermüllung oder Verwahrlosung kommt?

Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim

Prinzregentenstr. 19 · 83022 Rosenheim

Tel.: 08031 392 6240 · Fax 08031 392-9001

Gitte.Haendel@lra-rosenheim.de · [www.landkreis-rosenheim.de](http://www.landkreis-rosenheim.de)



Wenn Sie das Gefühl haben sich schlecht oder nur schwer von Gegenständen trennen zu können und sich bereits vieles in Ihrer Wohnung ansammelt, Sie aber eine Vermüllung oder Verwahrlosung vermeiden möchten, können Sie sich an verschiedene Ansprechpartner wenden.

Da das „Pathologische Horten“ und das „Messie- Syndrom“ keine Krankheit im Sinne einer Grippe oder eines Infektes ist, werden Sie individuell beraten und ggf. behandelt.

Im Folgenden sind verschiedene Punkte aufgelistet, die auf eine Erkrankung am „Messie-Syndrom“ hindeuten. Wenn Sie sich angesprochen fühlen, kann es sinnvoll und hilfreich sein, sich bei den in Kapitel V. und VI. genannten Ansprechpartnern Hilfe zu holen.

## Erkennen Sie sich in einem oder in mehreren Punkten wieder?

- Sie haben bereits im frühen Kindesalter ein Familienmitglied oder eine Bezugsperson verloren? Oder auch erst später, sowie andere traumatische Erlebnisse? Diese Verluste können zu Trennungsangst führen, sodass Sie sich auch von keinen Gegenständen mehr trennen können,
  - > Bsp.: Frau E. hat innerhalb kurzer Zeit ihre Mutter, ihren Vater, einen Onkel und einen Bruder verloren, sodass ihre Desorganisation noch ausgeprägter wurde, als vor den Verlusten.
  - > Bsp.: Frau R wurde bereits im Alter vom 8 Wochen zur Betreuung abgegeben, damit die Mutter wieder arbeiten gehen konnte, dies war ein traumatisches Erlebnis für Frau. R., auch wenn sie sich nicht bewusst daran erinnern kann.
- Hatten Sie bereits Symptome für Zwangsstörungen auch schon im Alter von 12-13 Jahren?
  - > Bsp.: Aufgrund eines Brandes im Haus, leidet Frau M. an starken Kontrollzwängen, da Sie Angst hat, dass Sie etwas übersieht, was einen Brand auslösen könnte.

Quellen: Nassim Agdari-Moghadam (2018): Pathologisches Horten: Praxisleitfaden zur interdisziplinären Behandlung des Messie-Syndroms  
Veronika Schröter (2017): Messie-Welten: Das komplexe Störungsbild verstehen und behandeln  
Rainer Rehberger (2013): Selbsthilfe für Messies: Ursachen verstehen-Änderungen wagen  
Rainer Rehberger (2007): Messies – Sucht und Zwang: Psychodynamik und Behandlung bei Messie-Syndrom und Zwangsstörung

## Erkennen Sie sich in einem oder in mehreren Punkten wieder?

- Kennen Sie jemanden in Ihrer Familie, der am Messie-Syndrom erkrankt ist oder unter dem Pathologischen Horten leidet? Aufgrund einer genetische Disposition, besteht auch für Sie ein höheres Risiko daran zu erkranken, wenn Sie sich bereits schwer tun Dinge loszulassen.

-> Bsp.: Herr U. hat eine Großmutter und Tante, die pathologisch hortet, sodass teilweise ganze Räume bzw. die Wohnung nicht mehr betretbar sind, er selbst hortet auch Gegenstände, sodass auch er einen Teil seiner Wohnung nicht mehr betreten kann.

- Fällt es Ihnen schwer zwischen schön und unschön, nützlich und nicht nützlich aber auch wertvoll und nicht wertvoll zu unterscheiden, weshalb Sie alle Gegenstände sammeln? Dies wird auch als Wertbeimessungsstörung bezeichnet.

Quellen: Nassim Agdari-Moghadam (2018): Pathologisches Horten: Praxisleitfaden zur interdisziplinären Behandlung des Messie-Syndroms  
Veronika Schröter (2017): Messie-Welten: Das komplexe Störungsbild verstehen und behandeln  
Rainer Rehberger (2013): Selbsthilfe für Messies: Ursachen verstehen-Änderungen wagen

- Sind Sie in Ihrer Kindheit/Jugend streng erzogen worden, unter anderem mit Gewalt(-androhung)?  
  
-> Bsp.: Frau R. wurde in ihrer Kindheit mit dem Rohrstock oder der Hand geschlagen, wenn sie nicht aufaß oder zu spät ins Bett ging.
  
- Fällt es Ihnen schwer sich an vereinbarte Termin und Uhrzeiten zu halten oder kommen Sie oft zu spät zu Verabredungen?  
  
-> Bsp.: Frau R. kommt regelmäßig zu spät zu Terminen und Verabredungen und Sie schafft es auch selten sich an Fristen für berufliche Termine zu halten.
  
- Wenn ein oder mehrere Punkte auf Sie zutreffen und Sie sich schwer von Sachen trennen können und diese sammeln, können Sie bevor es zur Vermüllung Ihrer Wohnung oder zur Verwahrlosung kommt, sich frühzeitig Hilfe holen.  
In Kapitel V. (S.19) finden Sie Ansprechpartner, die Ihnen gerne helfen.
- Zusätzlich können Sie auch den Quick-Test auf Seite 26ff. machen.

Quellen: Nassim Agdari-Moghadam (2018): Pathologisches Horten: Praxisleitfaden zur interdisziplinären Behandlung des Messie-Syndroms  
Veronika Schröter (2017): Messie-Welten: Das komplexe Störungsbild verstehen und behandeln  
Rainer Rehberger (2013): Selbsthilfe für Messies: Ursachen verstehen-Änderungen wagen  
Rainer Rehberger (2007): Messies – Sucht und Zwang: Psychodynamik und Behandlung bei Messie-Syndrom und Zwangsstörung

### **Was Sie als Angehöriger nicht tun sollten:**

Räumen Sie niemals ohne Zustimmung des Betroffenen und ohne fachliche Unterstützung die Wohnung eines Messies aus!

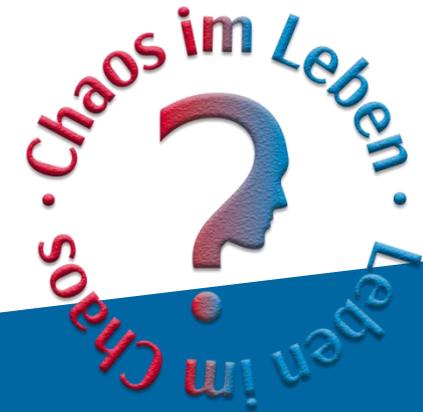
Für den Betroffenen kann es sich anfühlen, als ob Ihm jemand die Organe aus dem Körper reißt!

Auch wenn es für Sie „nur Müll“ ist, hat es für den Betroffenen eine Bedeutung, sodass er sich nicht so leicht davon trennen kann.

Das Leerräumen der Wohnung ohne Zustimmung kann dazu führen, dass der Betroffene jetzt noch mehr sammelt, aus Angst etwas zu verlieren.



LANDKREIS  
ROSENHEIM



## IV. Fallbeispiele

Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim

Prinzregentenstr. 19 · 83022 Rosenheim

Tel.: 08031 392 6240 · Fax 08031 392-9001

Gitte.Haendel@lra-rosenheim.de · [www.landkreis-rosenheim.de](http://www.landkreis-rosenheim.de)



## Herr A., 53 Jahre

Herr A. ist im 53. Lebensjahr und in Berlin geborgen, ledig und stolzer Vater von zwei erwachsenen Kindern. Zur 4. Klasse Grundschule wurde er „Neubayer“. Seine 10 Jahre ältere Schwester blieb in Berlin.

Die Schule verließ er mit Abitur. Nach FSJ und der Lehre zum Krankenpfleger, wechselte er zurück nach Berlin, um an der FU Berlin Humanmedizin zu studieren. Hier entstand ein subjektiver Bruch in der Vita:

Geburt der beiden Söhne; Ende der Beziehung zur Kindsmutter; Abbruch Studium vor Physikern und Rückkehr nach Bayern; Fokussiert auf Familie, als „Hausmann“, Vater und Sohn; Kindererziehung und Betreuung der alternden Mutter; 2007 stirbt die Mutter; folgender Rückzug der Schwester 2008; endgültige bzw. offenkundige Krise 2012 nach Verlust des Elternhauses.

System und Entstehung des Sammelns:

Das elterliche Vorbild spielt sicher eine Rolle. Beide Zeitzeugen von 1. bzw. 2. Weltkrieg. Den damit verbundenen unkontrollierbaren materiellen Verlusten, Traumata und den folgenden Notwendigkeiten des Überlebens wurde schon immer im Hause vermittelt. – „Dass man jederzeit wieder mit nichts dastehen kann!!!“

Ein zusätzlicher Zusammenhang zu einem Schädel-Hirn Trauma mit 1-2 Jahren und einem darauffolgendem monatelangen Klinikaufenthalt in veraltetem klinischen Setting steht im Raum. Nachdem mehrere Säulen der Sicherheit im Leben so, nach und nach weggebrochen sind (Tod des Vaters 1989, Ende der Beziehung zur Kindsmutter mit 2 Kindern 1997, Abbruch des Medizin Studiums 1998 und folgende Anstellungslosigkeit, Begleitung der Mutter bis zum Todeszeitpunkt 2007 und damit verbunden der Wegfall von finanziellen Sicherheiten) wurden die erlernten Verhaltensweisen bei Verlust (sammeln, festhalten „jenseits aller Sinnhaftigkeit“) immer mehr Thema um die fehlenden Sicherheiten zu kompensieren.

Ab diesem Zeitpunkt ist es für ihn bereits störend gewesen. In den folgenden Jahren bis 2010 spitzte sich die Lage zu und gipfelte im Verlust des Hauses 2012 aufgrund dubioser Geschäftemacher. Dies führte dann in Wohnformen und weitere subjektive Gesichtsverluste. Seither lebte er in verschiedenen Wohnformen die „aus Sicht des Kostenträgers und Betreuungspersonals“ nicht richtig gewesen seien. Die Vermeldung der Obdachlosigkeit und die damit verbundene Perspektivlosigkeit stand von nun an im Vordergrund und verstärkte so nur noch das Sammeln und Horten. Seien es Lebensmittel, Pfandgut u. v. m. „Ich fühle mich sozial kastriert“.

## Frau K, 72 Jahre, alleinlebend ohne Kinder

Einkommen: Rente 724,-€, Wohngeld 28,-, Miete: 342,-€, Inanspruchnahme des „Tafelangebots“

40 Jahre berufstätig:

- 20 Jahre als Arbeiterin in der Metallmontage und Disponentin, nach 20 Jahren Kündigung aus sozialen Gründen (da keine Familie)
- 20 Jahre in der Gastronomie tätig, zuletzt in der Essensausgabe eines Wohlfahrtsverbandes (1€ Job)

Haupterkrankungen in den vergangenen 15 Jahren: Krebserkrankung mit Bestrahlungsserie, Lymphproblematik, Diabetes, Inkontinenz, offene Beine, extreme Gehschwierigkeiten /Gehhilfen

Schicksalsschläge: vor etwa 5 Jahren verlor sie fünf nahe Verwandte und eine gute Freundin

Frage an sich selbst: „Wie konnte ich nur so tief sinken?“ (Verlust der Wohnung drohte durch Verwahrlosung)

„Früher habe ich selbst Leuten geholfen und hatte wenig Zeit für meine eigenen Belange“

„Dauernd musst du betteln“

„Ich wollte nie um Hilfe betteln-das bin ich nicht!“

„Geld brauchst du auch...“

## Kurt

Ich wurde geboren und war 6 Jahre lang Prinz und wurde umsorgt.

Dann kam mein Bruder und ich trat in den Hintergrund...

Mit 18 war ich ein schlechter Schüler, dann der Schock, mein Vater kaufmännische Führungskraft, verstarb mit einem Herzinfarkt.

Nach 1 Jahr im Chaos zog ich nach Berlin zu meiner Oma. Dort machte ich das Abitur nach und fing bei der Bank an zu arbeiten... - Mein Traumjob -

Traumfrau Natascha gefunden. Dann schwerer Autounfall, nur wegen Porschetechnik überlebt. Folgen des Unfalls führten zur Krise und Trennung von der Beziehung – Entscheidung: Karriere statt Liebe

Tolle Zeit, 11 Jahre bis Wertpapierspezialist und Führungsetage Karriereende durch meinen Chef, dem ich zu teuer und zu schlau war,.

Übte massiven Druck aus, somit ging ich in die Abfindung.

Man hat das Gefühl, dass der Betrag bis ans Lebensende reicht. –totaler Trugschluss-

Nächster Schock, meine Oma stirbt, mein engster Vertrauenspartner.

Durch meine Mutter Wohnung in Rosenheim gefunden, München war unmöglich von Berlin aus.

Nach Umzug ins Krankenhaus zur Stabilisierung für 3 Wochen. Danach guter Psychiater und guten Psychologen kennen gelernt. Jahrelang gute Zusammenarbeit, beide jetzt im Ruhestand!

Es ging auf und ab.

Zweite Traumfrau Manon, mit 2 kleinen Töchtern- Dies und Österreich war meine schönste Zeit – guter Job in Österreich bei Bank. In Krisensituation Möglichkeit des Vorruhestandes, da keine passende Arbeit mehr zu finden war, ihn kurzfristig mit 49 Jahren erhalten.

Verbesserung der finanziellen Situation trotz Riesenabschlags. Mein größtes Problem war, dass ich mich von nichts trennen konnte. Und ein Ordnungsproblem, meine Mutter ist überordentlich. Ich konnte ihr nicht standhalten.

Somit hatte ich eine Freundin, in der Bank Mitarbeiter und später eine Putzfrau. Ich habe dies immer mit anderen Qualitäten ausgeglichen.

Dann mit 60 nächster Schock. Schlaganfall, 1,5 Tage im Koma, 10 Höllentage im Krankenhaus Ich stand vor dem Nichts, aber arbeitete mich wieder retour. Ich will leben, Autofahren, das Leben genießen...

Dies habe ich dank der Nachbarschaftshilfe. Meiner Hausärztin, meiner Sozialpädagogin vom Gesundheitsamt, für die ich den Bericht geschrieben und ihr gewidmet habe, und einer weiteren Freundin und meiner Mutter,, geschafft.

Also nochmal herzlichen Dank an alle Helfer!

Die Nachbarschaftshilfe hat mich tag für Tag aufgebaut in kleinen Schritten. Später dann Hilfen zukommen lassen – mir geholfen „41 Jahre Kurt“ teilweise zu entsorgen bzw. sortieren, bzw.. Verteilen. Ohne Schlaganfall hätte ich nie so viel geschafft – „the end“ ist besiegt!

Danke!



LANDKREIS  
ROSENHEIM



# V. Anlaufstellen und Ansprechpartner für frühzeitige Hilfe

Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim

Prinzregentenstr. 19 · 83022 Rosenheim

Tel.: 08031 392 6240 · Fax 08031 392-9001

Gitte.Haendel@lra-rosenheim.de · [www.landkreis-rosenheim.de](http://www.landkreis-rosenheim.de)



## **Anlaufstellen für frühzeitige Hilfe (Betroffene und Angehörige):**

- **Selbsthilfegruppe**
  - Selbsthilfezentrum Traunstein (AWO)
  - Email: [kontakt@selbsthilfe-traunstein.de](mailto:kontakt@selbsthilfe-traunstein.de)
  - Chaos oder anders: [www.selbsthilfe-traunstein.de](http://www.selbsthilfe-traunstein.de)
  
- **Messie-Frühstück**
  - BürgerBahnhof Wasserburg
  - Termine auf Anfrage
  - Email: [gitte.haendel@lra-rosenheim.de](mailto:gitte.haendel@lra-rosenheim.de)

## **Anlaufstellen für frühzeitige Hilfe (Betroffene und Angehörige):**

- **Bayerische Messie-Hotline**
  - Tel.: +49 (0) 89 550 64 890
  - Email: [messie@h-team.de](mailto:messie@h-team.de)
  - <http://www.h-team-ev.de/wie-helfen-wir/beratungen/>
- **Angehörige-Messies (München/Freilassing)**
  - Informationen für Angehörige von Menschen mit Messie-Syndrom
  - Email: [info@angehoerige-messies.de](mailto:info@angehoerige-messies.de)
  - [www.angehoerige-messies.de/selbsthilfegruppen](http://www.angehoerige-messies.de/selbsthilfegruppen)



# LANDKREIS ROSENHEIM



## VI. Weitere Kontakte

**Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim**

Prinzregentenstr. 19 · 83022 Rosenheim

Tel.: 08031 392 6240 · Fax 08031 392-9001

Gitte.Haendel@lra-rosenheim.de · [www.landkreis-rosenheim.de](http://www.landkreis-rosenheim.de)



- **Ambulante Hilfen Anthojo Rosenheim**

Ansprechpartnerin:

Frau Petra Auerhammer

petra.auerhammer@anthojo.de

Tel.: 08031 4011560

- **Sozialpsychiatrischer Dienst der Caritas**

Ansprechpartnerin:

Sozialpsychiatrischer Dienst

spdi-rosenheim@caritasmuenchen.de

Tel.: 08031 20380

- **Kompetenznetz - Neurologie und seelische Gesundheit Rosenheim**

- Herr Dr. Schormair, Herr Böhm, Herr Sauer, Herr Dr. Riedl, Frau Schenk, Herr Dr. Ühlein
- Email: [info@kns-rosenheim.de](mailto:info@kns-rosenheim.de)
- <https://www.neurologen-und-psihiater-im-netz.org/aerzte/rosenheim/kns-rosenheim/startseite.html>

- **Internationaler Bund Wasserburg (IB)**

Ansprechpartner:

Teamleitung

Frau Ingrid Öfele

ingrid.oefele@ib.de

Teil.: 08071 922 810

- **Soziale Dienste Oberbayern (SD-OBB)  
Fachambulanz für Suchterkrankungen diaLog**

Ansprechpartner:

Fachambulanz für

Suchterkrankungen

diaLog, Kufsteiner Str. 55

83022 Rosenheim

Tel.: 08031 356 280

Kaspar-Aiblinger-Platz 24

83512 Wasserburg

fachambulanz@sd-obb.de

- **Staatl. Gesundheitsamt Rosenheim**

Ansprechpartnerin:

Frau Roswitha Schmidt

gesundheitsamt@lra-rosenheim.de

Tel.. 08031 392 6203

- **Ordnungsamt des Landratsamtes Rosenheim**

Ansprechpartnerin:

Frau Jutta Gschwendtner

Jutta.Gschwendtner@lra-rosenheim.de

Tel.: 08031 392 6100

- **Polizei Rosenheim**

kein direkter Ansprechpartner vorhanden:

Notruf Feuerwehr und Rettungsdienst 112

Notruf Polizei 110



LANDKREIS  
ROSENHEIM



## VII. Messie Quick-Test

Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim

Prinzregentenstr. 19 · 83022 Rosenheim

Tel.: 08031 392 6240 · Fax 08031 392-9001

Gitte.Haendel@lra-rosenheim.de · [www.landkreis-rosenheim.de](http://www.landkreis-rosenheim.de)



Diese Fragen, in Anlehnung an den Messie Quick-Test, dienen zur Selbstreflexion.

1. Haben Sie ein Problem, den Hausarzt zu Ihnen nach Hause zu rufen, auch wenn Sie sehr krank sind?
2. Stehen in Ihrer Wohnung volle Kisten und Säcke, da Sie keinen Stauraum mehr haben?
3. Belastet Sie der Zustand Ihrer Wohnung sehr?
4. Schaffen Sie es innerhalb eines Tages Ihre Wohnung für ein Essen mit Freunden aufzuräumen?
5. Laden Sie gerne Freunde/Verwandte zu sich nach Hause ein?
6. Haben Sie weniger als ein Mal im Monat Besuch bei sich in Ihrer Wohnung?
7. Liegen in Ihrer Wohnung Sachen herum, sodass Sie schon Acht geben müssen, wohin Sie treten?
8. Fällt es Ihnen schwer Gegenstände zu entsorgen, auch wenn sie nicht mehr funktionstüchtig sind?
9. Wissen Sie genau, wo Sie Dokumente, z. B. Personalausweis, aufbewahren?
10. Fällt es Ihnen schwer, sich auf eine Sache zu konzentrieren, besonders beim Aufräumen?

-> Wenn vieles auf Sie zu trifft, könnte dies ein Hinweis auf eine Erkrankung am „Messie-Syndrom“ oder dem „Pathologischen Horten“ sein.

In Anlehnung an: Gina Kassidis (2012). In: Nassim Agdari-Moghadam (2018): Pathologisches Horten. Praxisleitfaden zur interdisziplinären Behandlung des Messie-Syndroms



LANDKREIS  
ROSENHEIM



## VIII. Literaturliste

---

**Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim**

Prinzregentenstr. 19 · 83022 Rosenheim

Tel.: 08031 392 6240 · Fax 08031 392-9001

Gitte.Haendel@lra-rosenheim.de · [www.landkreis-rosenheim.de](http://www.landkreis-rosenheim.de)



## Literaturliste

**Agadri-Mghadam, N. (2018):** Pathologisches Horten. Praxisleitfaden zur interdisziplinären Behandlung des Messie-Syndroms.

**Külz, A. K., Voderholzer, U. (2018):** Pathologisches Horten.

**Pritz, A., Vykoukal, E., Reboly, K., Agdari-Moghamdam, N. (Hrsg.) (2009):** Das Messie-Syndrom. Phänomen, Diagnostik, Therapie und Kulturgeschichte des pathologischen Sammelns.

**Rehberger, R. (2019<sup>5</sup>):** Messies – Sucht und Zwang. Psychodynamik und Behandlung bei Messie-Syndrom und Zwangsstörung.

**Rehberger, R. (2017<sup>4</sup>):** Selbsthilfe für Messies. Ursachen verstehen – Änderungen wagen.

**Schröter, M. (2017<sup>3</sup>):** Messies – ein Versuch zu verstehen. Betroffene sprechen über ihr Leben mit dem Messiesyndrom.

**Schröter, V. (2018<sup>2</sup>):** Messie-Welten. Das komplexe Störungsbild verstehen und behandeln.

**Sozialpsychiatrischer Dienst Stadt Dortmund:** Wenn Wohnungen unbewohnbar werden.  
[www.dortmund.de/media/p/gesundheitsamt/pdf\\_gesundheitsamt/psychatrie\\_und\\_sucht\\_1/Wenn\\_Wohnungen\\_unbewohnbar\\_werden.pdf](http://www.dortmund.de/media/p/gesundheitsamt/pdf_gesundheitsamt/psychatrie_und_sucht_1/Wenn_Wohnungen_unbewohnbar_werden.pdf) (20191028) Der Dortmunder Vorschlag zum praktischen Vorgehen bei unbewohnbar gewordenen Wohnungen – Untersuchung von 186 Fällen von Vermüllung, Wohnungsverwahrlosung und pathologischem Horten (Messie-Syndrom).



# LANDKREIS ROSENHEIM



## IX. Filmliste

---

**Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim**

Prinzregentenstr. 19 · 83022 Rosenheim

Tel.: 08031 392 6240 · Fax 08031 392-9001

Gitte.Haendel@lra-rosenheim.de · [www.landkreis-rosenheim.de](http://www.landkreis-rosenheim.de)



## Filmliste

### **Messies, ein schönes Chaos**

Ulrich Grossenbacher (Regie). Dokumentarfilm, Schweiz 2011 <http://www.youtube.com/watch?v=iNDwYA1cT-Y>  
Trailer zum Film Messi ein schönes Chaos

### **Sieben Mulden und eine Leiche**

Thomas Haemmerli (Regie). Dokumentarfilm, Zürich 2007 <https://www.youtube.com/watch?v=pL20r1Gq4fA>

### **Lady in a Van**

[https://youtube.com/watch?v=h\\_-69j2g1xw](https://youtube.com/watch?v=h_-69j2g1xw)

### **Reportage**

<https://www.frankenfernsehen.tv/mediathek/video/das-messie-syndrom-was-steckt-hinter-der-krankheit-2/>

### **Zu Hause im Chaos. Messies räumen**

ZDF. Reportage.

<https://www.zdf.de/dokumentation/37-grad/37-zuhause-im-chaos-102.html>



## Das Projekt „Leben im Chaos - Chaos im Leben“ wird

gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



Bei Fragen und Anmerkungen wenden Sie sich  
bitte an:

Dr. Gitte Händel  
Geschäftsstellenleitung  
Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Rosenheim

08031 392 6240  
gitte.haendel@lra-rosenheim.de  
Prinzregentenstraße 19, 83022 Rosenheim