

Was ist das Messie-Syndrom, was ist ein Messie?

Das Wort "Messie" ist eine Verniedlichung von englisch: mess = Chaos, Unordnung, Schwierigkeit.

Messies (Menschen mit dem sogenannten Messie-Syndrom) leiden insbesondere im privaten Bereich darunter, keine zeitliche oder räumliche Ordnung herstellen oder halten zu können, in der sie sich wohl fühlen. Dieses "Unwohlsein" kann durchaus die lebensbeschränkende Ausmaße einer Krankheit annehmen.

Messies sind sehr unterschiedliche Persönlichkeiten. Viele von ihnen sind überdurchschnittlich mit "Ordnung" beschäftigt und im Beruf oft perfekter als andere. Egal ob als Lehrer, Manager oder Kellner.

Es gibt 4 Chaos-Phänomene bei Messies äußerlich unauffällig normal, Ordnung ist jedoch ein ungewöhnlich wichtiger Teil des Lebens; sie zu halten wird als Qual empfunden
Zeit: z.B. Unpünktlichkeit und Versäumen wichtiger Termine
Papier: Horten von Papieren, Notizen, Zeitungen /Artikeln
Sammeln: Horten von Gegenständen / zwanghaftes Kaufen
Das Sammeln, Horten, Nicht-Wegwerfen kann bis zur Vermüllung führen. Die meisten Messies befinden sich jedoch in einem recht stabilen „Höllenzustand" irgendwo zwischen äußerlich unauffällig einerseits und der in den Medien gern zur Schau gestellten Vermüllung andererseits.

Vieles, was anderen leicht fällt, fällt Messies besonders schwer wie wegräumen, wegwerfen, abwaschen etc. Es bestehen große Entscheidungsschwierigkeiten bei alltäglichen Kleinigkeiten und selbst wenn äußerlich unauffällig, gibt es ein Gefühl "Ich habe versagt". Daraus folgt eine Scham, die oft im Privatleben zur sozialen Isolation führt.

Was ist die Messie-Therapie? Die "Fangfrage" lautet: Wie fühlen Sie sich in ihrer Wohnung? Können Sie jederzeit Besuch empfangen?

In der Therapie versteht sich der Therapeut nicht als Putz-, Haushalts- oder Aufräumhilfe vielmehr wird bei der Messie-Therapie "Hilfe zur Selbsthilfe" gegeben. Der Hilfesuchende muss die innere Bereitschaft dazu haben, sein Verhalten zu ändern und Hilfe anzunehmen dies ist der therapeutischer Ansatzpunkt.

Die Messie-Therapie findet meist immer "vor Ort" statt. In einem (zeit-ungebundenen) Erstgespräch wird gemeinsam analysiert, welche weiteren Schritte notwendig und für die Betroffenen akzeptabel sind, um den Teufelskreis zu durchbrechen und um wieder in ein "normales Leben" finden zu können.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten