Christina heeft verzameldwang:

“ IK WIL NIET LANGER LEVEN ALS EEN MOL IN MIJN EIGEN HUIS”

Op de kast staat een hele rij met beeldjes, wel een stuk of tien. Allemaal netjes naast elkaar. “Die wasbeer maakte mijn moeder in 1989 in het ziekenhuis. Ze was toen ernstig ziek. Die kan ik niet wegdoen. Daarnaast staat een houten puzzeltje dat mijn oom uit Canada heeft gemaakt. We zijn daar in 2000 geweest. Die herinnering doe je niet weg. Daarnaast staat een spaarpot die ik van mijn oma gekregen heb toen ik vier jaar was, die mag ook niet weg.” Christina heeft verzameldwang: “Mijn spullen zijn herinneringen, die probeer ik te koesteren.”

De woonkamer oogt behoorlijk vol, maar ook best gezellig. Er staat een aantal kasten, volgepakt met spullen, en er ligt ook best veel op de tafels en in de vensterbank. Gelukkig kun je er nog wel gewoon op de bank zitten. De woonkamer is het domein van C, een weduwe van 58 jaar met een verhaal. Een verhaal over verzamelen, maar ook over moeite met loslaten. Een verhaal over haar gezin, depressieve gedachten en het loslaten daarvan. Maar ook een hoopvol verhaal.

Het is 2012 als Christina haar man Hans moet loslaten. Hij is ernstig ziek geweest: "Hans had Asperger (een vorm van autisme-red.). Hij was een hele zorgzame man maar ook best aanwezig," vertelt Christina. "De dingen moesten gaan zoals hij dat wilde en niet anders. Dat hoort bij Asperger, maar dat maakte het wel lastig. Zeker in de pubertijd van de kinderen was er vaak strijd in huis. Maar niet alleen de kinderen hadden moeite met het gedrag van hun vader. Hans was erg van het opruimen. Als je iets niet meer gebruikte, kon je het beter weggooien, was zijn motto. Ik had daar moeite mee. Weggooien is jammer, we moeten immers goed rentmeesterschap bedrijven?"

"Ik kom uit een creatief nest, mijn vader bewaarde ook altijd van alles. We zijn na zijn overlijden lange tijd bezig geweest om zijn huis leeg te maken. Ik was kleuterjuf en kon alles gebruiken. Vier dopjes van een melkpak? Wieltjes voor een auto. Dus verzamelde ik 15 keer vier dopjes voor mijn klas."

HOARDING

Hoarding of verzameldwang is niet iets wat van de ene dag op de andere ontstaat. Vaak gaat er een verhaal aan vooraf. Christina besefte best dat dingen niet de plaats van mensen konden overnemen, maar als er een verhaal achter zat met een herinnering, dan moest je die toch bewaren? Zo liep de woning vol. Dozen met tijdschriften en andere spullen verhuisden van de ene plek naar de andere. Christina: "De Visie van de EO, daar staan vaak hele mooie artikelen in. Maar die kon ik niet allemaal tegelijk lezen, dus bewaarde ik ze. En op een gegeven moment stonden er dozen vol met Visies. En omdat ik dan niet meer wist welke artikelen ik had gemist, durfde ik ze helemaal niet meer weg te doen."

In 2015 ging het mis. De kinderen werden zelfstandig, gingen het huis uit en Christina had het gevoel alleen achter te blijven: "Toen Hans overleden was, kon ik bewaren wat ik wilde, de rem was er af. En het sparen van spullen voor creatieve doeleinden werd steeds vaker 'verzamelen om het verzamelen'. Klazien leert mij inzien dat veel spullen om je heen in de eerste plaats niet gelukkig maakt, want je kunt niets meer terugvinden en in de tweede plaats is het ook niet reëel. Ik heb genoeg hobbyspullen tot ik misschien wel honderd ben, dat is echt te gek."

"Zo raar, je gaat je hechten aan materiele zaken, maar die kunnen natuurlijk nooit gemis aan mensen om je heen vervangen. Mijn spullen zijn herinneringen, die ik probeer te koesteren."

"En zo zit er aan elk voorwerp een verhaal. Natuurlijk doe je dat niet allemaal weg, maar waar trek je de grens? Dat maakt hoarding zo moeilijk. Een aantal jaren geleden was er een programma op televisie waar men mensen met hoarding wilde helpen. In één dag werd het hele huis leeggehaald en alles weggegooid. Vreselijk lijkt met dat. En dat werkt dus voor geen meter, want ik zou echt doodongelukkig worden. Je kunt herinneringen niet zomaar in een container gooien."

OPRUIMCOACH

Opruimcoach Klazien begeleidt vanuit EBC Zorg Christina bij het opruimen. "In kleine stapjes, zonder stress, lopen we elke keer een paar dozen door. Zo krijg ik weer zicht op de spullen die ik in huis heb." Klazien maakte samen met Christina de begrippen 'doe-tijd' en 'dip-tijd'. Zij spoort Christina aan om meer 'doe-tijd' te hebben dan 'dip-tijd'. Bij 'doe-tijd' ga je actief aan de slag, al is het maar één doosje uitzoeken, of één lade opruimen, terwijl 'dip-tijd' leidt tot sombere gedachten ('wie heeft mij nou nodig').

> "In kleine stapjes, zonder stress, lopen we elke keer een paar dozen door. Zo krijg ik weer zicht op de spullen die ik in huis heb."

"Dat helpt, meent Christina. "Ik kan heel goed met Klazien praten, en samen opruimen. En als ik haar tips opvolg kom ik er wel. Zij is waardevol voor mij."

Christina is er nog niet: "Ik zal altijd meer spullen in mijn huis hebben dan anderen, dat zit in de aard van het beestje denk ik. Maar langzaam maar zeker kom ik uit mijn dip. Zie ik het leven weer van de zonnige kant. Ik wil niet langer leven als een mol in mijn eigen huis."