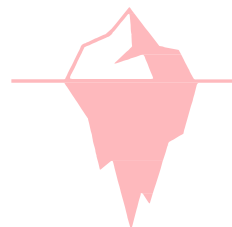


## BIJLAGE 3

# Ijsbrekerformulier<sup>50</sup>



**L**ijdt uw gezondheid onder problematisch verzamelen of koopverslaving, of hebt u langdurig moeite om uw huis en leven te organiseren, gebruik dan dit formulier als basis voor een gesprek bij uw huisarts of therapeut. Het geeft u kracht en hulp om een moeilijk onderwerp bespreekbaar te maken. Neem alstublieft ook foto's van de woning mee naar dit gesprek. Uw zorgprofessional krijgt dan een duidelijk beeld van uw woonsituatie en kan u beter adviseren. U kunt dit formulier ook gebruiken als er hulp nodig is met betrekking tot de woonsituatie van iemand anders en u voor hen of uzelf hulp zoekt. Vraag dan eerst toestemming voor het maken en tonen van foto's van de woning.

### Het probleem gaat om (kruis alles aan wat van toepassing is)

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> mijzelf        | <input type="checkbox"/> overmatig koopgedrag          |
| <input type="checkbox"/> een huisgenoot | <input type="checkbox"/> chaotische leefomstandigheden |
| <input type="checkbox"/> een familielid | <input type="checkbox"/> hoarding                      |
| <input type="checkbox"/> iemand anders  |  |

### Ik heb of deze persoon heeft (kruis alles aan wat van toepassing is)

- erg veel spullen in huis en moeite om te stoppen met spullen verzamelen.
- veel moeite, stress of een naar dan wel boos gevoel bij het laten gaan van persoonlijke spullen. De economische of emotionele waarde is hierbij niet belangrijk.
- een sterke behoefte om spullen te bewaren.
- plekken die vol staan met spullen, zoals woonruimte, de tuin, een berging of de auto.

50 © Cherry Rudge, [www.rainbowred.co.uk](http://www.rainbowred.co.uk). Vertaling/bewerking voor Nederland © Hilde Verdijk, [www.yourorganize.nl](http://www.yourorganize.nl).  
Versie januari 2023.

- plekken of voorzieningen in huis die niet normaal gebruikt of bereikt kunnen worden, zoals toilet, keuken, slaapkamer, verwarming en warm water.
- onveilige situaties in en/of om het huis, bijvoorbeeld risico om te vallen, brandgevaar, geblokkeerde deuren, ramen en/of trappen, schimmelvorming, niet werkend elektra of gas, ongedierte of een overgroeide tuin. (Licht het antwoord toe op een nieuw vel papier.)
- kinderen, volwassenen of ouderen en/of dieren in huis voor wie niet goed gezorgd wordt.
- het gevoel dat het allemaal te veel is. Het nemen van beslissingen of op een andere manier het probleem aanpakken is erg moeilijk.
- moeite om hier met anderen over te praten, zelfs als die anderen willen helpen. Bezoekers krijgen geen toestemming om het huis te betreden.
- moeite met het bijhouden van tijd, het maken van planningen, het stellen van prioriteiten, telefoneren, het bijhouden van administratie of het nemen van beslissingen.
- te horen gekregen dat er iets móét veranderen. Familie, verhuurder, overheid en/of GGD gaat of gaan actie ondernemen als er niets gebeurt vóór een bepaalde datum.

**Ik heb of deze persoon heeft hulp nodig, omdat** (kruis aan wat van toepassing is)

- de fysieke en mentale gezondheid en de veiligheid hieronder lijden.
- de situatie niet opgelost kan worden door mij of de betreffende persoon.
- onbekend is waar hulp te vinden is en hoe we dat moeten regelen.
- het erg moeilijk is hierover te praten, want er is sprake van schaamte en eenzaamheid.
- andere mensen dit probleem niet lijken te begrijpen of meteen een oordeel hebben.

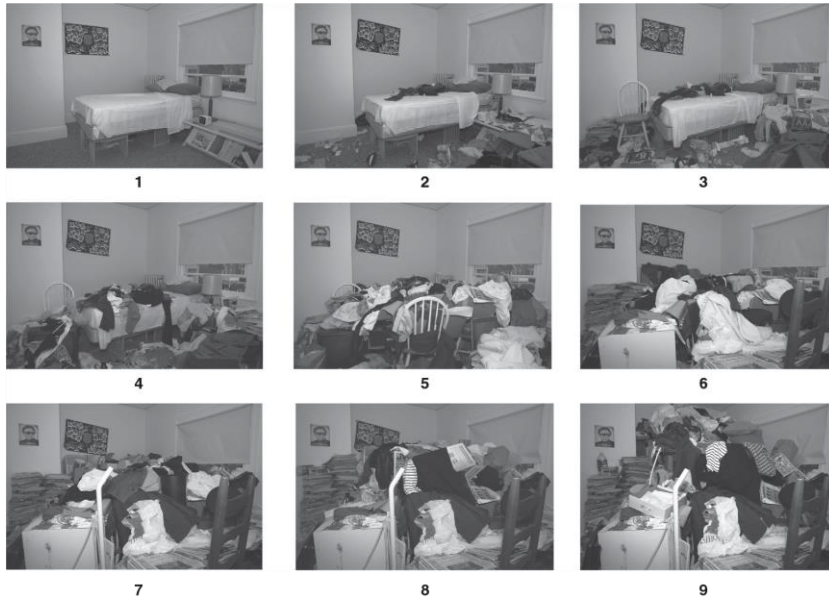
**Hier wil ik het ook nog over hebben** (kruis alles aan wat van toepassing is)

- Dit probleem bestaat al ongeveer ... jaar.
- Er zijn nog meer medische, fysieke, psychische of psychiatrische factoren.<sup>51</sup>
- Financiële factoren of problemen met huisvesting of verhuurder.
- Zintuiglijke beperkingen en/of gebrek aan hulpmiddelen.
- Dit probleem speelt bij meer mensen in de betreffende familie.

<sup>51</sup> Zie ook [www.challengingdisorganization.org/icd-in-het-nederlands](http://www.challengingdisorganization.org/icd-in-het-nederlands), Informatieblad fs004.

## Clutter Image Rating Scale<sup>52</sup>

---



Mijn/hun huis is te vergelijken met foto nummer ... van de Clutter Image Rating Scale.

### Brandrisico en noodzaak tot actie

Foto's 1 t/m 3: laag

Foto's 4 t/m 6: verhoogd risico

Foto's 7 t/m 9: alarmerend

### Informatie voor huisartsen of therapeuten en andere (professionele) zorgverleners

---

- Hoarding of verzamelstoornis is sinds 2013 als aparte stoornis opgenomen in de DSM-5. De belangrijkste kenmerken zijn: verzamelen en bewaren van overmatig veel spullen die weinig tot geen waarde hebben; moeite met of onvermogen om spullen te laten gaan, ongeacht de waarde; emotionele hechting aan spullen en daardoor stress en beperkingen in dagelijks en sociaal leven.

<sup>52</sup> Steketee, G., & Frost, R. (2006). *Compulsive Hoarding and Acquiring, Treatments that Work* (pp. 202-204). Oxford University Press..

- Hoarding gaat vrijwel altijd samen met een of meer andere diagnoses, zoals depressie, dwang- en/of angststoornis, AD(H)D, ASS, PTSS, ernstige fysieke beperkingen en vormen van dementie.
- De beste aanpak van hoarding is een combinatie van (cognitieve gedrags) therapie en thuisbegeleiding door een professional die gespecialiseerd is in hoardingproblematiek, zoals een professional organizer, cognitief-gedrags-therapeutisch werker, spv'er of ambulantly ondersteuner. Een duurzame aanpak die niet voor (hernieuwde) traumatisering zorgt, kost veel tijd.
- Chronische desorganisatie (CD) lijkt op hoarding. Bij CD is er sprake van langdurige, hardnekkige en telkens terugkerende perioden van desorganisatie die de kwaliteit van leven ondermijnen. Ook het hebben van veel spullen kan een gevolg zijn. CD kan ontstaan door verstoorde hersenfuncties, overtuigingen over jezelf en situationele factoren. Meer informatie hierover is te vinden op Informatieblad 4 van de website [www.challengingdisorganization.org/icd-in-het-nederlands](http://www.challengingdisorganization.org/icd-in-het-nederlands).

## Bronnen voor meer informatie

---

Beers, J. van, & Hoogduin, K. (2012). *Problematische verzamelaars*. Boom.

Tompkins, M.A., & Hartl, T.L. (2009). *Digging Out: Helping your loved one manage clutter, hoarding, and compulsive acquiring*. New Harbinger Publications.

Verdijk, H., Lambregtse, K., Brummer, A., Tielemans, I., Berg, D. van den, & Norden, M. (2023). *Hoarding: Opruimen en ordenen met problematische verzamelaars*. Boom.

<https://nederlandsehoardingweek.nl>

<https://www.yourorganize.nl/hoarding>

[www.challengingdisorganization.org/icd-in-het-nederlands](http://www.challengingdisorganization.org/icd-in-het-nederlands):

Clutter-Hoarding Scale®

[www.youtube.com/channel/UC8\\_bJwV9nwZJIZKa7789R3A](https://www.youtube.com/channel/UC8_bJwV9nwZJIZKa7789R3A)