



## Het gebruik van de Clutter Quality of Life Scale®.

Tijdens de NHW van 2021 is aandacht besteed aan de Clutter Quality of Life Scale® (CQLS). Deze schaal is een instrument dat meet hoe iemand zich voelt in zijn of haar huis, met zijn of haar hoeveelheid spullen om zich heen.

<https://nederlandsehoardingweek.nl/wp-content/uploads/2021/05/Clutter-Quality-of-Life-Scale-19-mei-2021.pdf>

De CQLS is niet alleen te gebruiken als meetinstrument bij iemand met een vol huis, maar ook als manier om in gesprek te komen met elkaar. In de praktijk blijkt het vaak moeilijk om een gesprek aan te gaan over de hoeveelheid spullen van iemand met hoardingproblematiek. Ze kunnen of willen niet zien hoeveel spullen ze eigenlijk hebben en wat dat doet met hun leefruimte en omgeving. Die leefruimte en omgeving is niet van hen alleen. Ook gezinsleden, burens en anderen kunnen last hebben van de hoeveelheid spullen en de gevolgen daarvan.

Ik gebruik de CQLS regelmatig bij echtparen waarvan het huis erg vol is en één of beide partners aangeven daar last van te hebben. We spreken dan voor het invullen af dat ieder zijn/haar eerlijke mening mag invullen zonder dat de ander daarover gaat argumenteren. Het gaat puur om het gevoel dat diegene heeft.

Soms is de uitkomst verrassend en blijkt ook de partner die verzamelt meer last te hebben van de situatie als voorheen aangegeven. Soms ook niet. In bijna alle gevallen leidt het invullen van de vragenlijst tot een gesprek waaruit een plan kan ontstaan om de hoeveelheid spullen tot voor beide partners aanvaardbare proporties of tot bepaalde ruimtes te beperken.

Ook kan de CQLS dienen als meetinstrument tijdens het proces van opruimen en ordenen. Spreek bij aanvang van het project een termijn af en laat de betrokkenen de lijsten dan opnieuw invullen. Is er verschil? Waar zit het verschil in, hoe is dat bereikt, wat doet het met de invuller en met de ander? Hoe kan het proces voortgezet worden en hoe behouden we het resultaat?

Verder kan de CQLS ook voor hulpverleners een waardevol instrument zijn. Als meting hoe iemand zich voelt en hoe het proces vordert, als opening voor een gesprek over de hoeveelheid spullen of als manier om de hulpvrager te laten zien wat het effect van de spullen op zijn/haar huisgenoten is.

Wil je meer weten over de CQLS en andere nuttige instrumenten, neem dan een kijkje op <https://www.challengingdisorganization.org/icd-in-het-nederlands>.

De CQLS is ontwikkeld door Dr. Catherine Roster in samenwerking met het Institute for Challenging Disorganization (ICD).

Ingrid Tielemans

[www.marein-organizing.nl](http://www.marein-organizing.nl)