

Soms lees of hoor je in het nieuws een intrigerend cijfer dat meteen je nieuwsgierigheid wekt. In deze rubriek het verhaal achter het cijfer.

1 OP DE 50 lijdt aan verzameldwang

zoals de moeder van Inge

'Ons huis was tot de nok gevuld'

Stapels papier, oude kranten en tijdschriften, glazen potten, bergen kleding, ongewassen vaat: als kind struikelde Inge (27) over de spullen in huis. De reden? De verzameldwang van haar moeder. "De eethoek gebruikten we nooit, ik at altijd in mijn eentje op mijn slaapkamer."

Inge: "Een van mijn eerste jeugdherinneringen is de **stapel kleding** op de slaapkamer van mijn ouders. Niet zo'n stapeltje dat je na een dag weleens naast je bed hebt liggen, maar echt een grote berg. De slaapkamer lag er bezaaid mee, maar als kind vond ik het stiekem wel leuk om ermee te spelen – mijn zusje en ik sprongen dan boven op die berg en deden alsof het een trampoline was. Mijn moeder is altijd al een verwoed verzamelaar geweest. Ze spaarde origamispullen, dus er lagen stapels papier in huis – op de grond, want de kasten puilden uit. Maar ook de

dozen waarin al die spullen werden bezorgd, bewaarde ze. Net als andere dingen waarvan ze dacht dat ze het later nog kon gebruiken: **van lege wc-rollen en wattenstaafjes tot aan tijdschriften, kranten en glazen potten**. Niet dat mijn moeder die spullen veel gebruikte. Natuurlijk las ze weleens een tijdschrift of vouwde ze een origamifiguur, maar er stonden nog minstens dertig andere dozen in een hoek waar ze niet eens bij kon. Ons huis was tot de nok gevuld.

Onze eethoek? Die gebruikten we nooit, ik at altijd in mijn eentje op mijn slaapkamer. Dat klinkt misschien heftig, maar gek genoeg had ik daar weinig moeite mee. Ik kwam dan juist even tot rust en kon zelf bepalen waarnaar ik keek op televisie. Maar ik zat wel altijd tussen de spullen, want ook mijn slaapkamer ontkwam niet aan de verzameldwang van mijn moeder."

Complexe aandoening

Eén op de vijftig mensen lijdt aan verzameldwang, ook wel bekend als 'hoarding'. Dat vertelt gz-psycholoog Menno Norden, die gespecialiseerd is in dit onderwerp. Hij en een aantal andere experts schreven er een boek over dat onlangs verscheen: *Hoarding – Opruimen en ordenen met problematische verzamelaars*. De oorzaken kunnen verschillen, vertelt hij. "Hoarding is een complexe



aandoening en de aanleiding is bij iedere persoon weer anders. Wel komen bepaalde dingen vaak terug. Zo kan verzameldwang deels genetisch bepaald zijn – dan deden ouders of grootouders het bijvoorbeeld ook al. Ook een ingrijpende gebeurtenis kan bijdragen aan het beginnen of verergeren van verzameldwang. Denk dan aan een overlijden of een verhuizing. Het betekent trouwens niet dat iederéén die verhuist risico loopt, benadrukt Norden. “Vaak hebben mensen al een neiging tot verzamelen – dan hoor je dat ze het in hun tienerijd al lastig vonden om dingen weg te doen.” Spullen kunnen bovendien troost bieden, merkt Menno bij zijn cliënten. “Als iemand erg teleurgesteld is in bepaalde mensen of een trauma heeft meegemaakt, kunnen spullen een gevoel van veiligheid geven – die doen je immers geen pijn.” Toch blijft het lastig om te bepalen waarom de ene persoon extreem verzamelt en de ander niet, besluit de psycholoog. “Er speelt echt een persoonlijke factor mee.”

Penetrante geur

Een huis vol spullen is niet alleen onpraktisch, soms gaat het ook gepaard met een gebrek aan hygiëne. Norden: “Het is weliswaar geen kenmerk van hoarding, maar kan wel een gevolg zijn. Overigens is een grote groep mensen prima in staat zichzelf goed te presenteren

en hun huis enigszins op orde te houden. Een ander deel heeft daar meer moeite mee. Omdat de keuken volstaat met afwas bijvoorbeeld, of de badkamer niet meer gebruikt kan worden en mensen dus niet meer douchen. De vraag is ook: waar kun je precies stofzuigen of een doekje overheen halen als alles volstaat? Je hebt geen idee wat er onder of achter die stapels spullen ligt.” Voor Inge is dat herkenbaar. “Ik heb alle dieren in ons huis wel gezien. Denk aan zilvervisjes, spinnen en muizen, maar ook aan heel veel vliegen. **Die kwamen op de vuile afwas af, of op etensresten die niet werden opgeruimd.** Daarnaast hadden mijn ouders veel cavia’s en katten. Die liepen los in huis en plasten ook gewoon in de woonkamer en op de trap. Die penetrante geur vond ik een van de ergste dingen.”

Machteloos

Hoewel hoarding een serieuze aandoening is, volgens Norden, leidt het in de omgeving vaak tot onbegrip. Op jongere leeftijd had Inge dat nog niet zo door, vertelt ze. “**Als kind werd ik weliswaar gepest, maar later hoorde ik pas dat dat kwam omdat ouders van klasgenootjes niet wilden dat ze bij mij kwamen spelen, omdat het bij ons thuis vies was.** De paar vriendjes die ik wel had, kwamen nooit hier. Ik speelde altijd daar.”



Pas in de puberteit begon Inge zich echt te ergeren aan alle spullen in huis. “Kwam ook omdat onze burens geregeld lieten merken dat ze last van ons hadden. Op een gegeven moment begonnen ze mij er ook op aan te spreken, of ik er dan niks aan kon doen. Dat vond ik echt vreselijk, alsof ik dat niet allang geprobeerd had – **tijdens boze buien riep ik geregeld naar mijn ouders dat ze hun zooi moesten opruimen.** We hebben het huis ook daadwerkelijk een paar keer opgeruimd. Meestal als de burens een overlastmelding bij de gemeente hadden gedaan en er iemand aan de deur kwam om poolshoogte te nemen. Mijn moeder liet ze dan nooit binnen, gaf aan dat ze een afspraak moesten maken voor een later moment. In de tussentijd schoot ze in de stress en maakten we samen het huis schoon. Het was dan éven opgeruimd, maar **een paar weken later keerde de rommel in alle hevigheid weer terug.** Ja, natuurlijk zei ik daar wat van, maar als kind heb je weinig in te brengen tegen je ouders. Tegen mijn vader net zo goed niet, want hoewel vooral mijn moeder verzamelde, ging mijn vader daarin mee en liet hij het toe. Als de burens dan weer eens tegen mij klaagden, voelde ik me zó machteloos. Dat zou ik anderen ook willen meegeven: **ga met de persoon die verzamelwoede heeft in gesprek, vraag of iemand hulp nodig heeft. Maar oordeel niet zo snel – en ga al helemaal niet naar de kinderen.**”

Norden sluit zich daarbij aan. “Als je een kind gaat aanspreken op het gedrag van de ouders, dan belast je het kind er onterecht mee. Wel is het belangrijk om in contact te blijven >

met iemand, door te vragen hoe het gaat, oog voor elkaar te hebben.” Norden benadrukt dat een open blik heel belangrijk is. “Als dwang-verzamelaar heb je in de buurt al gauw een naam en word je op een bepaalde manier bejegend. Mensen weten echter niet wat het verhaal is dat zich áchter de voordeur afspeelt, waarom iemand zoveel spullen heeft. Dat is wel goed om je te realiseren.”

Eindelijk hulp

Vorig jaar was er opnieuw een moment dat instanties aanbelden bij de ouders van Inge. Deze keer was het de woningbouwvereniging, omdat er melding was gedaan van de vele spullen in de tuin. “Voor de verandering deed mijn vader open, die de verhuurder wél binnenliet. Toen zij de staat van ons huis zagen, besloten ze de gezondheidsinspectie in te schakelen. Mijn moeder schoot alweer in de verdediging en beloofde dat ze zou gaan opruimen, maar ik wist dat dat onbegonnen werk was.

‘Laat jezelf nou een keer helpen.

Als je hulp zoekt, kun je ook

zeggen dat je zelf aan de bel

hebt getrokken. Hoe vaak wil je dit

bovendien nog doen?’ zei ik tegen

mijn moeder. Voor het eerst was ze

het met me eens en schakelde ze

een opruimcoach in. Nu zitten ze al

een tijdje in een traject waarbij ze

professionele hulp en begeleiding

krijgen. Met succes, want de bad-

kamer is na een jaar bijvoorbeeld

nog steeds schoon. Ook het

aanrecht is altijd leeg en er kan

weer aan tafel worden gegeten.

Geweldig, natuurlijk. Ze zijn er nog

niet, want er staan nog steeds

kamers vol met spullen. Dat vind ik

wel frustrerend, dat het zo langzaam

gaat. Aan de andere kant: ze zijn dit

al dertig jaar gewend, zulk gedrag

heb je niet in één jaar afgeleerd, het

is een proces. Dat een aantal ruimtes

nu schoon blijft, is al heel wat.”

Inge merkt dat haar ouders het zelf ook fijn vinden. “Mijn vader zei laatst zelfs dat er meer rust in huis was.”

Dat een traject vaak jarenlang duurt, verbaast de psycholoog niet.

“Soms duurt de aanmeldfase al een jaar, waarin het netwerk om de persoon met hoarding heen – de gemeente, maatschappelijk werk – wordt opgebouwd. En het vertrouwen moet natuurlijk ook groeien bij iemand. Is er nood aan psychische zorg, dan duurt de GGZ-behandeling zeker een halfjaar. Bij de nabehandeling is vaak alleen een maatschappelijk werker betrokken, maar daar gaat dus ook nog tijd in zitten.”

Mee leren omgaan

Dat er voor haar ouders nu hulp is, vindt Inge fijn. Toch blijft ze huiverig wat de toekomst betreft. “Het gaat de goede kant op, maar ze zijn er nog niet – er moeten nog steeds kamers leeg. Het hulptraject duurt echter niet eeuwig, op een gegeven moment houdt de subsidie op. Wat gebeurt er dan, als de opruimcoach er niet meer is? Stapelen de spullen zich dan weer op? Zelf kan ik het niet meer dagelijks controleren nu ik niet meer thuis woon. Daar maak ik me soms wel zorgen over.”

Die angst is reëel, denkt Norden. “Je komt nooit helemaal van verzamel-dwang af, de neiging zal altijd blijven. Het is vooral hoe iemand ermee leert omgaan. **Dus dat iemand naar de winkel kan zónder met dertig onnodige aanbiedingen thuis te komen.**

En vervolgens moeite heeft om spullen weer weg te gooien, want het afscheid nemen van iets is vaak de moeilijkste stap. Het zal in meer of mindere mate altijd wel een ding blijven, maar het belangrijkste criterium is dat een normaal leven mogelijk is in het betreffende huis. Het hoeft geen museum te zijn, maar wel leefbaar.” Het is bovendien nooit erg om opnieuw hulp te vragen, benadrukt Norden. “Tijdens de afronding van een traject wordt vaak een plan opgesteld. Wanneer

‘Ik denk niet dat mijn ouders dit zelf zo wilden, maar dat ze niet anders konden’

gaat het goed, wanneer moet de gemeente opnieuw worden ingeschakeld? Als Inge merkt dat het de verkeerde kant opgaat, is het helemaal niet erg om opnieuw aan de bel te trekken – hulp is er altijd weer.”

Elke dag stofzuigen

Zelf woont Inge inmiddels samen met haar vriend. Haar huis is behoorlijk schoon, lacht ze. “Al komt dat ook omdat mijn vriend het andere uiterste is van mijn ouders, hij is echt een ‘neat freak’. Zelf zit ik ertussenin. Ik hou in elk geval niet van rommel. Ik heb het overigens wel moeten leren, schoonmaken. Zelfs stofzuigen had ik nog nooit gedaan. Nu doe ik het elke dag, ik hou er niet van als er stof op de grond ligt. En ik heb overal geurstokjes in huis, die ruiken zó lekker – totaal anders dan de dierenlucht die ik vroeger gewend was.”

Hoewel het hoarden van haar ouders, en met name haar moeder, voor veel verdriet heeft gezorgd bij Inge, neemt ze het hen niet kwalijk. “Ik denk ook niet dat zij dit zelf zo wilden, maar dat ze het in stand hielden omdat ze niet anders konden. Dan verweet mijn moeder mijn vader dat hij haar niet hielp met opruimen bijvoorbeeld, en zei mijn vader weer dat hij nooit iets mag weggooien van haar. Misschien was het ook een bepaalde leegte die ze probeerden op te vullen, omdat ze verder weinig sociale contacten hebben. Daarbij zijn mijn ouders er wel áltijd voor me geweest, zeker tijdens een periode dat het minder goed met me ging. Ze hebben me mooie normen en waarden bijgebracht, veel emotionele kracht gegeven. Ik probeer dus ook de andere kant van het verhaal te zien. Dat is ook heel wat waard.”

MEER WETEN?

→ **Hoarding – Opruimen en ordenen met problematische verzamelaars.** Hilde Verdijk, Klazien Lambregtse, Annelie Brummer, Ingrid Tielemans, Divya van den Berg, Menno Norden. € 32,95 Boom Uitgevers
→ **Van 22 t/m 26 mei is de Nederlandse Hoardingweek, kijk voor meer info op Nederlandshoardingweek.nl**