



Hoarding beter begrijpen

*'Het narratief achter 'n bult
spul'n.'*

L.Griepsma en H. Bremmer, beide SPV i.o.

(Foto geplaatst met toestemming.)

In een kamer vol dozen, boeken en verzamelde objecten ontvouwt zich een wereld die vaak onzichtbaar blijft. Dit artikel verkent de binnenwereld van mensen met hoardingproblematiek. Hoe verhouden zij zich tot hun spullen? Wat zeggen hun woorden over wie ze zijn? We luisteren naar verhalen van twee ervaringsdeskundigen en een professionele organizer. Wat kunnen we leren van hoe zij praten – en van wat zij soms niet kunnen zeggen?

Centraal staat de vraag: hoe kunnen SPV'ers beter aansluiten bij mensen met hoarding door aandacht te hebben voor hun taal, verhaal en context?

Hoarding; de definitie en cijfers

Hoarding komt bij ongeveer 1,5% van de wereldbevolking voor en wordt in de DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) omschreven als 'persisterende moeilijkheid om dingen weg te gooien ondanks de waarde van het object, voortvloeiend uit de drang om alles te bewaren'. Hoarding wordt geclassificeerd onder de obsessieve-compulsieve en verwante stoornissen. Deze moeilijkheid komt voort uit een sterk gevoelde behoefte om items te bewaren en de angst of lijdensdruk die gepaard gaat met het wegdoen ervan. Als gevolg hiervan stapelen bezittingen zich op, waardoor woonruimtes zo vol raken dat ze nauwelijks nog voor hun oorspronkelijke functie kunnen worden gebruikt. Deze situatie veroorzaakt stress of beperkingen in sociale, beroepsmatige of andere belangrijke functioneringsgebieden (Hulpgids, 2025).

Het is belangrijk op te merken dat hoarding niet beter kan worden verklaard door een andere medische aandoening of een andere psychische stoornis. Daarnaast kan het gepaard gaan met

overmatig verwerven van items die niet nodig zijn of waarvoor geen ruimte is, wat bij 80-90% van de mensen met hoarding voorkomt (Hulpgids, 2025).

Hoarding en taal(gebruik)

Taal, zowel non-verbaal als verbaal, is van grote waarde bij mensen met hoarding. Mensen met hoarding hebben vaak moeite met besluitvorming, organisatie en categorisatie van objecten. Dit heeft invloed op hun taalgebruik, met name in hoe ze over hun bezittingen praten. Ze gebruiken vaak uitgebreide en gedetailleerde beschrijvingen en hebben de neiging om te rationaliseren waarom elk object waardevol of betekenisvol is. Het taalgebruik van mensen met hoarding weerspiegelt vaak sterke emotionele gehechtheid aan objecten. Ze spreken over hun bezittingen alsof ze een intrinsieke waarde of zelfs een persoonlijkheid hebben. Dit kan verklaren waarom het loslaten van objecten gepaard gaat met gevoelens van angst en verdriet. Ze gebruiken daarnaast soms vaag of ontwijkend taalgebruik als ze worden geconfronteerd met opruimen of organiseren. Dit kan een manier zijn om moeilijke beslissingen te vermijden of om controle te behouden over hun omgeving (Kindermans, 2025).

Mensen met hoarding vormen vaak uitgebreide narratieven rond hun bezittingen, waarbij ze persoonlijke verhalen en herinneringen koppelen aan objecten (Rino Groep, 2025). Deze narratieven spelen een cruciale rol in hun identiteit en beïnvloeden hun denkprocessen met betrekking tot het bewaren of wegdoen van spullen.

Suzanna: verzamelaar van verantwoordelijkheid

Suzanna (54) komt uit Boedapest en woont sinds 2012 in Groningen. Zij heeft al sinds haar jeugd te maken met hoarding. Uit onderzoek blijkt dat hoarding zich vaak al manifesteert tussen het elfde en vijftiende levensjaar (McLean hospital, 2025). Voor Suzanna voelt het als een ballast. Ze beschrijft een leven in een maatschappij die niet te vergelijken is met de huidige consumptiemaatschappij. Ze hadden niet veel spullen in huis. Het appartement was zo goed als leeg, er waren weinig spullen. Wel hadden ze heel veel boeken want haar intellectuele ouders hielden erg van lezen.

Toen Suzanna in de jaren '90 voor het eerst te maken kreeg met de consumptiemaatschappij was ze totaal verrast over hoe het kan dat mensen zoveel spullen weggooien. Zij heeft altijd geleerd dat je spullen niet weggooit. "Ik ben opgegroeid met de waarde dat iets altijd waarde heeft, tenzij het kapot is en niet meer gerepareerd kan worden. Alleen dan mag je iets weggooien."

Deze overtuiging zorgt er voor dat Suzanna nu leeft in een woning waarin zij allerlei spullen verzamelt. Zo verzamelt ze gereedschap voor het geval ze iets moet repareren om te voorkomen dat ze iets moet weggooien. En zelfs al zijn ze kapot, dan kunnen de voorwerpen nog steeds mooi, interessant of inspirerend genoeg zijn om ze toch te willen bewaren. Ook is er een grote verzameling boeken, geschreven in verschillende talen. Daarnaast heeft ze interesse in dat wat de natuur gecreëerd heeft. In haar huis staan doosjes met vogelveren, doosjes met de 'helicoptertjes' van de esdoorn en ook eentje met een ingedroogd vogeltje. Het is een gemummificeerde duif. Daarnaast zijn er doosjes met gemummificeerde kikkers en - mogelijk ook ergens - een muis aan de verzameling toegevoegd. Van deze voorwerpen wil Suzanna graag een stop-motion animatiefilm maken. Er is een atelier in de woning voor het maken van de films maar de ruimte staat te vol met spullen. Suzanna vertelt dat haar ex een echte verzamelaar is en er door hem nog heel veel spullen in de woning zijn blijven staan. "Ik ben niet een verzamelaar, hij is echt een verschrikkelijke verzamelaar."

Suzanna bezit ook in Boedapest nu nog meerdere opslagruimtes waarin ze spullen heeft opgeslagen die ze heeft geërfd en niet weg kon doen. De kosten van de opslagruimtes zijn echter zo hoog dat ze nu bijna door haar spaargeld heen is en ze het niet meer kan betalen. De spullen zullen dus weg moeten. “Het is voor mij belangrijk dat de spullen naar een goed doel gaan. Dat er een goede plek voor gezocht wordt en dat het niet in de container gegooid wordt. En als het nog een beetje geld oplevert is dat fijn.”

De spullen zijn zowel financieel als qua wonen een ballast voor Suzanna. Door de financiële zorgen kan ze niet alle spullen bewaren en bovendien woont ze anti-kraak. Hierdoor weet ze niet hoe lang ze er kan blijven wonen en weet ze niet in wat voor woning ze hierna terecht en hoeveel ruimte ze daar zal hebben.

Ook emotioneel ervaart ze het als een ballast. Ze ontfermt zich over - door anderen - weggegooide spullen, kan de verleiding niet weerstaan ze te laten liggen. Het wordt een opdracht om er iets mee te moeten doen. Echter, alle verantwoordelijkheid voor de spullen loopt haar over de schoenen. Er is geen overzicht of ruimte meer voor wat ze met de spullen wil gaan doen. “Dan ga ik maar een boek lezen en voel ik even geen verantwoordelijkheid.” Ook verbindt ze emoties aan de spullen waardoor ze er geen afstand van kan nemen. Er kleven dan veel te veel herinneringen aan.

Suzanna vertelt dat ze het belangrijk vindt dat ze heel genuanceerd en gedetailleerd vertelt over haar spullen. De informatie heeft veel aspecten en alles is even belangrijk voor haar. Ze merkt dat mensen weinig geduld hebben voor haar verhaal. “Vaak denken ze al te weten wat ik wil gaan zeggen en nemen ze geen tijd om naar mijn verhaal te luisteren.”

Paula: tussen trauma en troep

Paula (fictieve naam) vertelt jarenlang lastiggevallen te zijn door zorginstanties met haar problematiek maar is er nu klaar voor om haar verhaal te vertellen. Ze vertelt dat haar moeder last had van hoarding. Zelf heeft ze er geen last van, haar klachten komen voort uit een post-traumatische stress stoornis (PTSS).

Haar verhaal begint in 1993, als ze erg gepest wordt. Daarnaast heeft ze een belaste jeugd gehad waarin sprake is geweest van mishandeling en misbruik door haar moeder. Hierdoor loopt ze een PTSS op en krijgt ze last van concentratieproblemen. Door deze concentratieproblemen functioneert ze niet meer zoals voorheen, toen ze juist altijd erg netjes en opgeruimd leefde. Ze begint spullen kwijt te raken en verliest het overzicht. Als voorbeeld noemt ze het verschonen van haar bed. Door de concentratiestoornissen kan ze haar schone lakens niet meer vinden dus koopt ze nieuwe. Ook al weet ze dat de lakens ergens moeten zijn, ze heeft ze tenslotte net van haar bed gehaald.

Op een gegeven moment is haar huis zo vol geraakt dat er enkel nog een gangpad naar het bed en de keuken was. Verder stond alles vol met dozen, opgestapeld tot aan het plafond. “Er was een muur van dozen waar je tussendoor ging”.

Paula benadrukt meerdere keren geen hoarder te zijn. Ze noemt haar spullen “troep”. Het beïnvloedt haar leven op verschillende manieren. Zo kan ze geen mensen over de vloer hebben omdat ze zich schaamt voor hoe het eruit ziet. Een nieuwe wasmachine bestellen is eigenlijk hard nodig maar uit schaamte durft ze er geen te bestellen. “De hoeveelheid troep in huis is als een molensteen om mijn nek.”

Een langslappende erfeniskwestie met haar familie zorgt ervoor dat ze zeven jaar lang te maken kreeg met intimidatie en chantage door haar familie. Het heeft ervoor gezorgd dat zij en haar jongste zusje uit elkaar gedreven zijn.

In tegenstelling tot Suzanna kan Paula juist wel dingen weggooien als ze kapot zijn. Ze heeft zichzelf geleerd om altijd haar afval weg te gooien zodat haar omgeving schoon blijft. Ook heeft ze ervoor gezorgd uit de schulden te blijven en dat ze er verzorgd uit ziet. Alles om te voorkomen dat de buitenwereld kan merken dat er iets met haar aan de hand is.

Paula ervaart weinig begrip en steun uit haar omgeving. Veel van die mensen, waaronder hulpverleners, tonen weinig begrip voor de situatie. Ze gaan voorbij aan haar gevoelens en behandelen haar als een gek. Voor Paula is het belangrijk om te worden gezien als mens en écht contact te maken. Het samen drinken van een kop thee is daar een mooi voorbeeld van. Dit zorgt voor verbinding en normaal menselijk contact. En samenwerking. Het gaat namelijk allemaal over bejegening. Vul je de dingen voor iemand in of ben je oprecht geïnteresseerd? Want voor Paula is gelijkwaardigheid en respect het belangrijkste van alles.

De ervaringen en rol van de professional organizer

In Nederland worden sinds 1997 professional organizers opgeleid. De inhoud van het vak is te verdelen in het organiseren van spullen en informatie/administratie en het organiseren van tijd en taken. Een organizer ruimt niet zelf op; de client wordt getraind in het aanleren van (nieuwe) vaardigheden (Verdijk et al.,).

Divya van den Berg is professional organizer en o.a. gespecialiseerd in het begeleiden van mensen met hoardingproblematiek. Samen met vijf anderen heeft zij het boek 'Hoarding, opruimen en ordenen met problematische verzamelaars.' geschreven. Hoewel ze geen fan is van het gebruik van Engelse termen in haar taalgebruik heeft ze nog geen beter alternatief kunnen vinden voor het omschrijven haar beroep. "Ik zoek al 20 jaar naar een alternatief maar heb nog nooit een term gevonden die de lading dekt."

Ze is praktijk Bergruimte begonnen nadat ze zelf een burn-out kreeg en daarom tijd had om na te denken over wat ze graag wilde gaan doen. Ze leerde over professional organizing en zag al haar opleidingen en werkervaring samenkomen in één beroep. Door daarnaast scholing te volgen over lichaamsgerichte traumatherapie en zich te verdiepen in hechting- en ontwikkelingstrauma bereikt ze veel mensen met hoardinggedrag.

Taal, zowel verbaal als non-verbaal, is volgens Divya erg belangrijk in het contact met mensen met hoarding. "Het gaat heel erg over labelen." Vaak hebben mensen met hoarding een voorgeschiedenis met veel gevoelens van onveiligheid. Vanuit die gedachte stelt Divya iedere keer als ze bij iemand op bezoek komt dezelfde vraag; 'Mag ik bij je binnenkomen?' Het kan tenslotte zomaar zo zijn dat ze de vorige keer iets heeft gezegd of iets heeft aangeraakt wat voor onveiligheid heeft gezorgd. Dat ze dit checkt getuigt van begrip voor de ander en dit draagt bij aan een betere vertrouwensband. Zo ook met het weggooien van spullen. Divya gebruikt termen als 'mag dit het huis verlaten?' liever dan 'kan dit weggegooid worden?'. Het zorgt ervoor dat de client keuzevrijheid krijgt in het maken van de beslissing en de autonomie versterkt. "Je wil dat het echt duidelijk wordt dat het jou om die persoon gaat. De persoon achter de spullen, daar wil je contact mee. Die spullen zijn gewoon de buffer, opgebouwd uit onveiligheid."

De rol van de SPV

In het expertisegebied van de SPV staat beschreven dat de SPV in de rol van communicator ‘aansluit bij het taalgebruik en de geletterdheid van de hulpvrager en het systeem van de hulpvrager. De SPV geeft blijk van respect door de perspectieven en betekenis van het taalgebruik van de ander te onderzoeken en als uitgangspunt te nemen’ (V&VN, 2023). En ook; ‘De SPV investeert in contact met de hulpvrager, ziet wat er maatschappelijk gebeurt, welke wisselwerking er is en waar mensen van uit balans raken en geestelijke gezondheidsproblemen ontwikkelen’ (V&VN, 2023).

De presentiemethode van Andries Baart is een methode waarbij gestreefd wordt naar ‘er zijn met’ en zo ook ‘er zijn voor’ de behoeftige ander die aangewezen is op (professionele) hulp en steun. Dat geschiedt allereerst door het tot stand brengen van aansluiting bij en afstemming op de leefwereld en levensloop van de ander en het aangaan van een relatie die zowel weldadig is als richting geeft aan de gezochte hulp en steun (Baart, 2025).

Ook motiverende gespreksvoering is een techniek die bij uitstek geschikt is voor mensen met hoardingproblematiek. Motiverende gespreksvoering is een op samenwerking gerichte, doelgerichte gespreksstijl met bijzondere aandacht voor verandertaal. De methodiek heeft als doel de persoonlijke motivatie en het commitment voor een bepaalde verandering te versterken, en wel door het ontlocken en verkennen van iemands eigen redenen om te veranderen, in een sfeer van acceptatie en compassie. Het perspectief van waaruit een gesprek wordt gevoerd, bevat elementen die als belangrijke onderdelen van de therapeutische relatie worden gezien:

- Partnerschap; client en behandelaar werken samen als partners.
- Acceptatie; de client wordt aanvaard zoals hij is. De grondhouding is acceptatie.
- Compassie; de behandelaar handelt uit het belang van de client.
- Ontlocken; behandelaar gaat actief op zoek naar motivatie voor behandeling door vragen te stellen over doelen, waarden en zienswijzen van de client (Ellis Baron, 2015).

Deze methodes sluiten naadloos aan op de rollen die beschreven staan in het expertisegebied van de SPV en zijn daarmee een hele goede basis voor de grondhouding van de SPV. Zeker bij problematiek als hoarding, waarbij vertrouwen, begrip en gelijkwaardigheid een grote rol speelt in het succes van de behandeling.

In de praktijk zien we dat de presentie benadering en het toepassen van motiverende gespreksvoering erg goed aansluiten in de behandeling en de bejegening bij mensen met teveel spullen. Door gebruik te maken van het narratief geeft de client sturing aan het gesprek en kan de hulpverlener simpelweg toeschouwer zijn van het geheel. Het brengt de hulpverlener dichterbij de client en het zet elkaar aan het denken. Hiermee wordt de deur geopend voor gedragsverandering.

Een van de narratieve methoden die gebruikt wordt in de hedendaagse hulpverlening is die van ‘storytelling’. Het is een methode waarbij de client het verhaal vertelt over gebeurtenissen in diens leven. Het gaat hierbij vooral over hoe de client zijn/haar probleem ervaart, niet over waarheden. Houd er rekening mee dat deze methode dus nooit helemaal objectief is. De client vertelt niet objectief, jij luistert als hulpverlener ook nooit volledig objectief.

Storytelling herstelt breuken in de persoonlijke geschiedenis, is gericht op verwerking en identiteitsvorming en ook helpt het bij het bereiken van een positief zelfbeeld.

Door de dialoog aan te gaan met de client en je te richten op de eigen regie van de client ontstaat een samenwerking die gericht is op wat iemand wel kan in plaats van wat iemand niet (meer) kan (Schreurs, 2011).

Onze ervaring is dat het erg verstandig is om je woorden goed te wegen. Onbedoeld iemand kwetsen of in een bepaalde richting sturen is vrijwel nooit helpend. We merken dat er dan regelmatig schade in de vertrouwensband ontstaat die weer moeilijk en langzaam herstelt of dat dit zelfs leidt tot het beëindigen van de samenwerking.

Hoarding is veel meer dan een probleem met opruimen. Het is een verhaal dat zich afspeelt in objecten, herinneringen en taal. Wie als hulpverlener écht contact wil maken, zal moeten leren luisteren naar de taal van spullen – en nog belangrijker: naar het verhaal daarachter.

Conclusie

Hoarding draait niet om spullen. Het draait om wat die spullen vertegenwoordigen: veiligheid, controle, herinneringen, identiteit. Wie alleen opruimt, mist de kern. Taal is de sleutel. In hoe iemand over zijn spullen spreekt, hoor je wat er werkelijk speelt. Angst, verlangen, schaamte of verdriet. Wie écht luistert, hoort het verhaal achter de chaos en vindt daar de ingang voor contact. Zowel Paula als Suzanna kunnen dit beamen, voor hen zijn gelijkwaardigheid, respect en een luisterende, geïnteresseerde houding van hulpverleners erg belangrijk voor het ontstaan en behouden van de behandelrelatie.

Als SPV kun je daarin het verschil maken. Niet door te benoemen wat weg moet, maar door met geduld te erkennen wat mag blijven. Door niet voor te schrijven, maar naast iemand te gaan staan. Want verandering ontstaat niet uit dwang, maar uit vertrouwen. Teveel spullen gaan altijd samen met een persoonlijk verhaal, hier erkenning voor geven is een goede start in een vertrouwensband. De uitdaging is dus niet: hoe krijgen we het huis leeg? De vraag is: durven we aanwezig te zijn bij wat vol zit?

Verwijzingen

American Psychiatric Association. (2025, februari 26). *Hoarding disorder*. Opgehaald van Psychiatry: <https://www.psychiatry.org/Patients-Families/Hoarding-Disorder>

Baart, A. (2025, april 08). *Presentie*. Opgehaald van Andries Baart: <https://www.andriesbaart.nl/presentie/>

Ellis Baron, J. d. (2015, juni). Motiverende gespreksvoering. *Gedragstherapie*, 58. Opgeroepen op mei 28, 2024

Hilde Verdijk; Klazien Lambregtse; Annelie Brummer; Ingrid Tielemans; Divya van den Berg & Menno Norden. (2023). *'Hoarding, opruimen en ordenen met problematische verzamelaars.'* Amsterdam: Boom Uitgevers.

Hulpgids. (2025, maart 03). *Hoarding of verzamelstoornis*. Opgehaald van Hulpgids: <https://hulpgids.nl/informatie/ziektebeelden/obsessieve-compulsieve-en-verwante-stoornissen/hoarding>

Kindermans, G. (2025, maart 03). *Oeverloos verzamelen*. Opgehaald van Tijdschrift de Psycholoog: <https://www.tijdschriftdepsycholoog.nl/artikelen/oeverloos-verzamelen/>

McLean hospital. (2025, maart 03). *Hoarding disorder: What you need to know*. Opgehaald van Mclean Hospital: <https://www.mcleanhospital.org/essential/hoarding-disorder>

Rino Groep. (2025, maart 03). *Hoarding staat bijna nooit alleen*. Opgehaald van Rino Groep: <https://www.rinogroep.nl/interview/512/hoarding-staat-bijna-nooit-alleen>

Schreurs, H. (2011). *Narratieve storytelling in de hulpverlening*. Amsterdam: Boom uitgevers.

V&VN. (2023). *Expertisegebied SPV*. Utrecht: V&VN.