

## ICD® Clutter Quality of Life Scale (CQLS)

### Achtergrond

Dr. Catherine Roster van de Universiteit van Mexico werkte samen met het Institute for Challenging Disorganization® (ICD®) om de ICD® Clutter Quality of Life Scale (CQLS) te ontwikkelen.

De Clutter Quality of Life Scale (CQLS) is ontworpen en getest door het Institute for Challenging Disorganization® (ICD®). Het is een instrument waarmee een individu de eigen gevoelens kan meten en de consequenties van rommel op de kwaliteit van het eigen leven kan beoordelen. Er wordt gekeken naar meerdere terreinen in iemands leven, te weten relaties met anderen, psychische nood, financiële gevolgen van rommel en lichamelijke beperkingen of uitdagende leefomstandigheden. Op deze terreinen kan rommel een belemmering zijn of de uitvoering van dagelijkse taken moeilijker maken. Rommel draagt in dat geval bij aan negatieve consequenties voor iemands welzijn. De CQLS is getest zoals andere gelijksoortige schalen, inclusief de Savings Inventory-Revised ontwikkeld door Frost, Steketee & Grisham (2004) en de Satisfaction with Life Scale door Diener e.a. (1985). De CQLS sluit goed aan bij deze testen.

In 2010 is ICD® gestart met het ontwikkelen van een instrument dat nuttig kon zijn voor professional organizers bij hun werk met hun cliënten. Het moest een subjectief instrument zijn om de consequenties van rommel op de kwaliteit van iemands leven te kunnen meten. Het achtergrondonderzoek dat Dr. Roster startte liet zien dat, om “kwaliteit van leven” echt goed te meten, het noodzakelijk is om zowel subjectieve (zelfoordeel) als objectieve (door een derde partij) instrumenten te gebruiken. De ICD® Clutter-Hoarding Scale is een objectief meetinstrument. De CQLS is een subjectief instrument, niet ontworpen om een hoarding-diagnose te stellen, maar om de invloed van rommel te schatten op het welbevinden van een persoon, vanuit het perspectief van die persoon.

ICD® vrijwilligers zorgden in de vroege stadia van de ontwikkeling van de CQLS voor feedback over de negatieve consequenties van rommel vanuit het perspectief van hun cliënten. Dit commentaar werd gebruikt in een vroege versie van de CQLS, die vervolgens getest werd op een klein aantal cliënten. Een volgende test met een willekeurige groep (n=500) en een veldtest met 1300 testpersonen uit de US en Canada (circa 30 in Canada) stroomlijnde de test van 60 naar 18 of 11 vragen. De test met 18 vragen gaat dieper in op details met vragen over het effect van rommel op je financiële situatie. Hierdoor is de test misschien bruikbaar voor professional organizers.

De CQLS kan professional organizers helpen om te zien welke effecten de rommel heeft op het leven van hun cliënt en hoe dit de motivatie van de cliënt kan beïnvloeden.

## CQLS: een instrument voor professional organizers.

Professional organizers kunnen de CQLS op een aantal manieren gebruiken:

- Bij een eerste gesprek om de impact van rommel op hun cliënt te peilen
- Als combinatie met de Clutter-Hoarding Scale® om een completer plaatje van de situatie van de cliënt te krijgen
- Gedurende het organizing-proces om voortgang te meten
- Aan het einde van het organizing-proces of bij onderhoudsafspraken, om te bepalen of verdere organizing stappen gezet dienen te worden
- Als marketinginstrument op individuele websites (dit moet gecheckt worden bij ICD® i.v.m. merkrecht)

## De ICD® Clutter Quality of Life Scale

Tot welke hoogte beïnvloedt rommel (een overvloed aan bezittingen) je huidige leven en welzijn?  
Lees iedere uitspraak hieronder en geef een cijfer aan iedere uitspraak

Erg mee oneens	Mee oneens	Een beetje mee oneens	Niet mee eens of oneens	Een beetje mee eens	Mee eens	Erg mee eens
1	2	3	4	5	6	7

1. Ik maak me zorgen over wat anderen van mij kunnen denken als ze zouden weten van de rommel in mijn huis.
2. **Ik moet spullen verplaatsen om taken in mijn huis uit te voeren.**
3. Ik koop vaak dingen die ik al heb, omdat ik niet weet waar ze in huis liggen.
4. De rommel in mijn huis maakt me overstuur of verdrietig.
5. **Ik vermijd het om mensen toe te laten in mijn huis vanwege de rommel.**
6. Ik probeer te vermijden om aan de rommel in huis te denken.
7. **Vanwege de rommel kan ik ruimtes in huis niet gebruiken zoals ik het zou willen.**
8. **Mijn gezinsleven lijdt (of heeft geleden) als gevolg van de rommel in mijn huis.**
9. **Ik voel me overweldigd door de rommel in mijn huis.**
10. **Ik ben bezorgd over de hoeveelheid rommel in mijn huis.**
11. **Ik kan door de rommel dingen niet vinden als ik ze nodig heb.**
12. Ik heb schulden gemaakt die ik me niet kan veroorloven, omdat ik teveel spullen heb.
13. **Ik voel me schuldig als ik denk aan de rommel in mijn huis.**
14. Ik moet voorzichtig zijn als ik door mijn huis loop, om te voorkomen dat ik struikel over spullen.
15. **Ik heb taken die uitgevoerd moesten worden in huis verwaarloosd vanwege de rommel.**
16. **Ik ontvang minder (vaak) familie dan ik zou willen vanwege de rommel in mijn huis.**
17. Ik was in de afgelopen 3 maanden meer dan eens te laat met het betalen van rekeningen omdat ze verloren waren gegaan in de rommel.
18. **Ik voel me depressief/terneergeslagen door de rommel in mijn huis.**

## Beschrijving van de Clutter Quality of Life Scale

De schaal hierboven wordt geteld als een gesommeerde schaal met een reikwijdte van 18 (laag effect van rommel op de subjectieve kwaliteit van leven) tot 126 (hoog effect van rommel op de subjectieve kwaliteit van leven). Een gewone gemiddelde score van 59 met een standaard deviatie van 38 punten is verkregen in voorgaande testen met gemengde populatie (zowel mensen met rommel als mensen zonder rommel). Herhaalde testen van de CQLS met 2 aparte steekproeven van algemene populatie (n=500) in de Verenigde Staten en met een verzameling verkregen uit het plaatsen van de CQLS op de website van ICD® (n=220) wijst op een stabiele 1-factor structuur die vrij van tegenstrijdigheden 80% van de variatie in de score uitlegt. De 18 items laten een grote betrouwbaarheid zien (Cronbach's Alpha = .985) die duidt op overtolligheid van vragen en die de mogelijkheid biedt om de schaal in de toekomst verder in te korten. Uit een vervolgonderzoek bleek dat de 11 vragen die dik gedrukt zijn een even goede indruk geven als de 18-vragen lijst, zij raken drie dimensies van het effect van rommel op de kwaliteit van leven als volgt:

### *Leefbaarheid van ruimte*

- 2 Ik moet spullen verplaatsen om taken in mijn huis uit te voeren.
- 7 Vanwege de rommel kan ik ruimtes in huis niet gebruiken zoals ik zou willen.
- 11 Ik kan door de rommel dingen niet vinden als ik ze nodig heb.
- 14 Ik moet voorzichtig zijn als ik door mijn huis loop om te voorkomen dat ik struikel over spullen.
- 15 Ik heb taken die uitgevoerd moesten worden in huis verwaarloosd vanwege de rommel.

### *Emotioneel*

- 4 De rommel in mijn huis maakt me overstuur of verdrietig.
- 6 Ik probeer te vermijden om aan de rommel in huis te denken.
- 9 Ik voel me overweldigd door de rommel in mijn huis.
- 10 Ik ben bezorgd over de hoeveelheid rommel in mijn huis.
- 13 Ik voel me schuldig als ik denk aan de rommel in mijn huis.
- 18 Ik voel me depressief/terneergeslagen door de rommel in mijn huis.

### *Sociaal*

- 1 Ik maak me zorgen over wat anderen van mij kunnen denken als ze zouden weten van de rommel in mijn huis.
- 5 Ik vermijd het om mensen toe te laten in mijn huis vanwege de rommel.
- 8 Mijn gezinsleven lijdt (of heeft geleden) als gevolg van de rommel in mijn huis.
- 16 Ik ontvang minder (vaak) familie dan ik zou willen door de rommel in mijn huis.

### *Financieel*

- 3 Ik koop vaak dingen die ik al heb omdat ik niet weet waar ze in huis liggen.
- 12 Ik heb schulden gemaakt die ik me niet kan veroorloven omdat ik te veel spullen heb.
- 17 Ik was in de afgelopen 3 maanden meer dan eens te laat met betalen van rekeningen omdat ze verloren waren gegaan in de rommel.

De verkorte 11 vragen-schaal wordt op dezelfde manier berekend, door het optellen van alle items. De beoordeling van de verkorte schaal is 11 (laag effect van de rommel) tot 77 (hoog effect van de rommel).

## **Doel**

De CQLS is ontwikkeld om de innerlijke of subjectieve consequenties van rommel te meten vanuit het perspectief van een persoon. Als zodanig is het ook een indirecte meting van iemands welzijn door het meten van persoonlijk gevoelde negatieve consequenties van rommel in het leven van die persoon over belangrijke levensgebieden die gebruikelijk worden geassocieerd met de kwaliteit van het leven. (QoL). De CQLS meet in wezen de persoonlijk gevoelde impact van rommel op de domeinen uit de QoL op levensgebieden. Dit kan heel verschillend zijn van de door een derde partij objectief gemeten waarden zoals de ICD® Clutter-Hoarding-Scale (C-HS). Beide instrumenten kunnen bijdragen aan een volledig begrip van de impact die rommel heeft op iemands leven.

## **Ontwikkeling van de schaal**

De CQLS is ontwikkeld door Dr. Catherine Roster, Associate Professor aan de Andersons School of Management, University of New Mexico met hulp van vrijwilligers van het Institute for Challenging Disorganization® (ICD®). Dr. Roster doet onderzoek naar consumentengedrag en heeft kennis op het gebied van bezittingen, onteigening en gebruik van objecten om het zelfbeeld te versterken. De uiteindelijke set van stellingen in de CQLS zijn diegenen die als meest bevredigend, betrouwbaar en valide naar boven kwamen uit de originele set stellingen. Hier zijn vele ronden van schaalontwikkelingsonderzoek aan vooraf gegaan, en werden data gebruikt van meer dan 1500 volwassenen in een consumentenpanel in de Verenigde Staten.

## **Schaal items**

De CQLS schaal bevat 18 vragen, vormgegeven als stellingen met betrekking op rommel. De deelnemer geeft op een 7 punts-Likert schaal zijn mening aan waarbij 1 = erg mee oneens en 7 = erg mee eens. Rommel is gedefinieerd als "een overvloed aan bezittingen". De aangestipte levensgebieden zijn:

1. negatieve consequenties van rommel met betrekking tot relaties met anderen
2. negatieve consequenties van rommel met betrekking tot persoonlijke financiën
3. negatieve consequenties van rommel met betrekking tot leefbaarheid of functionaliteit van iemands huis en ruimtes
4. negatieve consequenties van rommel met betrekking tot iemands globale gevoelens van angst, schuld en depressie

## **Scores**

De score wordt geteld als een opgetelde schaal met een range tussen 18 (lage invloed van rommel op de subjectieve levenskwaliteit, SQoL) en 126 (hoge invloed van rommel op de subjectieve levenskwaliteit, SQoL). Een gemiddelde score van 59 met een standaard deviatie van 38 punten is verkregen in voorafgaande testen met een gemengde voorbeeld populatie (zowel mensen met problemen met rommel als mensen zonder deze problemen). Categorische scores kunnen worden geïnterpreteerd als :

- 18 tot 53 = lage invloed van rommel op SQoL
- 54 tot 89 = gemiddelde invloed van rommel op SQoL
- 90 en hoger = hoge invloed van rommel op SQoL