

ICD Escala Desorden-Calidad de Vida (CQLS)

Antecedentes

Catherine Roster, Ph.D., de la Universidad de Nuevo México, trabajó con el Institute for Challenging Disorganization para desarrollar la Escala Desorden-Calidad de Vida del ICD (CQLS).

La Escala Desorden-Calidad de Vida (CQLS) ha sido desarrollada y probada por el Institute for Challenging Disorganization (ICD) como una herramienta de autoevaluación subjetiva que mide el sentir de un individuo respecto de las *consecuencias* del desorden y de la calidad de vida en varios ámbitos de su vida. Incluye relaciones con otras personas, estrés psicológico, impacto en las finanzas y condiciones de riesgo creadas por el desorden. Se trata de aquellas que limitan a cumplir metas de vida o realizar tareas diarias que conllevan efectos negativos para el bienestar personal, objetivos de vida y que además desencadena sentimientos de descontrol. La CQLS ha sido comparada con otras escalas de naturaleza similar, incluyendo el Savings Inventory revisado y desarrollado por Frost, Steketee y Grisham (2004) y la Escala de Satisfacción de Vida (SWLS) de Ed Diener, Robert A. Emmons, Randy J. Larsen and Sharon Griffin (1985). La CQLS se correlaciona apropiadamente con esas escalas.

Al inicio del 2010, se comenzó a desarrollar una herramienta que pudiera ser utilizada para organizadores profesionales con sus clientes y ser una escala de referencia en las consecuencias del desorden en la calidad de vida de una persona. De los datos obtenidos de la investigación de la Dra. Roster, respecto al estudio Calidad de Vida, determinó que debía autoevaluarse y ser evaluado por terceras personas en temas objetivos y subjetivos. La escala para medir el Desorden-Acumulación Compulsiva® del ICD es una herramienta objetiva. La CQLS es una herramienta de auto evaluación subjetiva, diseñada para evaluar el impacto del desorden en el bienestar de los individuos, mas no fue creada para diagnosticar las conductas de desorden de acumuladores compulsivos.

Voluntarios de ICD sirvieron de referencia en las etapas iniciales del desarrollo de la escala (CQLS) aportando información sobre las consecuencias negativas del desorden. Esta información fue utilizada en la versión inicial del estudio que fue aplicada a un pequeño grupo de personas del instituto (ICD). Inicialmente el formulario era de 60 reactivos y gracias a las pruebas aplicadas a un grupo mayor a 500 personas y otro a 1300 logró reducirse a 18 y 11 reactivos, estos estudios se realizaron en la población de Estados Unidos y Canadá. El formulario de 18 reactivos incluye diversos temas además se agrega contenido del ámbito financiero, quedando más conveniente para los organizadores profesionales.

La CQLS ayuda a que los organizadores analicen como el desorden impacta la vida de los clientes y como afecta su motivación.

CQLS: Una herramienta para organizadores profesionales

Los organizadores profesionales pueden encontrar útil la CQLS en diversas maneras:

- Durante la consulta inicial para medir el impacto del desorden en el cliente.
- En conjunto con la Escala Desorden-Acumulación Compulsiva® para crear una imagen más completa de la situación del cliente.
- Un indicador para medir el proceso de la organización.
- Ayuda a hacer los ajustes necesarios que se requieren para mantener un proceso de organización o concluirlo.
- Puede servir como referencia en internet como herramienta (nota: debe revisar con el ICD los derechos de autor)

La Escala Desorden-Calidad de Vida del ICD

Tomando en cuenta la definición de desorden como “excesos de posesiones o cosas”, ¿cómo es que este impacta su vida y bienestar actual? Lea cada pregunta cuidadosamente y marque con un círculo la respuesta que mejor le identifique.

Escala

Completamente en desacuerdo	En desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Neutral	Un poco de acuerdo	De acuerdo	Completamente de acuerdo
1	2	3	4	5	6	7

1. Me preocupa lo que otros pensarían de mi si supieran del desorden que hay en mi casa.
2. **Tengo que mover cosas de un lado a otro para poder realizar tareas en mi casa.**
3. Con frecuencia compro cosas que ya tengo porque no sé dónde están en casa.
4. Me altera el desorden de mi casa.
5. **Evito recibir visitas en casa debido al desorden.**
6. Trato de no pensar en el desorden de mi casa.
7. **No utilizo los espacios de mi casa como yo quisiera debido al desorden.**
8. **La armonía familiar se ve afectada por el desorden en mi casa.**
9. **El desorden en mi casa me abruma.**
10. **Me preocupa la cantidad de desorden en mi casa.**
11. **No puedo encontrar las cosas cuando las necesito a causa del desorden.**
12. Tengo deudas como resultado de comprar demasiadas cosas.
13. **Me siento culpable cuando pienso en el desorden que tengo en casa.**
14. Tengo cuidado cuando camino por la casa para evitar tropezar con los objetos.
15. **No hago cosas importantes en casa en la casa a causa del desorden.**
16. **No tengo tantas visitas familiares en casa como quisiera debido al desorden.**
17. En los últimos 3 meses más de una vez me he atrasado en los pagos de mis cuentas porque pierdo los recibos debido al desorden.
18. **Me deprime el desorden en mi casa.**

Descripción de la Escala

El resultado numérico de la escala se obtiene sumando el valor obtenido en cada una de las 18 afirmaciones, donde el valor mínimo es 18 (bajo impacto del desorden en su apreciación de calidad de vida) a 126 (alto impacto del desorden en su apreciación de la calidad de vida). El rango promedio es de 59 puntos más menos 38 puntos, obtenido con pruebas realizadas en una mezcla de población (significa que engloba a personas con problemas de desorden y sin él). 2 pruebas separadas con población general de los Estados Unidos (n=500) y una prueba en internet publicada en el sitio de ICD (n=220), indican un factor de 1 estable que consistentemente indican un valor de 80% en la varianza. Los 18 reactivos muestran un fuerte valor de confianza (Alfa de Cronbach =.985) la cual indica redundancia entre reactivos y posibilidad de acortar la escala en el futuro.

En investigación subsecuente, los 11 elementos en negritas mostrados arriba logran el resultado igual de bien que la escala con 18 elementos, y toca tres dimensiones de impacto del desorden en la calidad de vida como se muestra a continuación:

Habitabilidad del Espacio:

- Tengo que mover cosas de un lado a otro para poder realizar tareas en mi casa. (CL2)
- No utilizo los espacios de mi casa como yo quisiera debido al desorden. (CL7)
- No puedo encontrar las cosas cuando las necesito a causa del desorden. (CL11)
- Tengo cuidado cuando camino por la casa para evitar tropezar con los objetos. (CL14)
- No hago cosas importantes en casa en la casa a causa del desorden. (CL15)

Emocional:

- Me altera el desorden de mi casa. (CL4)
- Trato de no pensar en el desorden de mi casa. (CL6)
- El desorden en mi casa me abruma. (CL9)
- Me preocupa la cantidad de desorden en mi casa. (CL10)
- Me siento culpable cuando pienso en el desorden que tengo en casa. (CL13)
- Me deprime el desorden en mi casa. (CL18)

Social:

- Me preocupa lo que otros pensarían de mi si supieran del desorden que hay en mi casa. (CL1)
- Evito recibir visitas en casa debido al desorden. (CL5)
- La armonía familiar se ve afectada por el desorden en mi casa. (CL8)
- No tengo tantas visitas familiares en casa como quisiera debido al desorden. (CL16)

Finanzas:

- Con frecuencia compro cosas que ya tengo porque no sé dónde están en casa. (CL3)
- Tengo deudas como resultado de comprar demasiadas cosas. (CL12)
- En los últimos 3 meses más de una vez me he atrasado en los pagos de mis cuentas porque pierdo los recibos debido al desorden. (CL17)

La escala recortada de 11 elementos se califica de la misma manera sumando todos ellos. El rango de la escala recortada es 11 (bajo impacto del desorden) a 77 (alto impacto del desorden).

Propósito

La Escala Desorden-Calidad de Vida (CQLS) está diseñada para medir interna o subjetivamente las consecuencias del desorden desde la perspectiva del individuo. Arroja un valor indirecto del bienestar de una persona al expresar el sentimiento de cómo percibe las consecuencias negativas del desorden en diversas áreas de la vida cotidiana comúnmente asociadas con la calidad de vida (QoL). La CQLS esencialmente mide el sentimiento de bienestar personal a través del impacto negativo del desorden en la calidad de vida (QoL) abarcando diferentes áreas, lo cual puede ser muy diferente desde el punto de vista de un tercero, tal como con la Escala Desorden-Acumulación Compulsiva del ICD (C-HS®). Ambas herramientas pueden contribuir al entendimiento del impacto negativo del desorden en la vida de una persona.

Desarrollo de la Escala

La CQLS fue desarrollada por la Dra. Catherine Roster, profesora de la Escuela de Administración Anderson, Universidad de Nuevo México (1), con la ayuda de 2 voluntarios del Institute for Challenging Disorganization (ICD). La Dra. Roster es investigadora de hábitos de consumo, experta en el tema de posesiones, desapegos y uso de herramientas para fortalecer la autoestima. Los reactivos finales de la CQLS fueron el resultado de los valores estadísticos más confiables en datos obtenidos en paneles de más de 1500 entrevistados en Estados Unidos.

Elementos de la Escala

La CQLS contiene 18 reactivos, en forma de afirmación asociados al desorden en los cuales la persona indica su nivel de afinidad con una escala de satisfacción de 7 puntos, en la que 1 = "Completamente en Desacuerdo" y 7 = "Completamente de Acuerdo". Desorden es definido como "Exceso de posesiones". Los aspectos que se evalúan: 1) consecuencias negativas del desorden acerca de la relación otros; 2) consecuencias negativas del desorden acerca de las finanzas personales; 3) consecuencias negativas del desorden acerca de la "habitabilidad del espacio" o funcionalidad de la casa y los espacios; y 4) consecuencias negativas del desorden acerca de sentimientos personales de ansiedad, culpa y depresión.

Calificación

La calificación de la apreciación subjetiva de la calidad de vida, SQoL se obtiene sumando el valor obtenido en cada reactivo, el valor mínimo es 18 (bajo impacto del desorden) y el valor máximo es 126 (alto impacto del desorden). El rango de 59 puntos más menos 38 puntos significa que engloba a las personas con y sin desorden subjetivo en la calidad de vida. (ej: aquellos con problemas de desorden, así como aquellos sin problemas). Se puede decir que de 18 a 53 puntos = bajo impacto del desorden en SQoL; de 54 a 89 puntos = Impacto promedio del desorden en SQoL; y que 90 y más puntos = alto impacto del desorden en SQoL.