

## Typische Merkmale von Personen mit chronischer Desorganisation.

- Sammelt eine Vielzahl von Gegenständen, Dokumenten und Papieren, die weder einem klaren Zweck dienen noch sich positiv auf die Lebensfreude auswirken
- Kann sich schwer von Dingen trennen oder Denkweisen ändern
- Hat eine Vielzahl von Interessen und zahllose halb fertige Projekte
- Benötigt visuelle "Tipps" als Erinnerung an wichtige Aktivitäten
- Kann leicht abgelenkt werden und den Fokus verlieren; verringerte Konzentration
- Hat oftmals Probleme mit Zeitmanagement

### Haushalt

- Übervolle Wohnbereiche
- Lagerflächen bis zur Kapazität gefüllt
- Keine (oder mehrere) Haushaltskalender in Gebrauch
- Stressige Haushaltsumgebung
- Wichtige Haushaltsdokumente fehlen
- Falsch platzierte Gegenstände oder Ablenkungen führen oft zu Verspätungen
- Schwierigkeiten beim Erledigen von Haushaltsaufgaben wie Wäsche, Putzen und Gartenarbeit
- Viele unvollendete Projekte
- Unfähigkeit, Dinge zu finden
- Zusätzlicher Speicherraum wird für überschüssige Besitztümer gemietet

### Arbeit

- Schlechtes Zeitgefühl
- Fehlende oder verlegte Papiere oder Computerdateien
- Verspätet Erscheinen oder Vergessen von Terminen
- Unfähigkeit, Dinge zu finden
- Verpasste Fristen
- Schwierigkeiten bei der Entscheidungsfindung
- Unklare Anweisungen
- Verliert häufig Kalender oder Planer
- Organisatorische Probleme erscheinen in Arbeitsbewertungen
- Verwendet keine (oder mehrere) Ablagesysteme

Wenn Sie feststellen, dass Sie selbst, ein Familienmitglied, ein Kollege oder Mitarbeiter an chronischer Desorganisation (CD) leiden, seien Sie vor allem geduldig! CD erscheint nicht von heute auf morgen. Der Umgang mit CD erfordert, neue Fähigkeiten und Strategien zu erlernen, und das braucht Zeit. Chronisch desorganisierte Personen gehören zu den kreativsten und innovativsten Menschen. Die Zusammenarbeit mit einem professionellen Organisator und ähnlichen Fachleuten, die mit CD vertraut sind, kann schneller zu Fortschritten führen. Lernen Sie so viel wie möglich über CD.