

Características Comunes De Los Individuos Afectados Por Desorganización Crónica

- Acumulan grandes cantidades de objetos, documentos, papeles o posesiones más allá de la aparente necesidad o placer.
- Tienen dificultad para deshacerse de las cosas y para dejarlas ir.
- Tienen un amplio rango de intereses y muchos proyectos incompletos.
- Necesitan “pistas” visuales como recordatorios para tomar acción.
- Tienden fácilmente a distraerse o pierden enfoque; poca concentración.
- A menudo luchan con la administración del tiempo.

Hogar

- Espacios habitables abarrotados.
- Áreas de almacenaje llenas hasta el tope.
- Ninguno o varios calendarios del hogar en uso.
- Ambiente del hogar estresante.
- Pérdida de documentos importantes relativos al hogar.
- A menudo las salidas para la escuela y el trabajo se retrasan por objetos perdidos o distracciones.
- Dificultad para completar tareas del hogar tales como lavar ropa, la limpieza de la casa, jardinería.
- Múltiples proyectos empezados pero sin terminar.
- Inhabilidad para encontrar cosas.
- Pudieran rentar bodegas externas para guardar el exceso de posesiones.

Trabajo

- Pobre sentido del tiempo.
- Pierden o colocan fuera de lugar archivos (papel o digital).
- Se demoran o faltan a las juntas.
- Inhabilidad para encontrar cosas.
- Fechas límites incumplidas.
- Dificultad para tomar decisiones.
- Vaguedad con las instrucciones.
- Frecuentemente pierden la agenda o el planificador.
- Problemas de organización reflejados en las evaluaciones laborales.
- Ninguno o varios sistemas de archivo en uso.

Si descubres que tú, un familiar, colega o compañero de trabajo está afectado por la desorganización crónica (DC), primero y ante todo ¡sé paciente! La DC no ocurre de la noche a la mañana. Toma tiempo aprender nuevas habilidades y estrategias para lidiar con la DC. Los individuos afectados por DC se encuentran entre las personas más creativas e innovadoras.

Trabajar con un organizador profesional y con profesionales afines que conozcan sobre el tema ayudará al progreso. Aprende todo acerca de la DC.