

Factores Asociados Con La Desorganización

La desorganización puede ser generada por muchos factores. Determinar la causa o causas de nuestra desorganización y encontrar soluciones para sobreponerse a ella, puede lograrse a través la asistencia de un organizador profesional; particularmente uno entrenado en tratar con la desorganización crónica.

CONDICIONES RELATIVAS AL CEREBRO	CREENCIAS ACERCA DE UNO MISMO / COSAS	FACTORES SITUACIONALES
<i>La siguiente tabla ofrece ejemplos limitados dentro de cada categoría y debe considerarse que no todo está incluido.</i>		
Condiciones Neurológicas	Estilos o Modalidades de Aprendizaje	Perfeccionismo
<ul style="list-style-type: none"> Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) Lesión Cerebral Traumática (LCT) Fibromialgia Enfermedad de Parkinson Esclerosis Múltiple (EM) 	<ul style="list-style-type: none"> Sistemas fallidos para el estilo o modalidad de aprendizaje del individuo Pensador visual que cree "ojos que no ven, corazón que no siente" Simpatía táctil Pensador integral 	<ul style="list-style-type: none"> Dejar cosas sin terminar debido al miedo a cometer errores Adquirir más de lo necesario para lograr la perfección Perder mucho tiempo en algo en la idea de de hacerlo "perfecto"
Salud Mental	Déficit de Procesamiento de Información	Apego a las Posesiones
<ul style="list-style-type: none"> Depresión Trastorno de Ansiedad Trastorno de Personalidad por Evitación/Ansiosa (TPE) Trastorno Ansiedad Social o Fobia Social Trastorno Obsesivo-Compulsivo (TOC) Trastorno de Acumulación Compulsiva 	<ul style="list-style-type: none"> Dificultad para la toma de decisiones Distractibilidad Déficits de memoria Dificultad para categorizar 	<ul style="list-style-type: none"> Sobre apego a los objetos debido a: <ul style="list-style-type: none"> Razones sentimentales Razones utilitarias Razones intrínsecas
Tendencias Adictivas	Diferencias de aprendizaje	Creencias y actitudes
<ul style="list-style-type: none"> Compras compulsivas Infomanía Adicción a las urgencias Guardado compulsivo Adicción al alcohol y/o drogas 	<ul style="list-style-type: none"> Dislexia Discalculia Disgrafía Trastorno del Procesamiento Auditivo Discapacidad de aprendizaje no verbal 	<ul style="list-style-type: none"> Creencias falsas como: Soy procrastinador, siempre lo he sido, siempre lo seré Miedo a cometer errores o ser juzgado negativamente por otros
Asuntos del envejecimiento	Patrones emocionales y/o conductuales	Creencias ineficientes acerca de las posesiones
<ul style="list-style-type: none"> Dificultades físicas Tratamientos médicos Problemas cognitivos 	<ul style="list-style-type: none"> Procrastinación y evasión Adquirir o guardar objetos como resultado de reacciones emocionales 	<ul style="list-style-type: none"> Valoración irreal de los objetos Asociación de las posesiones a la identidad personal Sentir obligación de cuidar de los objetos
Retos físicos	Problemas de comunicación	Decisiones
<ul style="list-style-type: none"> Disminución de la movilidad Fatiga Mala visión Disfasia Trastorno del Sueño 	<ul style="list-style-type: none"> Habilidades pobres de negociación Conflictos por los estilos de comunicación entre familiares o compañeros de trabajo Debilidad en estrategias de gestión, liderazgo y delegación 	<ul style="list-style-type: none"> Saturación de agenda Demasiadas cosas Carencia de sentido de misión Falta de metas a corto o largo plazo Prioridades postergadas
Crisis de la vida	Transiciones	Factores sistémicos
<ul style="list-style-type: none"> Emergencia de salud Muerte de un ser querido Accidente automovilístico Pérdida de empleo Crisis familiar Trauma 	<ul style="list-style-type: none"> Una o más mudanzas Síndrome de estrés por reubicación Nacimiento o adopción de un hijo (a) Mudanza al hogar de padres o hijos mayores Divorcio o separación 	<ul style="list-style-type: none"> No tener un sistema Sistema ineficiente, por ejemplo sumamente complejo o muy difícil de implementar
Falta de habilidades	Factores ambientales	
<ul style="list-style-type: none"> No haber aprendido en la escuela Falta de modelos paternos o de tutores Mover cosas de un lado a otro sin ordenarlas 	<ul style="list-style-type: none"> Mala iluminación Falta de espacio para almacenar Flujos de tránsito extraños Espacio desagradables Renovaciones de la casa 	