

モノが散乱した状態に関連する要因

モノが散乱した状態はいろいろな要因によって起こる場合があります。CD状態について特別にトレーニングを受けたプロのオーガナイザーの支援によりその原因を特定し、克服するための解決策を見つけ出すことができます。

脳の働きに起因する症状	自己やモノに対する考え方	状況的な要因
-------------	--------------	--------

この表はカテゴリー毎にいくつかの例を示すもので、以下の例がすべてではありません。

神経学的に基づく状態	学習スタイル・様式	完璧主義
<ul style="list-style-type: none"> 注意欠陥多動性障がい (ADHD) 外傷性脳損傷 (TBI) 線維筋痛症 (FM) パーキンソン病 多発性硬化症 (MS) 	<ul style="list-style-type: none"> 個人の学習スタイルに適さないシステム 「見えないモノは忘れる」といった視覚的な物事の考え方 触覚による共感 全体論的な考え方 	<ul style="list-style-type: none"> ミスを恐れて何も手つかずのまま 完璧を求めて必要以上にモノを取得 「完璧」を追求し過ぎて時間を浪費
メンタルヘルスの問題	情報処理の欠陥	モノに対する執着心
<ul style="list-style-type: none"> うつ病 不安障がい 回避障がい 社会不安障がい 強迫性障がい (OCD) 強迫的ホーディング障がい 	<ul style="list-style-type: none"> 意思決定が困難 注意力の散漫 記憶力の欠如 分類できない 	<ul style="list-style-type: none"> 以下の理由からモノに対して過度に執着 <ul style="list-style-type: none"> 感情的理由 手段的理由 本質的理由
中毒性の傾向	学習障がい	考え方・態度
<ul style="list-style-type: none"> 強迫的収集癖 インフォマニア 緊急性依存症 節約強迫症 薬物・アルコール依存症 	<ul style="list-style-type: none"> ディスレクシア (失読症) 算数障がい ディスグラフィア (書字障がい) 聴覚情報処理障がい (APD) 非言語学習障がい 	<ul style="list-style-type: none"> 「自分は先延ばしにする人間で、今までもこれからもそうである」という誤った自己認識 ミスをおかすことや他人に評価されないことに対する恐怖心
エイジングの問題	感情的・行動パターン	モノに対する非効率的な考え方
<ul style="list-style-type: none"> 体の不自由 薬の服用 認知力の問題 	<ul style="list-style-type: none"> 先延ばし・回避 感情的にモノを取得・保存 	<ul style="list-style-type: none"> モノに対して非現実的な価値観を抱いている 所有物とアイデンティティを関連づけている モノの処理について義務感を抱いている
身体的な問題	コミュニケーションの問題	選択肢
<ul style="list-style-type: none"> 運動障がい 疲労 視力の衰え 失語症 睡眠障がい 	<ul style="list-style-type: none"> 交渉力の欠如 家族や職場の同僚に対して対立的なコミュニケーション方法をとる 管理能力、リーダーシップ、委任戦略の欠如 	<ul style="list-style-type: none"> 過密スケジュール 過度なモノ 使命感の欠如 短期・長期目標がない 間違った優先順位の設定
人生の転機	移行期	システムの要因
<ul style="list-style-type: none"> 健康上の緊急事態 最愛の人の死 自動車事故 失業 家族の転機 トラウマ 	<ul style="list-style-type: none"> 1回以上の引越し 移転ストレス・シンドローム 出産・養子縁組 両親・成人した子供との同居 離婚・別居 	<ul style="list-style-type: none"> システムがない 非効率的なシステム (必要以上に複雑、または実行するのが異常に困難など)
スキルの欠如	環境要因	
<ul style="list-style-type: none"> 学校で教わったことがない 親・保護者による悪い例 空回りする 	<ul style="list-style-type: none"> 暗い照明 不十分な収納スペース 不自然な動線 不快な空間 家の改装 	