

Facteurs associés à la désorganisation

La désorganisation peut être causée par de nombreux facteurs. Déterminer la cause de la désorganisation et trouver des solutions pour la surmonter aidé par un organisateur professionnel, en particulier un organisateur formé pour faire face à la désorganisation chronique (DC).

AFFECTIONS CÉRÉBRALES	CROYANCES SUR SOI/POSSESSIONS	FACTEURS SITUATIONNELS
------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------

Le tableau suivant présente des exemples limités dans chaque catégorie et ne devrait pas être considéré comme exhaustif.

Affections neurologiques	Styles ou modalités d'apprentissage	Perfectionnisme
<ul style="list-style-type: none"> • Trouble d'hyperactivité avec déficit de l'attention (TDAH) • Traumatisme crânien (TC) • Fibromyalgie • La maladie de Parkinson • Sclérose en plaques (SP) 	<ul style="list-style-type: none"> • Système mal adapté au style d'apprentissage ou à la modalité de l'individu • Tendance à penser visuellement et croit que « hors de vue = hors de l'esprit » • Sympathie tactile • Tendance à penser d'une vue holistique 	<ul style="list-style-type: none"> • Laisser les choses non-complétés par peur de faire une erreur • Acquérir plus que nécessaire pour rendre les choses parfaites • Passer trop de temps à faire quelque chose pour le rendre « parfait »
Défis de santé mentale	Déficits de traitement de l'information	Attachement aux biens
<ul style="list-style-type: none"> • Dépression • Trouble anxieté • Trouble d'évitement • Trouble anxieté social • Trouble obsessionnel compulsif (TOC) • Trouble d'accumulation compulsif (TAC) 	<ul style="list-style-type: none"> • Difficulté à prendre des décisions • Tendance à la distraction facile • Déficits de mémoire • Difficultés de catégorisation 	<ul style="list-style-type: none"> • Attachement serré aux objets en raison de : <ul style="list-style-type: none"> • Raisons sentimentales • Raisons instrumentales • Raisons intrinsèques
Tendances à la dépendance	Différences d'apprentissage	Croyances et attitudes
<ul style="list-style-type: none"> • Acquisition compulsive • Compulsion d'accumuler de l'information • Compulsion à créer et à répondre aux urgences • Enregistrement compulsif • Toxicomanie et/ou alcoolisme 	<ul style="list-style-type: none"> • Dyslexie • Dyscalculie • Dysgraphie • Trouble du traitement auditif • Troubles d'apprentissage non verbaux 	<ul style="list-style-type: none"> • Fausses croyances telles que : « Je suis un procrastinateur. J'ai toujours été et le serai toujours. » • Peur de faire une erreur ou d'être mal jugé par les autres

Questions de vieillissement	Modèles émotionnels et/ou comportementaux	Croyances inefficaces au sujet des biens
<ul style="list-style-type: none"> • Difficultés physiques • Médicaments • Problèmes cognitifs 	<ul style="list-style-type: none"> • Procrastination et évitement • Acquisition ou sauvegarde d'objets du aux réactions émotionnelles 	<ul style="list-style-type: none"> • Évaluation irréaliste des objets • Associer les biens à son identité • Sens d'obligation de prendre soin des objets
Défis physiques	Problèmes de communication	Choix
<ul style="list-style-type: none"> • Mobilité réduite • Fatigue • Mauvaise vision • Dysphasie • Trouble du sommeil 	<ul style="list-style-type: none"> • Mauvaises compétences de négociation • Styles de communication conflictuels entre les membres de la famille ou les collègues de travail • Stratégies de gestion, de leadership et de délégation faibles 	<ul style="list-style-type: none"> • Sur chargement de son horaire • Trop de possessions • Aucun sens de la mission • Ne pas se fixer d'objectifs à court ou à long terme • Priorités mal placées
Crises de la vie	Transitions	Facteurs systémiques
<ul style="list-style-type: none"> • Urgence sanitaire • Mort d'un être cher • Accident de voiture • Perte d'emploi • Crise familiale • Traumatisme 	<ul style="list-style-type: none"> • Un ou plusieurs déménagements • Syndrome de stress lié au déménagement • Naissance ou adoption d'un enfant • Les parents ou les enfants adultes emménagent • Divorce ou séparation 	<ul style="list-style-type: none"> • Aucun système • Système inefficace, tel qu'un système trop complexe ou trop difficile à mettre en œuvre
Manque de compétences	Facteurs environnementaux	
<ul style="list-style-type: none"> • Jamais enseigné à l'école • Mauvaise modélisation par les parents ou les tuteurs • Retravailler la même pile encore et encore 	<ul style="list-style-type: none"> • Mauvais éclairage • Manque d'espace d'entreposage • Circulation difficile • Espace désagréable • Rénovation de la maison 	