

## プロのオーガナイザーを雇うか友人に頼むべきか 迷ったときに役立つヒント

CD（慢性的に片づけられない）状態の人であれば、自分一人ではうまくオーガナイズできないと気づいているでしょう。部屋に誰かが一緒にいるだけで集中力が続きオーガナイズできるということはよくあります。ここでは、その人が友人なのか、それともプロのオーガナイザーであるべきかを定めるヒントとなる質問をいくつかご紹介します。

### 友人と作業する場合

- 自分で何をすべきか分かっているけれども、静かに座って一緒にいてくれる存在が必要である。
- その友人は辛抱強く、偏見のない人である。
- その友人とは馬が合う。
- その友人は客観的で、「片づいた状態」に関して自分の考えを押しつけようとしない。
- その友人には作業の様子を一貫して見守る時間があり、散らかった状態で置き去りにされることはない。

上記の質問に対する答えが「はい」の場合、その友人はオーガナイズをするときの助けになってくれるかもしれません。友人の助けを借りれば、特に自分一人で始めたり、プロのオーガナイザーの助けを借りて始めたりしたオーガナイズ作業を終わらせられるかもしれません。

### プロのオーガナイザーを雇う場合

- どこからどのようにオーガナイズを始めればいいのか分からない。
- オーガナイズのシステムやテクニックを習う必要がある。
- （引っ越しなど）オーガナイズ作業を完了させるのに期限がある。
- CD状態をサポートする訓練を受けた専門知識のある人が必要である。
- モノが散乱した状態に加えて、医学的、身体的、または心理的な問題を抱えている。
- 継続的にオーガナイズの助けやメンテナンスが必要である。
- 大量のモノや紙類のオーガナイズを手伝ってくれる人が必要である。
- 中立的な第三者の客観性を望んでいる、または必要である。

上記の質問に対する答えがすべて、もしくはいくつか「はい」だった場合、CD状態を支援するスキルを備えたプロのオーガナイザー

の助けを借りることが大きなメリットになります。