INSTITUTE FOR CHALLENGING DISORGANIZATION®
Education. Research. Strategies.

FACT SHEET QUIZ

¿Contratar profesionales en organización o trabajar con amistades?

Si usted es una persona afectada por la **desorganización crónica (DC)**, es posible que haya notado que organizarse no siempre resulta sencillo ni fácil de hacer por su cuenta. En muchos casos, contar con otra persona presente puede ayudarle a mantener la concentración y continuar con el proceso de organización. A continuación encontrará algunas preguntas que pueden orientarle para decidir si le conviene trabajar con una amistad o contratar a una persona profesional de la organización.

Trabajar con amistades	Sí	No
¿Ha colaborado esta persona con buenos resultados en diferentes contextos?		
¿Su amistad es paciente y evita juzgarle?		
¿Puede mantener la objetividad sin imponer sus propias ideas sobre cómo organizarse?		
¿Cuenta con el tiempo para ayudar a terminar el proyecto, sin dejarlo inconcluso?		
¿Usted sabe qué hacer, pero necesita tener compañía mientras organiza?		

Si respondió "sí" a la mayoría de estas preguntas, trabajar con una amistad podría ayudarle a avanzar en su proceso de organización. Esta opción puede facilitarle completar un proyecto de organización, aunque también podría considerar buscar el apoyo de alguien profesional en organización en caso de necesitar una guía más especializada.

Contratar profesionales en organización	Sí	No
¿No tiene claro por dónde o cómo comenzar a organizarse?		
¿Necesita aprender sistemas y técnicas de organización?		
¿Quiere o necesita la objetividad de una tercera persona neutral?		
¿Necesita apoyo para organizar una gran cantidad de objetos o papeles?		
¿Vive con alguna condición coexistente o una forma de neurodivergencia?		
¿Necesita la experiencia de alguien con formación en desorganización crónica?		
¿Su proyecto de organización tiene una fecha límite, como una mudanza?		
¿Va a requerir apoyo continuo o acompañamiento para el mantenimiento?		

Si respondió "sí" a algunas o a todas estas preguntas, podría beneficiarse considerablemente del apoyo de profesionales en organización con formación en ICD y experiencia en el trabajo con personas afectadas por la desorganización crónica.

La desorganización crónica puede no desaparecer, pero sí puede volverse más llevadera.

ICD® Fact Sheet – Should I Hire an Organizing Professional or Work with a Friend? - © 2026 ICD®.
This fact sheet may be reproduced for educational purposes only; copyright must be noted.
Fact sheets and other informational material may be obtained from the ICD® website at challengingdisorganization.org.