

Algemene kenmerken van mensen met chronische desorganisatie

- Verzamelt of bewaart meer spullen, documenten of bezittingen dan nodig zijn of waaraan plezier beleefd wordt
- Vindt het lastig om afstand te doen van spullen
- Heeft een brede interesse en veel projecten die nooit zijn afgemaakt
- Heeft visuele geheugensteuntjes nodig om actie te ondernemen
- Raakt snel afgeleid en heeft moeite (de toch al lage) concentratie vast te houden
- Heeft moeite met indelen van tijd om taken af te ronden (tijdmanagement)

Thuis	Werk
<ul style="list-style-type: none"> • Rommelige woonvertrekken • Opslagruimtes helemaal vol • Geen (of meerdere) kalenders in gebruik • Wijze van huishouden levert stress op • Belangrijke documenten ontbreken of zijn onvindbaar • Vertrekken vaak laat van huis vanwege afleiding of onvindbare benodigdheden • Moeite om huishoudelijke taken af te ronden, zoals de was, schoonmaken en tuinonderhoud • Aan veel projecten begonnen maar niet afgemaakt • Onvermogen om dingen te vinden • Mogelijk externe opslagruimte gehuurd om overvloed aan spullen op te bergen 	<ul style="list-style-type: none"> • Slecht gevoel voor tijd • Ontbrekende of verkeerd opgeborgen/opgeslagen documenten of computerbestanden • Komt te laat bij besprekingen of ontbreekt • Onvermogen om dingen te vinden • Gemiste deadlines • Heeft moeite om beslissingen te nemen • Geeft vage instructies • Is herhaaldelijk agenda of planner kwijt • De problemen met organisatie en planning worden genoemd bij projectevaluaties of functioneringsgesprekken • Heeft geen werkend opbergsysteem, of gebruikt meerdere systemen naast/door elkaar

Als je ontdekt dat jij, een familielid of collega last heeft van chronische desorganisatie (CD), dan is het allereerst belangrijk om geduldig te zijn. CD “gebeurt” niet zomaar ineens. Er is tijd nodig om nieuwe vaardigheden en strategieën aan te leren. Mensen die beïnvloed worden door CD zijn vaak creatieve en innovatieve mensen. Het helpt om te werken met een professional organizer (of aanverwante professional) die bekend is met CD. Leer wat je kunt over CD!

ICD® Informatieblad 003 Nederlandse vertaling: Hilde Verdijk CPO-CD®

© 2010-2019, ICD®. Dit informatieblad mag enkel voor educatieve doeleinden gereproduceerd worden; onder vermelding van de copyrights. Informatiebladen en andere educatieve materialen kunnen gevonden worden op de ICD®-website: www.challengingdisorganization.org.