

## Factoren die samenhangen met desorganisatie

Desorganisatie kan veroorzaakt worden door veel verschillende factoren. Een professional organizer, bij voorkeur een organizer die getraind is in Chronische Desorganisatie, kan helpen bij het vaststellen van diverse oorzaken van desorganisatie en strategieën aanbieden die een oplossing kunnen zijn.

RELATIE MET HERSENFUNCTIES	OVERTUIGINGEN OVER JEZELF OF BEZITTINGEN	SITUATIONELE FACTOREN
-------------------------------	---	-----------------------

De volgende tabel biedt een verzameling voorbeelden per categorie, maar kan niet als volledig worden beschouwd.

<b>Neurologische aandoeningen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)</li> <li>• Niet-aangeboren hersenletsel (NAH)</li> <li>• Fibromyalgie</li> <li>• Ziekte van Parkinson</li> <li>• Multiple sclerose (MS)</li> </ul>	<b>Leerstijlen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Systemen passen niet bij iemands leerstijl</li> <li>• Visuele denker (of beelddenker) die gelooft in "uit het oog, uit het hart"</li> <li>• Aanraken van item leidt tot verlangen het item te houden</li> <li>• Holistisch denker</li> </ul>	<b>Perfectionism</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Geen actie ondernemen uit angst een fout te maken</li> <li>• Meer aanschaffen dan nodig is om situatie perfect te maken</li> <li>• Teveel tijd besteden aan iets in een poging het perfect te maken</li> </ul>
<b>Geestelijke gezondheid</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Depressie</li> <li>• Angststoornis</li> <li>• Vermijdingsstoornis</li> <li>• Sociale angststoornis</li> <li>• Obsessief Compulsieve Stoornis (OCS)</li> <li>• Verzamelstoornis</li> </ul>	<b>Stoornissen bij informatieverwerking</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Moeite met het nemen van beslissingen</li> <li>• Concentratievermogen</li> <li>• Geheugenstoornis</li> <li>• Moeite met categoriseren</li> </ul>	<b>Hechting aan bezittingen</b> <p>Sterke hechting aan spullen door:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentimentele redenen</li> <li>• Instrumentele redenen</li> <li>• Intrinsieke redenen</li> </ul>
<b>Verslavingsproblematiek</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Compulsief koopgedrag / koopverslaving</li> <li>• Infomania</li> <li>• Urgentie verslaving, het gevoel voortdurend onder tijdsdruk te staan</li> <li>• Compulsief bewaren</li> <li>• Drugs en/of alcoholverslaving</li> </ul>	<b>Leerproblemen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dyslexie</li> <li>• Dyscalculie</li> <li>• Dysgraphie</li> <li>• Auditieve verwerkingsstoornis</li> <li>• Nonverbale leerstoornis (NLD)</li> </ul>	<b>Overtuigingen en houding</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valse overtuigingen zoals: ik stel dingen uit, dat heb ik altijd gedaan en dat zal ik ook altijd blijven doen</li> <li>• Angst om een fout te maken of negatief beoordeeld te worden door anderen</li> </ul>
<b>Problemen rond ouder worden</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fysieke problemen</li> <li>• Medicatie</li> <li>• Cognitieve problemen</li> </ul>	<b>Emotionele en/of Gedragpatronen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uitstelgedrag en vermijding</li> <li>• Aanschaffen of bewaren van spullen als gevolg van emotionele reacties</li> </ul>	<b>Niet helpende gedachten over bezittingen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toekennen van onrealistische waardes aan spullen</li> <li>• Verbinden van bezittingen aan identiteit</li> <li>• Gevoel van verplichting om zorg te dragen voor spullen</li> </ul>
<b>Fysieke uitdagingen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verminderde mobiliteit</li> <li>• Vermoeidheid</li> <li>• Verminderd gezichtsvermogen</li> <li>• Dysphasie (stoornis m.b.t. spraak-taal)</li> <li>• Slaapstoornissen</li> </ul>	<b>Communicatie problemen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Slechte onderhandelingsvaardigheden</li> <li>• Conflicterende communicatiestijlen tussen familieleden of collega's</li> <li>• Zwakke strategieën m.b.t. management, leiderschap en delegeren</li> </ul>	<b>Keuzes</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Een te volle agenda</li> <li>• Teveel spullen</li> <li>• Geen duidelijk doel</li> <li>• Gebrek aan korte en lange termijn doelen</li> <li>• Onduidelijke of verkeerde prioriteiten</li> </ul>

Levenscrises	Veranderingen	Systeem Factoren
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gezondheidscrisis</li> <li>• Dood van een dierbare</li> <li>• (Auto) ongeluk</li> <li>• Verlies van werk</li> <li>• Familiecrisis</li> <li>• Trauma</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eén of meerdere verhuizingen</li> <li>• Stresssyndroom n.a.v. een verhuizing</li> <li>• Geboorte of adoptie van een kind</li> <li>• Ouders of volwassen kinderen trekken bij je in</li> <li>• Scheiding of andere vormen van uit elkaar gaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Het ontbreken van een systeem</li> <li>• Ineffectief systeem, bijvoorbeeld te complex of te moeilijk om toe te passen</li> </ul>
Gebrek aan vaardigheden	Omgevingsfactoren	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nooit geleerd in school</li> <li>• Geen of gebrekkig voorbeeld door ouders of verzorgers</li> <li>• Voortdurend blijven verplaatsen of herordenen van spullen in een poging overzicht te scheppen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Slechte verlichting</li> <li>• Gebrek aan opbergruimte</li> <li>• Onhandige verkeersstroom in huis</li> <li>• Onprettige ruimte</li> <li>• Verbouwing of renovatie van de woning</li> </ul>	