

Características Comuns dos Indivíduos Afetados pela Desorganização Crônica (DC)

- Acumular grandes quantidades de objetos, documentos, papéis ou outros bens além da necessidade ou prazer aparente.
- Tem dificuldade em se separar das coisas e as deixarem ir.
- Possuem vários interesses e muitos projetos incompletos.
- Necessitam de dicas visuais como lembretes para fazer o que devem.
- Tendem a se distrair facilmente ou perdem a concentração.
- Frequentemente possuem grandes dificuldades para gerenciar o tempo.

Em casa	No local de trabalho
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ambientes da casa desorganizados. <input type="checkbox"/> Áreas de armazenamento lotadas. <input type="checkbox"/> Uso de vários calendários na casa ou nenhum. <input type="checkbox"/> Ambiente familiar estressante. <input type="checkbox"/> Documentos importantes perdidos na casa. <input type="checkbox"/> Frequentemente, sai atrasado para a escola/faculdade ou trabalho devido a itens perdidos ou distrações. <input type="checkbox"/> Dificuldade em completar tarefas domésticas como lavar roupas, lavar louça, fazer cama, cozinhar e limpar a casa. <input type="checkbox"/> Vários projetos iniciados, mas não finalizados. <input type="checkbox"/> Incapacidade de encontrar as coisas. <input type="checkbox"/> Pode ter alugado um storage box para armazenar os seus pertences em excesso. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Pouca percepção do tempo. <input type="checkbox"/> Perde ou se engana com os arquivos (papel ou computador). <input type="checkbox"/> Se atrasa ou falta às reuniões. <input type="checkbox"/> Incapaz de encontrar as coisas. <input type="checkbox"/> Perde os prazos de entrega. <input type="checkbox"/> Dificuldade para tomar decisões. <input type="checkbox"/> Impreciso ao dar instruções. <input type="checkbox"/> Perde frequentemente a agenda ou os planners. <input type="checkbox"/> Problemas de organização sempre são citados nas avaliações de trabalho. <input type="checkbox"/> Vários (ou nenhum) sistemas de arquivamento em uso.

Se você estiver descobrindo que você, um membro da família, amigo ou colega de trabalho é afetado pela desorganização crônica (DC), em primeiro lugar, seja paciente! A desorganização crônica não acontece da noite para o dia. Leva tempo para aprender novas habilidades e estratégias para lidar com a DC. Os indivíduos afetados pela DC estão entre as pessoas mais criativas e inovadoras. Trabalhar com um organizador profissional e com profissionais que tenham conhecimentos sobre a DC ajudará no progresso. Aprenda tudo o que você puder sobre a desorganização crônica.