



ICD® Scala Disordine Qualità di Vita (SDQV)

Versione per Professional Organizers

Descrizione della Scala

La Scala Disordine Qualità di Vita (SDQV) è stata sviluppata dall'Institute for Challenging Disorganization® (ICD®) come uno strumento di auto-valutazione del sentimento della persona, uno strumento di valutazione soggettiva delle conseguenze che il disordine causa nella qualità di vita della persona, nei vari ambiti: relazioni sociali, disagio psicologico, incidenza sulla parte finanziaria del disordine, e le sfide fisiche o le sfidanti condizioni di vita che il disordine genera, impedendo sia il raggiungimento di obiettivi personali, che lo svolgere di funzioni giornaliere che contribuiscono in modo negativo sul benessere, e sulla sensazione di non essere padroni di quello che ti succede intorno.

Per utilizzare la scala con i clienti, proponetegli la Versione per clienti dell'ICD® Scala Disordine e Qualità di Vita. Contate il punteggio da loro assegnato e sommatelo. Il punteggio della scala va da un minimo di 18 (un basso impatto del disordine sulla qualità di vita soggettiva) a 126 (alto impatto del disordine sulla qualità di vita soggettiva).

Ulteriori informazioni sulla situazione del cliente e possibili motivazioni per ottenere assistenza nella gestione del suo disordine, possono essere acquisite osservando la versione con codice colore, così come riportato in questo documento. Esso è in grado di evidenziare una o più delle seguenti aree sulla percezione dell'impatto del disordine sulla qualità di vita.

Potrebbe essere utile utilizzare la Scala durante vari momenti del progetto per misurare l'impatto del lavoro che stai facendo con il cliente.

ICD® Scala Disordine e Qualità di Vita

In che misura il disordine, definito come "un eccesso di beni" influenza oggi la tua vita e il tuo benessere?

Per favore, leggi le seguenti frasi e indica il tuo grado di accordo per ogni frase.

Scala

Fortemente in disaccordo	Disaccordo	Abbastanza in disaccordo	Neutrale	Abbastanza d'accordo	D'accordo	Fortemente d'accordo
1	2	3	4	5	6	7

1. Sono preoccupato di quello che potrebbero pensare le persone, se conoscessero il disordine della mia casa.
2. Devo spostare le cose da un posto all'altro per poter portare a termine delle azioni.
3. Compro spesso cose doppie perché non so ritrovarle in casa.
4. Il disordine in casa mi rende nervoso.
5. Evito di invitare le persone a casa a causa del disordine.
6. Cerco di non pensare al disordine che c'è in casa.
7. A causa del disordine ci sono spazi in casa che non uso come vorrei.
8. Le mie relazioni familiari risentono del disordine che c'è in casa.
9. Mi sento sopraffatto dal disordine in casa.
10. Sono preoccupato dal livello di disordine in casa.
11. Non trovo le cose quando ne ho bisogno a causa del disordine
12. Ho contratto debiti che non posso permettermi, a causa delle cose che acquisto
13. Mi sento in colpa quando penso al disordine della mia casa.
14. Devo stare attento a camminare in casa, per non scivolare sugli oggetti per terra.
15. Ho trascurato la manutenzione della casa a causa del disordine.
16. I miei familiari non mi vengono a trovare spesso a causa del disordine
17. Ho effettuato pagamenti in ritardo più di una volta negli ultimi tre mesi perché non trovavo i documenti.
18. Mi sento depresso per il disordine in casa mia

Codice dei colori: impatto sulla qualità di vita

Vivibilità degli spazi:

Devo spostare le cose da un posto all'altro per poter portare a termine delle azioni. [D2]

A causa del disordine ci sono spazi in casa che non uso come vorrei. [D7]

Non trovo le cose quando ne ho bisogno a causa del disordine. [D11]

Devo stare attento a camminare in casa, per non scivolare sugli oggetti per terra. [D14]

Ho trascurato la manutenzione della casa a causa del disordine [D15]

Emotiva:

Il disordine in casa mi rende nervoso. [D4]

Cerco di non pensare al disordine che c'è in casa. [D6]

Mi sento sopraffatto dal disordine in casa. [D9]

Sono preoccupato dal livello di disordine in casa. [D10]

Mi sento in colpa quando penso al disordine della mia casa. [D13]

Mi sento depresso per il disordine in casa mia [D18]

Sociale:

Sono preoccupato di quello che potrebbero pensare le persone, se conoscessero il disordine della mia casa. [D1]

Evito di invitare le persone a casa a causa del disordine. [D5]

Le mie relazioni familiari risentono del disordine che c'è in casa. [D8]

I miei familiari non mi vengono a trovare spesso a causa del disordine [D16]

Finanziaria:

Compro spesso cose doppie perché non so ritrovarle in casa. [D3]

Ho contratto debiti che non posso permettermi, a causa delle cose che acquisto [D12]

Ho effettuato pagamenti in ritardo più di una volta negli ultimi tre mesi perché non trovavo i documenti. [D17]