

## Êtes- vous affecté par la désorganisation chronique?

Répondez aux questions suivantes, oui ou non.

	Oui	Non
1. La désorganisation est-elle un facteur de votre vie depuis de nombreuses années?		
2. Votre niveau de désorganisation nuit-il à la qualité de votre vie quotidienne ou affecte négativement vos relations avec les autres?		
3. La désorganisations a-t-elle persisté malgré vos tentatives d'organiser vous-même?		
4. Possédez-vous au moins un livre sur l'organisation?		
5. Accumulez-vous des informations? (Sauvegarde de nombreux articles, journaux ou livres que vous avez lus)		
6. Souffrez-vous de la « peur de classer »?		
7. Pensez-vous que chaque papier doit être gardé en vue ou vous ne le retrouverez plus jamais?		
8. Perdez-vous ou égarez-vous des papiers et des objets malgré qu'ils soient sortis?		
9. Votre système de classement pose-t-il des problèmes pour retrouver vos papiers?		
10. Cela vous prend-il plus de 3 minutes pour trouver la plupart des documents dans votre bureau?		
11. Aimez-vous collectionner des objets?		
12. Avez-vous un problème d'acquisition ou de magasinage compulsif?		
13. Accumulez-vous des biens au-delà de l'utilité ou du plaisir apparent?		
14. Votre désorganisation vous gêne-t-elle ou vous fait-elle honte?		
15. Votre bureau, votre plancher et/ou vos comptoirs sont-ils recouverts de papiers?		
16. Pendant votre enfance, vous êtes-vous senti privé émotionnellement ou matériellement?		
17. Est-il difficile pour vous de vous séparer des choses même si leur utilité est dépassée?		
18. Vous considérez-vous comme un « ramasseur »?		
19. Avez-vous un large éventail d'intérêts et plusieurs tâches et projets inachevés?		
20. Avez-vous du mal à rester concentré ou êtes-vous facilement distrait?		
21. Avez-vous tendance à perdre le fils du temps?		

Si vous avez répondu « oui » au numéros 1, 2 & 3, et quelques-unes des autres questions, vous pourriez être affecté par la désorganisation chronique (DC). La DC se caractérise par sa durée, son effet sur la qualité de vie et sa résistance aux efforts de s'en défaire.

Si vous avez répondu « oui » à plusieurs autres questions, pas de panique. Des organisateurs formés par ICD® apportent des solutions. Il existe de nombreux types et niveaux de désorganisation liés à la gestion du papier, du temps et de l'encombrement. Tout le monde peut apprendre à augmenter son niveau d'organisation. Ce n'est jamais sans espoir. Un organisateur professionnel peut vous aider à réussir là où l'auto-assistance est insuffisante, tout en vous faisant économiser d'innombrables heures d'effort à essayer de découvrir les solutions les plus efficaces pour vous-même.