

Conseils pour communiquer avec les personnes touchées par la désorganisation chronique

Vivre ou travailler avec une personne atteinte de désorganisation chronique (DC) peut devenir extrêmement difficile pour une personne qui n'est pas organisée. Parmi les stratégies utilisées pour aider la personne atteinte de DC, la communication efficace réside au premier plan !

Devenez conscient de vos propres sentiments et reconnaissez que vous allez probablement à travers les différentes étapes du traitement de la désorganisation de l'autre personne.

- Offrir des encouragements
- Déçu par les échecs et les reculs
- Irritation par le rythme des progrès
- Se retirer pour éviter d'exprimer sa colère

Éviter ce qui ne fonctionne pas

- Ne dites pas : *faites-le !*
- Évitez les harcèlements
- N'agissez pas comme un chien de garde
- Résistez aux critiques
- Ne vous moquez jamais
- N'exagérez pas les conséquences
- Éliminez les expressions telles que : *Je vous l'avais dit.*

Pratiquer ce qui fonctionne

- Écoutez d'un point de vue d'acceptation
- Accordez toute votre attention à la personne lorsqu'elle parle
- Maintenez une haute opinion de la personne pour que cela se traduise dans votre comportement et votre ton de voix
- Concentrez votre attention sur ses bonnes qualités
- Reconnaissez et soulignez les progrès graduels

Si vous vous mettez en colère

- *Dites-le directement à la personne*
- *Faites savoir à la personne qu'elle devient plus importante pour vous que sa désorganisation.*
- *Sachez quels sont vos propres limites et les communiquer.*