

Limpieza anual: una excelente manera de celebrar el fin de año



¿Se han convertido sus facturas, correos y documentos de 2017 en una pila enorme? ¿Debe ordenar los documentos de todo un año y no tiene ni el tiempo ni la energía para hacerlo? Esta es una excelente manera de celebrar el fin de un año y el inicio del próximo: Elimine el desorden.

Por qué hay desorden

Quizá usted sea un “acumulador” o solo está demasiado ocupado para ordenar cada artículo que llega. Entonces, solamente lo agrega a la pila.

Pero considere lo siguiente: el caos en su espacio de trabajo o en su casa le resta impulso. Puede hacer que se sienta desmotivado y deprimido. Incluso podría impedir que piense con claridad.

Organícese como un regalo a sí mismo

Regálese un espacio tranquilo y ordenado. Pruebe estos consejos para empezar:

- **Sea razonable.** Sus “cosas” no se acumularon en un día y no desaparecerán de la noche a la mañana. Si intenta abarcar mucho de una sola vez, es posible que se desanime y se dé por vencido.
- **Sea estratégico.** Empiece su proyecto con solo una habitación o área. Termínela antes de pasar a la siguiente.
- **Prepárese.** Esta no es una fiesta de traslado del desorden. ¡Es hora de tomar decisiones! Entonces, tenga a mano muchas bolsas para basura. Tire a la basura o regale lo que no usa o realmente no necesita.
- **Sea benévolo.** Recompense su esfuerzo a medida que avanza. Haga una caminata, tome una taza de café o llame a un amigo. Luego... ¡vuelva al trabajo!
- **Sea lógico.** Todo lo que conserve debe tener un lugar propio establecido. Incluso, puede rotular gavetas, estanterías y archiveros para guardar las facturas, los recibos y los correos que deba revisar con atención, etcétera. Tener un sistema hace que sea más fácil y rápido guardar las cosas cada día.

Aunque no lo crea, conforme avance en el proyecto, esto se volverá más fácil. Su recompensa será un mejor lugar para vivir y trabajar. ¡Usted lo merece!

El programa EAP está administrado por Resources For Living, LLC.

Todas las llamadas del programa EAP son confidenciales, excepto que la ley exija lo contrario. Este material es solo a fines informativos. Se considera que la información es precisa a la fecha de producción. Sin embargo, está sujeta a cambios.

Resources for Living®