

L'impact du fait de collectionner du matériel problématique sur ma vie

Répondez aux questions suivantes :

Quand est-ce que je m'occupe le plus de ma collection?

1. À quel moment de la journée?
2. Est-ce que c'est quand d'autres personnes sont présentes ou lorsque je suis seul, ou dans n'importe quel cas?
3. Est-ce que je crée des occasions de m'éloigner des gens afin de pouvoir me concentrer sur ma collection?
4. Combien de temps est-ce que je dois consacrer à ma collection chaque semaine?
5. Combien de temps est-ce que je consacre à la recherche de matériel pour ma collection? Combien de temps est-ce que je passe à le rassembler? Combien de temps est-ce que je passe à l'organiser?

Est-ce que je rate des choses?

1. Est-ce qu'il m'arrive de refuser de voir des personnes ou de dire non à une réunion sociale pour pouvoir passer du temps à rassembler du matériel?
2. Est-ce qu'il m'arrive d'éviter de répondre au téléphone ou à mes courriels pour ne pas avoir à parler à quelqu'un et pouvoir me concentrer sur ma collection?

3. Ai-je déjà oublié l'anniversaire de quelqu'un ou une autre occasion spéciale parce que mon esprit était à ma collection?
4. Est-ce que j'évite de développer une nouvelle relation en faisant une collection?
5. Est-il plus facile de se concentrer uniquement sur la collection?
6. Mes proches commencent-ils à s'agiter ou à s'énerver contre moi?

Est-ce qu'il y a un impact financier sur ma vie?

1. Ai-je des difficultés à m'engager dans mon travail ou d'autres responsabilités à cause de ma collection?
2. Ai-je des difficultés à payer mes factures parce que j'ai perdu mon emploi en raison du fait que je fais une collection?
3. Ai-je des dettes dues à l'argent dépensé pour ma collection?