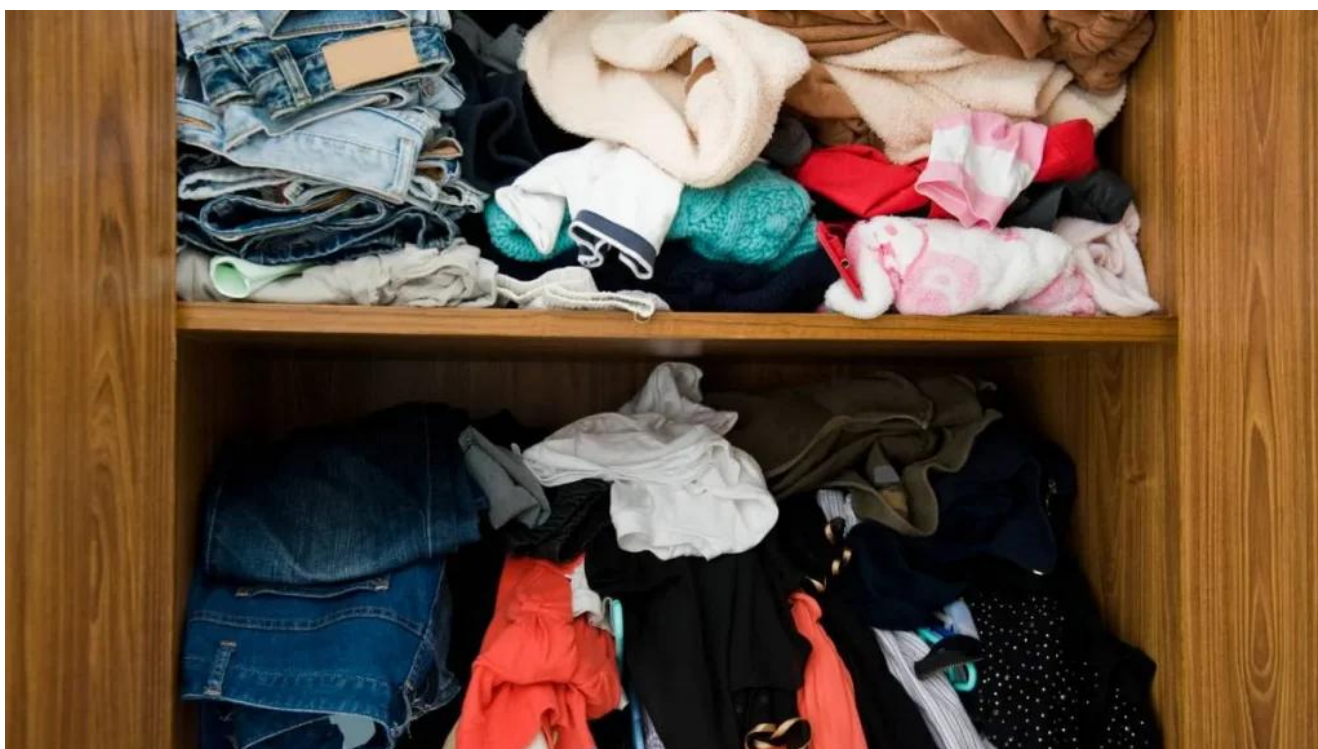


# Qué significa que una persona tenga siempre desordenado el ropero, según la psicología

20/10/2024



El desorden en el ropero puede reflejar mucho más que una simple cuestión estética. Para la psicología, este espacio privado puede revelar aspectos importantes sobre nuestra personalidad y estado emocional. Un armario desordenado podría ser un reflejo de **caos emocional**, mostrando que la persona está lidiando con estrés, ansiedad o una sobrecarga mental. Cuando nuestras responsabilidades nos abruma, es común que el desorden externo comience a manifestarse en el entorno, y el ropero es uno de los espacios donde esto se hace evidente.

Otro aspecto que destacan los psicólogos es la **procrastinación** y el **miedo**. Si una persona evita organizar su ropero, podría estar experimentando ansiedad ante la tarea o temiendo que el proceso de orden sea demasiado largo y complicado. Este temor a enfrentar la desorganización puede ser un reflejo de una tendencia más general a posponer

decisiones o responsabilidades importantes en otras áreas de la vida.

Además, la desorganización del armario puede apuntar a una **falta de control** en la vida diaria. El no mantener un espacio ordenado podría ser un síntoma de sentirse perdido o incapaz de manejar situaciones externas. A su vez, esta falta de orden también puede reflejar **dificultades en la toma de decisiones**, ya que un ropero lleno de ropa desorganizada puede dificultar la elección de qué ponerse, lo que a su vez podría ser una señal de indecisión en otras áreas de la vida.

Otro factor importante es el vínculo emocional que muchas personas desarrollan con su ropa. Cada prenda tiene su historia, y la acumulación de ropa a menudo se debe a **apegos emocionales** o recuerdos ligados a ciertos momentos de la vida. La dificultad para deshacerse de prendas antiguas o que ya no se usan puede revelar una conexión con el pasado, lo que refleja una resistencia a dejar ir ciertos momentos o experiencias.

Para combatir el desorden y mantener un ropero más organizado, los psicólogos sugieren varios **consejos prácticos**. Uno de ellos es **revisar regularmente la ropa** y deshacerse de aquellas prendas que ya no se usan, ya sea vendiéndolas o donándolas. Este proceso no solo alivia la carga física, sino también la mental. Organizar el armario por categorías, como separar la ropa por tipo o estación, también facilita encontrar lo que se necesita sin generar más desorden.

**Utilizar organizadores** como cajas o cestas para guardar accesorios o prendas pequeñas es otra recomendación, al igual que **colgar y doblar adecuadamente** para maximizar el espacio. Un tip muy útil es la **rotación estacional**, que consiste en guardar la ropa fuera de temporada en cajas o bolsas al vacío para liberar espacio. Dedicar unos minutos cada semana al mantenimiento del ropero puede prevenir que el desorden se acumule.

**Establecer límites** en cuanto a la cantidad de prendas por categoría ayuda a evitar la acumulación excesiva de ropa, mientras que el uso de **perchas uniformes** puede dar un aspecto más ordenado. Otro punto clave es **tener un espacio específico** para accesorios como bufandas, cinturones y joyas para que no se mezclen con la ropa.

Finalmente, los expertos recomiendan **planificar las prendas** con antelación para evitar decisiones apresuradas y mantener el espacio limpio y ordenado, aspirando o limpiando el área de vez en cuando. Usar el método de las cajas etiquetadas para guardar la ropa que no se utiliza frecuentemente también es una opción útil para mantener el ropero en orden.

En resumen, un ropero desorganizado no solo dificulta encontrar qué ponerse, sino que puede ser una señal de algo más profundo. Mantener el armario en orden puede ayudar a mejorar no solo la organización física, sino también el bienestar emocional y mental.

Fuente: [www.quepasajujuy.com.ar](http://www.quepasajujuy.com.ar)