輕鬆折 聰明收 打理渾沌衣物一把罩

「整理」衣物是一門技術，專業收納整理師于之琳指出，「只要用對方法，衣物整理好了，就不會再變亂了！」當然，學習收納技巧之外，更重要的是，任何不需要的衣物，請不要再帶回家。

整理／羅怡如
諮詢、資料提供／于之琳、《超簡單整理收納術，讓家煥然一新！》／日日學

衣物聰明收納，能讓起居空間更舒適。

面對堆積如山的衣物該如何處理？其實，「整理」是一門技術，是可以學習的。專業收納整理師于之琳指出，基本上「整理」有一個大方向可以遵循，但是技巧卻千變萬化。

無痛丟棄

為什麼自己整理完的成果總是不夠滿意，于之琳認為，一般人的「整理」是在不丟棄任何物品的前提下進行，能用的留著，也許哪一天還能用到的也留下，這些物品只是換個位置後還是會繼續待在你家，待到被遺忘之後，它依舊從未發揮功用。整理應是「你得願意丟棄物品」，一個家要達到真正的乾淨、整齊，唯有將物品減量，才是一次有效的整理。

一次徹底的整理，勢必會丟棄大量的物品，以整理衣物來說，她建議，不妨問問自己，若不小心丟掉這樣衣物，會願意再花一次錢將它買回來嗎？這個衣物上次使用是多久之前？非留在家中不可？有機會穿著的時候，你真的會拿來穿？這樣物品是心中的第一順位嗎？若還是下不了手，建議將送出家門的時間拉長，給自己一個緩衝的期限，若期限過了，這些衣物始終沒有被「寵幸」，就果斷與它們說再見吧！

分類 淘汰

做好分類能讓整理工作更有效。以衣服為例，于之琳表示，衣服分類的方式有許多種，簡單一點可以分成上身、下身和外套；有些人會分成工作服、休閒服。建議分得越仔細，就可以在最短的時間內找到想穿的那一件。分類好之後，你眼前應該會有無數堆的衣服山。為什麼要先造山？可能你沒有想過淘汰掉任何襪子，但是當所有襪子集中成襪子山時，才會發現原來所擁有的襪子比原先想像的還要多，這時候就可以將襪口鬆掉、有破洞、被染色或是找不到另一隻的優先淘汰。接下來你可能會發現竟然這麼多雙一模一樣的絲襪，想一想你到底多麼常穿呢？多久會穿壞一雙？需要這麼多雙備用嗎？留下你真正需要的數量就足夠了，如果全部都想留，那就很難避免衣櫃又爆炸的情形。

她進一步指出，集中衣物時，可能會找到連吊牌都還沒撕下來的新衣服，請馬上剪下標籤，將衣服丟入洗衣機，洗完後好好折進抽屜，唯有將標籤撕下來，讓它成為你衣櫃中的一員，它才有機會被穿上。

折掛有技巧

分類之後就是收納，而衣物的折法，也會影響整個擺放空間。于之琳指出，衣服折法非常多，應該如何折最好？取決於兩個關鍵：**你能夠持續下去、你的衣櫃長什麼樣子。**看哪一種方式自己最能維持與順手，也能夠記得清楚就可以了。

她也提供不同衣物的折法建議：

毛衣

一般折法

1 衣服翻面後撫平。

2 以領口為基準點，往內折三分之一，並將袖子鋪平。

3 另一邊折法相同，往內折三分之一，並將袖子鋪平，使衣服呈現長方形。

4 將衣服下擺往上折三分之一，再往上折並不超過領口，正面朝上即完成。

襯衫

一般折法

1 將所有鈕扣扣好，翻面後將衣服撫平。

2 以領口為基準點，往內折三分之一，並將袖子鋪平。

3 另一邊折法相同，往內折三分之一，並將袖子鋪平，使衣服呈現長方形。

4 將衣服下擺往上對折，並不超過領口，再次對折，正面朝上即完成。

小叮嚀：

襯衫適合一般折法後，再整齊疊放於衣櫃抽屜中，才不會造成襯衫皺折與變形。

長褲

一般折法

1 長褲撫平後往中心線對折，將多出來的部分往內折，使褲子呈現長方形。

2 再對折，接著依據衣櫃的深度決定對折或折成三摺，正面朝上即完成。

口袋折法

1 長褲撫平後往中心線對折，將多出來的部分往內折，使褲子呈現長方形。

2 褲頭往內折而形成口袋，褲管往內折，邊折邊調整距離（口袋務必比另一邊還要寬）。

3 將剩下的褲管收入口袋（不會影響彈性的長褲）正面朝上即完成。

小叮嚀：針對材質具彈性的長褲，則可以將褲管收進L形的區域。

床單

口袋折法

1 床單對折再對折，接著往內折三分之一，另一邊折三分之一後，使床單呈現長方形。

2 由長端往內折三分之一，再往內折三分之一。此時可以將枕頭套一起放入床單中。

3 口袋撐開，把最後的三分之一收入口袋即完成。

收得有方法

學習了衣物的折法之後，也要懂得與衣櫃的搭配，就像較淺的拉籃容易讓材質薄或軟的衣物站不起來，建議折好的衣物採直立式擺放較佳。為了讓收納更便利，其實可以利用一些收納小物，讓收納更聰明。

深層板衣櫃 vs 獨立式抽屜

家中衣櫃若是傳統的深層板，建議可以增製軌道或層板加裝抽屜，又或是直接購買尺寸合適的獨立式抽屜，這些都可以改善層板太深不易取出的問題。

層架拼組衣櫃 vs 收納盒

層架拼組的衣櫃，例如新式鐵拉籃普遍有太淺、空洞太多的問題，當衣物軟趴趴時就會掉出來，可以盡量擺放硬挺衣物。也可以透過增加抽屜、收納盒改善這個問題。為了方便搜尋，

利用格子收納，將不同類型的配件分門別類，整齊又一目了然。

可以在抽屜外、收納盒上貼標籤，可以更快速找到衣物。

衣櫃有抽屜後，折法還需要考量抽屜的高度，基本上將衣物領口到下擺對折再對折，或是在三分之一處折兩摺後放入抽屜，以不影響抽屜開合為最適當的抽屜高度。當對折次數越少，則衣物總體越扁平，抽屜也能放入更多的衣物。若是抽屜非常淺，則比較適合放衣物的配件類，例如：皮帶、領帶、絲巾、手套等，避免放太重的物品，以免抽屜開合不順暢。

整理雖然動的是「手」、歸位的是「物品」，但其實真正在整理的是「心」。于之琳提醒，在整理的過程中，是不停地面對自己的過去與取捨，對一般人而言，不是簡單的事，但是唯有探究自己最深層的內心，才會真正了解自己到底需要什麼。

衣物掛式收納

對於不喜歡折衣服的人而言，將衣服掛著就是最輕鬆的解決方式，但是掛衣服是有技巧的，盡可能將拉鍊或是扣子全部扣上，避免衣物受到拉扯而容易變形。譬如材質比較滑的衣服，除了挑選防滑衣架之外，也可以利用橡皮筋輔助，讓衣物不容易滑落。大家非常頭疼的毛衣，掛久了肩膀兩側總會突起兩個尖角，只要改變掛的方式，再也不擔心肩膀線條不順。衣物掛著雖然省事，卻是最占空間的做法，不排斥折衣服的人，于之琳建議盡可能將不怕皺褶的衣物折起來，怕皺的衣物掛起來即可。

吊掛衣物也要懂得訣竅。

于之琳 Profile

從未想過自己的天分可以成為職業，二十六歲即成為專業收納整理師，擁有的能力是一看到整理前的現場，就能在腦中浮現整理後的樣貌。環境再亂都不怕，反而很想立刻捲起袖子工作，最喜歡整理完後所爆發的成就感，也因為這個成就感，支持著自己一路走到現在。最引以為傲的是搬家多次，總能在搬家當天將所有物品歸位完畢。

除了從事到府整理服務，也在各大學校、企業、公家機關（例如：台灣大學、遠雄集團、公平交易委員會、綠色和平組織等），分享整理收納的大小事。也經常接受各大報章雜誌、電視採訪。自己管理的網頁影片更有千萬點閱率，影片也發酵到世界各地，被香港、馬來西亞、中國大陸等轉發。

FB粉絲專頁：「之琳到你家—居家收納整理」