



我们离你最近

教你一招:建立科学收纳系统 有效分类家庭物品

家里东西总是找不到?



天气逐渐转冷,不少人在家中开启翻箱倒柜模式,把柜子里的厚被子拿出来,将轻薄衣物替换成厚重的冬装。这一看似简单的更换过程,却可能遇到不少令人头疼的问题,比如之前收纳起来的物品堆得满满当当,如一团乱麻,收拾起来无从下手。

换季时节,许多市民会购买新衣物。随着家中物件不断增加,收纳问题更加凸显,如何高效、有序地整理收纳,成为许多家庭面临的难题。近日,淮报融媒体中心采访专业人士,教大家实用的收纳方法,帮助大家解决家中收纳难题。

■融媒体记者 张金宇
通讯员 丁华珍

居家生活 物品多寻物难

家中物品增多,随之而来的就是物品的收纳问题。衣柜、置物架、收纳箱……每个家庭都有许多储物设施,然而令人困惑的是,即便储物空间很多,却总感觉不够用,想要找到某件物品,往往需要苦苦寻觅半天。“90后”小徐对此深有感触,喜欢网购的他时常为家中添置新物品。随着时间的推移,家中的储物空间变得拥挤不堪。“家里的柜子、抽屉和收纳盒都塞得满满的,每次找东西都像在寻宝藏。我明明记得把东西放在某个柜子里,但打开一看,却没有。”小徐表示,他尝试过整理物品,但每次整理完不久,家中物品摆放便会恢复乱糟糟的原样。他认为,造成这种情况的原因是自己没有一个清晰的收纳思路,时间久了,就忘记了物品的存放位置。

对于家中物品的收纳问题,市民王女士和小徐有着同样的感受。王女士家中有一个储物间,空间充足,寻找物品却很难。“我们一家四口,衣服数量多,每次换季整理都是一项‘大工程’。光是把所有厚衣服翻出来分类叠好,就累得我腰酸背痛,想想还要整理更多薄衣服,就心烦。”王女士说,她曾使用过收纳盒、折叠袋等收纳工具,但物品太多,收着收着就混在了一起。

除了换季整理给家庭收纳带来的挑战,家庭人口的增加也会提高物品收纳难度。新手妈妈王女士感慨,孩子出生后,家里物品数量急剧增加。“孩子的尿布、奶粉、玩具等物品占据了大部分空间,我每次找自己的东西都很困难。”王女士告诉记者,她曾尝试将婴儿用品集中放在一个房间里,却发现使用时很不方便,毕竟婴儿用品随时会用,需要放在容易拿到的地方,这就不可避免地造成物品混放。面对这样的收纳问题,她很苦恼。

换季整理 提前规划收纳空间

“作为一名家政从业人员,在多年实践过程中,我发现收纳物品并非简单地将物品归置起来,而是需要以专业的目光去关注问题、解决问题。”淮安市家庭服务业协会会长刘芝凤说,市民日常在收纳物品时,容易出现缺乏规划、过度囤积、分类不明确、忽视空间利用等问题。

针对这些常见的家庭收纳问题,刘芝凤建议,收纳时做好合理的规划、分类和空间利用工作。首先要提前规划好收纳空间的布局,掌握好人、物品、空间的关系,动态规划空间,才能让生活更便捷有序。例如,可以使用分隔盒、收纳篮等工具来整理抽屉和壁橱;使用衣架、挂钩等工具悬挂衣物和配饰。其次,要建立科学的收纳系统,将不同类型、用途的物品进行分类收纳,比如在秋冬季节,家中衣物可根据材质、使用频率、不同功能(如保暖、防水等)等进行整理收纳。

此外,市民可以通过减少家中囤积物品的数量,并充分利用垂直空间,来营造更多收纳空间,比如床下、沙发下等空间可用来存放一些不常用、季节性较强的物品,墙角、门后可以安装一些挂钩或者小型收纳架,用来挂放围巾、帽子等物品。

“秋冬季节,建议根据衣物的使用频率来安排其位置。最常穿的毛衣、外套等放在容易拿取的中间层,可以使用分层的衣架,将裤子和上衣分层挂放,充分利用空间。”刘芝凤说,秋冬换季整理衣物时,可提前规划好换季物品的存放位置,“我们可以把每一次整理都当作对生活空间的一次优化、对生活品质的一次提升,将家变成温馨的港湾。”

整理收纳 有益身心健康

整理收纳家庭物品不仅有利于家庭空间的优化利用,更是提升生活品质、促进家庭成员身心健康的重要途径。“杂乱无章的环境容易让人感到压抑和焦虑,甚至会影响睡眠。相反,一个整洁有序的空间能让人感到宁静放松,有利于提高心理健康水平。”淮安市第三人民医院心理一科副主任医师杨林说,整理收纳对家庭和个人都有着积极的影响。整理收纳物品不仅有利于释放压力,帮助人们找回内心的平和,还能提供掌控感,通过整理,人们可以清楚地知道每件物品的位置。“掌控感会增强我们的自信心和安全感,每当我们完成一次整理收纳,看到整洁有序的空间,心里会有种成就感,这种成就感会激励我们继续保持好的生活习惯。”杨林说。

杨林介绍,在整理收纳物品时,人们会专注于当下,不再纠结烦心事,这是一个释放压力的过程。他指出:“对整理收纳的态度能反映出人的心理状态。喜欢整理收纳的人拥有积极的生活态度,持续的整理过程让他们学会了规划、分类及创造等技能,也锻炼了他们自我管理和掌控生活的能力。”

杨林还提到,整理收纳家庭物品有助于营造积极向上的家庭氛围。父母带领孩子共同参与家务整理的过程,不仅能够通过言传身教让孩子学习到生活技能,培养其责任感,还能促进孩子身心健康,增强家庭生活幸福感。

