



居家整聊室
HOME LIFESTYLE
ORGANIZER

居住新觀念：破解囤積問題





關於整理！

打開無法整理的心結



三種雜物

不用的物品

執念的物品

在用的物品



人對於物品的執念

以下對話, 是否感到熟悉?

東西雖然有點舊,
可是還可以用啦...

這是別人送的, 為了不讓他生氣,
還是用一下吧...

雖然我沒這麼喜歡
但是不用好可惜...

整理， 90% 靠的是精神
一起下定決心， 共享更棒的空間！

居家整聊室：美好生活 人人擁有



整聊前



整聊後

居家整聊室：美好生活 人人擁有



整理前



整理後

居家整聊室：美好生活 人人擁有



整理前



整理後

且人人皆可擁有！



空間主人

沒時間

沒力氣

不知所措

整聊服務解決空間混亂3大痛點

全國逾2千人不夠用！長照A個管不只「缺很大」

來關心長照議題，長照2.0當中，以ABC三級分類，當中的A單位，可以說是，個案尋求協助後，我們的社福資源，率先提供資源的地方，儘管目前，國內的A個管師，多達兩千多人，但，似乎還是很難滿足，所有的長照需求。



國家將面對勞動力缺乏

想一想：
從這個案例裡，看到哪些整聊的好處？

亂到受不了

透過整聊 嚴選生活



生活雜亂煩躁

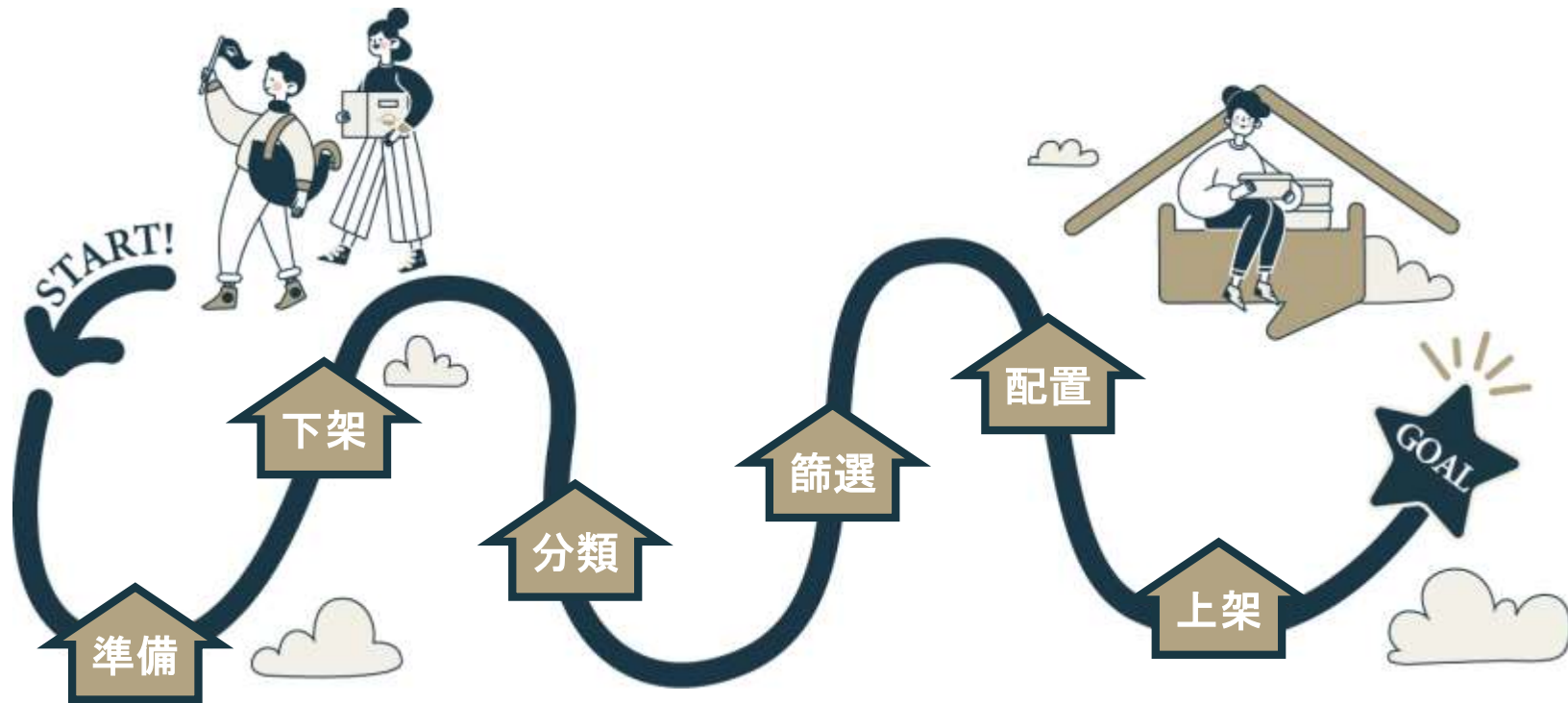


找到混亂根源



清爽便於維持

🏠 美好生活從整聊人生開始





居家整聊室
HOME LIFESTYLE ORGANIZER



開始整聊之前...



居家整聊室
HOME LIFESTYLE ORGANIZER

我想過怎樣的生活？

我想要什麼樣的人生？

什麼對**我**而言是最重要的？



居家整聊室
HOME LIFESTYLE ORGANIZER



透過「整聊」讓生活更美好

整聊五步驟



下架



分類



篩選



配置



上架

【篩選】目的與意義

1. 減少物品管理時間
2. 瞭解自己/家人的需求
3. 邁向理想生活，實踐美好生活

猜猜：平均每個家庭丟多少袋？



選擇必要的物品



創造讓自己獨處的空間



A woman with dark hair tied in a ponytail with a light-colored scrunchie is seen from behind, standing in a room. She is positioned in front of a tall wooden bookshelf filled with books. To her right is a window with white sheer curtains and a pink curtain on the side. On a surface near the window, there are various items including a blue unicorn-shaped container, a stuffed animal, and some papers. In the foreground, a green tufted cushion is visible on the left. The woman is wearing a light-colored long-sleeved shirt and a dark skirt with a light-colored sash. The room appears to be a study or a child's room, with a focus on organization and storage.

空間決定量

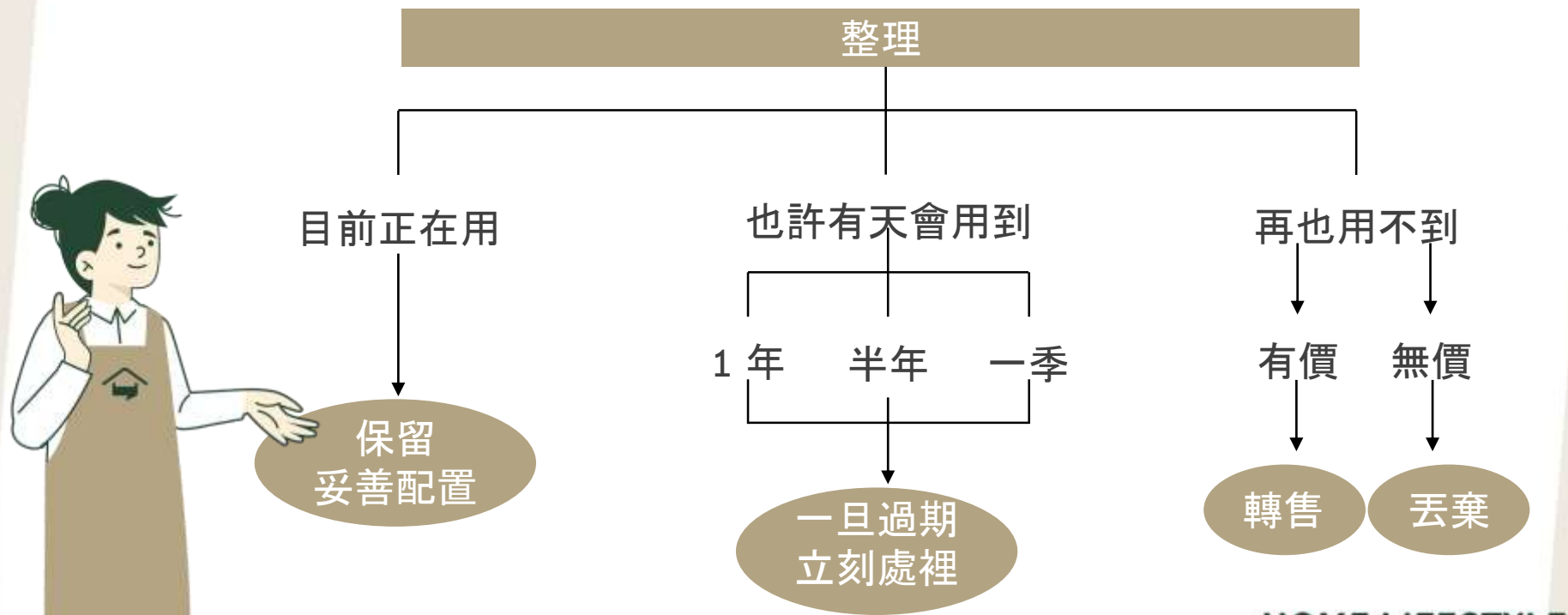


【篩選】小秘訣 —— 100分心中量表

1. 挑出同類物品中的「100分」與「0分」物品
2. 規範好物品可放置的區域
3. 依序放進收納盒、櫃體內
4. 放不進的物品怎麼辦？



個人物品具備丟棄的「判斷標準」？



HOME LIFESTYLE

ORGANIZER

物的分類 要丟還是要留？

是不是重要的人事物？



有沒有功能性？

重要人事物？	爺爺	普通朋友	廠商
功能性	無論是甚麼 都會想要留下來	背包	電腦
非功能性		娃娃	贈品

物的分類 要丟還是要留？

壞掉的程度？



心中價值高低？

損壞程度？	不容易壞	漸漸壞	壞了就是壞了
心中價值高	鋼琴	家俱	電子商品
心中價值低	橡皮筋	商用沙發	電風扇



練習時間

試著運用篩選法則，解決丟不到的困擾。

1. 想丟但是丟不掉，不知如何處理的物品：

1. 最後我的決定是？



🏠 一位空姐媽咪的故事





家中凌亂不堪

各式各樣的玩具堆滿了整個屋子

她是曾被誤會為儲物症的空姐媽媽...



還好整聊師透過聊天慢慢的理解她的情況
經過專業的協助與指導
原本雜亂的房間也在溝通的過程中變得整齊了!



原來是身為忙碌的
空姐媽媽，對於無法
時常待在兩個即將
邁入青春期的寶貝
女兒身旁感到十分
自責，

只好透過購買禮物的方式來彌補那些逝去的時光。



居家整聊室





居家整聊室



經過居家整聊室的協助, 她終於明白, 原來表達愛的方式不只一種,
現在, 兩個寶貝女兒也會開心的一起幫忙整理房間呢!



感受

感謝

新生

你家的物品是哪種？



感受

感謝

新生

你值得更好的空間，物品值得更好的主人



找到我自己... 真好

感受

感謝

新生

You
Me

美好生活選項一直都在
而且人人都可以擁有



今天聽不夠！還想學更多！

-整聊系列課程-

全台累積超過9,000學員

初階認證課

1天7小時
✓整理技巧

可以整理自己家

中階培訓課

2天6小時
✓心理學
✓空間

可以整理別人家

中階認證課

1天4小時
✓出班注意事項

可以發行
成果證書附件

-課程費用-

單一課程報名費用

初階認證課 \$4,000

中階培訓課 \$16,000

中階認證測驗 \$2,000

高階軟裝課 \$30,000

課程組合優惠

初階 + 中階

優惠價 \$18,000
(原價\$20,000)

初階 + 中階 + 中階認證

優惠價 \$20,000
(原價\$22,000)

【結業後即可簽約成為整聊師】

初階 + 中階 + 中階認證 + 軟裝課

優惠價 \$44,000
(原價\$52,000)

-課程花絮-



完整「整聊理論技巧」
都濃縮在 4 天課程裡！

加 Line 了解課程





居家整聊室
HOME LIFESTYLE ORGANIZER



美好生活，人人擁有



居家整聊室
HOME LIFESTYLE ORGANIZER



居住新觀念：破解囤積問題

感謝聆聽～

邀請大家請填寫今日的
講座反饋～

講師：**方麗**



居家整聊室

我要預約



居家整聊服務
為你凌亂的生活帶來一道整齊的曙光





居家整聊室

歡迎標記我們哦！



@TIDYMAN.IG



居家整聊室
◆ 關心你的生活大小事 ◆





居家整聊室

Thanks for watching!



居家整聊室



tidyman.ig



別忘記按讚訂閱+分享!!



<https://www.tidyman.com.tw>

