

Famille

Mes résolutions 2016

Photos insolites de familles

Etre parents

A la maison

- Sécurité
- Déco
- Votre budget



Chambre d'enfant : comment aménager un espace épanouissant ?

Dans son livre « Espaces d'harmonie pour les enfants » coécrit avec Mirella

Voulzy, l'auteure Alexandra Viragh explique le concept qu'elle a mis au point : la psycho-décoration. Il s'agit d'aménager une chambre à coucher en respectant les principes du Feng shui (taoïstes et bouddhistes) et ceux du Vastu (concept indien). Ces enseignements démontrent l'importance de l'environnement sur le bien-être de chacun d'entre nous, et donc, de l'enfant quand on s'intéresse à son espace de vie. Décryptage.

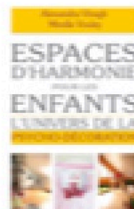


CONTINUEZ

En vacances

Droits


La chambre est un espace de vie important pour l'enfant



« Notre habitat parle de notre intimité, en continuité avec notre premier logis sur Terre, le ventre de notre mère. La maison est un deuxième corps de chair », explique Alexandra Viragh, créatrice du concept de psycho-décoration. « La chambre de l'enfant accueille non seulement son corps

mais abrite aussi sa personnalité en devenir. Elle héberge ses secrets, ses jeux et ses apprentissages », détaille-t-elle. A partir de ce concept, les parents découvrent certaines astuces afin d'aménager un espace de vie épanouissant et harmonieux. Par exemple, dans le Feng shui et le Vastu, il est question de la symbolique des couleurs, de la signification des objets de déco que l'on choisit, de la position du mobilier. Rien ne se fait au hasard. Explications.

La chambre, un deuxième territoire pour l'enfant

La chambre à coucher représente un cocon douillet pour l'enfant. C'est sa deuxième « maison » après sa naissance ! « La chambre est un microcosme qui enveloppe l'enfant, comme une bulle qui l'influence », explique Alexandra Viragh. Elle précise notamment que la chambre évoque le ventre de la mère, là où est né à proprement parlé l'enfant. « L'enfant passe près d'un tiers de son temps à dormir dans la chambre. Le sommeil est donc un élément clé de son épanouissement psychique ». Très souvent, les parents couchent leur petit de tel côté du lit, mais au réveil, ils le retrouvent à l'autre bout. « Dans ce cas, il faut orienter  selon cette position. C'est celle qui lui conviendrait le mieux au sommeil de l'enfant », explique-t-elle. En effet, pour Alexandra Viragh,

Aménager la chambre en trois espaces

« La chambre d'un enfant reflète souvent ce qu'il est. L'aménagement influence également ses pensées. Les parents qui souhaitent offrir une pièce rassurante à leur bambin devraient privilégier trois espaces différents : la partie sommeil avec l'emplacement du lit, le coin travail avec un bureau plutôt placé sur un côté et non face au mur, une zone réservée aux jeux avec les différents jouets et tout ce qui permet de créer », détaille Alexandra Viragh. Autres éléments importants : l'orientation et la lumière. Chaque direction cardinale (nord, est, ouest, sud) et semi-cardinale (nord-est, nord-ouest, sud-est, sud-ouest) apporte, selon la spécialiste, « une note psycho-décorative complémentaire à la chambre, influençant l'ambiance, le bien-être et le psychisme de l'enfant ». La distribution des fenêtres, les différentes pièces seront plus ou moins bien exposées à l'ensoleillement. Par exemple, une fenêtre qui se trouve au Nord induit le calme et la maîtrise de soi. Au Sud, cela favorise plutôt l'expansion, la sociabilité, les échanges et l'affirmation de soi. Les parents devraient tenir compte de l'orientation cardinale d'une chambre à coucher lorsqu'ils l'attribuent à un enfant », précise-t-elle.



L'importance des couleurs

- A lire aussi**
- Sécurité à la maison pour les enfants
 - Marcel Rulo : l'enfant a-t-il besoin d'un père-héros
 - Le rôle du père est primordial
 - Être père de fille ou de garçon : les différences
 - Mère et fille : une complicité évidente
 - Mère et fils : une relation unique
 - Jeune fille au pair : comment bien la choisir ?
 - Ondes électromagnétiques : sont-elles dangereuses pour la santé ?
 - Parents : adoptez l'écolo attitude
 - Quel animal de compagnie choisir ?