

Dětský pokoj jako oáza radosti



Nejdřív západ, potom východ

Podle zásad feng-shui je **pro pokoj předškolních dětí vhodná západní strana. Východní pak pro školáky**, protože v dětském pokoji se střetávají různé činnosti – spaní, hraní a studium. Element dřeva, který východní směr symbolizuje, podporuje aktivitu, koncentraci, iniciativu a tvořivost u dětí.

Nevhodná je naopak severovýchodní strana, neboť mezi sourozence vhání rivalitu.

Vybavení volíme z přírodních materiálů, vyhýbáme se syntetickým malbám a lakům. Proto i **povlečení a další textilie by měly být z bavlny, lnu, vlny nebo hedvábí** Klidný spánek dítěte podmiňují **pastelové barvy ložního prádla**. Veselé koberce a obrazy s motivy zvířat, dětí nebo šašků vytvářejí příjemnou atmosféru a podporují pocit družnosti.

Místnost denně větráme, abychom se vyhnuli hromadění škodlivých plynů. K zajištění příjemného prostředí přispějí i jemné esenciální oleje, např. heřmánek, růže, vanilka a levandule.

Výstavka na provázku

Pro dětský pokoj je **vhodný nízký nábytek nejlépe ze dřeva či jiného přírodního materiálu, například rákosu, proutí**. Rozmístěný by měl být tak, aby neztěžoval dítěti pohyb v prostoru. Pokoj **vybavíme pomůckami, které aktivují představivost a podporují tvořivost jako hry, plyšová zvířátka, loutky, panenky, kostky, stavebnice, pastelky, tužky**. Děti zbožňují, když mohou své výtvořiny viditelně vystavit. Ideální **jekorková nástěnka**, ale stačí i provázek upevněný na stěnu, kde si pomocí kolíčků mohou udělat

výstavu svých kreseb.

Místo pro hraní má nejvíce jangové energie, neboť se tu odehrávají akční aktivity dítěte. **Důležité jsou dostatečné úložné prostory pro hračky, nejlépe v krabicích umístěných na poličkách tak, aby na ně dítě bez problémů dosáhlo.** V případě sdílení pokoje sourozenci je třeba myslet i na optické oddělení samostatného prostoru pro každé dítě.

Pro kvalitní spánek

Čelo postele je podle zásad feng-shui nejlépe umístit u zdi naproti dveřím, na které má dítě pohodlný výhled. Patrové postele nejsou pro děti vhodné, neboť na horní posteli ztrácí dítě jistotu a na spodní se cítí ohroženo. **Pro malé děti je ideální nízká postel,** vysoká jim může přivodit pocit strachu v noční tmě. Děti rády skáčou na posteli, proto je vhodné ji zvolit co největší a s oblými rohy.

Místo pro odpočinek představuje nejvíce jinovou část dětského pokoje. **Postel by měla stát co nejdále od elektrických zásuvek a veškeré elektroniky,** protože vyvolávají úzkost a neklid. **Když už si větší děti televizi do pokojíčku vyprosí, postavíme ji do skříňky s dvířky, která na noc zavřeme.**

Místo pro učení

Psací stůl je nejlépe umístit tak, aby dítě vidělo na dveře. Nemělo by sedět ani před velkým oknem či zrcadlem. Pocit bezpečí přináší zeď za zády. Negativní podmínky pomohou napravit i závěsy, kterými například oddělíme části pokoje určené pro hraní a odpočinek od místa pro učení. Také může být řešením vymalování „studijní“ části pokoje jinou barvou - nebeská modř uklidní a pomáhá koncentraci.

Co nejvíc světla

Nejlepším zdrojem světla je okno na východní stranu, kdy do pokoje vstupuje energie elementu dřeva a růstu, který přijímá hojně přirozeného světla. To můžeme nahradit například zářivě žlutým sluníčkem nebo jiným předmětem této barvy. **Vhodná jsou alespoň dvě světla - jedno u lůžka (tlumené) a druhé u psacího stolu s co nejkvalitnějším světlem. Stínidla nebo nástěnné lampičky s žárovkami zabarvenými do růžova vytvoří klid v pokoji a dobře naladí děti na spánek.** Umístění světla před místnost zaručí dětem jistotu během noci.

Barvy v dětském pokoji

Barvy volíme v závislosti na věku a povaze dítěte. Příliš mnoho zkombinovaných barev může potlačovat fantazii vaší ratolesti. Pro pasivnější děti bez energie jsou vhodnější syté barvy.

- **Světle modrá, světle zelená mají uklidňující účinek,** zelená barva navíc dodává pocit jistoty.
- **Žlutá přináší do pokoje radost** a kompenzuje nedostatek přirozeného světla v tmavých místnostech. Nehodí se ale do pokoje miminek, protože ta ve žlutém pokoji více pláčou. Pro rozmrzelé, nebo dokonce psychicky labilnější děti není tato

barva také vhodná.

- **Bílá vyzařuje čistotu a upravenost.** Může vyvolat chladnost a lhostejnost, proto se nedoporučuje pro pokoje malých dětí.
- **Zelená vyvolává růst a tvořivost.** Je vhodná do pokoje malých dětí, je-li v nich dostatečné přírodní světlo.
- **Purpurová vyjadřuje výjimečnost a autoritu,** hodí se pro pokoj dospívajícího.
- **Černá se nikdy nepoužívá,** podporuje agresivitu.
- **Přírodní barvy - dřevěná, kukuřičná, béžová atd. přenášejí klid a pohodu,** proto se výborně hodí pro děti. Vhodné je tyto barvy doplnit nějakými veselými doplňky, aby pokoj nepůsobil nudně a neblokoval tvořivost dítěte.

Pozor, příliš mnoho zkombinovaných barev může potlačovat fantazii vaší ratolesti.

Kontakt s přírodou

Děti potřebují kontakt s přírodou ještě více než dospělí. Proto **je velmi vhodné jim v mezích možností dopřát nějaké domácí zvířátko nebo akvárium s rybičkami.** Tím dítě získává cenné zkušenosti. **Nechme je spolupracovat na hlídání a starání se o zvířata nebo alespoň o květiny.**

Z dětského pokoje by měla vždy dýchat láska, péče, něha a podpora, kterou svému dítěti budete dávat po celý život.

Lenka Lavičková