غرف نوم الأولاد.. استقلالية تحت رعاية الأسرة

◄أساسها الخشب والألوان الفاتحة بعيداً عن الألياف الصناعية

غرف الأطفال هي المكان الذي يقضون فيه نحو نصف عمرهم قبل الاستقلال والخروج إلى مسكنهم الثاني بعد زواجهم، لهذا فإنّ تهيئة أجواء هادئة وملائمة لهم داخل المنزل يتطلب الكثير من الاهتمام بأماكنهم، خاصّة غرف نومهم. وبالنسبة للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 9 و14 سنة، أي من الذين يقضون أكثر وقتهم بين الدراسة وإنجاز الفروض المنزلية، أو مشاهدة التلفزيون وسماع الموسيقى، أو القراءة وتصفّح الإنترنت، وفي بعض الأحيان يستقبلون فيها أصدقائهم المقربين، فإنّ غرفهم هذه تمثل عالمهم الخاص، وبالتالي يشير المختصون إلى بعض النصائح والإرشادات للوالدين لتساعدهم على اختيار وتصميم غرف نوم أولادهم. أوّل هذه الإرشادات ـ بحسب المهندس إحسان العابد، تتمثل في اختيار الألوان الفرحة والفاتحة للجدران للحصول على جوّ من التفاؤل والمرح داخل الغرفة.

ثم تأتي الإضاءة التي يجب ألا تكون مباشرة، بل هادئة، مع زيادتها في ركن معيّن يخصّص للقراءة أو المذاكرة. وبعد ذلك، تأتي أرضية الغرفة التي يمكن تغطيتها بسجاد مصنوع من القطن أو الصوف بعيداً عن الألياف الصناعية حتى يبعد الأطفال عن التأثر بالموجات الكهرومغناطيسية التي تنتج عنها.

ولتأثيث غرفة النوم، وملحقاتها، يكون الخشب غالباً، هو الاختيار الأوّل، حيث يجب أن تتألف الغرفة من عدة قطع، ذات استخدامات متعددة لاستيعاب الواجبات المدرسية، واستخدامات الحاسوب والإنترنت، ولقاء الأصدقاء، إلى جانب النوم والاسترخاء، وتنظيم الأمور الخاصّة. ومن المهم عدم تجاهل أن يكون لديهم مكانهم الخاص باللعب، ومشاهدة الأفلام أو للتواصل، أي خلق عالم خاص متكامل بالاستقلالية والراحة.

ومما يجب أن تتضمنه غرفة النوم أيضاً، ما يمكن أن يطلق عليه «منطقة عمل»، التي تشمل خزانة أدراج، كرسياً، مكتباً، وحدة أرفف، خزانة ملابس، سريراً للاستعمال أثناء الليل، يمكن أن يتحوّل إلى

كنبة جلوس نهاراً، وكرسياً بذراعين، وطاولة جانبية، إلى جانب رف جداري، ومرآة طولية تظهر كامل الجسم، وطاولة بعجلات أو منصّة لوضع جهاز التلفزيون ◄.