

Fotos: Reprodução/Pinterest

modernos, cortinas leves e painéis de correr podem dividir sem fechar, enquanto estratégias de iluminação podem criar um canto de aconchego. "Basta ter criatividade e um olhar sensível para a rotina das pessoas que vivem ali", pontua.

Conciliação de espaço e estilos

A organização de um ambiente tem um impacto direto na dinâmica dos moradores, pode tanto aproximar quanto afastar. Um layout que convida ao encontro, com sofás voltados para a conversa ou uma cozinha convidativa, estimula a interação. Por outro lado, a criação de cantos mais isolados ou a mudança na posição de uma mesa podem proporcionar uma certa independência.

Quando o assunto é conciliar gostos e estilos diferentes na decoração, pode ser mais trabalhoso. O segredo está em encontrar pontos de acordo, misturando texturas, cores e peças que sejam agradáveis para todos.

Quando se trata da divisão de espaços, como quartos ou escritórios domésticos, é preciso organização e compreensão das necessidades individuais. Em um lugar pequeno, vale apostar em divisórias simples, como um móvel ou cortinas. Mas o respeito à rotina é fundamental, separar o ambiente pensando nas demandas e no tempo de trabalho, como a necessidade de silêncio ou um espaço amplo, vai além do físico e vira questão de combinar.

O psiquiatra Fábio diz que a divisão, seja de espaços, seja de tarefas, é uma questão de parceria, pois ao dividir a morada com alguém, divide-se também a vida. "Não é só compartilhar o ambiente, mas também propósitos e objetivos. Cada um está passando por algo, então é preciso ter um interesse e acordo mútuo de bem-estar dentro do que seja rotina, tarefas, espaço. É concordar em fazer o que for melhor para ambos, tornar a vida do outro mais fácil", detalha Fábio.



Biombos e cortinas leves podem ajudar a separar o espaço e dar privacidade aos moradores



Mobiliários com mais de uma função podem otimizar o espaço dividido

Para casais, a ideia de abrir mão da individualidade em espaços compartilhados é um mito que precisa ser desfeito. "A individualidade é essencial pra gente se sentir bem e feliz dentro do relacionamento", afirma Aline. Ela ressalta a importância de ter "cantinhos que são só seus", mesmo dentro de um espaço compartilhado, como uma prateleira com livros ou um espaço para um hobby. "A ideia é que o espaço reflita tanto o casal quanto cada pessoa individualmente, e isso só fortalece a relação."

A forma como organizamos nossos lares e compartilhamos espaços tem um impacto profundo na nossa saúde mental. O ambiente em que vivemos influencia diretamente nosso humor, nossa paciência e até a forma como nos comunicamos, conforme aponta Aline Silva. "Espaços carregados de estímulos ou desorganizados podem deixar as pessoas mais irritadas sem perceber", salienta a designer.

***Estagiária sob a supervisão de Sibeile Negromonte**

**+ yoga
- ansiedade**

SETOR SUDOESTE
YANTRAYOGABRASILIA.COM.BR

clube **20%**
DE DESCONTO

Yontra
Yoga