

МАРИЯ СТЕПАНОВА

Мой дом, мои правила



КАК СОЗДАТЬ ИНТЕРЬЕР, В КОТОРОМ ХОЧЕТСЯ ЖИТЬ

[Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФ](#)

МИФ

УДК 747
ББК 85.128
С79

*Издательство благодарит Лилию Кошечеву
и Татьяну Архипову, авторов нескольких
дизайнерских проектов, представленных в книге.*

Степанова, Мария

С79 Мой дом, мои правила. Как создать интерьер, в котором хочется жить / Мария Степанова ; – Москва : МИФ, 2025. – 272 с. : ил. – (Дом и интерьер).

ISBN 978-5-00214-615-4

Настольное руководство по созданию интерьеров в типовых квартирах. Больше не нужно искать специалистов, чтобы создать дом мечты, – вместе с практичной книгой от практикующего дизайнера интерьера вы сможете преобразить ваше жилище легко и с удовольствием.

УДК 747
ББК 85.128

Все права защищены.
Никакая часть данной книги не может
быть воспроизведена в какой бы то ни
было форме без письменного разреше-
ния владельцев авторских прав.

ISBN 978-5-00214-615-4

© Мария Степанова, 2024
© Xi Bai / Shutterstock.com
© Оформление. ООО «Манн, Иванов
и Фербер», 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

С чего начинаются перемены	7
С чего начать?	8
Как устроена эта книга?	8

1 ВАШ ДОМ – ВАШИ ПРАВИЛА

Формируем видение проекта	11
Как понять, что для вас важно	14
В поисках своего стиля	19
О вкусах спорят! Работаем с противоречиями и приоритетами.	30
Быстро, дешево, качественно: выберите два из трех	34
Мода и интерьер	38
Интерьер в контексте. Архитектура, климат, пейзаж	40

2 БОЛЬШАЯ ЧЕТВЕРКА

Главные инструменты дизайнера интерьера	45
Композиция. От предметов – к цельному образу	48
Доминанта	48
Баланс	52
Ритм	56
Масштаб	58
Цвет. Повелитель форм и настроения	62
Насыщенные цвета в интерьере.	65
Проба цвета перед покраской.	68
Эргономика. Чтобы все было удобно	75
Свет. Не люстрой единой.	81

3 ДОМ ИЗНУТРИ

Руководство по каждой комнате	95
Прихожая и коридор. Встречают по одежке	99
«Грязная зона».	102
Коридор	107

Спальня. Пространство отдыха	111
Гостиная. В центре внимания	129
Кухня. Сердце дома	139
Два в одном: кухня-гостиная	153
Кабинет. Работаем дома	163
Ванная. Внимание к себе	173

4 КОГДА В ДОМЕ ЕСТЬ ДЕТИ

Совмещаем эстетику и удобство 185

Kids friendly. Адаптируем дом для самых маленьких	191
Детская. Игры – это серьезно	197
Оформление детской комнаты	200

5 ВСЯ КВАРТИРА В ОДНОЙ КОМНАТЕ

Решаем головоломку 205

Зонирование – это ключ	208
Убираем лишнее. От чего вы готовы отказаться?	218
Спим в неожиданных местах	220
Мебель большая и маленькая	222

6 КАК СДЕЛАТЬ ДОМ СВОИМ

Декорируем с душой 227

Оформляем стены. Что, где, куда?	231
Искусство	231
Зеркала	238
Мелочи и сувениры	238
Текстиль	244
Книги	256
Растения	258
Винтаж и семейные ценности	262

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Ваш дом – ваши правила 269



[Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФа](#)



[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

ВВЕДЕНИЕ

С ЧЕГО НАЧИНАЮТСЯ ПЕРЕМЕМЫ

Говорят, если женщина хочет перемен в своей жизни, она идет в парикмахерскую. Если хочется перемен посерьезнее, есть еще один способ, подходящий не только для женщин. Я верю: дом может сделать лучше не только нашу жизнь, но и нас самих, ведь дом – особое место для каждого человека. Мы проводим в нем примерно половину жизни, и потому он во многом определяет ее качество. Дома мы как минимум спим, а это, по данным исследований, аж 33 года при средней продолжительности жизни 79 лет. Очень важно, чтобы мы могли здесь полноценно отдыхать, восстанавливаться, заниматься любимыми делами, общаться с близкими. Свои стены способны быть источником положительных эмоций, воодушевлять нас и делать счастливее.

Я еще совершенно не задумывалась о карьере дизайнера в те времена, когда переехала в Москву. Мы с подругой сняли квартиру и, желая создать

из нее «свое» пространство, первым делом отправились в «ИКЕА». Купили шторы, декоративные подушки, накидки на диваны и пару предметов мебели. Однако этим не ограничились и решили заодно обновить обои в одной из комнат. У каждой из нас имелся детский опыт почти самостоятельной поклейки обоев, комната была небольшая, собственник не возражал – все это гарантировало успех нашего мероприятия. Но неожиданно мы столкнулись с неровными стенами и искрящейся проводкой и все-таки обратились к профессионалу. Результат однозначно того стоил! В итоге мы с удовольствием прожили в этой квартире четыре года, а во мне зародилось желание заниматься дизайном интерьеров профессионально.

Дома мы расслабляемся и потому с трудом замечаем воздействие на нас окружающего пространства. И даже если мы привыкли к нагромождению

мебели в гостиной, выступающим в проходах углам, несочетающимся друг с другом, изношенным полотенцам, мы все равно замечаем все это периферийным зрением, держим в голове то, что нужно доработать, и подсудно раздражаемся от дисгармонии и неудобства. Это может сказываться как на нашем настроении, так и на самочувствии, отношениях и даже успехах в жизни.

Многие чувствуют это интуитивно. Но, несмотря на это, боятся браться за ремонт или обновление квартиры. Нет уверенности в своих силах, понимания, с чего начать, необходимых знаний об эргономике и колористике, о технологиях и ассортименте материалов – причин для этого может быть много. Кажется, что на переделку уйдет уйма времени и еще больше – денег. Проще отложить это решение на «когда-нибудь», оставить все как есть и съездить на море.

Однако гораздо приятнее каждый день с радостью возвращаться в свой дом, чем пытаться сбежать из него. Тем более что дом – это то пространство, на которое мы можем влиять и где мы являемся хозяевами (пусть всего лишь на год или даже пару месяцев). Мы не можем контролировать пандемию или погоду на улице. А вот погоду в доме – вполне. И это хорошая новость.

С чего начать?

Можно начать с малого. Подумать, что сейчас для вас важнее всего. Может, вы хотите чаще приглашать гостей? Или

желаете проводить больше времени с детьми? Мечтаете легко и с удовольствием готовить? Продуктивно работать, заниматься творчеством или любоваться дорогими сердцу коллекциями? Для каждой такой «хотелки» необходимо предусмотреть место, а начать можно с одной, самой сильной, – либо с той, что кажется наиболее простой в реализации.

В народе говорят: «Ремонт нельзя закончить, его можно только прекратить». Но, опираясь на свой опыт, могу точно сказать: ничто не вдохновляет больше, чем тот момент, когда все задуманное воплощается в жизнь. Картинки, нарисованные на бумаге или даже просто в голове, наконец оживают и приносят невероятную радость. Это позволяет почувствовать себя творцом. Сначала – на уровне пространства своего дома, а затем и в других сферах жизни.

Как устроена эта книга?

Книга, которую вы держите в руках, поможет вам преобразить дом легко и с удовольствием. В ней много схем, рисунков и фотографий, которые иллюстрируют правила и базовые инструменты дизайна, а также показывают различные варианты их применения. Каждая глава содержит вопросы для размышления, практические задания и чек-листы. Я уделила много внимания тому, как следует правильно определять приоритеты.

Осознав, что для вас действительно важно, вы сможете лучше спланировать и, конечно, реализовать весь процесс преобразования. Также я поделюсь лайфхаками, которые регулярно помогают мне решать даже самые неоднозначные интерьерные задачи.

Работая над книгой, я главным образом ориентировалась на обычные российские квартиры, зачастую имеющие скромную площадь и ряд типовых проблем – таких как низкие потолки, узкие комнаты, многочисленные коридоры, недостаток естественного света. Рассматривая фото в гляцевых журналах, мы порой с трудом понимаем, за счет чего получилась такая красивая картинка. К тому же не все интересные решения являются бюджетными. Поэтому в своей книге я на визуальных примерах покажу, как можно справиться с теми или иными распространенными трудностями максимально просто и оригинально.

Здесь вы не найдете информации о конкретных ремонтных работах или пошаговых инструкциях по декорированию мебели. И вряд ли вы сумеете самостоятельно создать идеальный дизайн-проект сразу после прочтения книги. Однако с помощью нее вы точно разберетесь, какие средства могут позволить вам приблизить свое пространство к дому мечты.

Если же вы уже четко представляете себе, каков он, ваш идеальный дом, то лучше подойти к его обновлению или переделке комплексно. Книга построена так, что вы можете прочесть ее от начала до конца – и понять, как последовательно и системно подойти к процессу обустройства дома вне зависимости от того, планируете вы полномасштабный ремонт, наведение порядка или декорирование. Или же вы можете обращаться к отдельным главам и точно решать задачу, которая сейчас стоит перед вами, и находить ответы на вопросы, которые в связи с ней возникают.

Но какой бы способ чтения для себя вы ни выбрали, я очень хочу, чтобы прежде всего вы поверили в свои силы. Будьте смелее, мечтайте и воплощайте мечты (и не только интерьерные) в реальность!

Я же с радостью поделюсь с вами базовыми инструментами, которые помогут вам реализовать все задуманное. Главное – помнить: стержнем интерьера должен быть не стиль, а вы сами. Если ваш дом наполнен дорогими для вас предметами, если в его обустройстве использованы ваши собственные (или подсмотренные здесь) идеи, то с течением меняющейся жизни его несложно будет трансформировать, привнося новые вещи и подстраивая интерьер под себя.



[Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФа](#)



[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

