







## Moda e psiche

Dott.ssa Lucattini, i vestiti, gli accessori, il modo in cui ci presentiamo ogni giorno sono un linguaggio al pari di quello verbale con cui comunichiamo al mondo chi siamo. Quanto è importante la moda per la psiche umana?

“La moda, gli abiti e i diversi accessori, sono importanti strumenti comunicativi tra persone, individui e gruppi. La parola ‘moda’ che deriva dal latino ‘modus’, ne conserva tutti i significati: foggia, modo e maniera. Abbigliarsi significa comunicare, inserirsi in un sistema di convenzioni sociali, accettare o mettere in discussione dei codici, espliciti e impliciti, coscienti e inconsci”.

In che modo, gli abiti possono aiutare a far stare bene psicologicamente le persone?

“L’abbigliamento è una delle forme per esprimere se stessi, ma il suo impatto sul benessere psicologico va ben oltre la semplice ricerca di stile. Molti studi psicoanalitici e di psicologia hanno dimostrato che ciò che indossiamo può influenzare le nostre emozioni e i nostri stati d’animo, e hanno evidenziato che l’abbigliamento può stimolare la capacità di pensare. Le persone hanno un rapporto unico e speciale con i propri abiti, è essenziale comprendere che i capi di abbigliamento esprimono gli stati d’animo più profondi (chi è depresso tende ad essere trasandato, chi è ossessivo si veste sempre nello stesso modo e con gli stessi colori, chi è fobico usa gli abiti come una corazza, etc.). D’altro canto, vestirsi e acconciarsi è anche rilassante ed un modo per prendersi cura di sé. Per cui dopo essersi ben preparati, l’umore migliora e ci si sente meglio”.

Negli ultimi anni si parla della figura della psicologa della moda. Di cosa si tratta?

“Principalmente si tratta di ricercatori universitari che studiano i fenomeni riguardanti la moda. Oltre a preparare materiale didattico, supervisionare gli studenti, gestire il personale, portano avanti progetti di ricerca. Da un punto di vista applicativo, ad esempio, lavorano con persone di ogni età, utilizzando l’abbigliamento come strumento per rafforzare l’autostima. Se viene chiesto ai pazienti di portare gli abiti che vengono utilizzati durante il trattamento, si tratta di una tecnica riabilitativa; mentre se l’uso è metaforico, simbolico e attinge all’inconscio, sono uno dei molteplici strumenti che possono essere usati, da un punto di vista della tecnica, dallo psicoanalista. Ad esempio, se capita che un bambino o un adolescente portino spontaneamente un abito o altri oggetti, all’interno della seduta si utilizzano per comprenderne il significato o offrire un’interpretazione, attribuendo loro un significato e un senso”.

La moda varia non solo a seconda del genere femminile o maschile, ma anche a seconda dell’età, quali sono, a Suo avviso, gli aspetti psicologici da non sottovalutare?

“La moda, gli abiti e gli accessori ovvero oggetti decorativi e funzionale che integrano l’abbigliamento, sono espressione di aspetti vitali di se stessi, sono connessi alla propria identità e specifici in ogni cultura. Inoltre, consentono di comporre con piacere il proprio “ornamento”, come espressione artistica individuale e manifestazione limpida e pura del volere artistico di un gruppo o di una fascia d’età. Numerose ricerche dimostrano il nesso profondo tra moda e inconscio. In particolare, le neuroscienze confermano ed evidenziano come le nostre capacità razionali, emotive e inconsce influenzano l’abbigliamento e si esprimono nel guardaroba specifico di ognuno.

Da alcuni decenni, la moda che prima era indirizzata prevalente alle donne e in parte anche agli uomini, interessa direttamente gli adolescenti e i giovani, poiché i ragazzi sono in continua crescita e per questo, in grado d’intercettare i cambiamenti psicologici e sociali, con estrema rapidità. Creano e adottano nuovi stili che interpretano e indossano come una ‘seconda pelle’, con spontaneità non priva di ricercatezza. I giovani sono i portavoce di significati emergenti, anche attraverso il loro personale ‘habitus’, che comunica direttamente all’inconscio non solo dei coetanei ma anche degli adulti”.



