



Gli Adolescenti e la Moda. Intervista ad Adelia Lucattini, Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana

Descrizione

Intervista di Marialuisa Roscino

Gli adolescenti utilizzano l'abbigliamento per comunicare chi sono, i loro interessi, valori e aspirazioni. In questa particolare fase della vita, l'abbigliamento diventa per loro un potente strumento nel processo di individuazione e separazione dall'infanzia, di espressione personale, comunicazione e appartenenza sociale.

La moda assume un ruolo centrale per esprimere la loro identità anche attraverso il linguaggio non verbale. Ma vediamo in questa intervista, insieme alla Dott.ssa Adelia Lucattini, Psichiatra e Psicoanalista, Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana, come tuttavia, questo affascinante, ma nel contempo intricato rapporto tra moda e identità, possa influenzare anche negativamente l'autostima stessa dei giovani, generando ansia, insicurezza e una percezione distorta della propria immagine corporea e spingendo gli stessi adolescenti a conformarsi a determinati standard estetici o a seguire le ultime tendenze anche con interventi di medicina e chirurgia estetica anche quando non ce ne sia bisogno e non ci sia un valido motivo.

Lucattini: «Bene bilanciare aspetti positivi e negativi legati alle varie tendenze della Moda, per essere sempre davvero coerenti. Basti pensare anche sugli stessi Social Media all'esposizione costante a immagini di corpi idealizzati, influenzando in tal modo l'autostima di tanti ragazzi e ragazze».

Dott.ssa Lucattini, quanto è importante l'abbigliamento per gli adolescenti nella costruzione della loro identità? Quali sono gli aspetti positivi della Moda nella vita dei ragazzi?

«Dal punto di vista psicoanalitico, la scelta dell'abbigliamento può riflettere i movimenti inconsci legati all'identificazione con modelli genitoriali e sociali, il desiderio di autonomia e, talvolta, il bisogno di trasgressione. Il corpo, che nell'adolescenza subisce trasformazioni importanti, viene vestito e modellato attraverso il look, contribuendo a creare un'immagine di sé accettabile e riconoscibile.

Attraverso la scelta dello stile e la sperimentazione di stili differenti, basta pensare alle acconciature e tagli di capelli, permette ai giovani di sperimentare diversi aspetti della propria personalità, di definire la propria identità e di trovare, infine, il proprio stile che li contraddistingue. La moda consente di comunicare i movimenti inconsci, emozioni, stati d'animo e pensieri senza bisogno di parole, attraverso delle "azioni parlanti".

Quali invece, gli aspetti negativi ?

I rischi maggiori, potenzialmente depressivi, sono legati soprattutto al pericolo di dipendenza eccessiva dal giudizio altrui, soprattutto dei coetanei, che può generare aumentare le insicurezze e fare incorrere nel bisogno inconscio di omologazione.

Gli adolescenti avvertono il bisogno di conformarsi alle tendenze per sentirsi accettabili, spingendoli verso la costruzione di un "Falso Sé", causato da un adattamento all'ambiente che richiede di mettere da parte aspetti autentici di se stessi. Per questo, può ostacolare il processo di individuazione (trovare se stessi) e portare ad una personalità "costruita" inconsciamente per piacere agli altri e non per esprimere chi si è realmente.

In che modo, la moda può influenzare l'autostima degli adolescenti?

Il rapporto con l'abbigliamento e l'immagine esteriore può rafforzare la sicurezza in sé stessi o, al contrario, alimentare insicurezze e fragilità psicologiche, modulando o influenzando il modo in cui si percepiscono e si relazionano agli altri. La moda, intesa come abbigliamento, acconciature, trucco, accessori e tendenze, è un mezzo utilizzato per esprimere il proprio stato d'animo, il proprio stile di vita e i propri valori. Questo aiuta gli adolescenti a sentirsi più sicuri nel mostrarsi agli altri. Scegliere capi che li fanno sentire a proprio agio, valorizzando il loro aspetto, può aumentare il benessere psicologico e l'accettazione di sé. Inoltre, gli abiti sono una protezione, uno scudo e una corazza, una seconda pelle che schermava dalle "intemperie" del mondo, sono un'espressione del proprio mondo interno che al tempo stesso lo cela, mostrando soltanto ciò che si desidera.

La moda può incidere anche sul loro rendimento scolastico, oltre che sul loro sano stile di vita? Cosa riferiscono al riguardo, gli ultimi studi scientifici?

Uno studio condotto su 300 adolescenti e pubblicato da Elsevier Scopus (2025) tra 13 e 19 anni, mostra che le tendenze della moda hanno un grande impatto sulla maggior parte dei giovani. Circa il 70% dei partecipanti ha affermato di aggiornarsi regolarmente sulle tendenze della moda attraverso i social media che fungono da principale risorsa informativa. La pressione dei coetanei e l'attenzione alla moda sono strettamente correlati; il 65% dei partecipanti, sentono la pressione psicologica di dover indossare un certo tipo di vestiti per "mimetizzarsi" con i propri amici. Questo tipo di pressione si traduce spesso in una richiesta di capi griffati e accessori di marca, che possono mettere in difficoltà le famiglie per il loro costo e ampliare, anziché appiattire il divario socioeconomico tra i ragazzi.

Quali sono, secondo Lei, i rischi legati alla pressione di conformarsi agli standard di bellezza molto spesso promossi anche sugli stessi Social Media?

La moda ha la capacità di ispirare sicurezza e di permetterci di prosperare, ma può anche avere effetti negativi sulla salute mentale delle persone, con gli adolescenti particolarmente a rischio. Fattori

come l'immagine corporea, la pressione dei pari, i problemi di classe e altro, possono tutti far s' che la moda diventi dannosa per la salute mentale degli adolescenti, poich' travalica i limiti di abbigliamento e accessori e si inoltra direttamente nel corpo. Una delle conseguenze pi' importanti e a rischio, l'esplosione di interventi di medicina e chirurgia estetica gi' nei giovanissimi, senza che ve ne sia una necessit' o indicazione medica, fino ad arrivare a disturbi dell'immagine corporea e dismorfofobie che come pubblicato da uno studio su Frontiers in psychology, colpiscono il 2,5% degli adolescenti per arrivare al 7-15% delle persone che afferiscono a strutture per trattamenti di medicina estetica o chirurgia plastica.â

Cosa di pu' fare per aiutare gli adolescenti ad avere, in alcuni casi, un rapporto pi' sano con la Moda?

È importante mostrare che esistono tanti modi di vestire e che non bisogna sentirsi vincolati a un unico modello imposto dai coetanei o dai media e insegnare ai ragazzi a riflettere prima di acquistare, valutando la qualit' e la necessit' invece di seguire impulsi dettati dalle mode del momento. È indispensabile sensibilizzarli su un consumo pi' responsabile, incoraggiando il riciclo, il vintage e la personalizzazione dei capi, la moda pu' aiutare ad avere un rapporto sano con l'ambiente ed essere uno strumento per sensibilizzarli all'ecologia.

Inoltre, È utile spiegare come l'industria sfrutti il bisogno di appartenenza e di accettazione per spingere al consumo e come evitare di sentirsi obbligati a comprare sempre nuovi capi, e a scegliere ci' che È pi' adatto a se stessi, conciliando moda, corpo e gusto personale. Arrivando cos' nel tempo ad una buona sintesi e a scegliere ci' che È meglio per se stessi, liberamente. Alla moda, ma con criterio e creativit' .â

Quali consigli si sente di dare ai giovani?

La moda È importante ma È soprattutto un piacere non un dovere, quindi giocare con lo stile senza sentirsi schiavi dei brand e ai giudizi altrui.

Esistono tanti modi di vestire e apparire, non bisogna sentirsi vincolati a un unico modello imposto dagli amici, dai social o dai media.

Pensare che la moda a volte impone modelli irrealistici con immagini sui social media ritoccate o costruite per vendere bene i prodotti e soprattutto sogni, ci sono tanti modi per sognare.

La bellezza ideale non esiste nella realt' , certamente non dipende esclusivamente dall'abbigliamento o acconciature, attenzione quando spinge a ritocchi estetici, assicurarsi con un bravo professionista che siano davvero necessari.

Se l'aspetto diventa una fissazione e non va mai bene, se ci sono particolari che si vogliono nascondere o portano a non uscire di casa, pensare ad una possibile dismorfofobia e consultare uno specialista e psicoanalista per affrontare il disagio emotivo di fondo, i disturbi dell'immagine corporea sono molto insidiosi e vanno affrontati per tempo, non passano da soli.â

E ai genitori?

Non indurre nei figli false esigenze. I figli si identificano con i genitori, tendono ad imitarli e si fidano. Capi griffati fin dalla prima infanzia possono spingere a falsi valori e provocare insicurezza su se stessi, poich' affidati alle "marche" e non alle proprie capacit' .

Incoraggiare i figli a cercare un proprio stile senza sentirsi vincolati alle etichette o ai giudizi altrui, mettendoli in guardia sui falsi miti e modelli falsati che possono trovare sui social media.

Creare un ambiente familiare accogliente in cui possano esprimere i loro gusti, le loro preferenze e anche le insicurezze, che spesso si manifestano con indecisione e insoddisfazioni sull'abbigliamento (Che mi metto oggi? Non mi sta bene niente!) senza sentirsi criticati.

Mostrare esempi di persone, anche con ruoli importanti, che hanno uno stile unico senza farsi condizionare troppo dalle mode del momento.

Dare la giusta importanza al look, esiste un "dress code" per ogni situazione. Questo tipo di educazione è fondamentale non solo per la scuola e per gli eventi (una volta c'era il sano "vestito della domenica"), ma anche per il futuro mondo del lavoro. Moda e lavoro, vanno di pari passo, con generi diversi e questo tipo di apprendimento inizia nell'infanzia e si sviluppa e amplia nell'adolescenza.

Quando i figli non sanno cosa mettersi e dicono "Non ho nulla", pensare se non possa essere una spia di una caduta depressiva, anche momentanea, che va comunque compresa. Parlare con loro, chiedere, ascoltare, non assecondare l'impulso a trasformazioni del corpo non necessarie e se dovesse durare qualche mese, consultare uno specialista e psicoanalista per una valutazione.

L'agone 2024