

CAPELLI GRIGI, IL NUOVO TREND DELLA DONNA MODERNA

Intervista rilasciata a Corinne CORCI.

Publicata sabato 21 agosto 2021 D la REPUBBLICA allegato del quotidiano.

Parlando di capelli grigi per le donne, ormai parliamo di un'estetica che è stata sdoganata, come anche l'ultimo festival di Cannes ha dimostrato. Eppure, al di là dei red carpet, sono tantissime le donne "comuni" che continuano a preferire di nascondere i propri capelli grigi. Perché secondo lei c'è ancora questa reticenza a mostrarli?

Ritengo che la risposta sia nella distinzione che ha fatto. Da un lato ci sono le celebrities ed influencer che orientano il trend, i criteri circa ciò che è di tendenza e ciò che non lo è. Dall'altro, le donne comuni. Quelle più mature, variamente influenzate dalle mode. Variamente coinvolte da media e social. Nel mezzo, un necessario *tempo di adattamento* ad un *nuovo* piuttosto impattante sul piano psicologico.

Per chiarire, le neuroscienze e le scienze cognitive definiscono *memoria implicita* gli apprendimenti inconsapevoli che la mente registra per elaborarli in momenti successivi. Le immagini di celebrities che sfoggiano i capelli grigi, i consigli di hair-stylist ed influencer che ne esaltano l'anticonformismo e la novità, appariranno con sempre maggior frequenza nel flusso di informazioni con cui noi tutti (non solo le donne mature) ci confronteremo nel prossimo futuro. La mente ne fisserà il ricordo, anche inconsapevolmente, in modo automatico, per poi elaborarlo in un secondo tempo, magari al momento di compiere la scelta dal parrucchiere. Credo pertanto che i capelli grigi saranno consuetudine diffusa. Ma per divenire tale servirà che il processo di adattamento faccia il suo corso.

C'è poi un altro aspetto da considerare, il bisogno di appartenenza e di riconoscimento sociale. Si tratta di bisogni primari che orientano le nostre condotte, certamente anche sul piano estetico. Ad oggi è ancora tendenza comune non apprezzare il colore su di un uomo. Viceversa, i capelli grigi di una donna esprimono di massima, la sua non più giovane età o il disinteresse per la cura di sé. In tale contesto, è normale che le donne mature manifestino resistenza e ricorrono a colore e contrasti.

Inoltre, ogni gruppo sociale esprime una propria cultura, propri valori ed aspettative. Tra i valori cardine della nostra società, innegabilmente gioca un ruolo principe la giovinezza, declinata in bellezza, freschezza, dinamismo ecc. Il capello grigio è indice inesorabile di invecchiamento. Di più, ne è spesso il primo chiaro segno. Che inizia con la ridotta produzione di melanina da parte dei melanociti e coinvolge poi il resto dell'organismo. Da questa prospettiva è dunque il contesto valoriale dominante a far da deterrente. Portare i capelli grigi rappresenta una sfida che non tutte sentono ancora di cogliere.

Ma le cose stanno cambiando. L'avanguardia è rappresentata da quelle donne mature che scelgono libertà, intraprendenza ed anticonformismo. Che in tali principi primariamente si identificano. E tali qualità i loro capelli comunicano: ecco chi sono e chi voglio essere. Di conseguenza, optare per un taglio sbarazzino su una chioma grigia non significa solo badare ai dettami della moda, può tradurre invece la necessità di non conformarsi a niente e nessuno se non alla propria intima natura. Può significare il saper dar voce e mostrare la propria personalità senza corazze, difese, supporti. Può indicare un cambiamento in atto nella donna occidentale circa la propria maturità. Questa generazione pare cioè sempre meno attenta a compiacere e più a piacersi. Una svolta culturale sostanziale che la moda automaticamente registra.

In conclusione la chioma grigia esprime un rapporto con il tempo a cui, nei grandi numeri, non siamo ancora del tutto pronti socialmente. Saranno queste donne, celebrities e non, che col loro apporto in termini di autostima e consapevolezza, faranno da apripista. Anzi, già sta succedendo.

Immagino non sia solo una questione estetica, ma abbia a che fare con il fatto di voler sentirsi a proprio agio. E' così? E' un disagio relativo alla propria femminilità?

Esattamente. Non si tratta di una questione puramente estetica, c'è molto altro. Attiene al nostro sé. W. James differenziava due aspetti cardine del Sé, l'Io e il Me. L'istanza Io dà forma, adatta e assimila l'esperienza forgiando consapevolezza e identità personale (chi sono). Il Me attiene invece alla rappresentazione che l'individuo sviluppa di sé stesso sulla base dell'interazione con gli altri (come mi vedono e dunque come mi vedo). Dalla *self image* sviluppa l'autostima e dunque il sentirsi a proprio agio con sé stessi e nel mondo.

E maggiore è la confidenza nel proprio valore, maggiore il bisogno di esprimere la propria unicità e apparenza in maniera spontanea ed autentica; maggiore il desiderio di liberarsi da vincoli, convincimenti ed aspettative sociali a vantaggio di un modo più maturo e franco di concepire la propria bellezza. Non è dunque solo una questione estetica, ma anche di autolegittimazione.

Effettivamente il disagio psicologico può localizzarsi sui capelli, nell'esperienza clinica me ne occupo, ma ritengo che la scelta di optare per il colore o per i capelli grigi non necessariamente nasconda un disagio legato alla propria femminilità. Piuttosto un proprio modo di concepirla.

La femminilità è frutto della relazione tra genetica e cultura: potremmo dire *lo si è e lo si impara*. Si esplicita attraverso una serie di atteggiamenti, attitudini e comportamenti relazionali che abbracciano sia il modo di apparire che il modo d'essere. E non in maniera univoca. Essi vengono espressi da ogni donna con modalità del tutto peculiari.

Nella storia di ciascuna è possibile infatti rintracciare gli stimoli esperienziali che hanno prodotto *quel personale* modo di definire la propria femminilità. Ciò avviene sulla scorta di tutta una serie di identificazioni (in primis con la madre) e dal significato attribuito alle esperienze che fin da bambina ha maturato.

In buona sostanza, saranno le sue peculiari rappresentazioni mentale ed emotiva dell'essere donna a guidare la scelta su *come* esserlo. Requisito imprescindibile allo scopo, che se lo permetta fino in fondo, in piena libertà, a modo proprio. Ancora una volta, una questione di legittimazione dunque.

Dr. Francesca Minore

Direttrice STUDIO PSICHE' - Psicologia e Counseling

Piazzale Principessa Clotilde 6, Milano

<https://studiopsicologia-stresa6.com>

**nota – importante specificare “Milano”, perché l'indirizzo web trae in inganno*

