

**Gli abiti condizionano pensieri e personalita'. Lo dice un test americano di attenzione selettiva**

**Salute e Benessere**

Inviato da : Adriana Esposito

Pubblicato il : 23/4/2025 10:00:00



**Cio' che si indossa Ã" in grado di influenzare il modo in cui una persona si percepisce e come si pone davanti agli altri.. Lo assicurano due studiosi americani, Hajo Adam e Adam Galinsky della Kellogg School of Management presso la Northwestern University.**



Stando alle loro riflessioni, i vestiti avrebbero il potere di condizionare i pensieri, secondo un meccanismo che si chiama 'enclothed cognition'.

# Gli abiti condizionano pensieri e personalita'. Lo dice un test americano di attenzione se

<http://www.dimensionenotizia.com/modules/news/article.php?storyid=11493>

---

Chissà se Lady Gaga sarebbe stata la stessa se al posto delle sue scarpe dal tacco vertiginoso (49 centimetri uno degli ultimi paio, creato dallo shoes designer giapponese Noritaka Tatehana) avesse indossato le ballerine. Per dimostrarlo, i ricercatori hanno eseguito un esperimento che è stato pubblicato su The Journal of Experimental Social Psychology chiedendo a 58 studenti di sottoporsi a un test di attenzione selettiva. Quelli che indossavano un camice bianco da laboratorio durante la prova hanno commesso la metà degli errori rispetto alla media degli altri. Altri volontari hanno indossato lo stesso grembiule, ma a loro era stato detto appartenere a un pittore.

Il risultato, anche in questo caso, è stato meno brillante. Insomma, più che l'abito in sé, conta proprio il suo valore simbolico. Gli abiti, gli accessori, ma anche il make-up e la costituzione corporea hanno un'influenza sull'autostima, sull'umore e, quindi, anche sul comportamento. Se si parte dal presupposto che si crea la realtà in cui si vive in base alla percezione che si ha di sé stessi, degli altri e del mondo, chi si riconosce come una persona sicura e determinata può influenzare positivamente la propria vita.

La scelta di un abito, contrariamente a quello che a volte si dice, raramente è casuale: insomma, niente di chi dice 'indosso quello mi capita'. Di solito è un gesto che dipende dalle caratteristiche del carattere, ma anche dallo stato d'animo. Basti pensare a quando ci si sente molto stanchi o poco in forma, si tendono a preferire capi comodi e pratici che non attirino l'attenzione.

Abiti e accessori possono essere considerati un 'prolungamento' della personalità, capaci di rispecchiare l'idea che ognuno ha di sé. Il rischio di indossare vestiti in cui non ci si sente a proprio agio è quello di non stare bene con se stessi, e anche di fornire questa sensazione agli altri. Può succedere ai colloqui di lavoro. Per esempio, se per colpire positivamente l'esaminatore si decide di vestirsi in modo troppo severo e distante dal proprio stile, si rischia di trasmettere disagio e incoerenza con il linguaggio non verbale, e di dare una cattiva impressione.

Il consiglio per avere successo è, quindi, quello di indossare istintivamente quello che far stare bene. È importante saper distinguere i contesti, scegliendo un vestito che sia adatto alla propria personalità e alla situazione.

À