

Kaip noriu, taip atrodau?

Visuomenėje apie žmogų dažnai sprendžiama iš jo išorės: stovėsenos, eisenos, judesių, gestų. Remdamiesi šiais, dažnai neįsisąmonintais vertinimais žmogui pajuntame simpatiją arba antipatiją. Ką dar galima suprasti iš žmogaus drabužių? Ką aprangos stilius gali „papasakoti“ apie asmens gyvenimo stilių, tikslus?

Savo santykį su mada ir jos siūlomomis naujovėmis kiekvienas žmogus išreiškia individualiai. Ir jei vienam būti senamadiškam - gėda, tai kitas didžiuojasi, galėdamas vieną ir tą patį drabužį dėvėti daugelį metų. Vienas kuria savo individualų stilių, kuriam būna ištikimas visą gyvenimą, kitas keičiasi kartu su sezonine mada.

Drabužiai skirti ne tik pridengti mūsų kūną: jie parodo, kas mes esame, ką mėgstame, kaip reaguojame ir kuo gyvename. Aprangos stilius yra savotiška bendravimo priemonė. Parašyta daugybė patarimų moterims ir vyrams, kaip sukurti „savo stilių“, kaip „būti savimi“, kaip atrodyti darbe, iškyloje ar vakarėlyje, kad patys gerai jaustųsi ir būtų maloniai sutikti kitų. Daugybė stilistų per spaudą ir televiziją moko mus atrodyti stilingai. Tačiau, lyginant su įdėtomis pastangomis, rezultatai labai menki: nepaisydami pasipiktinusių mados kritikų ir naujausių mados tendencijų daugelis vaikštome apsirengę taip, kaip norime. Nes, pasak individualiosios psichologijos pradininko A. Adlerio, žmogus rengiasi pagal savo gyvenimo stilių, o jo drabužiuose kaip veidrodyje atsispindi tikslai, kurių jis siekia. Iš aprangos stiliaus galime matyti, ar žmogui svarbu bendrumas ar individualumas, ar jis siekia priklausyti grupei, ar įgyti pranašumą, o gal kompensuoti savo menkavertiškumą.

XXI a. mada ir aprangos stilius ypač demokratiški. Nors vis dar išlieka keturios pagrindinės kryptys (klasikinis, romantiškas, folklorinis, sportinis stilius), šiuo metu tampa madingas individualumas. Tokia mados tendencija atitinka A. Adlerio požiūrį: kiekvieno žmogaus gyvenimo stilius unikalus ir savitas, toks turėtų būti ir jo aprangos stilius.

Esu kaip jūs!

Kiekvienas asmuo - visuomenės dalis. A. Adleris teigia, jog bet kuriam žmogui svarbiausia yra jausti, kad jis priklauso visuomenei. Vaikystėje ta visuomenė yra šeima. Augdamas žmogus įsisavina vis platesnes gyvenimo sferas, todėl bendruomenės ratas, kuriam jis siekia priklausyti, irgi plečiasi. Kai kurių žmonių suvokimas, kokiai visuomenės daliai jie priklauso, labai ribotas. Pavyzdžiui, paaugliai dažnai apsiriboja priklausymu vienokiai ar kitokiai subkultūrai, gruputei, visus likusius visuomenės narius „pamiršdami“. Tai jie išreiškia savo elgesiu ir aprangos stiliumi. Paaugliai iš to išauga... tapdami suaugusiaisiais, kurie taip pat apsiriboja savo profesine grupe, socialiniu sluoksniu ar tam tikra teritorija. Šį ribotumą puikiai parodo kai kurių iš jų apranga. Išlaikantis visuomet tą patį, ribotai visuomenės grupei būdingą aprangos stilių, žmogus atkakliai visose gyvenimiškose situacijose rengiasi „kaip priklauso“ (pvz., valdininkui, dailininkui, sportininkui, mokytojui). Iš vienos pusės tokį nelakstumą galime suprasti kaip labai siaurą socialinį interesą, norą bendrauti tik su tam tikra visuomenės grupe. Kita vertus - žmogus yra susitapatinęs su ja ir tai jam suteikia saugumo. Taip drabužiai pasitarnauja kuriant bendrumo jausmą, demonstruojamą ir sau, ir pasauliui.

Priklausymo grupei jausmas visuomet pastiprinamas apsirengiant taip, kaip visi, t. y. apsivelkant grupės „uniformą“. Uniforma įprasta sportininkų komandoms, meno kolektyvams, kunigams, vienuoliams, gydytojams, policininkams, banko tarnautojams. Ji pabrėžia žmogaus statusą, lengviau atpažinti, kuriai grupei asmuo priklauso. Drabužis tarsi „šneka“ už save ir palengvina socialinių grupių bendravimą. Tačiau visiškas susitapatinimas su savo uniforma gali turėti ir neigiamų pasekmių - iškyla pavojus prarasti individualumą, savąjį „aš“.

Menkesnis už žolę...

Vienas iš svarbiausių A. Adlerio teorijos teiginių: kiekvienam žmogui būdingas menkavertiškumo jausmas ir siekis būti tokiam pat vertingam, geram, kaip kiti. Menkai save vertinantis žmogus nesijaučia priklausantis, „pakankamai geras“, nepasitiki savo jėgomis. Vienaip ar kitaip, pranašumo siekimas būdingas visiems žmonėms. Kai kada jis pasireiškia per manieras, kai kada per lūkesčius ir reikalavimus. Taip pat gali reikštis ir per aprangos stilių. Tačiau nustebsite - ne visada menkai save vertinantis žmogus norės būti „pilkas“ ir nepastebimas.

Yra žmonių, kurie mėgsta rengtis „kaip visi“. Jiems patinka neryškios spalvos, niekuo neypatingi drabužių modeliai. Rodosi, kad tokie asmenys tiesiog stengiasi susiliesti su minia, tapti nematomi. Kaip teigia A. Adleris, „pilkas“ aprangos stilius gali liudyti, „kad prieš mus nepasitikintis savimi žmogus, vengiantis spręsti gyvenimišką klausimą, jis nepasikliauja savimi ir nespindi optimizmu“. Pasak individualiosios psichologijos pradininko, tokiam žmogui norisi kaip nors šonu, šonu pasislėpti krūmuose.

Susiliejimasis su minia turi tam tikrų privalumų. Būdamas grupėje, su visais ir kaip visi, žmogus gali aiškiau suvokti savo emocijas ir stipriau jas išreikšti (prisiminkite, kaip smagu būna šėlti koncerte, prie scenos, su visais). Ypač tai svarbu droviam, nedrašiam žmogui, kuris linkęs savo jausmus užgniaužti. Stebėdamas, kaip reaguoja ar elgiasi kiti, jis prie savo vidinio emocinio suvokimo tarsi prideda ir išorinį - būdingą kitiems. Elgdamasis kaip visi žmogus yra ir sau mažiau kritiškas. Jei būdamas vienas asmuo į situaciją reaguoja šalčiau, logiškiau, tai grupėje savo jausmus jis reiškia laisvai, nes ir kiti taip daro. Be to, būdamas grupėje jis jaučiasi mažiau atsakingas už savo elgesį, parodytus neigiamus jausmus. Būtent šis susiliejimo su minia rezultatas aiškiai matomas paauglių elgesyje. Apsirengę ir elgdamiesi kaip visi, jie stiprina savo jėgos pajautimą ir tuo pat metu jaučiasi anonimiški. Žmogus, teikdamas pirmenybę „purvinoms“, žemės spalvoms ir pasirinkdamas dažniausiai natūralų stilių, puikiai pasiekia savo tikslą tapti nematomam. Šiam tikslui pasiekti renkamosis ir tokios profesinės veiklos sritys ar darbovietės, kur reikalingos uniformos.

Kitas menkai save vertinančio žmogaus bruožas - žmonija ir visos jos problemos jam atrodo svetimos ir tolimos. Toks asmuo pernelyg „užimtas savimi“ ir tuo pačiu yra priklausomas nuo aplinkinių nuomonės, kurie, kaip jam atrodo, linki tik blogo. Pranašumo siekimas menkai save vertinančiam žmogui tampa ypač aktualus. Jis gali aktyviai demonstruoti priklausymą aukštesniam sluoksniui, pavyzdžiui, rinktis brangius aksesuarus, žinomų dizainerių drabužius. Tokį melavimą kartais „išduoda“ įvairios, netinkančios susikurtam įvaizdžiui detalės, tokios kaip prabangi suknelė ir nuklypę batai ar auksiniai žiedai ir žemėtos panagės. Tuomet labai svarbu suprasti, kodėl žmogus meluoja. Dažniausiai melas atspindi pastangas pranokti kitus. Žmogus meluoja tam, kad atrodytų geriau, ir tik todėl, kad save vertina labai menkai. Toks žmogus pabrėžtinai rengiasi kitaip nei įprasta jo aplinkoje: „geriau“, prašmatniau nei jo giminės ar bendradarbiai, bent taip pademonstruodamas savo pranašumą. Beje, pastarasis gali būti demonstruojamas net ir apskurusiais, pabrėžtinai netvarkingais drabužiais. Literatūroje minima, kad kartą Sokratas, pamatęs vieno sofisto skylėtą apsiaustą, pasakė jam: „Jaunuoli iš Atėnų, pro tavo apsiausto skylę žvelgia puikybė.“

Rūbai dengia ar atskleidžia?

Žmogaus elgesys bei reagavimo į pasaulį būdas yra nulemtas jo asmeninės logika, įsitikinimų, elgesio modelių, gyvenimo tikslų. Suprasti žmogų - tai intuityviai pajusti pagrindinę jo gyvenimo liniją, jo asmeninę logiką.

A. Adleris teigė, kad asmuo yra vientisas, visuminis, neskaidomas į dalis. Kitaip tariant, jo kūnas, psichika ir dvasia yra vienas su kitu susiję, vienas per kitą pasireiškia ir vienas kitą veikia. Žmogaus „socialinė oda“ - drabužis - taip pat atspindi jo charakterį, vertybines nuostatas ar kitas gyvenimo stiliaus apraiškas. Vadinas, aprangos stilius, kaip ir bet kuris kitas „aš“ reiškimo būdas, turi atitikti žmogaus siekiamą tikslą. Galima būtų klausti: kokio tikslo žmogus siekia, rengdamasis ne taip, kaip visi, pernelyg senamadiškai ar ekstravagantiškai? Kokią reikšmę jam turi susiliejimasis su minia ar uniformos nešiojimas? Bet koks išryškėjęs motyvas visuomet susijęs su slaptu žmogaus gyvenimo planu, individualia jo gyvenimo logika. Pastarąją atspindi ir žmogaus santykis su mada. Svarbu net ir tai, kokiai mados vartotojų kategorijai jį galima būtų priskirti:

- „Inovatoriai" (pionieriai). Linkę eksperimentuoti ir rizikuoti. Besistengiantys visuomet būti „viena koja priekyje". Kūrybingi, drąsūs individualistai, be galo bijantys susilieti su minia. Visuomet atrodo savitai, originaliai.
- „Ankstyvieji įsisavintojai" (lyderiai). Aktyviai seka visas mados naujoves. Jaučia ypatingą poreikį būti gerbiamiems aplinkinių dėl savo šiuolaikiškumo, aktyvumo. Vengia pasenusio modelio drabužių, renkasi tik šį sezoną madingas spalvas ir aksesuarus.
- „Vėlyvoji dauguma" (konservatoriai). Sudaro didžiąją dalį mados vartotojų. Dažnai pasižymi atsargumu, skepticizmu, polinkiu ilgai stebėti, tirti, kritikuoti, „matuotis", kol nusprendžia tapti vartotoju.
- „Atsiliekantys" (tradicionalistai). Orientuojasi į tradiciją. Priima madingą standartą tik tuomet, kai jis tampa tradicija. Dažnai vadinami senamadiškais, atsilikusiais nuo mados.

Kokiai grupei priskirtumėte save? Kuris požiūris į madą labiausiai atitinka jūsų gyvenimo logiką?

„Unisekso" mada

Kalbėdamas apie neurotinius sutrikimus A. Adleris mini sutrikusią pusiausvyrą tarp vyriškumo ir moteriškumo. Šis sutrikimas būdingas ir dabartiniais laikais: matome pabrėžtinai vyriškai besirengiančias moteris ar moteriškai besipuošiančius vyrus. Tokius kraštutinumus, pasak A. Adlerio, lemia istoriškai susiformavusi nuostata, kad „moteriškos" savybės yra: pasyvus elgesys, paklusnumas, silpnadvasiškumas, nežinojimas, nemokėjimas, o „vyriškos": neapykanta, užsispyrimas, žiaurumas, egoizmas ir triumfo bei pergalės siekimas bet kokiuose žmogiškuose santykiuose. Kai moteris savo gyvenimui stengiasi suteikti pernelyg vyrišką kryptį, tai matyti ir iš jos aprangos. Ir, atvirkščiai - kai vyras nenori ar nepajėgia atitikti vyriškumo standartų, jis renkasi moterišką gyvenimo kryptį, o tuo pačiu ir aprangą, aksesuarus, naudoja kosmetiką, puošiasi pridėtiniais plaukais.

Kokį aprangos stilių pasirinktų žmogus, išgyvenantis vyriškumo / moteriškumo konfliktą, priklausau nuo jo asmeninės logikos. Ar dailiosios lyties atstovė, apimta menkavertiškumo jausmo dėl savo moteriškumo, pasuks vyriškų savybių demonstravimo kryptimi, ar stengsis visomis priemonėmis pabrėžti, kad ji tikra moteris, ir rengsis ryškiai, seksualiai? Ar vyras, išgyvenantis jau kitokį, atitinkamą menkavertiškumo jausmą, pasirinktų „kieto" vyruko stilių kaip kompensaciją, ar savo apranga atvirai išreikš moteriškumą? Atrodantys visiškai priešingai, šie sprendimai, kurį aprangos stilių rinktis, atspindi tą pačią problemą. Ir nors pasislėpti po susikurtu įvaizdžiu galima, tačiau vidinis konfliktas tokiu būdu neišsprendžiamas.

Šiuolaikinėje visuomenėje nuolat mažėjant skirtumui tarp to, kas moteriška, ir to, kas vyriška, populiarėja *unisex* stilius, išreiškiantis lyčių vaidmenų susiliejamą daugelyje gyvenimo sričių. Besirenkantieji šį stilių deklaruoja savo nepriklausymą nė vienai iš lyčių ir taip šiuolaikiškai sprendžia vyriškumo / moteriškumo konfliktą.

Pasak A. Adlerio, galutinis žmogaus visų dvasinių siekių tikslas yra įgyti stabilumo, saugumo, pilnatvės ir prisitaikyti. Visą gyvenimą ir visas jo išraiškos formas lydi ta pati judėjimo linija, kuri sudaro individualumo pagrindą. Todėl, bet kuris dvasinis pasireiškimas visada rodo šį tą daugiau, nei įžvelgia sveikas protas. Tik suvokiant visą kontekstą galima sužinoti: melas reiškia pagyrūniškumą ar vengimą, pasiaukojimas yra atjautos išraiška ar didybės manija, užuojauta išreiškia bendrumo jausmą ar puikybę, ir, galiausiai - aprangos stilius yra išraiška ar kompensacija.

Lina Vėžalienė, Eglė Zubienė

