

Besoins physiologiques

C'est d'abord pour répondre à nos besoins physiologiques que nous portons des vêtements. Dans le domaine de l'habillement, les besoins physiologiques à combler sont **le confort et la protection**.

Confort

Le confort consiste à assurer notre bien-être tout en obéissant aux impératifs de la commodité. Dans un monde dominé par l'action, **la liberté de mouvement** revêt une importance toute particulière et les entreprises de confection s'appliquent à concevoir des vêtements qui se portent comme une seconde peau. Qu'il s'agisse de faire du sport, des travaux manuels ou de se détendre, le port d'un vêtement



approprié et bien conçu constitue à la fois une assurance contre les accidents et un gage de bien-être. Partir en excursion de pêche en escarpins et en robe longue, en plus de paraître ridicule, serait très inconfortable et pourrait s'avérer dangereux.

Le choix des tissus influe également sur la sensation de **confort** recherché. La **douceur** d'une étoffe, son **élasticité** et sa **souplesse** participent à la fois au **plaisir** et au sentiment de **bien-être**. Des vêtements qui "piquent" ou qui irritent la peau peuvent nous priver de leurs autres avantages. En matière de confort, nous attendons aussi de nos vêtements qu'ils soient **absorbants**, **hygiéniques** et bien sûr, **faciles à entretenir**. De là, la voie de tenues de loisirs en molleton, en fibres élastiques ou synthétiques qui offrent, de plus, des qualités isolantes.

Protection

Le confort ne saurait justifier à lui seul le besoin de nous habiller. Depuis l'aurore de l'humanité, les vêtements servent aussi à protéger notre corps. Au Canada, par exemple, la protection contre les **intempéries**, le **froid** polaire de janvier et les grandes **chaleurs** de juillet devient une question de survie. De même, porter des vêtements qui empêchent les **insectes** de nous piquer en forêt peut parfois sauver des vies ou, à tout le moins, éviter bien des désagréments. En outre, de bons habits imperméables et chauds protègent contre l'humidité et les **pluies** d'automne.





Le monde du travail comporte plusieurs dangers contre lesquels certains vêtements nous prémunissent. Une bottine munie d'un embout de protection en acier protège les pieds des travailleurs de la construction ; l'utilisation d'un marteau-piqueur et le **bruit** produit par certaines machines-outils exigent le port d'un casque spécial pour protéger les oreilles des effets nocifs des décibels. Les pompiers doivent affronter le **feu** tout en protégeant leur vie. Voilà pourquoi des matériaux comme l'amiante, ininflammable,

entrent dans la composition des vêtements des pompiers.



Les **maladies** contagieuses, les allergies, les microbes, les virus et certains **produits chimiques** et **micro-organismes** sont autant de dangers pour notre organisme. Il importe de nous prémunir contre ces dangers en portant les vêtements appropriés. C'est pourquoi les dentistes, entre autres, exercent maintenant leur métier en portant des gants et un masque. Il en est de même pour les personnes travaillant en laboratoire. La manipulation de **substances radioactives** exigera

le port de certains vêtements et accessoires de protection. On traite, par exemple, les grands brûlés avec des linges antibactériens dans les hôpitaux. En somme, nous ne comptons plus les situations qui nécessitent une protection vestimentaire.

Dans bien des cas, la protection vestimentaire est un gage de survie. De nombreux uniformes de travail sont conçus en fonction de normes de sécurité. La combinaison isolante des pompiers est traitée aux flammes, à la chaleur intense, à l'eau et au gel. Le casque protecteur des travailleurs de la construction est parfois muni de matériaux isolants antibruit. Les soudeurs portent des lunettes de protection et les techniciens de laboratoire, gants et masques, pour manipuler les substances dangereuses.



La pratique de certains sports exige aussi un équipement protecteur. Le hockey sur glace entre autres, suppose le port d'un masque, d'un casque, d'épaulières, de jambières et d'un plastron.



Quand à toi, tu portes aussi un casque pour rouler à bicyclette ou des genouillères si tu pratiques le patin à roues alignées. Ton "polar" t'isole confortablement du froid, ta chemise claire d'un tissu léger réfléchit les rayons solaires et laisse s'échapper la chaleur de ton corps. Bref, tes vêtements de conception pratique, adaptés à tes activités, peuvent t'éviter bon nombre

d'accidents et de blessures.

Bien sûr, tous les vêtements ne répondent pas et ne doivent pas répondre à des normes officielles de sécurité. Toutefois, nous devons absolument savoir que certains types de vêtements sont à éviter, par mesure de sécurité, dans des circonstances précises. Par exemple, porter des vêtements à manche larges pour cuisiner pourrait occasionner des brûlures ou des dégâts. Nous savons également que le port de foulard très long a maintes fois causé la mort par strangulation au cours de randonnées en motoneige. À nous de faire preuve de prudence et de bon jugement.



Besoins psychosociaux

Même si notre survie ne dépend pas directement de nos besoins psychologiques et sociaux, notre équilibre mental et notre bonheur sont largement tributaire de leur satisfaction. Bien que le dicton affirme que l'habit ne fait pas le moine, nous savons que les vêtements que nous portons jouent un rôle essentiel pour notre bien être psychologique, notre humeur et la confiance en nous-même.

Se sentir bien dans sa peau, c'est aussi s'affirmer par ses vêtements. Cette notion de bien-être, plus complexe que le besoin de confort ou de protection, se rattache à plusieurs aspects **psychosociaux** comme **l'appartenance et le conformisme, l'estime de soi et des autres, l'expression personnelle et l'individualisme, l'identité, les prestige et le désir de plaire, la pudeur.**

Appartenance et conformisme

En tant qu'adolescents, nous éprouvons souvent le désir d'appartenir à un groupe en adoptant les mêmes valeurs et la même apparence que tous ses autres membres. Tantôt un mouvement social, tantôt des vedettes populaires, tantôt un style emprunté à une discipline sportive, tous les groupes de référence véhiculent des valeurs partagées par un nombre plus ou



moins grand de personnes. Selon notre personnalité, nous désirerons nous identifier à tel ou tel mouvement qui correspond à nos idéaux du moment. Cette identification passe par l'adoption de comportements distincts et même d'une certaine image.



Pensons aux skinheads ou encore aux grunges que nous pouvons reconnaître à leur façon de se vêtir. Nous identifier à un groupe signifie faire preuve de conformisme, c'est-à-dire respecter aveuglément les règles de celui-ci. Nous fondre à un clan peut être très sécurisant puisque nous pouvons nous permettre d'afficher nos valeurs avec le soutien d'un grand nombre de personnes.



Dans notre société, porter un jean, c'est accepter certains usages sociaux, en apparence du moins. Lorsque tu enfiles un jean, tu adoptes aussi les caractéristiques d'un groupe de référence. Dans ta manière de porter le jean, tu désires refléter les valeurs de ce groupe.

En effet, le jean, vêtement de travail depuis le 19e siècle aux États-Unis après la Seconde Guerre mondiale, le "costume" international de jeunes. Il traduit à merveille dans ses transformations les valeurs de certains mouvements contestataires. Le rock n roll rebelles des années 1950 et 60 lance la jean moulé porté avec un veste de cuir noir. Par la suite, les hippies

portent la jean délavé, à large bords, brodé de fleurs, à l'image de leur message de liberté. Enfin les punks des années 1980 l'enfilent déchiré, troué et taché pour crier leur désillusion.

Autant de modes qui permettent d'afficher collectivement ses couleurs et ses convictions.

Estime de soi et des autres

Le besoin d'estime de soi passe par nos réalisations et nos succès mais aussi par notre apparence. L'élégance de certains styles ou des couleurs bien agencées contribuent à mettre notre personnalité en valeur. Pourquoi ne pas en profiter? Après tout, nous apprécier et nous aimer comptent parmi nos besoins légitimes.



De la même manière, le respect dû aux autres nous recommande parfois de nous vêtir en considérant les goûts des gens que nous apprécions. Évidemment, contenter tout le monde, y compris nos parents, tient parfois du miracle. En revanche, choquer et provoquer inutilement engendrent souvent de vains conflits. Cela dit, les circonstances donnent de précieux indices quant à la tenue ou au style à adopter.

Tes choix vestimentaires reflètent l'image que tu as de toi-même. Ainsi, la tenue que tu composes pour te présenter devant les autres en dit long sur ton mode de vie, tes goûts, tes aspirations, tes émotions du moment. Lorsque tes vêtements t'avantagent, tu en reçois la confirmation par le regard et l'attitude d'autrui, ce qui renforce ta confiance, ta fierté, l'estime que tu te portes.

Ta façon de te vêtir peut aussi exprimer une forme de respect ou d'estime des autres. Une invitation à dîner chez tes grands-parents pourra t'inciter à passer une chemise fraîchement lavée et repassée et d'échanger tes jeans sales troués pour des pantalons plus propres... comme ils les aiment.

Ta façon de t'habiller exerce une influence sur les autres; à toi de bien présenter la personne que tu es.



Expression personnelle et individualisme

À l'inverse du conformisme, nous pouvons sentir le besoin de nous démarquer, de mettre de l'avant notre individualité, de nous affirmer. Que nous le voulions ou non, que nous le sachions ou non, notre façon de nous vêtir parle de nous. Quelles que soient les raisons qui nous guident, le choix de nos vêtements devient une façon privilégiée de nous exprimer. C'est ainsi que les vêtements traduisent tout à tour la discrétion ou le désir de nous faire remarquer, la tristesse ou la joie de vivre, la pudeur ou le désir de provoquer, le goût de paraître plus âgé ou au contraire, d'avoir l'air plus jeune. Le bien-être réside dans l'équilibre entre l'être et le paraître.



Autant on veut se fondre dans un groupe, autant on tient à s'en distinguer en tant qu'individu. Parfois c'est en apportant une petite "touche personnelle" au style de vêtements que tu as adopté que tu exprimes le mieux ta personnalité

Les vêtements dans lesquels tu te sens bien te permettent le plus souvent d'affirmer des tendances personnelles. Personne ne peut t'empêcher de choisir tel agencement de styles, tel contraste de couleurs, ce col original, ces accessoires bizarres : ils manifestent tour à tour tes goûts, ton humour, ton dynamisme, ton désir de provoquer l'entourage ou de le charmer. Exprimer son individualité par ses vêtements, c'est vouloir se sentir libre, unique.

Identité collective : *Culturelle, religieuse, professionnelle*

En certaines occasions, des facteurs collectifs peuvent prendre le pas sur les besoins de la personne et contribuer à son équilibre en affirmant son appartenance et sa fierté. Les costumes nationaux, par exemple, portent un message symbolique et historique capable de susciter l'amour de la patrie et de ses traditions. Partout dans le monde, les fêtes nationales avec leur folklore et leurs parures vestimentaires



nourrissent la satisfaction des citoyens d'appartenir à un peuple. Un besoin de reconnaissance semblable se manifeste au sein de plusieurs religions. Certains groupes estiment qu'une tenue vestimentaire commune entretient la ferveur des fidèles tout en facilitant l'identification des chacun et son appartenance au groupe.

Certaines professions utilisent aussi le vêtement pour que nous reconnaissons les gens qui les exercent. La magistrature, les corps policiers, les armées, le clergé, les spécialistes de la santé, les athlètes, les cosmonautes et bien d'autres portent des tenues vestimentaires qui répondent à un besoin d'identité collective.



Dans la société, tu côtoies des personnes dont les rôles et les statuts diffèrent. On observe dans le monde du travail, des cadres à cravates ou en tailleurs dans les tours à bureaux, des employés d'hôpitaux vêtus de blanc, des travailleurs de la voirie en combinaisons amples, des agents de police en uniformes. Ces gens ont dû endosser, avec leurs tâches, un costume adapté aux exigences de leur profession ou de leur métier. Ces tenues te renseignent sur leur identité professionnelle au premier coup d'œil.

En retour, ce code collectif du vêtement rappelle à l'individu son appartenance à un corps social ou professionnel et sa responsabilité de bien le

représenter. Le port de l'uniforme aide à s'identifier à une cause et on comprend sans peine qu'on l'ait d'abord imposé dans l'armée. Il répond aussi à un besoin de reconnaissance.

Dans ton entourage immédiat ou plus large, tu rencontres parfois des gens d'autres cultures et religions qui s'habillent selon leurs valeurs et leurs croyances. Les femmes d'origine indienne portent le "sari", un longue pièce de soie drapée autour de la taille; les membres masculin des communautés juives coiffent une calotte nommée "kippa" à leurs cérémonies religieuses. Tu reconnais peut-être aussi le turban masculin des sikhs (de nord de l'Inde) et la djellaba des hommes et femmes du Maghreb



Prestige et désir de plaire

Certains jeunes ressentent le besoin d'afficher leur réussite matérielle ou sociale pour se sentir bien. Ces personnes porteront des vêtements griffés, des vestes de cuir ou de suède, des accessoires chics et chers et de nombreux bijoux qui témoigneront de leur position sociale ou de leur revenu.

De tout temps, la séduction a guidé le comportement des hommes et des femmes. Elle emprunte les avenues les plus diverses et le vêtement n'échappe pas à son emprise. Notre bonheur passe aussi par notre besoin de plaire. Le maquillage, les bijoux, les décolletés, les noeuds papillon, les rubans constituent autant de parures utilisées pour mettre notre charme en évidence et accrocher le regard d'autrui par notre bon goût, notre audace ou notre élégance.



Dans toutes les cultures, au cours des siècles, la mise en valeur du corps par les ornements, les riches étoffes et les formes audacieuses témoigne du désir de bien paraître aux yeux des autres. Le vêtement et la parure deviennent alors des armes de pouvoir et de séduction par lesquelles on cherche à signaler sa réussite sociale, sa richesse, ce qu'on croit être une forme de supériorité.

Au Moyen-Âge, en Europe, des lois régissaient la mode selon le rang. Ainsi, les nobles se réservaient l'usage exclusif étoffes et couleurs. Les classes sociales se démarquent moins de nos jours, mais le goût des marques de prestige, le désir d'impressionner ou tout simplement de plaire sont toujours là. Par exemple, tu soigneras ta tenue pour rencontrer d'éventuels employeurs en entrevue. Tu chercheras ainsi à projeter une image avantageuse. Par sa présentation impeccable, un vendeur ou une vendeuse peut espérer plaire à ses clients et ainsi conclure une vente.



Pudeur

Certaines personnes aiment être remarquées et s'habillent en conséquence. D'autres, d'une grande pudeur, utiliseront le vêtement pour se protéger et se cacher plutôt que pour s'exposer et se parer. Les vêtements servent alors de rempart contre les regards indiscrets. Ce besoin de pudeur peut se manifester à tous les âges et dans toutes les cultures tant chez les hommes que chez les femmes. Du reste, certaines religions imposent une grande pudeur vestimentaire à leurs fidèles, tout particulièrement pour le corps féminin.



La pudeur vestimentaire ne se résume pas à la seule crainte de se dévêtir. Il s'agit plutôt de la réserve ou de la retenue que tu manifestes parfois, ou que tu remarques chez d'autres, qui incite à choisir des vêtements neutres, très simples et sobres, souvent très peu remarquables.

Les habits deviennent alors un écran qui met à l'abri des regards et des jugements. Certaines communautés religieuses font ce choix vestimentaire comme une forme de renoncement à soi et à toute ambition sociale. Souvent, les vêtements procurent une impression de sécurité pour combler un manque d'assurance en public.

Synthèse

besoins psychosociaux	explications
appartenance	le vêtement cherche à exprimer les valeurs culturelles du groupe auquel on appartient.
conformisme	respect étroit de la norme, de la tradition, des usages établis, de la morale en usage.
estime de soi et des autres	on choisit souvent un vêtement qui reflète notre image (goûts, personnalité) afin de dire aux autres qui on est.
expression personnelle et individualisme	le vêtement est le reflet de la personnalité, des goûts, des moyens et aussi du besoin de se distinguer des autres.
identité culturelle, religieuse, professionnelle et sociale	costume traditionnel, uniforme, vêtement rattaché à son métier ou à sa profession
apparence	le besoin de plaire se reflète dans la façon de s'habiller et des accessoires qui complètent l'habillement
prestige	valeur socioculturelle que l'on veut démontrer par le vêtement que l'on a choisi de porter et qui parfois même nous étiquette socialement.
pudeur	discretion, retenue qui empêche de dire ou de faire ce qui peut blesser la décence, c'est à dire par respect pour l'être humain
sécurité	le style d'un vêtement peut combler un manque d'assurance en public.

Facteurs influant sur les besoins vestimentaires

Nos besoins physiologiques et psychosociaux ne sont pas les seuls à exercer une influence sur le choix de nos vêtements. D'autres facteurs ont aussi leur importance. Il y a les incontournables tels que les conditions **climatiques**, les quasi incontournables comme l'origine **culturelle** et les valeurs **sociales** ou le souci de **l'environnement** et enfin les facteurs personnels tels que **l'argent** dont nous disposons, notre vitesse de **croissance** et les **goûts personnels**.

Facteurs climatiques

Chez-nous, le climat a été qualifié de tempéré. Pourtant, entre les mois de janvier et de juillet, le mercure peut passer de -35 à +35 degrés Celsius. De tels écarts influent bien entendu sur nos besoins. Ainsi, notre garde-robe devra comporter bermudas et pantalons de neige, maillot et passe-montagne, sandales et bottes doublées. De plus, le printemps et l'automne, souvent humides et pluvieux, nous imposent l'achat de manteaux et de bottes imperméables. Sans contredit, la garde-robe du Canadien moyen est plus variée que celle du Cubain par exemple, qui connaît un climat plus constant.

Valeurs culturelles et sociales

Notre environnement culturel résulte souvent d'une tradition héritée de nos parents, de nos ancêtres, de notre communauté. Bien que notre culture soit plutôt souple, elle fixe des limites au-delà desquelles il serait hasardeux de nous aventurer. Par exemple, nos moeurs et nos lois désapprouvent et même réprouvent la nudité. Ainsi, nous dévêtir en public nous expose à des ennuis, même si des conditions climatiques pourraient justifier une telle tenue.

De même, les gens faisant partie d'une même communauté culturelle porteront des vêtements semblables comme c'est le cas des hommes sikhs qui portent le turban et ceux de la secte juive des haddisime qui portent un costume et un chapeau noirs suivant une tradition qui remonte au XVIII^e siècle.

Le milieu social et culturel dans lequel tu vis, c'est-à-dire ta famille, ton école, tes camarades, te dicte parfois tes besoins vestimentaires par les valeurs qu'il privilégie. Il t'incite à adopter ces valeurs, de façon temporaire ou définitive. Imagine, par exemple, que tu te prépares à assister à un mariage ou à des funérailles : par respect pour les hôtes, tu délaisseras instinctivement ton vieux jean troué pour adopter une tenue plus sobre et propre. Ou ce sont peut-être tes proches qui exerceront une pression sur toi pour que tu changes de tenue!

Comment expliquer cette adaptation de ton style habituel? Les habitudes de vie communes à une société, aussi appelées moeurs, se transmettent à long terme, d'une génération à l'autre. Elles véhiculent des règles de moralité et de bonne conduite héritées d'autres époques, qui nous imprègnent, presque à notre insu. De là l'expression : "C'est entré dans les moeurs."

Facteurs écologiques

L'écologie, notamment l'inquiétude qu'inspirent les espèces menacées, peut orienter notre style de vie et notre façon de nous vêtir. Ainsi, certaines campagnes publicitaires bien orchestrées en ont convaincu plusieurs de bannir les fourrures de leur garde-robe; d'autres ne veulent se vêtir que de fibres naturelles, etc. Sujet à la mode ou mouvement de société, l'écologie appartient dorénavant aux facteurs avec lesquels doit jongler l'industrie du vêtement.

Facteur économiques

Nous devons composer avec les limites de nos ressources financières pour subvenir de manière satisfaisante à nos besoins vestimentaires. Il faut donc apprendre à faire des choix. Une bonne dose de bon sens s'avère un outil précieux pour éviter les erreurs coûteuses. En misant sur la qualité plutôt que sur la quantité, nous risquons peu de nous tromper.

Facteur de croissance

Entre l'enfance et l'âge adulte, le corps subit de nombreuses transformations. Ces mutations font en sorte que, dans l'espace d'une année, nous passons du rayon "enfants au rayon "adultes" des grands magasins, ce qui occasionne parfois des changements radicaux. C'est ce qui fait que les petites robes sages seront enfouies dans le fond de la garde-robe ou que les chandails choisis par papa seront remplacés par une veste de cuir ou de denim d'allure beaucoup plus moderne. À l'âge où notre corps se transforme presque à vue d'oeil, il est inutile de multiplier les vêtements semblables qui ne conviendront même plus l'an prochain. Pour économiser, mieux vaut nous en tenir à l'essentiel.

Facteurs personnels

Nos valeurs et nos goûts personnels comptent parmi les principaux critères d'influence à l'achat de vêtements. Ceux-ci relèvent de la personnalité de chacun et de chacune. C'est ce qui permet la diversité de styles. Sinon, tous porteraient le même uniforme. Certains pays totalitaires comme la Corée du Nord ont réussi à imposer un même costume à l'ensemble de leur population. Cette pratique réduit au minimum le sentiment d'identité personnelle et de liberté individuelle au profit de l'identité collective.

Autres facteurs de choix

Facteurs de mode

La mode te conditionne aussi, que tu le veilles ou non. Pur produit de la société de consommation, elle invente chaque année, à chaque saison, de nouveaux besoins aussi artificiels que séduisants. La publicité se charge ensuite de nous les vendre. Elle passe, par définition, mais elle ne t'impose pas moins le sens esthétique du moment, un certain choix de formes et de couleurs. Les influences, heureusement, sont plus variées que jamais si bien que dans les visages de la mode, tu peux trouver le tien. Les styles rétro ou unisexe, les emprunts aux cultures les plus exotiques, tout est possible, à condition de respecter les exigences de ta

physionomie, de tes activités et l'expression de ta personnalité. Garder la tête froide nous aide à faire de bons choix.

Un handicap

Un handicap physique, qu'il soit de naissance ou accidentel, peut nous obliger à prévoir quelques ajustements en matière de vêtements. Il peut s'agir, par exemple, de porter une chaussure surélevée pour corriger le déséquilibre occasionné par une jambe trop courte ou encore d'éviter les vêtements exigeant de la motricité fine en raison d'une paralysie ou d'une amputation. Cette préoccupation sera aussi présente au moment de choisir des vêtements pour une personne peu autonome à cause d'un retard intellectuel ou dû à une maladie de la vieillesse.

Le type d'activités

Nos activités contribuent aussi à définir notre allure vestimentaire. Nous ne nous habillons pas de la même manière pour bricoler que pour passer une entrevue, pour skier que pour aller souper dans un grand restaurant... La nature de nos activités dicte la nature des vêtements à porter.

Les besoins vestimentaires en bref

Parmi les besoins vitaux de l'espèce humaine figure celui de se vêtir. Nos besoins vestimentaires sont physiologiques et psychosociaux. Nos besoins physiologiques touchent essentiellement la protection du corps et notre confort. Nos besoins psychosociaux sont essentiels à notre bonheur et à notre équilibre. De multiples facteurs exercent également une influence directe sur nos besoins vestimentaires. Bref, les hommes et les femmes s'habillent pour de multiples raisons!

Synthèse des facteurs de choix

facteurs	variations de facteurs
climatiques	chaleur, froid, climat tempéré, soleil torride, sécheresse, vent glacial, neige abondante, pluie torrentielle, humidité continuelle, saisons...
culturels	mœurs, coutumes, patrimoine, héritage culturel, mode, passé, modèle ancestral, origine ethnique, folklore, cérémonies, pays, religion, habitudes des familles, musique, cinéma...
écologiques	fibres naturelle, respect de l'environnement, recyclage, teintures, transformation, ressources naturelles conservation, récupération
économiques	prix, publicité, budget, marque de commerce, pouvoir d'achat, types d'établissements commerciaux, mode, richesse et pauvreté d'un pays, ressources financières, matières premières, main d'œuvre, services médiatiques, revenu familial
personnels	goûts, personnalité, mode, valeurs, stle, élégance, préférence de couleur, excentricité, expression individuelle
physiologiques	traille, poids, stature, silhouette, âge, sexe, handicap, croissance, autres trait (couleur de cheveux, de yeux...)
professionnel	profession, métier, emploi, carrière, hiérarchie, uniformes obligatoire, normes, règles.
sociaux	milieu, mode, activités, sport, sorties, groupe, circonstances, classe sociale, coutume sociales, changements.

Planif en solo, page 235

TABLEAU, page 237 mabnuel