

<https://doi.org/10.52387/1811-5470.2025.3.12>  
CZU: 159.9:37.015:641/642

## IMPACTUL PERFECTIONISMULUI ASUPRA RELAȚIEI CU PROPRIUL CORP A ADOLESCENTELOR CU RISC DE TULBURĂRI DE COMPORTAMENT ALIMENTAR

**Rodica BALAN,**

*doctorandă, asistent universitar*

Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău,

Republica Moldova

ORCID: 0009-0002-3431-1870

balan.rodica@upsc.md

**Rezumat.** Adolescența este o etapă importantă a dezvoltării umane ce presupune multiple modificări pe plan biologic, cognitiv, emoțional și social. Totodată, adolescența este și o perioadă de vulnerabilitate crescută pentru dezvoltarea tulburărilor de comportament alimentar, perfecționismul și relația cu propriul corp fiind factori psihologici esențiali în acest proces. Studiul de față a investigat relația dintre nivelul de perfecționism și dimensiunile relațiilor dintre sine și corp la adolescentele cu risc de tulburări alimentare, evaluat prin testul EAT-26. Perfecționismul a fost măsurat utilizând Scala Multidimensională a Perfecționismului Frost, iar relația cu propriul corp a fost evaluată prin Chestionarul Multidimensional al Relațiilor Sine-Corp (MBSRQ). În eșantionul de cercetare am inclus 250 de fete adolescente (de la 14 la 19 ani). Cercetarea noastră evidențiază un număr destul de mare de adolescente cu risc de tulburări de comportament alimentar (28,80%). În profilul acestor adolescente identificăm următoarele caracteristici ca: teamă intensă de îngrășare, o tendință accentuată de focusare și evaluare permanentă a imaginii corporale, prezența episoadelor de alimentație compulsivă precum și recurgerea la unele strategii compensatorii disfuncționale. Totodată, analiza corelațională a evidențiat asocieri negative semnificative între perfecționism și evaluarea aspectului fizic, orientarea față de îngrijirea corporală, percepția formei fizice și satisfacția față de propriul corp. Rezultatele sugerează că un nivel ridicat de perfecționism este asociat cu o percepție corporală negativă și cu scăderea satisfacției corporale, factori care pot amplifica riscul de tulburări alimentare. Aceste constatări subliniază necesitatea implementării unor intervenții psihologice adaptate, care să vizeze reducerea perfecționismului maladadaptativ și promovarea unei relații sănătoase cu propriul corp la adolescente.

**Cuvinte-cheie:** perfecționism, relații dintre sine și corp, imagine corporală, tulburare de comportament alimentar, adolescență.

### THE IMPACT OF PERFECTIONISM ON BODY-SELF RELATIONS IN ADOLESCENT GIRLS AT RISK FOR EATING DISORDERS

**Abstract.** Adolescence is a critical stage of human development that involves multiple changes at the biological, cognitive, emotional and social levels. Adolescence represents a period of heightened vulnerability for the development of eating disorders, with perfectionism and body-self relations being key psychological factors in this process. The present study investigated the relationship between the level of perfectionism and dimensions of body-self relations in adolescent girls at risk for eating disorders, as assessed by the EAT-26 test. Perfectionism was measured using Frost's Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS), and body-self relations were evaluated through the Multidimensional Body-Self-Relations Questionnaire (MBSRQ). The research sample included 250 adolescent girls, ages between 14 and 17 years. As results we established that 28,80% of adolescents have a risk of eating disorders. The psychological profile of these adolescents' girls is characterized by an intense fear of gaining weight, a pronounced tendency to focus on and constantly evaluate their body image, the presence of episodes of compulsive eating, as well as the use of certain dysfunctional compensatory strategies. Correlational analysis revealed significant negative associations between perfectionism and the evaluation of physical appearance, orientation toward body care, perception of physical fitness, and satisfaction with one's body. The results suggest that a high level of perfectionism is associated with a more negative body image and decreased body satisfaction, factors that may increase the risk of developing eating disorders. These findings highlight the need to implement tailored psychological interventions aimed at reducing maladaptive perfectionism and promoting a healthier relationship with the body in adolescent girls.

**Keywords:** perfectionism, body-self relations, body image, eating disorder, adolescence.

### Introducere

Adolescența reprezintă o etapă critică în dezvoltarea personalității, marcată de modificări complexe atât la nivel fizic, cât și la nivel emoțional și social. În această perioadă, imaginea corporală și relația cu propriul corp devin aspecte centrale ale identității de sine, influențând semnificativ starea de bine psihologică și comportamentele alimentare. Literatura de specialitate subliniază faptul că distorsiunile în percepția imaginii corporale și nemulțumirea față de propriul corp pot constitui factori de risc importanți în dezvoltarea tulburărilor de comportament alimentar [2]. Un alt construct psihologic implicat în etiologia tulburărilor de comportament alimentar este **perfecționismul**. Definit ca o tendință de a stabili standarde personale excesiv de ridicate și de a evalua propria valoare în funcție de atingerea acestor standarde, perfecționismul a fost asociat în numeroase studii cu riscul crescut pentru dezvoltarea simptomatologiei specifice tulburărilor alimentare. Modele teoretice recente sugerează că perfecționismul nu doar că amplifică nemulțumirea față de corp, dar poate contribui și la rigidizarea unor comportamente alimentare disfuncționale, cum ar fi restricția alimentară severă sau episoadele de mâncat compulsiv [1, 6].

### Metodologia cercetării

În contextul acestei dinamici complexe, prezentul studiu își propune să *investigheze relația dintre nivelul de perfecționism și dimensiunile relațiilor dintre sine și corp la adolescentele care prezintă risc de tulburare de comportament alimentar*. Se presupune că un nivel ridicat de perfecționism la adolescente este asociat cu o relație negativă față de propriul corp, manifestată printr-o evaluare corporală scăzută, o orientare redusă către îngrijirea aspectului fizic și o satisfacție corporală diminuată, ceea ce contribuie la creșterea riscului de dezvoltare a tulburărilor de comportament alimentar.

*Eșantionul cercetării* este constituit din 250 de adolescente cu vârsta de 14 - 19 ani. Cercetarea empirică a fost efectuată într-un liceu din mediul urban, un liceu din mediul rural și o universitate din municipiul Chișinău, în perioada octombrie 2023 - februarie 2024.

Posibilitatea unei tulburări de comportament alimentar a fost stabilită cu ajutorul *Testului EAT-26 (Eating Attitudes Test-26)* [5]. Perfecționismul a fost evaluat utilizând *Scala multidimensională a perfecționismului Frost (FMPS)*, în timp ce relațiile dintre sine și corp au fost măsurate prin *Chestiona-*

*rul multidimensional al relațiilor dintre sine și corp (MBSRQ)*.

*Testul EAT-26 (Eating Attitudes Test-26)* este un instrument psihometric standardizat utilizat pentru screeningul comportamentelor alimentare patologice și al riscului de tulburări de alimentație, precum anorexia nervoasă și bulimia nervoasă. Dezvoltat de D. Garner și colab. în 1982, EAT-26 reprezintă versiunea scurtă a originalului EAT-40, menținând o validitate și fidelitate ridicată. Chestionarul conține 26 de itemi care evaluează trei dimensiuni majore: preocuparea excesivă pentru controlul greutății, restricția alimentară și comportamentul bulimic. Răspunsurile sunt date pe o scală Likert și sunt utilizate pentru a calcula un scor total; un scor de 20 sau mai mare indică o probabilitate crescută de tulburare de comportament alimentar, sugerând necesitatea unei evaluări clinice suplimentare [5].

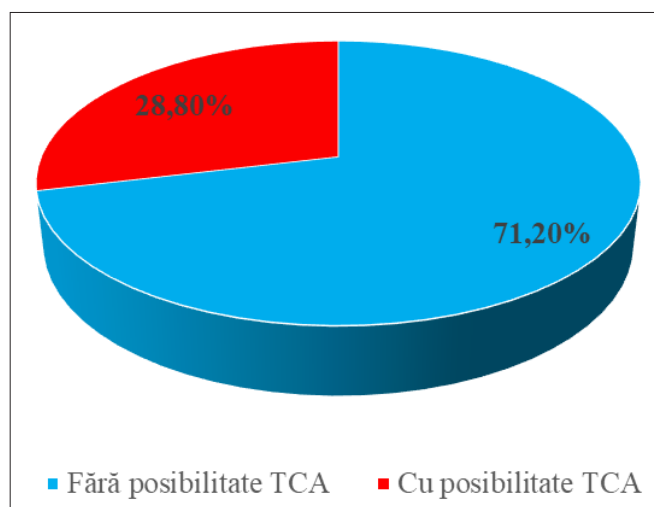
*Chestionarul multidimensional al relațiilor dintre sine și corp (Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire - MBSRQ)*, elaborat de T. Cash, reprezintă unul dintre cele mai utilizate instrumente psihometrice în evaluarea atitudinilor cognitive, afective și comportamentale față de propriul corp. Conceput pentru a surprinde complexitatea imaginii corporale, MBSRQ își propune să investigheze nu doar satisfacția generală față de aspectul fizic, ci și gradul de preocupare pentru menținerea sau îmbunătățirea acestuia, percepția condiției fizice și sănătății, precum și satisfacția față de anumite zone corporale specifice. Structura sa multidimensională permite o evaluare detaliată a relațiilor individului cu propriul corp, incluzând atât evaluări globale ale atractivității percepute și formei fizice, cât și măsuri ale importanței acordate acestor dimensiuni. Chestionarul cuprinde mai multe scale distincte, dintre care cele mai relevante sunt: Evaluarea aspectului, Orientarea aspectului, Evaluarea formei fizice, Orientarea formei fizice, Satisfacția zonelor corporale. Fiecare scală explorează o dimensiune specifică a imaginii corporale, oferind astfel un profil complex al relației individului cu propriul corp [3]. Administrarea chestionarului MBSRQ (forma scurtă) presupune completarea unei serii de 46 de itemi structurați pe o scală de tip Likert, iar scorurile obținute la fiecare subscală sunt interpretate separat. Scorurile mai ridicate reflectă, în general, o percepție pozitivă sau o preocupare crescută în domeniul evaluat, în timp ce scorurile scăzute pot indica nemulțumire, preocupare redusă sau disfuncționalități în relația individului cu imaginea sa corporală. Prin caracte-

rul său complex și nuanțat, MBSRQ reprezintă un instrument esențial pentru înțelegerea relațiilor dintre dimensiunile cognitive, afective și comportamentale ale imaginii corporale și diverse aspecte ale sănătății psihologice [3].

*Scala multidimensională a perfecționismului Frost (Frost Multidimensional Perfectionism Scale – FMPS)*, elaborată de R. Frost și colaboratorii săi, reprezintă un instrument de autoevaluare a diverselor dimensiuni ale perfecționismului. Chestionarul este compus din 35 de itemi, organizați în patru subscale principale, fiecare reflectând o componentă distinctă a constructului de perfecționism. FMPS este utilizat frecvent atât în cercetarea psihologică, cât și în practica clinică, pentru a înțelege mai bine mecanismele cognitive și comportamentale asociate tendințelor perfecționiste și impactul acestora asupra sănătății mintale [4].

### Rezultate și discuții

În prima etapă, am investigat prezența tulburărilor de alimentație (*Testul EAT-26*). Rezultatele privind absența sau posibilitatea existenței tulburărilor de alimentație sunt prezentate în Figura 1.



**Figura 1. Rezultatele pentru tulburările de alimentație la adolescente**

Analiza frecvențelor din Figura 1 indică faptul că majoritatea adolescentelor din lotul experimental (71,20%) nu înregistrează posibilitatea unei tulburări de comportament alimentar. Pentru aceste adolescente se remarcă un comportament alimentar permisiv și o atitudine pozitivă față de propria greutate corporală. Acestea nu experimentează episoade frecvente de mâncat compulsiv sau, în cazurile în care acestea apar ocazional, nu sunt urmate de sentimente de vinovăție. De asemenea, aceste adolescente nu adoptă comportamente de înfometare și nu urmează regimuri alimentare restrictive. *În paralel, constatăm că 28,80% dintre adolescentele investigate prezintă posibilitatea unei tulburări de comportament alimentar.* Pentru aceste cazuri se evidențiază următoarele particularități: o teamă accentuată de creștere în greutate, o focalizare excesivă asupra aspectului fizic în procesul de autoevaluare, prezența episoadelor de mâncat compulsiv și manifestarea unor comportamente compensatorii inadecvate.

În continuare, la adolescentele cu posibilitatea unei tulburări de comportament alimentar am studiat interrelațiile dintre dimensiunile (*evaluarea aspectului, orientarea aspectului, evaluarea formei fizice, orientarea formei fizice și satisfacția zonelor corporale*) evaluate prin *Chestionarul multidimensional al relațiilor dintre sine și corp* și indicii (*perfecționismul, preocuparea față de greșeli și îndoilele cu privire la acțiuni, preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților și standarde personale excesiv de ridicate*) examinați prin *Scala multidimensională a perfecționismului Frost*.

*Perfecționismul* este o trăsătură de personalitate caracterizată prin stabilirea unor standarde foarte înalte, uneori nerealiste, pentru propria performanță, însoțită de o autoevaluare critică excesivă și o teamă intensă de greșeală sau eșec. Interrelațiile dintre componentele (*evaluarea aspectului, orientarea aspectului, evaluarea formei fizice și satisfacția zonelor corporale*) și perfecționism sunt prezentate în Tabelul 1 (corelația Bravais-Pearson).

**Tabelul 1. Corelațiile dintre evaluarea aspectului / orientarea aspectului / evaluarea formei fizice / orientarea formei fizice / satisfacția zonelor corporale și perfecționism, conform coeficientului de corelație Bravais-Pearson**

| Variabile                                            | Coeficient r | Prag de semnificație p |
|------------------------------------------------------|--------------|------------------------|
| <i>Evaluarea aspectului / Perfecționism</i>          | -0,6607      | p≤0,01                 |
| <i>Orientarea aspectului / Perfecționism</i>         | -0,6759      | p≤0,01                 |
| <i>Evaluarea formei fizice / Perfecționism</i>       | -0,5779      | p≤0,01                 |
| <i>Orientarea formei fizice / Perfecționism</i>      | -0,7307      | p≤0,01                 |
| <i>Satisfacția zonelor corporale / Perfecționism</i> | -0,6884      | p≤0,01                 |

Rezultatele analizei din Tabelul 1 indică cinci corelații negative semnificative între: evaluarea aspectului corporal și perfecționism ( $r=-0,6607$ ,  $p\leq 0,051$ ). Această asociere sugerează că adolescențele care înregistrează un nivel mai ridicat al perfecționismului tind să aibă o evaluare mai negativă a aspectului propriu. De asemenea, se evidențiază o corelație negativă semnificativă între orientarea față de aspectul fizic și perfecționism ( $r=-0,6759$ ,  $p\leq 0,01$ ), ceea ce înseamnă că un nivel mai mare al perfecționismului se asociază cu o implicare și preocupare mai scăzută față de îngrijirea și prezentarea propriului aspect. În ceea ce privește evaluarea formei fizice, datele obținute relevă, de asemenea, o corelație negativă semnificativă cu perfecționism ( $r=-0,5779$ ,  $p\leq 0,01$ ). Acest rezultat sugerează că adolescențele perfecționiste percep propria condiție fizică într-un mod mai critic și mai negativ. Totodată, între orientarea față de îmbunătățirea formei fizice și perfecționism se identifică cea mai puternică relație negativă dintre variabilele analizate ( $r=-0,7307$ ,  $p\leq 0,01$ ), ceea ce indică faptul că, pe măsură ce crește nivelul perfecționismului, scade preocuparea adolescentelor pentru activități de îmbunătățire a formei fizice. În final, se constată o corelație negativă semnificativă între satisfacția față de zonele corporale și perfecționismul ( $r=-0,6884$ ,  $p\leq 0,01$ ). Astfel, un nivel mai ridicat de perfecționism se asociază cu un grad mai scăzut de satisfacție față de diferitele părți ale corpului.

*Preocuparea față de greșeli și îndoielile cu privire la acțiuni* evaluează tendința individului de a percepe greșelile drept echivalente cu eșecul personal și de a manifesta îndoieli constante în legătură cu acu-

ratețea și adecvarea propriilor acțiuni. Persoanele cu scoruri înalte prezintă o anxietate accentuată legată de posibilitatea de a greși, resimt vinovăție sau rușine în fața erorilor și se angajează frecvent într-o autoevaluare critică. Relațiile dintre evaluarea aspectului, orientarea aspectului, evaluarea formei fizice, orientarea formei fizice și satisfacția zonelor corporale și preocuparea față de greșeli și îndoielile cu privire la acțiuni calculate cu coeficientul Bravais-Pearson sunt evidențiate în Tabelul 2.

Rezultatele obținute evidențiază o corelație negativă semnificativă între evaluarea aspectului corporal și preocuparea față de greșeli și îndoielile cu privire la acțiuni ( $r=-0,6472$ ,  $p\leq 0,01$ ). Această relație indică că adolescențele care sunt mai preocupate de comiterea greșelilor și manifestă mai multe îndoieli legate de propriile acțiuni tind să evalueze propriul aspect fizic într-o manieră mai critică și negativă. O altă corelație negativă semnificativă, între orientarea față de aspectul fizic și preocuparea față de greșeli și îndoieli ( $r=-0,6611$ ,  $p\leq 0,01$ ), ceea ce arată că adolescențele cu niveluri ridicate de perfecționism legat de greșeli acordă o mai mică importanță îngrijirii și prezentării aspectului lor fizic. Cu referire la evaluarea formei fizice, se constată, de asemenea, o corelație negativă semnificativă ( $r=-0,5652$ ,  $p\leq 0,01$ ). Astfel, o percepție critică a propriei forme fizice este mai frecvent întâlnită în rândul adolescentelor care manifestă preocupări accentuate față de greșeli și incertitudini cu privire la acțiunile lor. O corelație negativă semnificativă puternică atestăm între orientarea față de îmbunătățirea formei fizice și preocuparea față de greșeli și îndoielile cu privire la acțiuni ( $r=-0,7145$ ,  $p\leq 0,01$ ), ceea ce ne permite să

**Tabelul 2. Corelațiile dintre evaluarea aspectului / orientarea aspectului / evaluarea formei fizice / orientarea formei fizice / satisfacția zonelor corporale și preocuparea față de greșeli și îndoielile cu privire la acțiuni, după coeficientul de corelație Bravais-Pearson**

| Variabile                                                                                              | Coeficient r | Prag de semnificație p |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------|
| <i>Evaluarea aspectului / Preocuparea față de greșeli și îndoielile cu privire la acțiuni</i>          | -0,6472      | $p\leq 0,01$           |
| <i>Orientarea aspectului / Preocuparea față de greșeli și îndoielile cu privire la acțiuni</i>         | -0,6611      | $p\leq 0,01$           |
| <i>Evaluarea formei fizice / Preocuparea față de greșeli și îndoielile cu privire la acțiuni</i>       | -0,5652      | $p\leq 0,01$           |
| <i>Orientarea formei fizice / Preocuparea față de greșeli și îndoielile cu privire la acțiuni</i>      | -0,7145      | $p\leq 0,01$           |
| <i>Satisfacția zonelor corporale / Preocuparea față de greșeli și îndoielile cu privire la acțiuni</i> | -0,6741      | $p\leq 0,01$           |

**Tabelul 3. Corelațiile dintre evaluarea aspectului / orientarea aspectului / evaluarea formei fizice / orientarea formei fizice / satisfacția zonelor corporale și preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților, după coeficientul de corelație Bravais-Pearson**

| Variabile                                                                                        | Coeficient r | Prag de semnificație p |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------|
| Evaluarea aspectului / Preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților          | -0,6433      | $p \leq 0,01$          |
| Orientarea aspectului / Preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților         | -0,659       | $p \leq 0,01$          |
| Evaluarea formei fizice / Preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților       | -0,5641      | $p \leq 0,01$          |
| Orientarea formei fizice / Preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților      | -0,7125      | $p \leq 0,01$          |
| Satisfacția zonelor corporale / Preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților | -0,6709      | $p \leq 0,01$          |

menționăm că un nivel mai ridicat de perfecționism inhibă tendința adolescentelor de a investi în activități menite să îmbunătățească condiția lor fizică. În cele din urmă, satisfacția față de zonele corporale corelează negativ semnificativ cu preocuparea față de greșeli și îndoieli ( $r = -0,6741$ ,  $p \leq 0,01$ ), sugerând că un grad mai ridicat al perfecționismului orientat spre evitarea greșelilor este asociat cu o satisfacție corporală mai redusă.

Preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților măsoară gradul în care individul internalizează presiunile parentale și percepe că este evaluat critic de către părinți. Un scor înalt reflectă percepția unei implicări parentale rigide, a unor standarde parentale exagerate și a sentimentului că acceptarea și aprobarea sunt condiționate de performanță. Persoanele cu scoruri ridicate pot manifesta o nevoie intensă de a îndeplini sau de a depăși așteptările parentale pentru a obține validare. Am stabilit și relațiile dintre evaluarea aspectului, orientarea aspectului, evaluarea formei fizice, orientarea formei fizice și satisfacția zonelor corporale și preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților (corelația Bravais-Pearson) (tabelul 3).

Rezultatele elucidate în Tabelul 3 arată existența a cinci corelații negative semnificative după cum urmează: o corelație negativă statistic semnificativă între evaluarea aspectului corporal și preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților ( $r = -0,6433$ ,  $p \leq 0,01$ ). Relația stabilită presupune că adolescentele care resimt o presiune mai mare din partea părinților în ceea ce privește așteptările și evaluarea au o tendință mai accentuată de a evalua negativ propriul aspect fizic. Orientarea față de aspectul fizic corelează negativ semnificativ cu preo-

cuparea față de așteptările și evaluarea părinților ( $r = -0,659$ ,  $p \leq 0,01$ ), indicând că adolescentele care internalizează puternic așteptările parentale tind să acorde o importanță mai scăzută îngrijirii și prezentării imaginii lor corporale. În ceea ce privește evaluarea formei fizice, datele prezintă o corelație negativă semnificativă ( $r = -0,5641$ ,  $p \leq 0,01$ ), ceea ce evidențiază faptul că percepția negativă asupra propriei condiții fizice este asociată cu o preocupare sporită față de așteptările parentale. O relație negativă semnificativă puternică este observată între orientarea față de îmbunătățirea formei fizice și preocuparea față de așteptările și evaluarea părinților ( $r = -0,7125$ ,  $p \leq 0,01$ ). Aceasta sugerează că adolescentele cu niveluri ridicate de preocupare pentru acceptarea parentală sunt mai puțin motivate să investească în îmbunătățirea condiției lor fizice. Încă o corelație atestată este între satisfacția față de zonele corporale și preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților ( $r = -0,6709$ ,  $p \leq 0,01$ ), ceea ce indică faptul că o presiune parentală crescută este asociată cu un nivel mai scăzut de satisfacție față de propriul corp.

Standardele personale excesiv de ridicate reflectă tendința de a seta pentru sine obiective extrem de ambițioase și de a manifesta autoexigență accentuată. Un scor înalt indică stabilirea unor standarde personale aproape imposibil de atins, însoțite de o preocupare intensă pentru atingerea perfecțiunii și o satisfacție limitată chiar și în fața succesului. Încă o direcție importantă este evidențierea interrelațiilor între evaluarea aspectului, orientarea aspectului, evaluarea formei fizice, orientarea formei fizice și satisfacția zonelor corporale standardele personale excesiv de ridicate (Tabelul 4).

**Tabelul 4. Corelația dintre evaluarea aspectului / orientarea aspectului / evaluarea formei fizice / orientarea formei fizice / satisfacția zonelor corporale și standarde personale excesiv de ridicate, după coeficientul de corelație Bravais-Pearson**

| Variabile                                                               | Coeficient r | Prag de semnificație p |
|-------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------|
| Evaluarea aspectului / Standarde personale excesiv de ridicate          | -0,6598      | $p \leq 0,01$          |
| Orientarea aspectului / Standarde personale excesiv de ridicate         | -0,6756      | $p \leq 0,01$          |
| Evaluarea formei fizice / Standarde personale excesiv de ridicate       | -0,577       | $p \leq 0,01$          |
| Orientarea formei fizice / Standarde personale excesiv de ridicate      | -0,7305      | $p \leq 0,01$          |
| Satisfacția zonelor corporale / Standarde personale excesiv de ridicate | -0,6874      | $p \leq 0,01$          |

Rezultatele obținute în demersul nostru evidențiază o corelație negativă, statistic semnificativă între evaluarea aspectului corporal și standardele personale excesiv de ridicate ( $r = -0,6598$ ,  $p \leq 0,01$ ). Această asociere indică faptul că adolescentele care stabilesc standarde nerealiste de înalte pentru sine tind să perceapă propriul aspect fizic într-un mod mai critic și negativ. Între orientarea față de aspectul fizic și standardele personale excesiv de ridicate se atestă o corelație negativă semnificativă ( $r = -0,6756$ ,  $p \leq 0,01$ ), ceea ce indică că un grad mai ridicat de exigență personală este asociat cu o preocupare mai redusă pentru îngrijirea și prezentarea aspectului corporal. În ceea ce privește evaluarea formei fizice, datele relevă o corelație negativă semnificativă ( $r = -0,577$ ,  $p \leq 0,01$ ), indicând că adolescentele cu standarde personale excesive evaluează propria condiție fizică mai negativ. O corelație negativă semnificativă puternică este identificată între orientarea față de îmbunătățirea formei fizice și standardele personale excesiv de ridicate ( $r = -0,7305$ ,  $p \leq 0,01$ ). Acest

rezultat sugerează că adolescentele care manifestă un nivel crescut de perfecționism axat pe standarde personale tind să manifeste o motivație scăzută pentru activități de îmbunătățire fizică. Am identificat, de asemenea, că satisfacția față de zonele corporale corelează negativ semnificativ cu standardele personale excesiv de ridicate ( $r = -0,6874$ ,  $p \leq 0,05$ ), ceea ce indică faptul că pretențiile exagerate față de sine sunt asociate cu o satisfacție corporală mai scăzută.

*Preocuparea legată de precizie, ordine și organizare* măsoară nevoia individului de a menține un nivel ridicat de organizare, ordine și precizie în toate aspectele vieții sale. Scorurile ridicate semnaleză o preocupare constantă pentru detalii, reguli și structură, adesea asociată cu rigiditate comportamentală și disconfort în fața imprevizibilului sau a dezordinii. Interrelațiile dintre evaluarea aspectului, orientarea aspectului, evaluarea formei fizice, orientarea formei fizice și preocuparea legată de precizie, ordine și organizare (calculate conform coeficientului de corelație Bravais-Pearson) pot fi vizualizate în Tabelul 5.

**Tabelul 5. Corelația dintre evaluarea aspectului / orientarea aspectului / evaluarea formei fizice / orientarea formei fizice / satisfacția zonelor corporale și preocuparea legată de precizie, ordine și organizare, după coeficientul de corelație Bravais-Pearson**

| Variabile                                                                            | Coeficient r | Prag de semnificație p |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------|
| Evaluarea aspectului / Preocuparea legată de precizie, ordine și organizare          | -0,6605      | $p \leq 0,01$          |
| Orientarea aspectului / Preocuparea legată de precizie, ordine și organizare         | -0,677       | $p \leq 0,01$          |
| Evaluarea formei fizice / Preocuparea legată de precizie, ordine și organizare       | -0,578       | $p \leq 0,01$          |
| Orientarea formei fizice / Preocuparea legată de precizie, ordine și organizare      | -0,7331      | $p \leq 0,01$          |
| Satisfacția zonelor corporale / Preocuparea legată de precizie, ordine și organizare | -0,6887      | $p \leq 0,01$          |

Din nou obținem cinci corelații negative semnificative între evaluarea aspectului ( $r=-0,6605$ ,  $p\leq 0,01$ ) / orientarea aspectului ( $r=-0,677$ ,  $p\leq 0,01$ ) / evaluarea formei fizice ( $r=-0,578$ ,  $p\leq 0,01$ ) / orientarea formei fizice ( $r=-0,7331$ ,  $p\leq 0,01$ ), satisfacția zonelor corporale ( $r=-0,6887$ ,  $p\leq 0,01$ ) și preocuparea legată de precizie, ordine și organizare. Astfel, adolescentele cu posibilitatea tulburărilor de comportament alimentar prezintă: nevoie crescută de ordine și rigurozitate tind să evalueze într-o manieră mai critică propriul aspect fizic; o preocupare accentuată pentru organizare este asociată cu o atenție scăzută acordată îngrijirii și prezentării imaginii corporale; o preocupare mai mare pentru ordine și precizie este asociată cu o percepție a propriei forme fizice într-un mod mai puțin favorabil; o necesitate accentuată de organizare este asociată cu o motivație redusă pentru implicarea în activități de îmbunătățire fizică; perfecționismul manifestat printr-o atenție excesivă la detalii și ordine se asociază cu o satisfacție corporală mai redusă.

### Concluzii

Rezultatele cercetării ne permit să afirmăm că 28,80% dintre adolescente prezintă un risc crescut de dezvoltare a unei tulburări de comportament alimentar. Aceste adolescente se caracterizează prin frica intensă de a se îngrășa, tendința de a-și baza stima de sine pe imaginea corporală, existența unor episoade de alimentație compulsivă, precum și prin anumite strategii compensatorii disfuncționale.

La adolescentele cu posibilitatea unor tulburări de comportament alimentar, evidențiem un nivel ridicat de perfecționism, iar pe măsură ce nivelul perfecționismului crește, adolescentele tind să manifeste o percepție mai critică asupra propriului corp, să acorde o importanță scăzută aspectului personal și

să fie mai puțin satisfăcute de imaginea lor corporală.

La nivelul dimensiunilor specifice ale perfecționismului, s-a constatat că preocuparea față de greșeli și îndoilele cu privire la acțiuni sunt asociate cu o scădere a evaluării pozitive a aspectului corporal și a satisfacției corporale. Această relație indică faptul că tendința de a resimți intens greșelile și incertitudinile este concomitentă cu o imagine corporală mai negativă și cu o preocupare mai redusă pentru îngrijirea propriei imagini.

Preocuparea excesivă față de așteptările și evaluarea părinților se corelează, de asemenea, negativ cu relația pozitivă față de corp. Adolescente care percep o presiune crescută din partea părinților sunt mai predispuse să manifeste insatisfacție corporală și o diminuare a importanței acordate aspectului fizic. Această asociere sugerează un mecanism de internalizare a standardelor parentale rigide, cu impact negativ asupra imaginii de sine corporale.

În ceea ce privește standardele personale excesiv de ridicate, corelațiile negative identificate reflectă faptul că adolescentele care își impun așteptări deosebit de înalte resimt o nemulțumire accentuată față de corpul lor și manifestă o implicare mai redusă în activități de îngrijire fizică. Exigența extremă față de sine contribuie la rigidizarea autoevaluărilor negative legate de aspectul corporal.

În mod similar, preocuparea legată de precizie, ordine și organizare se asociază cu o percepție corporală negativă și cu o scădere a satisfacției față de propriul corp. Adolescente caracterizate de un perfecționism orientat spre ordine și control manifestă o preocupare scăzută pentru îmbunătățirea formei fizice și o autoevaluare corporală mai puțin favorabilă.

### REFERINȚE BIBLIOGRAFICE:

1. BARDONE-CONE, A. M., WONDERLICH, S. A., FROST, R. O., BULIK, C. M., MITCHELL, J. E., UPPALA, S., SIMONICH, H. *Perfectionism and eating disorders: Current status and future directions*. Clinical Psychology Review. 2007, vol. 27, no. 3, pp. 384–405. ISSN 0272-7358. Link de acces: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0272735806001590?via%3Dihub>
2. CASH, T. *Consilier de imagine corporală*. Ediția a II-a. *Opt pași simpli pentru a-ți îndrăgi înfățișarea*. București: Editura All, 2016. 348 p. ISBN 9786065874411.
3. CASH, T. F. *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire users' manual*. *Encyclopedia of Feeding and Eating Disorders*. Singapore: Springer, 2017. pp. 551-555. ISBN: 978-981-287-104-6 Link de acces: [https://www.researchgate.net/publication/318170799\\_Multidimensional\\_Body-Self\\_Relations\\_Questionnaire\\_MBSRQ](https://www.researchgate.net/publication/318170799_Multidimensional_Body-Self_Relations_Questionnaire_MBSRQ)

4. FROST, R. O., MARTEN, P., LAHAART, C., ROSENBLATE, R. *The dimensions of perfectionism. Cognitive Therapy and Research*. 1990, vol. 14, no. 5, pp. 449-468. ISSN 0147-5916. Link de acces: [https://www.academia.edu/80712948/The\\_dimensions\\_of\\_perfectionism](https://www.academia.edu/80712948/The_dimensions_of_perfectionism)
5. GARNER, D. M., BOHR, Y., GARNER, M. V. *The Eating Attitudes Test: Psychometric features and clinical correlates. Psychological Medicine*. 1982, vol. 12, no. 4, pp. 871-878. ISSN 0033-2917. Link de acces: [https://www.researchgate.net/publication/16236505\\_The\\_Eating\\_Attitudes\\_Test\\_psychometric\\_features\\_and\\_clinical\\_correlates](https://www.researchgate.net/publication/16236505_The_Eating_Attitudes_Test_psychometric_features_and_clinical_correlates)
6. WADE, T. D., TIGGERMANN, M. *The role of perfectionism in body dissatisfaction. Journal of Eating Disorders*. 2013, 1, 2. ISSN 2050-2974. Link de acces: <https://jeatdisord.biomedcentral.com/articles/10.1186/2050-2974-1-2>