

CLIMATUL FAMILIAL NEGATIV CA FACTOR DE RISC ÎN RÂNDUL ADOLESCENTELOR CU PROBLEME ALIMENTARE

Rodica BALAN, asistent universitar, doctorandă

<https://orcid.org/0009-0002-3431-1870>

Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău

Rezumat. Articolul de față investighează relațiile dintre climatul familial negativ și comportamentele alimentare la adolescenți și impactul climatului familial negativ asupra imaginii corporale și personalității la adolescentele cu probleme alimentare. Cercetarea s-a realizat pe un eșantion de 250 de adolescente cu vârste cuprinse între 14 și 19 ani, utilizând o serie de instrumente validate: EAT-26 pentru screeningul tulburărilor alimentare, Chestionarul de Alimentație Trei Factori (TFEQ-18), Chestionarul pentru Climatul Familial (FCQ), Chestionarul MBSRQ-AS pentru imaginea corporală, Scalei de evaluare a anxietății generalizate GAD-7 și Scala multidimensională a perfecționismului Frost (FMPS). Rezultatele au indicat corelații pozitive semnificative între climatul familial negativ și posibilitatea prezenței tulburărilor de comportament alimentar (a mâncatului emoțional, mâncatului necontrolat și constrângerii cognitive). Rezultate evidențiază faptul că un mediul familial disfuncțional poate reprezenta un factor de risc psihologic major pentru adolescente, influențând negativ imaginea corporală și personalitatea adolescentelor cu tulburări de comportament alimentar. Studiul subliniază importanța intervențiilor psihologice și a implicării familiei în promovarea unui climat pozitiv, cu scopul prevenirii dificultăților psihoemoționale și comportamentale în adolescență.

Cuvinte-cheie: climat familial negativ, comportament alimentar, imagine corporală, anxietate, perfecționism.

NEGATIVE FAMILY CLIMATE AS A RISK FACTOR AMONG ADOLESCENT GIRLS WITH EATING PROBLEMS

Summary. The article investigates the relationships between negative family climate and eating behaviour among adolescent girls, the influence of negative family climate upon body image and personality at adolescents with eating disorders. The research was conducted on a sample of 250 adolescent girls aged between 14 and 19, using a set of validated instruments: the Eating Attitudes Test (EAT-26) for screening eating disorders, the Three-Factor Eating Questionnaire (TFEQ-18), the Family Climate Questionnaire (FCQ), the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire – Appearance Scales (MBSRQ-AS), the GAD-7 Scale for anxiety assessment and the Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS). The results indicated significant positive correlations between negative family climate and the possibility of the presence of eating behaviour disorders (emotional eating, uncontrolled eating and cognitive restraint). These findings highlight that a dysfunctional family environment can be a major psychological risk factor for adolescent girls with eating disorders negatively influencing their body image and personality. The study emphasizes the importance of psychological interventions and family involvement in promoting a positive climate, with the goal of preventing emotional and behavioural difficulties during adolescence.

Keywords: negative family climate, eating behaviour, body image, anxiety, perfectionism.

Introducere. Adolescența reprezintă o perioadă critică în dezvoltarea personalității, marcată de transformări biologice, cognitive și psihosociale care pot influența profund

echilibrul emoțional și comportamentul individual. În acest context, familia joacă un rol esențial în modelarea sănătății mintale și a comportamentelor adolescenților. Numeroase studii evidențiază faptul că un *climat familial negativ*, caracterizat prin lipsă de suport emoțional, critici excesive, conflicte frecvente sau absența comunicării deschise, poate acționa ca factor de risc pentru apariția tulburărilor psihologice și a comportamentelor dezadaptative [8, 10]. Printre cele mai frecvent raportate dificultăți psihologice în adolescență se numără *anxietatea* – o stare de îngrijorare excesivă și persistentă, adesea însoțită de simptome somatice și dificultăți de adaptare – și *perfecționismul*, definit ca tendința de a stabili standarde personale extrem de ridicate și de a fi excesiv de autocritic în fața eșecului [1, 3, 6, 7, 9]. Aceste trăsături sunt corelate frecvent cu o *image corporală* distorsionată și cu *comportamente alimentare* disfuncționale, precum mâncatul emoțional, mâncatul necontrolat sau constrângerea cognitivă [5]. *Imaginea corporală* reflectă percepția, atitudinile și sentimentele individului față de propriul corp, fiind puternic influențată de factorii sociali și familiali. În adolescență, presiunile interne și externe legate de aspectul fizic pot amplifica vulnerabilitatea psihologică și pot declanșa tulburări de comportament alimentar, în special în prezența unui mediu familial nefavorabil [2, 4].

Metodologia cercetării. Scopul acestui studiu este de a investiga relațiile dintre climatul familial negativ și comportamentul alimentar în rândul adolescentelor, precum și a relațiilor dintre climatul familial negativ și imaginea corporală (și dimensiunile acesteia: evaluarea aspectului, evaluarea formei fizice și satisfacția față de zonele corporale) și personalitatea (anxietate și perfecționism) adolescentelor cu posibile probleme alimentare.

Studiul de față a fost realizat pe un eșantion de 250 de adolescente cu vârste cuprinse între 14 și 19 ani. Participantele au fost selectate prin metoda eșantionării voluntare și au completat o serie de instrumente psihologice validate, aplicate în format tipărit.

Pentru identificarea posibilității prezenței unei tulburări de comportament alimentar, am aplicat *Testul atitudinilor alimentare EAT-26*, unul dintre cele mai frecvent utilizate instrumente de screening. Acesta evaluează atitudinile disfuncționale față de alimentație, greutate și controlul corporal. Un scor egal sau mai mare de 20 este considerat indicativ pentru un risc crescut de tulburare de alimentație [4].

Pentru analiza comportamentelor alimentare, a fost utilizată versiunea scurtă a *Chestionarului de Alimentație Trei Factori TFEQ-18*. Acesta măsoară trei dimensiuni fundamentale ale comportamentului alimentar: mâncatul emoțional (consumul de alimente ca reacție la emoții negative), mâncatul necontrolat (pierderea controlului asupra cantității de alimente consumate) și constrângerea cognitivă (tentativa voluntară de restricționare a alimentației pentru a controla greutatea corporală) [5].

Pentru evaluarea percepției asupra mediului familial, am utilizat *Chestionarul pentru climatul familial FCQ*, forma scurtă pentru copii și adolescenți. Acest instrument măsoară dimensiuni precum coeziunea familială, suportul emoțional, controlul parental și prezența

conflictelor. Scorurile mai ridicate indică un climat familial mai negativ, perceput ca fiind tensionat, critic sau lipsit de suport [10].

Imaginea corporală a fost investigată cu ajutorul *Chestionarului multidimensional al relațiilor dintre sine și corp MBSRQ-AS*, forma scurtă. Acest instrument evaluează trei dimensiuni ale relației cu propriul corp: evaluarea aspectului fizic - gradul de mulțumire față de aspectul general, evaluarea formei fizice - percepția asupra condiției fizice și satisfacția față de zonele corporale [2].

Nivelul de anxietate a fost evaluat cu ajutorul *Scalei de evaluare a anxietății generalizate GAD-7*, un instrument compus din 7 itemi care evaluează frecvența simptomelor de anxietate resimțite în ultimele două săptămâni. Fiecare item este punctat pe o scală Likert de la 0 (deloc) la 3 (aproape zilnic), scorurile totale indicând gradul de severitate al anxietății [9].

Gradul de perfecționism a fost măsurat prin intermediul *Scalei multidimensionale a perfecționismului Frost FMPS*, care cuprinde 35 de itemi organizați pe șase dimensiuni: preocuparea față de greșeli, îndoieli în luarea deciziilor, standarde personale ridicate, presiunea și evaluarea parentală, organizarea și controlul. Itemii sunt punctați pe o scală Likert, iar scorurile înalte indică un nivel ridicat al trăsăturii investigate [3].

Rezultate și discuții. În prima etapă a cercetării, am analizat posibilitatea prezenței tulburărilor de comportament alimentar (TCA) prin aplicarea testului *EAT-26*. Rezultatele obținute sunt sintetizate în figura 1, care evidențiază distribuția participantelor în funcție absența sau prezența riscului pentru astfel de tulburări.

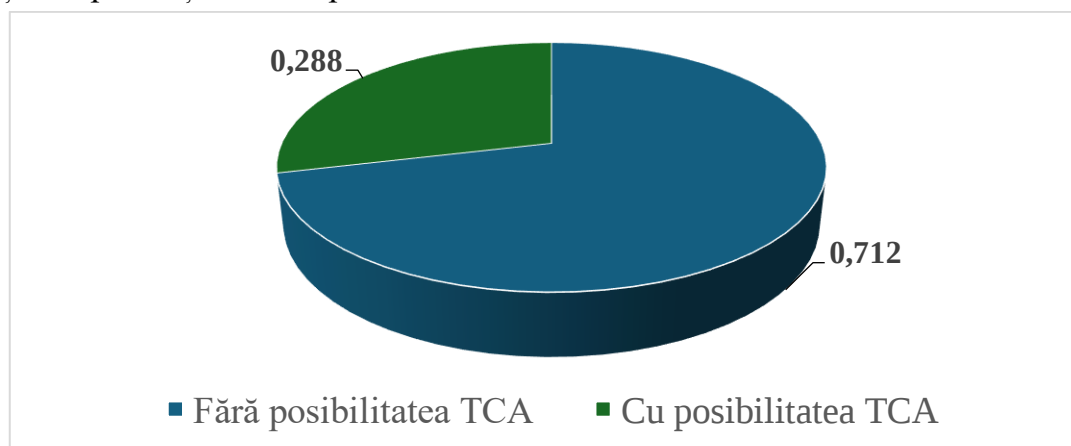


Figura 1. Rezultatele pentru tulburările de alimentație la adolescente

Analiza frecvențelor prezentate arată că 71,20% dintre participante nu prezintă risc de dezvoltare a unei tulburări de comportament alimentar, ceea ce sugerează un raport relativ echilibrat cu alimentația și o atitudine pozitivă față de propria greutate corporală. În cazul acestor adolescente, nu se remarcă episoade frecvente de mâncat compulsiv, iar dacă acestea apar ocazional, nu sunt asociate cu trăiri intense de vinovăție. Totodată, nu sunt prezente comportamente de restricție severă, precum înfometarea intenționată sau urmarea unor regimuri alimentare restrictive.

Pe de altă parte, 28,80% dintre adolescentele evaluate au înregistrat scoruri care indică posibilitatea prezenței TCA, reflectând o vulnerabilitate psihologică ce necesită atenție. În cazul acestui grup de adolescente, se observă trăsături caracteristice tulburărilor de alimentație, cum ar fi o teamă intensă de îngrășare, o preocupare excesivă pentru aspectul corporal și evaluarea propriei valori prin prisma imaginii fizice. De asemenea, sunt raportate episoade de alimentație compulsivă și, în unele cazuri, utilizarea unor comportamente compensatorii inadecvate pentru a controla greutatea corporală. Aceste date subliniază diversitatea manifestărilor alimentare în adolescență și relevă necesitatea explorării factorilor psihologici și contextuali care contribuie la conturarea acestor comportamente.

Pentru a înțelege modul în care climatul familial influențează posibilitatea prezenței TCA (și a diferitor forme de comportament alimentar dezadaptativ) în rândul adolescentelor, precum și asupra imaginii de sine și a personalității acestora am realizat o analiză corelațională.

Tabelul 1. Interrelațiile între climatul familial negativ și posibilitatea prezenței TCA / diferite forme de comportament dezadaptativ, după coeficientul Bravais-Pearson

Variabilele cercetării	Coeficient de corelație	Prag de semnificație
<i>Climat familial negativ / posibilitatea TCA</i>	$r=0,8278$	$p \leq 0,05$
<i>Climat familial negativ / mâncat emoțional</i>	$r=0,8092$	$p \leq 0,05$
<i>Climat familial negativ / mâncat necontrolat</i>	$r=0,821$	$p \leq 0,05$
<i>Climat familial negativ / constrângere cognitivă</i>	$r=0,8329$	$p \leq 0,05$

Tabelul 1 prezintă patru corelații semnificative pozitive puternice. Astfel, rezultatele indică o asociere pozitivă semnificativă între climatul familial negativ și posibilitatea dezvoltării tulburărilor de comportament alimentar ($r = 0,8278$, $p \leq 0,05$). Această corelație reflectă faptul că un climat familial perceput negativ de adolescente poate constitui un factor de risc pentru apariția sau menținerea unor comportamente alimentare dezadaptative în rândul adolescentelor.

Totodată, se constată o corelație semnificativă pozitivă între climatul familial negativ și mâncatul emoțional ($r = 0,8092$, $p \leq 0,05$), sugerând că adolescentele care percep un climat familial conflictual sau lipsit de sprijin emoțional au o tendință crescută de a apela la alimentație ca mecanism de reglare emoțională. În mod similar, între climatul familial negativ și mâncatul necontrolat se înregistrează o corelație pozitivă semnificativă ($r = 0,821$, $p \leq 0,05$), ceea ce indică faptul că un context familial perceput negativ se asociază cu dificultăți în reglarea comportamentului alimentar, respectiv cu pierderea controlului asupra cantității de alimente consumate.

De asemenea, analiza noastră evidențiază o corelație pozitivă semnificativă între climatul familial negativ și constrângerea cognitivă ($r = 0,8329$, $p \leq 0,05$). Această asociere sugerează că adolescentele ce provin din familii tensionate sau critice manifestă o

preocupare mai mare pentru controlul voluntar al alimentației, ceea ce poate reflecta presiuni interne sau externe privind imaginea corporală și greutatea.

Cele expuse ne permit să formulăm următoarea legitate explicativă pentru posibilitatea prezenței TCA cât și manifestarea diferitor forme de comportament dezadaptativ (mâncat emoțional, mâncat necontrolat și constrângere cognitivă) la adolescente: *climatul familial are un impact direct asupra comportamentului alimentar în adolescență, influențând atât dimensiunile emoționale ale relației cu mâncarea, cât și strategiile cognitive de autoreglare.*

Cercetarea noastră a fost focalizată pe identificarea impactului pe care mediul familial îl are asupra imaginii corporale (și dimensiunile acesteia: evaluarea aspectului, evaluarea formei fizice și satisfacția față de zonele corporale) la adolescentele cu posibilitatea prezenței TCA.

Tabelul 2. Interrelațiile între climatul familial negativ și dimensiunile imaginii corporale, după coeficientul Bravais-Pearson

Variabilele cercetării	Coeficient de corelație	Prag de semnificație
<i>Climat familial negativ / evaluarea aspectului</i>	$r=-0,5937$	$p \leq 0,05$
<i>Climat familial negativ / evaluarea formei fizice</i>	$r=-0,5216$	$p \leq 0,05$
<i>Climat familial negativ / satisfacția față de zonele corporale</i>	$r=-0,621$	$p \leq 0,05$

Rezultatele analizei corelaționale ilustrate în tabelul 2 evidențiază asocieri semnificative statistic negative între percepția unui climat familial negativ de către adolescente și dimensiunile imaginii corporale la acestea. Astfel, se constată o corelație negativă moderat puternică între climatul familial negativ și evaluarea aspectului fizic ($r = -0,5937$, $p \leq 0,05$), ceea ce ne arată că adolescentele care percep un climat familial ostil sau critic tind să se evalueze mai negativ din punct de vedere estetic. Cu alte cuvinte, o atmosferă familială nefavorabilă este asociată cu o imagine corporală deteriorată și cu o percepție mai critică asupra aspectului propriu.

Se înregistrează o corelație semnificativă negativă între climatul familial negativ și evaluarea formei fizice ($r = -0,5216$, $p \leq 0,05$), ceea ce indică faptul că adolescentele din familii cu un climat perceput negativ își percep propria condiție fizică într-un mod mai pesimist sau mai autocritic.

Datele relevă o corelație negativă semnificativă între climatul familial negativ și satisfacția față de zonele corporale ($r = -0,621$, $p \leq 0,05$). Această asociere semnalează faptul că, pe măsură ce percepția adolescentelor asupra climatului familial este mai negativă, gradul de satisfacție față de diferite părți ale corpului scade.

Vom preciza că rezultatele evidențiază un fapt important: *climatul familial negativ influențează în mod dezavantajos imaginea corporală a adolescentelor cu posibilitatea*

prezenței TCA, contribuind la scăderea stimei corporale și la accentuarea unei percepții deformate sau critice asupra propriei persoane.

O direcție relevantă a cercetării a fost evidențierea asocierilor între climatul familial perceput de adolescente și personalitate (anxietate și perfecționism) (tabelul 3) la adolescentele cu posibilitatea prezenței TCA.

Tabelul 3. Interrelațiile între climatul familial negativ și dimensiunile personalității, după coeficientul Bravais-Pearson

Variabilele cercetării	Coeficient de corelație	Prag de semnificație
<i>Climat familial negativ / anxietate</i>	$r=0,8671$	$p \leq 0,05$
<i>Climat familial negativ / perfecționism</i>	$r=0,8917$	$p \leq 0,05$

Tabelul 3 confirmă existența a doi coeficienți de corelație semnificativi pozitivi puternici: se observă o corelație pozitivă puternică între climatul familial negativ și nivelul anxietății ($r = 0,8671$, $p \leq 0,05$), ceea ce presupune faptul că, pe măsură ce percepția adolescentelor asupra climatului familial devine mai negativă, nivelul anxietății acestora crește.

Între climatul familial negativ și perfecționism se înregistrează o corelație pozitivă semnificativă ($r = 0,8917$, $p \leq 0,05$), sugerând că adolescentele provenind din medii familiale tensionate sau critice dezvoltă un nivel mai ridicat al tendințelor perfecționiste.

Aceste date susțin viziunea conform căreia climatul familial joacă un rol esențial în conturarea dimensiunilor personalității al adolescentelor cu posibilitatea prezenței TCA, în special în ceea ce privește anxietatea și perfecționismul.

Concluzii. Rezultatele obținute în cadrul studiului evidențiază cu claritate importanța climatului familial negativ în probabilitatea crescută de apariție a tulburărilor de alimentație. Adolescente care percep un climat familial ostil, caracterizat prin lipsă de susținere emoțională, control excesiv sau conflicte frecvente, manifestă tendințe accentuate de mâncat emoțional și mâncat necontrolat, sugerând o vulnerabilitate crescută în reglarea emoțiilor prin intermediul alimentației. În același timp, aceste adolescente adoptă strategii cognitive rigide de control al greutatea (constrângere cognitivă), fapt care poate duce la menținerea sau agravarea comportamentelor alimentare disfuncționale.

În tabloul personalității la adolescentele cu posibilitatea prezenței TCA, consemnăm că climatul familial negativ este asociat cu o imagine corporală negativă – atât în ceea ce privește evaluarea estetică generală, cât și percepția formei fizice și satisfacția față de zonele corporale. Această relație sugerează că presiunile și mesajele critice din mediul familial pot contribui la dezvoltarea unei atitudini distorsionate față de propriul corp, afectând imaginea corporală și satisfacția personală.

Analiza corelațională a demonstrat că un climat familial negativ este asociat în mod semnificativ cu niveluri mai ridicate de anxietate și perfecționism.

Prin urmare, concluzionăm că mediul familial are un rol esențial în prevenirea sau favorizarea dezechilibrelor psihologice și comportamentale în adolescență. Rezultatele studiului subliniază necesitatea intervențiilor psihologice centrate pe sprijinirea adolescentelor în gestionarea emoțiilor, în dezvoltarea unei imagini corporale sănătoase și în consolidarea relațiilor familiale funcționale. De asemenea, importanța implicării părinților în promovarea unui climat familial pozitiv și susținător devine un aspect central în strategiile de prevenție și intervenție psihologică dedicate adolescentelor aflate în risc.

Recomandări. În lumina rezultatelor obținute, se impun o serie de recomandări care vizează atât prevenirea tulburărilor de comportament alimentar, cât și promovarea unei dezvoltări psihologice echilibrate în rândul adolescentelor. În primul rând, este necesară implementarea unor programe de educație parentală, care să sprijine părinții în dezvoltarea abilităților de comunicare empatică, susținere emoțională și gestionare eficientă a conflictelor. Un climat familial pozitiv constituie un factor protector esențial în formarea unei stime de sine sănătoase și în menținerea unui comportament alimentar echilibrat [7, 8].

Totodată, se recomandă organizarea unor intervenții psihologice în mediul școlar, centrate pe reducerea perfecționismului disfuncțional, dezvoltarea stimei de sine și promovarea unei imagini corporale realiste și pozitive. Astfel de intervenții pot fi implementate sub forma atelierelor de autocunoaștere, grupurilor de suport sau consilierii individuale, contribuind la consolidarea rezilienței emoționale a adolescentelor [1, 7, 8]. Este importantă, de asemenea, integrarea screening-ului psihologic periodic în cadrul instituțiilor educaționale, prin utilizarea unor instrumente validate (precum EAT-26, GAD-7 sau FMPS) în scopul identificării precoce a cazurilor cu risc psihologic. Această măsură ar permite intervenții timpurii și personalizate, prevenind evoluția către forme clinice ale tulburărilor.

Campaniile de informare adresate adolescenților, părinților și cadrelor didactice pot avea un rol esențial în conștientizarea importanței sănătății mintale, alimentației conștiente și relației pozitive cu propriul corp. În paralel, este recomandată colaborarea între specialiști din domenii diverse – psihologi, consilieri școlari, medici, asistenți sociali – pentru a oferi sprijin integrat adolescentelor aflate în dificultate. Nu în ultimul rând, implicarea adolescentelor în activități extracurriculare (sportive, artistice, recreative) poate contribui semnificativ la dezvoltarea abilităților de reglare emoțională, încredere în sine și diminuarea comportamentelor compensatorii nesănătoase. Prin aplicarea acestor măsuri, se creează condițiile necesare pentru susținerea unei dezvoltări armonioase, prevenirea vulnerabilităților psihologice și consolidarea stării de bine în rândul adolescentelor [1, 6, 7].

Bibliografie

1. ADAMS, G. R.; BERZONSKY, M. D. Psihologia Adolescenței. Manualul Blackwell. Iași: Polirom, 2009. 701 p. ISBN 973-46-1303-8.

2. CASH, T. F. Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire users' manual. Norfolk, VA: Old Dominion University, 2000. 12 p. Link de acces: https://www.researchgate.net/publication/318170799_Multidimensional_Body-Self_Relations_Questionnaire_MBSRQ
3. FROST, R. O., MARTEN, P., LAHAART, C., ROSENBLATE, R. The dimensions of perfectionism. In: *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
4. GARNER, D. M., BOHR, Y., GARNER, M. V. The Eating Attitudes Test: Psychometric features and clinical correlates. In: *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
5. MARTINS, B. G., DA SILVA, W. R., MAROCO, J., CAMPOS, J. A. D. B. Psychometric characteristics of the Three-Factor Eating Questionnaire-18 and eating behavior in undergraduate students. In: *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 2021, vol. 26, no. 2, pp. 525-536. ISSN: 1124-4909. Link de acces: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40519-020-00885-9>
6. MUNTEANU, A. Psihologia copilului și a adolescentului. Timișoara: Augusta, 1998. 398 p. ISBN 973-9353-21-5
7. RUIZ, D. M., DÍAZ, A. P., FERRER, B. M., OCHOA, G. M. Emotional and social problems in adolescents from a gender perspective. In: *Spanish Journal of Psychology*, 2012, vol. 15, no. 3, pp. 1013-1023. ISSN: 1138-7416. Link de acces: https://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2012.v15.n3.39392
8. SHARABI, A., LEVI, U., MARGALIT, M. Children's loneliness, sense of coherence, family climate, and hope: Developmental risk and protective factors. In: *The Journal of Psychology*, 2012, vol. 146, no. 1-2, pp. 61-83. ISSN: 0022-3980. Link de acces: <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.568987>
9. SPITZER, R. L., KROENKE, K., WILLIAMS, J. B., LÖWE, B. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. In: *Archives of Internal Medicine*. 2006, vol. 166, no. 10, pp. 1092-1097. ISSN: 1538-3679. Link de acces: <https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/fullarticle/410326>
10. WONGPAKARAN, N., WONGPAKARAN, T. Family Climate Questionnaire (FCQ). Link de acces: <http://www.pakaranhome.com>

Recepționat / Received: 11.05.2025

Acceptat / Accepted: 19.06.2025

Email: balan.rodica@upsc.md