PERFECŢIONISMUL ŞI TULBURĂRILE DE ALIMENTAŢIE LA ADOLESCENŢI

Valeria ANGHELUȚĂ

CZU: 159.922.8:303.433.2(478) angheluta.valeria36@gmail.com

The article presents the results of research on perfectionism and eating disorders in adolescents. The obtained results allowed the analysis of the peculiarities of perfectionism and eating disorders (anorexia, bulimia) in adolescents, depending on gender and level of education. At the same time, the relationship of interdependence between perfectionism and eating disorders (anorexia, bulimia) in adolescents was investigated.

Actualitatea și importanța problemei abordate. Adolescența este una dintre cele mai complexe și provocatoare perioade ale vieții omului.

Stanley Hall a definit adolescența ca fiind perioada de criză a personalității, atunci când ființa umană este în proces de formare a conștiinței și identității de sine [1]. Adolescentul parcurge o etapă încărcată de modificări ce intervin atât în cadrul cerințelor pe care i le solicită comunitatea, cât și de schimbările firești ale structurilor sale de personalitate [2]. Societatea contemporană creează standarde și norme care influențează procesul de formare al imaginii de sine, implicit a celei corporale. În cele din urmă, astăzi ne confruntăm cu o creștere substanțială a nivelului de perfecționism la adolescenți și, respectiv, a unei preocupări excesive față de imaginea corporală.

În cercetare, ne-am propus drept **scop** determinarea particularităților perfecționismului și tulburărilor de alimentație la adolescenți.

În calitate de **ipoteze ale cercetării**, am stabilit următoarele:

1. Există diferențe în ceea ce privește particularitățile perfecționismului și a tulburărilor de alimentație la adolescenți, în funcție de gen și treaptă de învățământ.
2. Există o relație de interdependență între perfecționism și tulburările de alimentație (bulimie și anorexie) la vârsta adolescenței.

Metodologie și rezultate. Demersul investigațional a inclus un număr de 100 de adolescenți: 27 de fete și 26 de băieți din mediul liceal, cu vârsta cuprinsă între 16-19 ani și 25 de fete și 22 de băieți din mediul universitar, cu vârsta cuprinsă între 19-24 de ani. În vederea cercetării perfecționismului și tulburărilor de alimentație (bulimie, anorexie), au fost utilizate următoarele teste și inventare: Scala Multidimensională a Perfecționismului Frost, Inventarul Bulimiei și Scala de Autoevaluare a Anorexiei Mentale.

În scopul evaluării nivelului de perfecționism la adolescenți, am aplicat Scala Multidimensională a Perfecționismului Frost (FMPS), rezultatele căreia sunt prezentate în Figura 1. Astfel, am constatat că majoritatea adolescenților au înregistrat, în aceeași măsură, un nivel înalt (47%) și un nivel mediu (47%) al perfecționismului.

Astfel, observăm că în rândul adolescenților se atestă un nivel sporit de perfecționism, ceea ce semnifică tendința de a seta standarde excesiv de înalte față de sine.

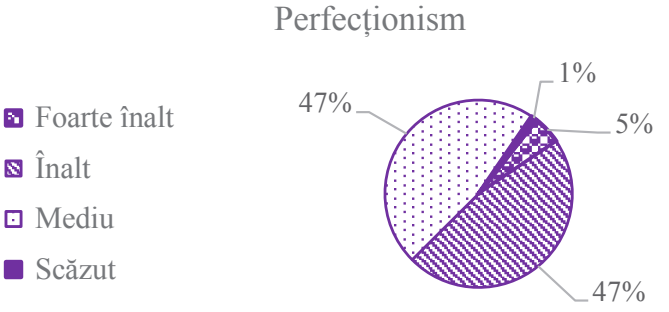


Figura 1. Nivelul general al perfecționismului

În scopul depistării bulimiei la adolescenți, am aplicat Inventarul Bulimiei lui Edinburg, ale cărui rezultate sunt prezentate în Figura 2.

Rezultatele ne-au permis să constatăm că majoritatea adolescenților au un comportament alimentar normal (63%), ceea ce denotă lipsa simptomelor bulimiei, adică absența episoadelor de mâncat excesiv și a pierderii controlului alimentar. 27% dintre subiecți au un comportament alimentar neobișnuit, fapt ce presupune generarea episoadelor de mâncat dintr-o stare de anxietate, tristețe, plictiseală care, pe o perioadă mai îndelungată, se pot transforma într-o manifestare comportamentală compulsivă. Doar 10% dintre adolescenți au înregistrat un comportament cu posibilă bulimie, acest fapt însemnând prezența unui control asupra numărului de calorii ale produselor consumate, motiv pentru care se întâmplă ca adolescentul să se simtă vinovat și furios.

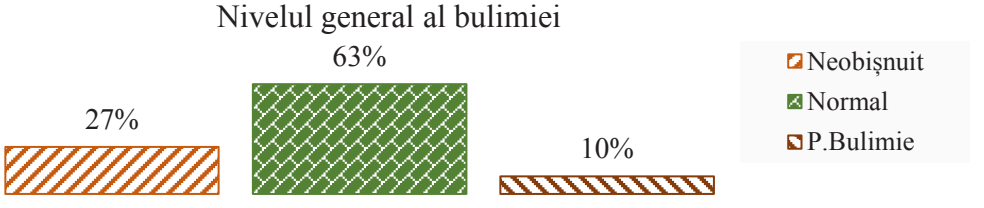


Figura 2. Nivelul general al bulimiei

Pentru a identifica anorexia la adolescenți, am aplicat Scala de Autoevaluare a Anorexiei Mentale, datele obținute demonstrând că majoritatea adolescenților (99%) au lipsă de anorexie. Acest fapt ne vorbește despe lipsa simptomelor care ar indica un comportament alimentar cu un risc înalt spre anorexie sau însăși prezența ei.

În conformitate cu ipoteza cercetării, conform căreia ***există diferențe în ceea ce privește particularitățile perfecționismului și a tulburărilor de alimentație la adolescenți, în funcție de gen și treaptă de învățământ,*** am utilizat Testul t-inde-

pendent. Rezultatele ne demonstrază lipsa unor diferențe semnificative din punct de vedere statistic, în funcție de gen, atât în privința perfecționismului ($t=0,539$; $p<0,05$), cât și în cazul bulimiei ($t=0,530$; $p<0,05$) și anorexiei ($t=0,300$; $p<0,05$); și în funcție de treapta de învățământ atât în privința perfecționismului ($t=0,053$; $p<0,05$), cât și în cazul bulimiei ($t=0,578$; $p<0,05$) și anorexiei ($t=0,300$; $p<0,05$). Astfel, am infirmat ipoteza cercetării și am demonstrat că factorul de gen și cel al treptei de învățământ nu influențează semnificativ particularitățile perfecționismului și a tulburărilor de alimentație (anorexie, bulimie).

Pentru verificarea următoarei ipoteze, conform căreia *există o relație de interdependență (sau interferențe) între perfecționism și tulburările de alimentație (bulimie și anorexie) la vârsta adolescenței*, am utilizat coeficientul de corelație Spearman. Constatăm că între perfecționism și bulimie există o corelație statistică pozitivă semnificativă ($\rho=0,40$; $p<0,000$), acest fapt însemnând că cu cât nivelul perfecționismului este mai mare, cu atât și cel al bulimiei este mai ridicat. Rezultatul poate fi explicat prin intermediul caracteristicilor perfecționismului, dintre acestea menționăm, cu precădere, despre gândirea dihotomică („Totul sau nimic”), dar și standardele ridicate stabilite în termeni de aspect fizic, care-l face pe adolescent să oscileze între încercarea de-a urma o dietă strictă și apoi de-a mânca excesiv.

O corelație statistic nesemnificativă se atestă în cazul relației dintre perfecționism și anorexie ($\rho=0,084$; $p<0,01$), ceea ce presupune că valorile perfecționismului nu influențează valorile anorexiei. Acest rezultat poate fi explicat prin faptul că anorexia este un diagnostic mult mai dificil de stabilit, iar numărul adolescenților care suferă de aceasta este mai mic decât cei cu bulimie.

În concluzie, analiza particularităților perfecționismului și tulburărilor de alimentație la adolescenți ne-au demonstrat că în rândul adolescenților de sex feminin și celor de sex masculin, se atestă un nivel preponderent înalt al perfecționismului și un comportament alimentar neobișnuit și posibil bulimic. La fel, am demonstrat că factorul de gen și treapta de învățământ nu influențează semnificativ perfecționismul și tulburările de alimentație. Cu toate acestea, o corelație pozitivă semnificativă din punct de vedere statistic s-a stabilit între perfecționism și bulimie la adolescenți.

Referințe:

1. CONDOR, M., CHIRA, M. Criza personalității în adolescență. În: *Revista de cercetare educațională „Euromentor”*. București: Universitatea Creștină „Dimitrie Cantemir”, 2011, vol. 2, nr. 2.
2. VERZA, E., ȘCHIOPU, U. *Psihologia vârstelor. Ciclurile vieții*. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997.
3. POPESCU-NEVEANU, P. *Dicționar de psihologie*. București: Albatros, 1978.
4. *American Psychology Association*: Manual de diagnostic și clasificarea statistică a tulburărilor mintale (DSM-V). București: Editura Medicală Callisto, 2016.

Recomandat
***Raisa CERLAT**, dr., lector univ.*