

**UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT „ION CREANGĂ” DIN CHIȘINĂU  
ȘCOALA DOCTORALĂ DE PSIHOLOGIE ȘI ASISTENȚĂ SOCIALĂ**

Cu titlu de manuscris  
C.Z.U: 159.922.8(043.2)

**BALAN RODICA**

**DEZVOLTAREA PERSONALITĂȚII LA ADOLESCENȚELE CU COMPORTAMENT  
ALIMENTAR DISTINCT**

**Specialitatea 511.02 – Psihologia dezvoltării și psihologia educațională**

**CHIȘINĂU, 2026**

Teza a fost elaborată în cadrul Școlii Doctorale de Psihologie și Asistență Socială din  
Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău

**Componența Comisiei de susținere publică a tezei de doctorat:**

**Președinte:**

**ANTOCI Diana**, profesor universitar, doctor habilitat în științele educației, doctor în psihologie,  
Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău

**Conducător de doctorat:**

**RACU Iulia**, profesor universitar, doctor habilitat în psihologie, Universitatea Pedagogică de Stat  
„Ion Creangă” din Chișinău

**Referenți oficiali:**

**POTÂNG Angela**, profesor universitar, doctor în psihologie, Universitatea de Stat din Moldova

**PRITCAN Valentina**, conferențiar universitar, doctor în psihologie, Universitatea de Stat „Alec  
Russo” din Bălți

**TAFUNI Ovidiu**, conferențiar universitar, doctor în științele medicale, Universitatea de Stat de  
Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu” din Republica Moldova

**TARNOVSCHI Ana**, conferențiar universitar, doctor în psihologie, Universitatea de Stat din  
Moldova

Susținerea va avea loc la data de 12 iunie 2026 ora 10:00, în ședința Comisiei de susținere a tezei  
de doctor din cadrul Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău (str. Ion  
Creangă, 1, bloc 2, sala Senatului).

Teza de doctor în psihologie și rezumatul pot fi consultate la Biblioteca Științifică a Universității  
Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău și pe pagina web a ANACEC ([www.anacec.md](http://www.anacec.md))  
Rezumatul a fost expediat pe mai 2026.

**Președintele Comisiei de susținere,**

**ANTOCI Diana**, profesor universitar, doctor habilitat în științele  
educației, doctor în psihologie

**Conducător de doctorat,**

**RACU Iulia**, profesor universitar, doctor habilitat în psihologie

**Autor,**

**BALAN Rodica**

## CUPRINS

REPERE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII .....	4
CONȚINUTUL TEZEI .....	9
CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI .....	24
BIBLIOGRAFIE.....	26
LISTA LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE LA TEMA TEZEI .....	30
LISTA ABREVIERILOR.....	31
ADNOTARE .....	32
АННОТАЦИЯ .....	33
ANNOTATION .....	34

## REPERE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII

**Actualitatea și importanța problemei abordate.** Problema investigării comportamentelor alimentare dezadaptative și a tulburărilor de comportament alimentar la adolescente se înscrie în rândul subiectelor deosebit de actuale, atât prin amploarea fenomenului înregistrat în ultimele decenii, cât și prin complexitatea factorilor psihologici și contextuali implicați. N. Salari, P. Heidarian și M. J. Tarrahi analizează și evidențiază că 1 din 10 adolescenți între 11 și 19 ani la nivel global manifestă forme de comportament alimentar dezadaptativ, iar incidența totală, incluzând forme subclinice, este estimată la 22,3 % în perioada anilor 1999 – 2022 [41]. În același timp, un alt studiu publicat în 2022 de către Y. Silen și A. Keski-Rahkonen prezintă gradul de răspândire a tulburărilor de comportament alimentar în rândul fetelor adolescente și consideră că acesta este între 5,5 % și 17,9 %, ceea ce clasează tulburările alimentare ca una dintre cele mai frecvente probleme psihice în această grupă de vârstă [44]. Pentru Republica Moldova, nu identificăm statistici epidemiologice cu referire la comportamentele alimentare dezadaptative și tulburările de comportament alimentar, însă cercetările psihologice analizate semnalează o creștere a comportamentelor alimentare problematice în rândul adolescentelor, cu o frecvență mai mare a anorexiei nervoase, bulimiei și tulburării de alimentație compulsivă [11; 14; 16; 38; 47; 49].

Adolescența este un segment fundamental al dezvoltării umane cu importante procese biologice, cognitive, emoționale, identitare în curs de constituire și dezvoltare. Schimbările pe care le trăiește adolescența cum ar fi maturizarea somatică, conștientizarea și adaptarea la noile dimensiuni ale corpului, trecerea la gândirea abstractă și formală, accentuarea trăirilor emoționale cu prevalența afectelor negative, autonomia, nevoia de apartenență la semenii, confuzii și ambiguități în structurarea identității, influențează asupra sănătății și comportamentelor acesteia, condiționând o vulnerabilitate ridicată a adolescentelor la apariția și persistența unor comportamente alimentare dezadaptative și a tulburărilor de alimentație [1; 2; 40; 42; 45].

**Încadrarea temei de cercetare în preocupările internaționale, naționale, zonale ale colectivului de cercetare și în contextul inter- și transdisciplinar, prezentarea rezultatelor cercetărilor anterioare.** Cercetări științifice cu referire la comportamentul alimentar și importanța acestuia au fost întreprinse de: A. J. Rothman, P. Sheeran, J. Qian, Y. Wu, F. Liu, T. Van Strien, S. K. Jenkins, S. D. Horner, A. Drewnowski, C. Faiburn, V. Mendelevich, I. Malkina-Pih și a. Comportamentele alimentare adaptative și cele dezadaptative, precum și specificul de manifestare a acestora, în psihologie au fost investigate de către: P. E. Garfinkel, și D. M. Garner, P. Rozin, C. Herman, J. Polivy, A. Brytek-Matera, A. Drewnowski, A. Palascha, E. Van Kleef, E. de Vet, H. C. Van Trijp, J. Frijters, M. Kornacka, R. Franken, C. Maltais-Levesque, M. Legendre și C. Begin. Împreună cu comportamentele alimentare dezadaptative, cercetătorii au fost preocupați să

analizeze și să descrie tulburările de comportament alimentar (în special, anorexia nervoasă, bulimia și tulburarea de alimentație compulsivă): T. F. Cash, C. Fairburn, A. Hilbert, J. Nitsch, A. H. Crisp, A. V. Bhat, I. G. Malkina-Pîh, V.V. Marilov, V. Enea, A. Naia, C. Măirean, și I. Dafinoiu. Comportamentul alimentar dezadaptativ și tulburările de alimentație la adolescente reprezintă un subiect de interes major în literatura științifică, fiind explorat atât din perspectivă psihologică, cât și medicală. Printre cercetătorii care au contribuit semnificativ la înțelegerea acestor manifestări se numără: C. Fairburn, R. Cooper, Y. Yamamiya, E. Oktavioanto, I. M. Moh, E. Stice, H. Shaw, A. Marques, A. Naia, C. Branquinho, M. Munoz, J. Morgan, S. Lazarova, C. S. Stewart și F. Rottela.

În Republica Moldova, comportamente alimentare dezadaptative (inclusiv tulburări de alimentație precum anorexia și bulimia) au fost investigate de mai mulți autori, cu un accent special pe vârsta adolescentă: V. Condrea, în teza sa „Particularități psihologice ale tulburărilor de comportament alimentar la adolescenții cu diabet zaharat tip 1”, a identificat tipul de relații dintre particularitățile tulburărilor de comportament alimentar la adolescenții cu diabet zaharat tip 1 și manifestarea anxietății și schemele cognitive dezadaptative, contribuind valoros prin elaborarea programul de intervenție psihologică centrat pe reducerea anxietății și a schemelor cognitive dezadaptative [16]. O altă cercetare expusă în teza de doctor a M. Ștefan, „Particularități psihologice ale comportamentului alimentar la adolescente”, în care autoarea prezintă un profil al adolescenței cu comportament alimentar problematic comparativ cu profilul adolescenței cu comportament alimentar echilibrat. Autoarea consideră că comportamentele alimentare problematice pot fi diminuate prin intervenții asupra dimensiunilor psihologice, sociale și comportamentale și implementează și demonstrează experimental eficiența unui model de intervenții [47].

Conform celor prezentate privind prevalența comportamentelor alimentare dezadaptative și a tulburărilor de comportament alimentar, precum și a lipsei cercetărilor multidimensionale în Republica Moldova pe o populație non-clinică de adolescente, considerăm necesară și relevantă studierea comportamentelor alimentare distincte la acestea, a relațiilor dintre comportamentele alimentare distincte și personalitate și, respectiv, climat familial. De asemenea, menționăm importanța elaborării unui program de intervenții psihologice în scopul prevenirii problemelor de sănătate fizică și psihică severe în adolescență și în etapele ulterioare de dezvoltare. Cele menționate permit formularea **problemei de cercetare**, ce presupune identificarea unui răspuns la întrebarea: care este relația dintre comportamentele alimentare distincte și trăsăturile de personalitate la adolescente și cum poate un program de intervenții psihologice orientat spre dezvoltarea personalității să contribuie la reducerea comportamentelor alimentare dezadaptative și

tulburărilor de comportament alimentar, oferind repere pentru educarea și dezvoltarea armonioasă a adolescenților?

**Scopul cercetării** îl constituie *analiza comportamentelor alimentare distincte la adolescenții de diferite vârste, identificarea caracteristicilor de personalitate și a factorilor determinanți ai acestor comportamente, precum și elaborarea și implementarea unui program de intervenții psihologice destinat dezvoltării personalității adolescenților cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar.*

Scopul presupune formularea **următoarelor obiective pentru cercetare**: 1) analiza literaturii științifice din domeniul psihologiei cu referire la comportament alimentar, comportament alimentar dezadaptativ, vârsta adolescentă și la instrumentele de cercetare pentru studiul comportamentelor alimentare; 2) studierea specificului comportamentelor alimentare distincte pe parcursul vârstei adolescente, prin determinarea tipului de comportament alimentar dezadaptativ și a posibilității unei tulburări de alimentație la adolescenții cu vârsta cuprinsă între 14 și 19 ani; 3) analiza relației dintre comportamentele alimentare dezadaptative și probabilitatea apariției tulburărilor de alimentație la adolescenți; 4) evidențierea asocierilor dintre comportamentele alimentare dezadaptative și personalitate, respectiv dimensiunile acestora (trăsături de personalitate, perfecționism, anxietate, stima de sine, relația sine–corp) la adolescenți; 5) stabilirea interrelațiilor dintre posibilitatea unei tulburări de alimentație și personalitate (trăsături de personalitate, perfecționism, anxietate, stima de sine, relația sine–corp) la adolescenți; 6) identificarea legăturii dintre comportamentele alimentare dezadaptative / posibilitatea unei tulburări de alimentație și tipul climatului familial la adolescenți; 7) elaborarea, implementarea și verificarea experimentală a unui program de intervenții psihologice destinat dezvoltării personalității adolescenților cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar.

**Reperetele teoretice ale cercetării** cuprind: *studiile și concepțiile privind comportamentele alimentare și comportamentul alimentar dezadaptativ* (T. Van Strien, A. Drewnowski, C. Fairburn, P. Rozin, R. Franken, P. E. Garfinkel, D. M. Garner, A. Brytek-Matera, M. Kornacka), *abordările explicative cu referire la tipurile de comportament alimentar dezadaptativ* (T. Van Strien, J. Frijters, G. Bergers, C. Herman, J. Polivy, A. Brytek-Matera, M. Kornacka, N. Franken, C. Maltais-Levesque, C. Begin), *cercetările privind tulburările de comportament alimentar* (T. F. Cash, A. Hilbert, A. H. Crisp, I. G. Malkina-Pih, V. Enea) și *studiile privind specificul vârstei adolescente* (A. Gessel, E. Erikson, G. R. Adams, M. D. Berzonsky, D. Argreaves).

**Metodologia cercetării** rezultă din scopul, obiectivele și ipotezele de cercetare și include mai multe metode complementare. Pentru a determina cadrul teoretic al problemei cercetate, am

utilizat analiza și sinteza literaturii de specialitate și metoda ipotetico-deductivă pentru explicarea și fundamentarea rezultatelor cercetării constatative. În compartimentele aplicative ale cercetării am administrat chestionare și scale și am realizat un experiment de constatare, un experiment formativ și un experiment de control. Pentru analiza și interpretarea datelor, precum și pentru testarea ipotezelor, am selectat: testul U Mann-Whitney, coeficientul de corelație Kendall's Tau și testul Wilcoxon.

**Rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante** constau în fundamentarea științifică și multidimensională a comportamentelor alimentare distincte la adolescente prin: explorarea comportamentelor alimentare dezadaptative și riscul prezenței tulburărilor de comportament alimentar la adolescente de vârstă diferită; identificarea caracteristicilor de personalitate la adolescentele cu comportament alimentar restrictiv, comportament alimentar emoțional, comportament alimentar extern și posibilitatea tulburărilor de comportament alimentar; evidențierea relațiilor dintre dimensiunile personalității și climatul familial și comportamente alimentare distincte, rezultate care stau la baza proiectării și aplicării unui program de intervenții psihologice destinat dezvoltării personalității adolescentelor cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar.

**Noutatea și originalitatea științifică a rezultatelor obținute** rezultă din realizarea unei cercetări teoretico-aplicative cu referire la comportamentele alimentare distincte la adolescentele de la 14 până la 19 ani. Demersul experimental a făcut posibilă validarea unui set de instrumente psihologice integrat pentru măsurarea comportamentelor alimentare dezadaptative și tulburărilor de comportament alimentar, a personalității și a climatului familial la adolescente. S-au stabilit pattern-urile de comportamente alimentare distincte pe parcursul adolescenței (adolescența timpurie, mijlocie și târzie), precum și configurația personalității la adolescentele cu comportamente alimentare dezadaptative și la cele cu posibilitatea unei tulburări de comportament alimentar. Au fost evidențiate interrelațiile dintre comportamentele alimentare distincte și climatul familial la adolescente. A fost conceput și verificat experimental un model de program de intervenții psihologice cu scopul de a dezvolta personalitatea la adolescente cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar.

**Semnificația teoretică a cercetării.** Rezultatele cercetării teoretico-experimentale constituie un aport important la domeniul psihologiei dezvoltării, psihologiei adolescenței, psihologiei educației și psihologiei clinice, oferind cunoștințe noi și complexe privitor la caracteristicile dezvoltării fizice, cognitive și psihosociale a adolescentelor prin evidențierea diferențelor de vârstă în prezența comportamentelor alimentare dezadaptative și a riscului de tulburări de comportament alimentar, precum și în relațiile stabilite între comportamentele

alimentare distincte și personalitatea și climatul familial la adolescente. Rezultatele obținute, împreună cu concluziile formulate, reprezintă o contribuție considerabilă pentru reconceptualizarea temelor precum: Aspecte ale dezvoltării biologice, cognitive și sociale în adolescență și a Tulburărilor de comportament alimentar la disciplinele Psihologia dezvoltării, Psihologia adolescentului și Psihologia clinică.

**Valoarea aplicativă a lucrării.** Cadrul conceptual și legăturile stabilite în demersul experimental cu referire la comportamentele alimentare dezadaptative, posibilitatea tulburărilor de comportament alimentar, legăturile dintre comportamente alimentare distincte (comportament alimentar restrictiv, comportament alimentar emoțional, comportament alimentar extern și posibilitatea tulburărilor de comportament alimentar) și personalitate, și respectiv climat familial la adolescente pot fi utilizate ca fundamente teoretice pentru educația și dezvoltarea armonioasă a adolescentelor. Bateria de chestionare organizată și verificată prin cercetarea experimentală este consistentă și fiabilă în vederea studierii și examinării comportamentelor alimentare și a caracteristicilor de personalitate la adolescente ce poate fi folosită de psihologii școlari, psihologii clinici ș.a. Programul de intervenții psihologice destinat dezvoltării personalității adolescentelor cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar, poate fi utilizat atât în prevenirea și reducerea comportamentelor alimentare problematice, cât și în dezvoltarea psihologică, dezvoltarea strategiilor de coping, educație nutrițională, în promovarea sănătății la preadolescente, adolescente și tinere.

**Aprobarea și implementarea rezultatelor științifice.** Rezultatele cercetării teoretico-empirice au fost expuse și discutate la: ședințele Catedrei Psihologie și Școlii Doctorale de Psihologie și Asistență Socială din cadrul Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, conferințe științifice și workshop-uri.

**Sumarul compartimentelor tezei.** Teza cuprinde: adnotări în română, engleză, rusă, introducere, 3 capitole, bibliografia din **310 de titluri, 6 anexe** și este perfectată pe **148 pagini, inclusiv 29 tabele și 64 figuri.**

**Publicații pe tema tezei.** Rezultatele cercetării sunt publicate în 21 de lucrări științifice: dintre care 4 articole în reviste științifice și 8 articole în culegerile conferințelor naționale cu participare internațională și internaționale.

**Cuvinte-cheie:** comportamente alimentare dezadaptative, tulburare de comportament alimentar, personalitate, adolescență.

## CONȚINUTUL TEZEI

În **Introducere** sunt descrise actualitatea și importanța temei studiate, încadrarea temei de cercetare în preocupările internaționale și naționale; sunt expuse scopul, obiectivele cercetării și ipotezele de cercetare, este fundamentat suportul conceptual al cercetării și metodologia cercetării științifice. De asemenea, sunt prezentate rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante. Totodată, sunt detaliate noutatea științifică a rezultatelor obținute, semnificația teoretică și valoarea aplicativă a lucrării.

În **Capitolul 1** „*Considerații teoretice ale comportamentului alimentar și comportamentului alimentar dezadaptativ*” este efectuată o analiză a abordărilor teoretice ale conceptelor de comportament alimentar, comportament alimentar dezadaptativ și tulburări de comportament alimentar. Acest capitol cuprinde analiza și descrierea tipurilor de comportamente alimentare dezadaptative și tulburări de comportament alimentar. Un paragraf important al demersului teoretic este caracterizarea vârstei adolescenței cu evidențierea și descrierea factorilor ce determină comportamentele alimentare dezadaptative și tulburările de alimentație.

Cercetarea teoretică asupra comportamentului alimentar și a comportamentului alimentar dezadaptativ ne permite să formulăm următoarele idei-cheie: comportamentul alimentar, în conformitate cu păreri expuse de A. Brytek-Matera, K. Franco-Paredes, S. K. Jenkins, T. Van Strien, E. Losfi, M. Ștefan, se evidențiază ca o entitate cu o structură complexă ce transcende simpla explicație fiziologică a alimentației și încorporează preferințe, factori motivaționali, stări afective, procese cognitive, atitudini, convingeri și modele relaționale cu hrana și corpul [13; 20; 26; 27; 51]. A. Brytek-Matera consideră că comportamentul alimentar are diverse funcții de la satisfacerea necesităților biologice până la reglarea afectivă, integrarea în context social, afirmarea sinelui și menținerea practicilor culturale specifice [13]. *Vom defini comportamentul alimentar drept un construct complex, rezultat al interacțiunii dintre mecanisme biologice, procese psihologice și influențe socioculturale.* Comportamentul alimentar poate fi adaptativ și dezadaptativ, după cum susțin A. Brytek-Matera, Y. Murayama, H. Ito, și M. Hamada. Comportamentul alimentar adaptativ se caracterizează prin flexibilitate, autoreglare și armonie între nevoile fiziologice și psihologice [13; 30]. *Abordările privind comportamentul alimentar dezadaptativ converg spre ideea că aceste comportamente reprezintă tipare stabile care perturbă autoreglarea alimentară și sunt susținute de determinanți cognitivi, afectivi și motivaționali.* În baza celor mai importante clasificări ale comportamentului alimentar dezadaptativ, una dintre ele fiind propusă de T. Van Strien, J. Frijters, G. Bergers și P. Defares, evidențiem trei dimensiuni principale: restricția alimentară cognitivă, asociată cu reguli rigide și risc crescut de supraalimentare; mâncatul extern, determinat de reactivitatea la stimuli senzoriali și sociali; și

mâncatul emoțional sau necontrolat, utilizat ca strategie de gestionare a disconfortului afectiv, dar care menține un cerc vicios emoțional. Aceste dimensiuni pot coexista în profile individuale diferite [51].

Tulburările de comportament alimentar, în interpretarea lui C. Fairburn, R. Grenon, D. Schwartze, N. Hammond, R. Murphy și N. Salari, reprezintă afecțiuni psihologice serioase, în care schimbările comportamentului alimentar sunt strâns legate de felul în care individul gândește și simte cu referire la mâncare, greutate, corp și valoarea personală [18; 19; 21; 31; 41]. Este important să delimităm comportamentul alimentar dezadaptativ de tulburarea de comportament alimentar. Diferența între acestea se explică prin gradul de severitate și impactul asupra funcționării persoanei. Comportamentul alimentar dezadaptativ se conturează ca un tipar disfuncțional de raportare la alimentație (restricție rigidă, mâncat emoțional, pierderea controlului), afectează autoreglarea, dar nu îndeplinește neapărat criteriile clinice. Tulburarea de comportament alimentar, fiind o formă clinică severă, persistentă, asociată cu suferință psihologică semnificativă și afectarea sănătății fizice și sociale, este definită prin criterii diagnostice clare [18; 31]. Există mai multe tipuri de tulburări alimentare cu particularități clinice diferite. DSM-5 menționează în mod central anorexia nervoasă, bulimia nervoasă și formele din zona reziduală, unde se include și tulburarea de mâncat compulsiv [17]. ICD-11 include și alte tulburări precum tulburarea de alimentație evitant-restrictivă, pica, ruminarea [24]. Identificăm că multe dintre aceste tulburări au un element comun: importanța exagerată acordată greutății, siluetei și controlului acestora, ceea ce explică de ce uneori pot exista treceri sau suprapuneri între forme [17; 24].

Anorexia nervoasă implică, după cum susțin V. Stonawski, C. Stehbach și M. Bauer, restricționare alimentară severă, o teamă intensă de îngrășare, o percepție distorsionată a corpului și consecințe fizice grave [46]. Bulimia nervoasă se caracterizează prin episoade de mâncat compulsiv urmate de comportamente compensatorii, precum vărsături autoinduse, laxative, exercițiu fizic excesiv, conform lui E. A. Velkoff, L. G. Rubino și J. Liu [52]. Tulburarea de mâncat compulsiv se diferențiază, potrivit lui C. Fairburn, prin faptul că apar episoade de consum foarte mare de alimente, cu pierderea controlului, însă fără comportamente compensatorii [19].

Adolescența, descrisă de G. R. Adams și M. D. Berzonsky, este o etapă marcată de transformări biologice rapide, restructurarea imaginii corporale și consolidarea identității personale, procese care sporesc sensibilitatea față de evaluarea socială și față de propriul aspect fizic [1]. În aceste condiții alimentația poate deveni un instrument prin care adolescența încearcă să obțină control, validare sau reglare emoțională. Cele mai frecvente consecințe negative ale comportamentelor alimentare dezadaptative la adolescente, conform B. J. Turner, L. Claes, V.

Condrea, E. Losii, M. Ștefan, se reflectă nu doar în afectarea stării de sănătate fizică, ci și în diminuarea stimei de sine, creșterea anxietății și depresivității, retragerea socială și limitarea oportunităților de dezvoltare personală [16; 27; 50]. Tulburările de comportament alimentar, precum anorexia nervoasă, bulimia nervoasă sau mâncatul compulsiv, debutează cel mai frecvent în adolescență, iar netratate pot evolua către forme cronice, cu impact sever asupra calității vieții adulte, susține C. Fairburn [19].

În **Capitolul 2**, „*Studiul experimental al personalității adolescentelor cu comportamente alimentare distincte*”, este descris demersul experimental constatativ cu prezentarea scopului, obiectivelor, ipotezelor, chestionarelor și scalelor aplicate. Ulterior sunt analizate comportamentele alimentare dezadaptative și riscul tulburărilor de comportament alimentar la adolescentele de 14 – 15 ani, 16 – 17 ani și 18 – 19 ani. De asemenea, sunt ilustrate și expuse relațiile dintre comportamentele alimentare distincte și personalitate (trăsături de personalitate, perfecționism, anxietate, stima de sine și relația sine–corp) și climatul familial la adolescente.

**Scopul cercetării** constative *il constituie analiza comportamentelor alimentare distincte la adolescentele de diferite vârste, identificarea caracteristicilor de personalitate la adolescentele cu comportamente alimentare distincte, precum și evidențierea factorilor determinanți ai comportamentelor alimentare la adolescente (climatul familial).*

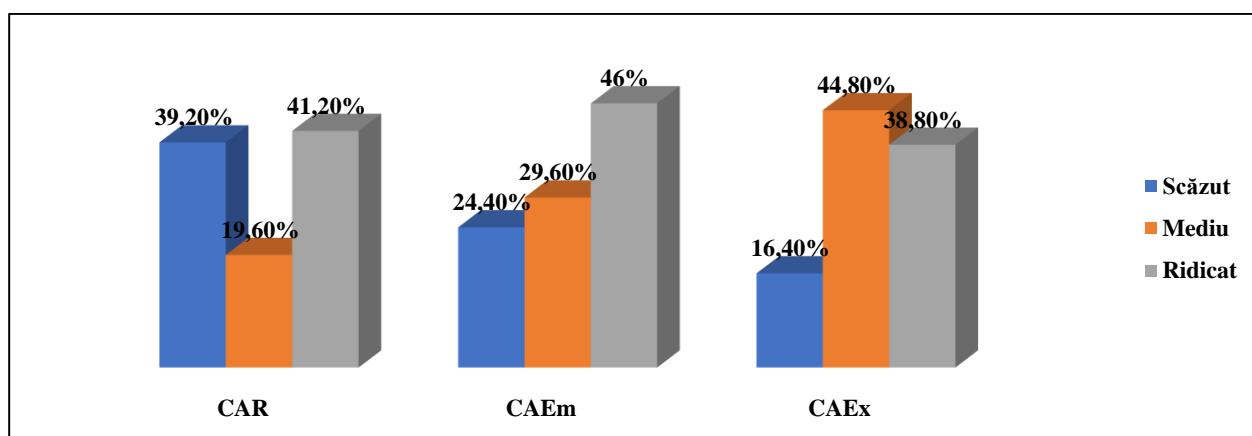
Pentru experimentul de constatare am înaintat următoarele **ipoteze**:

1. Presupunem că manifestarea comportamentului alimentar la adolescente și tipurile acestuia (comportament alimentar dezadaptativ și posibilitatea unei tulburări de alimentație) sunt determinate de vârstă și își au specificul lor pentru vârsta adolescentă.
2. Presupunem că prezența comportamentelor alimentare dezadaptative este asociată cu o probabilitate crescută de apariție a tulburărilor de alimentație la adolescente.
3. Presupunem că există interrelații între comportamentele alimentare dezadaptative și personalitate (trăsături de personalitate, perfecționism, anxietate, stima de sine, relația sine–corp) la adolescente.
4. Presupunem că există relații între posibilitatea unei tulburări de alimentație și personalitate (trăsături de personalitate, perfecționism, anxietate, stima de sine, relația sine–corp) la adolescente.
5. Presupunem că există o legătură între comportamentele alimentare dezadaptative / posibilitatea unei tulburări de alimentație și tipul de climat familial la adolescente.

**Eșantionul cercetării** este constituit din 250 de adolescente cu vârsta de 14, 15, 16, 17, 18 și 19 ani. Repartiția adolescentelor conform vârstei este următoarea: 14 ani – 41 de adolescente, 15 ani – 43 de adolescente, 16 ani – 43 de adolescente, 17 ani – 40 de adolescente, 18 ani – 47 de

adolescente și 19 ani – 36 de adolescente. Cercetarea empirică de constatare a fost efectuată într-un liceu din mediul urban, un liceu din mediul rural și o universitate din municipiul Chișinău.

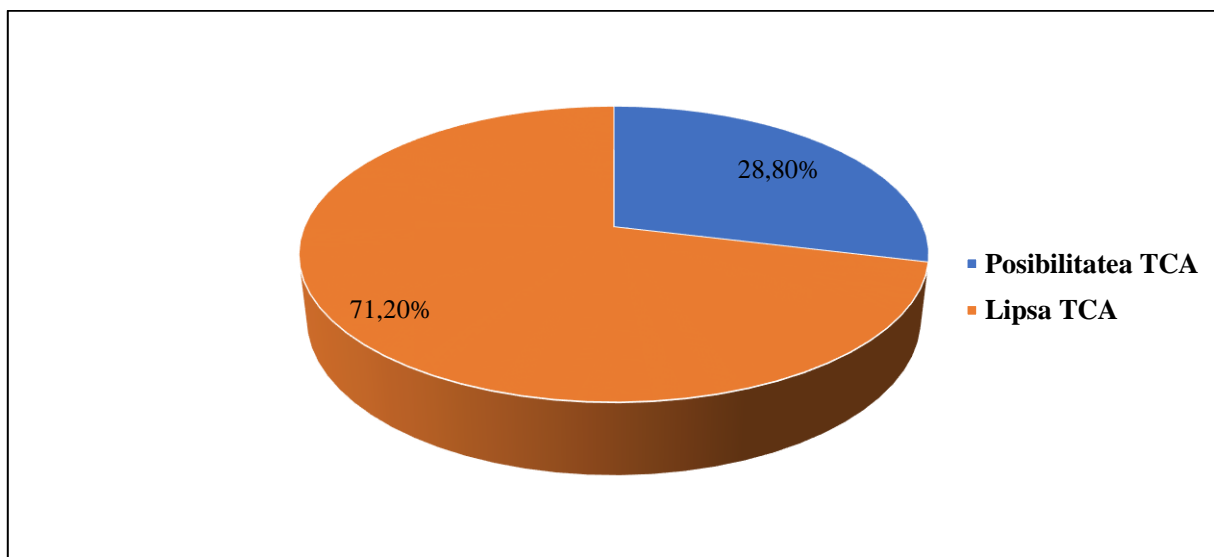
Cercetarea noastră constatativă a demarat cu urmărirea a trei tipuri principale de comportamente alimentare (CA) dezadaptative ce oferă o perspectivă diferențiată asupra modului în care adolescentele se raportează la alimentație în funcție de variabile emoționale, cognitive și contextuale. Astfel am examinat: comportamentul alimentar restrictiv (CAR), comportamentul alimentar emoțional (CAEm) și comportamentul alimentar extern (CAEx) conform DEBQ. Rezultatele obținute sunt sintetizate în figura 1.



**Fig. 1. Rezultatele pentru CA dezadaptative (CAR, CAEm și CAEx) la adolescente**

Analiza comparativă a celor trei tipuri de CA dezadaptativ indică faptul că nivelurile ridicate sunt cele mai frecvente la CAEm (46%) și CAR (41,20%), urmate de CAEx (38,80%). Această distribuție relevă o prevalență semnificativă a alimentației disfuncționale în rândul adolescentelor – fie ca reacție la stări afective negative, fie ca formă de control cognitiv asupra greutății, fie ca reacție automată la factori din mediu. Vom evidenția existența unei relații semnificative între CA dezadaptative: CAEm și CAEx ( $kt=0,453$ ,  $p\leq 0,01$ ), ceea ce înseamnă că adolescentele mai susceptibile de a consuma alimente ca răspuns la stări emoționale prezintă o vulnerabilitate crescută la influențele de mediu (cum ar fi: impactul publicității, alimentele care arată apetisant, sau toți cei din jur care mănâncă), CA la aceste adolescente nu mai este ghidat strict de nevoile fiziologice [9]. Conform variabilei vârstă, CA dezadaptative se manifestă distinct. Rezultatele adolescentelor pentru CAEm sugerează că adolescentele de 16 – 17 ani sunt mai predispuse la reacționa emoțional prin alimentație, în timp ce adolescentele mai mari (18 – 19 ani) manifestă o variabilitate mai mare în strategiile de reglare emoțională, incluzând și forme de alimentație emoțională moderată sau absentă. În cazul CA dezadaptativ, CAEx, observăm că în adolescența timpurie (14 – 15 ani) adolescentele sunt mai influențate de stimulii externi, în timp ce la 16 – 17 ani apare o tranziție spre un control mai conștient și mai echilibrat, iar la 18 – 19 ani se observă o diversificare a stilurilor de răspuns alimentar [11].

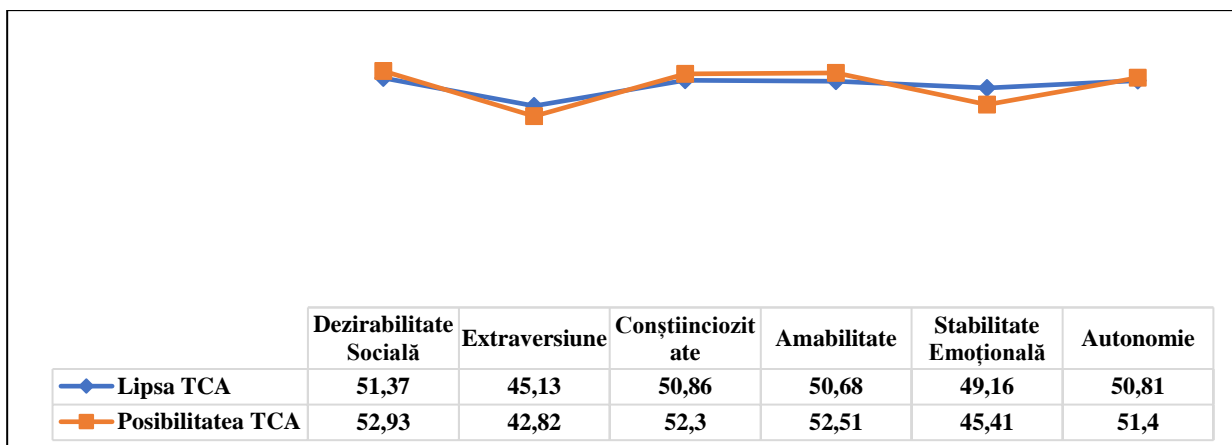
Pentru a obține o perspectivă completă asupra CA la adolescente, pe lângă CA dezadaptative, am analizat tulburările de comportament alimentar (TCA). Examinarea riscului TCA în rândul adolescentelor s-a efectuat prin aplicarea EAT-26, rezultatele obținute fiind prezentate în figura 2.



**Fig. 2. Rezultatele pentru TCA la adolescente**

La 28,80% dintre adolescente se constată prezența unor trăsături psihocomportamentale ce indică o vulnerabilitate crescută sau o posibilă TCA. Manifestările specifice acestui subgrup includ o preocupare persistentă și disproporționată față de greutatea corporală și formele corpului, însoțită adesea de o teamă accentuată de îngrășare, chiar și în absența unei greutate excesive. Analiza corelațională ne permite să punctăm prezența unei corelații semnificative pozitive între CAR și riscul pentru TCA, coeficientul de corelație fiind  $kt=0,616$ ,  $p \leq 0,01$ . Astfel, vom menționa că tendința adolescenței de a controla în mod excesiv și deliberat consumul alimentar prin evitarea anumitor alimente sau planificarea minuțioasă a meselor crește probabilitatea ca aceasta să manifeste TCA. Constatăm că prezența CA dezadaptative la adolescente poate condiționa survenirea TCA. Astfel, CA dezadaptative constituie factori de risc și posibile comportamente precursore ale TCA. În conformitate cu dimensiunea vârstă, vom puncta că riscul apariției TCA tinde să crească odată cu vârsta, atingând cea mai mare incidență în rândul adolescentelor de 18 – 19 ani.

O etapă esențială a cercetării noastre a fost analiza personalității la adolescentele cu posibilitatea TCA. În acest sens am investigat trăsăturile de personalitate (dezirabilitatea socială, extraversiune, conștiinciozitate, amabilitate, stabilitate emoțională și autonomie, evaluate prin CP5F), perfecționismul (FMPS), anxietatea (GAD-7), stima de sine (SS) (RSES), și relația sine-corp (MBSRQ-AS). Figura 3 redă scorurile medii ale trăsăturilor de personalitate în rândul adolescentelor, diferențiate în funcție de lipsa sau posibilitatea dezvoltării TCA.

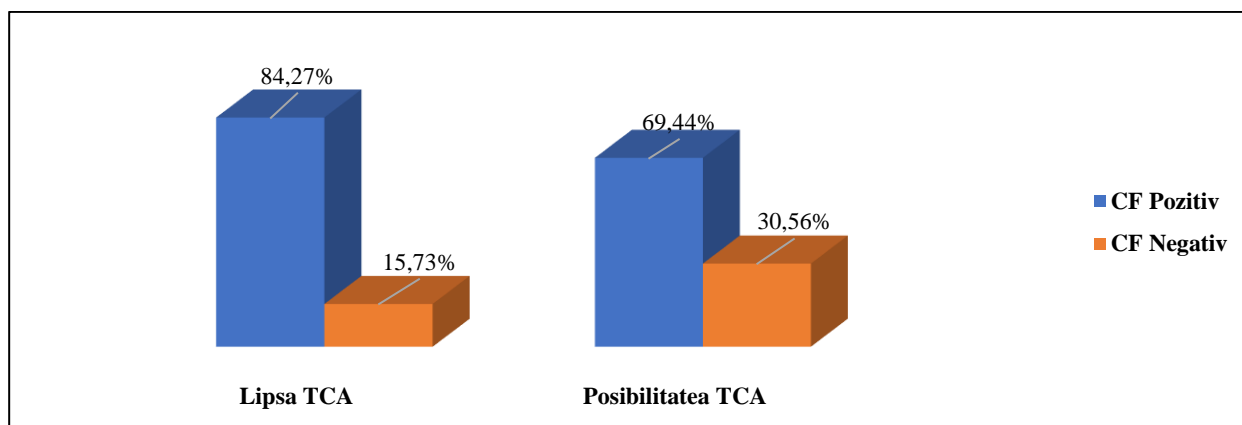


**Fig. 3. Scorurile pentru trăsăturile de personalitate la adolescente în funcție de lipsa sau posibilitatea TCA**

Identificăm corelații semnificative pozitive între riscul TCA, dietă, bulimie, control oral și conștiinciozitate ( $kt=0,433, p\leq 0,01$ ,  $kt=0,547, p\leq 0,01$ ,  $kt=0,490, p\leq 0,01$ ,  $kt=0,386, p\leq 0,01$ ). Pe de altă parte, se constată corelații semnificative negative între scorurile pentru riscul TCA, dietă, bulimie, control oral și punctajul la stabilitatea emoțională ( $kt=-0,487, p\leq 0,01$ ,  $kt=-0,450, p\leq 0,01$ ,  $kt=-0,479, p\leq 0,01$ ,  $kt=-0,552, p\leq 0,01$ ). Vom deduce că nivelul de manifestare a conștiinciozității și stabilității emoționale determină CA al adolescentelor. Adolescente cu nivel ridicat de conștiinciozitate asociat cu stabilitate emoțională scăzută, prin perfecționism, rigiditate și dificultăți de reglare emoțională, amplifică riscul de dezvoltare a TCA (sau dietă, bulimie și control oral) [5; 9; 38; 50; 53]. Menționăm, de asemenea, că riscul TCA corelează cu perfecționismul ( $kt=0,561, p\leq 0,01$ ), relație ce sugerează faptul că perfecționismul este un predictor important pentru apariția și menținerea TCA în rândul adolescentelor [7]. În același timp, am identificat relația dintre scorurile obținute pentru posibilitatea TCA și nivelul anxietății la adolescente, legătura fiind consemnată de coeficientul de corelație ( $kt=0,529, p\leq 0,01$ ), care confirmă că posibilitatea TCA este asociată cu niveluri înalte de tensiune psihică, griji excesive și frici iraționale. Acest rezultat ne permite să punctăm că adolescentele cu preocupări legate de greutate, tendință de a controla aportul alimentar și comportamente compensatorii, obsesii legate de alimentație demonstrează și anxietate accentuată. Observăm, de asemenea, o corelație semnificativă negativă între posibilitatea TCA și SS ( $kt=-0,476, p\leq 0,01$ ). Astfel, se constată că, odată cu creșterea scorurilor la indicatorii ce vizează TCA, scade nivelul SS, confirmând că persoanele cu probabilitate crescută de TCA au tendința de a se percepe negativ și de a manifesta nesiguranță în raport cu propria valoare [35]. Încă o direcție a cercetării noastre a vizat legăturile dintre TCA și IC la adolescente. Calculând coeficientul de corelație Kendall's Tau, identificăm trei corelații negative statistic semnificative între TCA și evaluarea aspectului corporal ( $kt=-0,499, p\leq 0,01$ ), evaluarea formei fizice ( $kt=-0,324, p\leq 0,01$ ) și satisfacția față de zonele corporale ( $kt=-$

0,559,  $p \leq 0,01$ ). Între TCA și orientarea spre aspectul fizic și orientarea spre forma fizică ( $kt=0,434$ ,  $p \leq 0,01$ ,  $kt=0,433$ ,  $p \leq 0,01$ ), coeficienții de corelație fiind semnificativi pozitivi. Corelațiile constatate susțin următoarele: insatisfacția corporală și o percepție distorsionată a greutateii condiționează recurgerea la dietă; IC negativă și insatisfacția corporală ridicată provoacă bulimie; nemulțumirea corporală duce la control rigid al alimentației [37].

Încă o etapă importantă a cercetării noastre examinează climatul familial (CF) (FCQ) la adolescentele cu posibilitatea TCA. Distribuția percepției asupra CF în rândul adolescentelor în funcție de prezența sau lipsa posibilității TCA este expusă în figura 4.



**Fig. 4. Rezultatele pentru climat familial în funcție de lipsa sau posibilitatea TCA**

Examinând relația dintre TCA și CF perceput de adolescente, prin aplicarea coeficientului de corelație Kendall's Tau, identificăm că riscul unei TCA prezintă o corelație negativă semnificativă cu CF general pozitiv ( $kt=-0,399$ ,  $p \leq 0,01$ ) și o corelație pozitivă semnificativă cu CF general negativ ( $kt=0,388$ ,  $p \leq 0,01$ ). Aceste corelații ne ilustrează o constatare importantă a cercetării: CF are un rol esențial în apariția și menținerea TCA la adolescente. Adolescencele care au o percepție negativă a mediului familial prezintă o vulnerabilitate crescută la TCA, în timp ce evaluarea CF ca fiind pozitiv constituie o protecție în fața acestor CA. CF este un factor psihosocial cu impact determinant în înțelegerea CA distincte la adolescente [4].

Experimentul formativ al cercetării este expus în **capitolul 3** „Dezvoltarea personalității adolescentelor cu comportament alimentar dezadaptativ”. Capitolul demarează cu caracterizarea programului de intervenții psihologice destinat dezvoltării personalității adolescentelor cu comportamente alimentare dezadaptative și riscul de tulburări de alimentație prin prezentarea scopului, ipotezei, obiectivelor, principiilor de elaborare, tehnicilor utilizate în cadrul programului de intervenții psihologice. În acest capitol sunt analizate rezultatele adolescentelor din grupul experimental test / retest, adolescentelor din grupul de control test / retest, adolescentelor din grupul experimental și control retest, iar o ultimă comparație sunt rezultatele adolescentelor din grupul experimental test și grupul experimental retest 2.

Capitolul 3 are drept **scop** *elaborarea și verificarea eficienței unui program de intervenții psihologice destinat dezvoltării personalității adolescentelor cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar. Ipoteza* pentru acest compartiment al cercetării noastre este: *presupunerea că, printr-un program de intervenții psihologice special organizat, se poate influența pozitiv dezvoltarea personalității adolescentelor cu comportamente alimentare dezadaptative, prin optimizarea trăsăturilor de personalitate, diminuarea perfecționismului și a anxietății, dezvoltarea stimei de sine, consolidarea încrederii în propriile abilități și formarea unei imagini corporale pozitive, contribuind astfel la reducerea acestor comportamente.*

**Obiectivele programului de intervenții psihologice** au fost formulate în concordanță cu particularitățile psihoindividuale ale adolescentelor cu CA dezadaptative și cu riscul TCA. Printre acestea se numără: creșterea nivelului de informare privind riscurile asociate alimentației deficitare sau restrictive și promovarea unor obiceiuri alimentare sănătoase; dezvoltarea și optimizarea trăsăturilor de personalitate, prin consolidarea conștiinciozității și stabilității emoționale; dezvoltarea competențelor de exprimare și reglare a emoțiilor; diminuarea gradului de perfecționism, cu orientarea acestuia spre forme constructive și reducerea nivelului anxietății; dezvoltarea stimei de sine și consolidarea încrederii în propriile abilități; formarea unei imagini corporale pozitive și îmbunătățirea percepției legate de înfățișare și importanța acesteia; prevenirea riscului de instalare a tulburărilor de comportament alimentar.

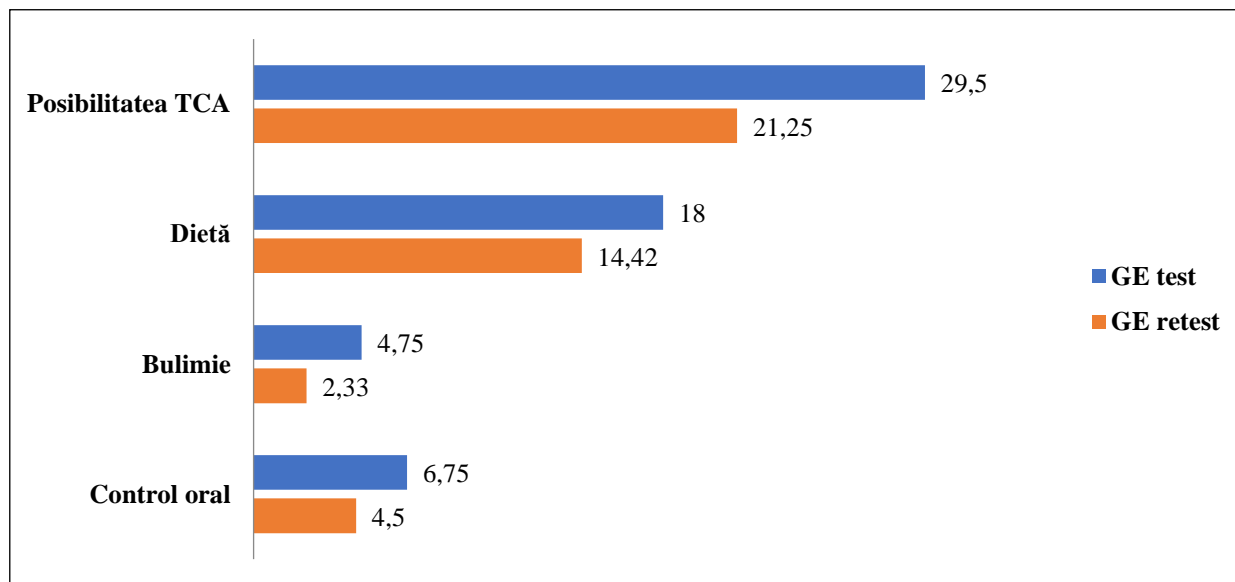
Programul de intervenții psihologice a fost conceput în concordanță cu un set de principii etice și metodologice care asigură desfășurarea intervenției într-un cadru profesionist, empatic și sigur: *respectarea demnității umane, acceptarea necondiționată, competența profesională, confidențialitatea, responsabilitatea profesională și socială, adecvarea tehnicilor psihologice, implicarea activă* [18; 19; 21; 22; 43; 46]. Programul de intervenții psihologice este construit pe baza unor tehnici validate științific, adaptate vârstei și specificului psihologic al adolescentelor cu CA dezadaptative și posibilitatea TCA, precum: *tehnici de restructurare cognitivă și lucru cu schemele, tehnici de reglare emoțională și conștientizare afectivă, exerciții de conștientizare corporală, exerciții de autoafirmare, exerciții de expunere graduală, exerciții bazate pe mindfulness, antrenament al abilităților sociale și relaționale, precum și elemente psihoeducaționale*. Tehnicile incluse în programul de intervenții psihologice sunt selectate din cadrul psihoterapiei cognitiv-comportamentale, al terapiei axate pe compasiune și al educației emoționale [18; 19; 21].

Programul de intervenții psihologice a fost aplicat unui grup de 12 adolescente – grupul experimental (GE). Acestea au fost încadrate în 20 de sesiuni, cu frecvența de 2 sesiuni pe

săptămână, fiecare cu durată de 120 de minute. Pentru comparație, am selectat un alt grup de 12 adolescente – grupul de control (GC). Adolescencele din GE și GC sunt cu CA dezadaptative ridicate și TCA. Pentru a evalua eficiența programului de intervenții psihologice, la finalul etapei formative și peste trei luni au fost reaplicate aceleași instrumente psihologice utilizate în testarea inițială: DEBQ, TFEQ-R1, EAT-26, CP5F, FMPS, GAD-7, RSES și MBSRQ-AS.

Eficiența programului de intervenții psihologice a fost determinată prin examinarea comparativă a mediilor dintre: (1) rezultatele adolescentelor din GE între test și retest, (2) rezultatele adolescentelor din GC între test și retest, (3) rezultatele obținute de GE la retest în raport cu cele ale GC la retest și (4) rezultatele obținute de GE test cu retest și retest 2 (follow-up) [38].

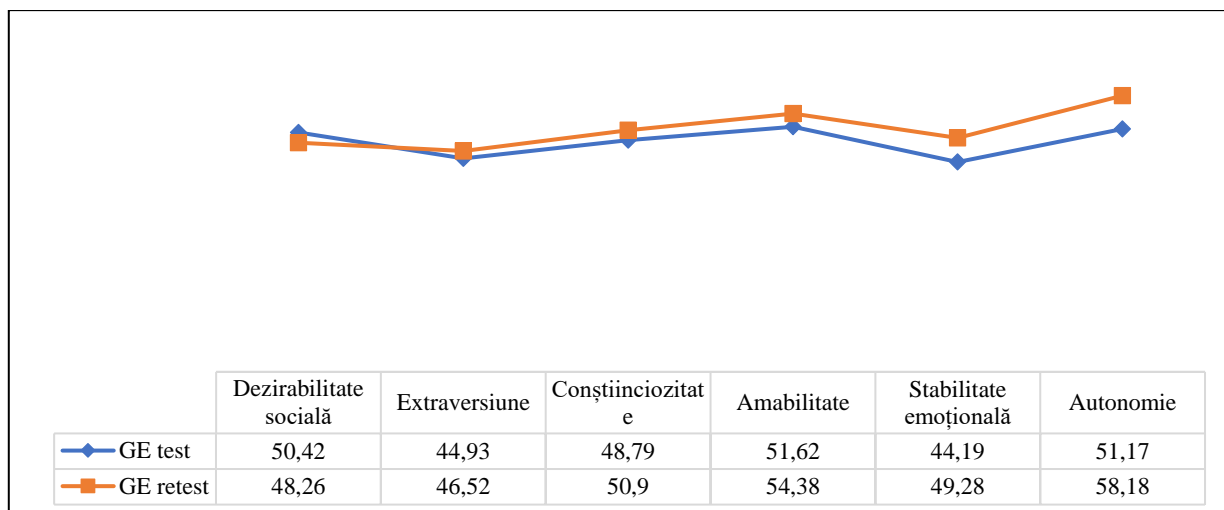
Prima direcție de comparație sunt mediile adolescentelor **din GE test** cu cele ale adolescentelor din **GE retest**. Mediile pentru TCA (dietă, bulimie și control oral) la adolescentele din GE test și retest sunt prezentate în figura 5.



**Fig. 5. Mediile pentru posibilitatea prezenței TCA (dietă, bulimie, control oral) la adolescentele din GE test și GE retest**

Urmărind datele din figura 5, putem observa că la posibilitatea TCA participantele din GE test au înregistrat la test o medie de 29,5 u.m., iar la retest media a scăzut la 21,25 u.m. Diferența înregistrată este statistic semnificativă, conform testului Wilcoxon ( $Z=-3.077$ ,  $p=0,002$ ). Explicăm aceste modificări prin participarea adolescentelor în activități de identificare a tiparelor disfuncționale de gândire și comportament, activități orientate spre dezvoltarea unei relații funcționale cu alimentația și corpul, dezvoltarea SS și a unei imagini corporale pozitive, precum și exerciții de reglare și exprimare emoțională [38].

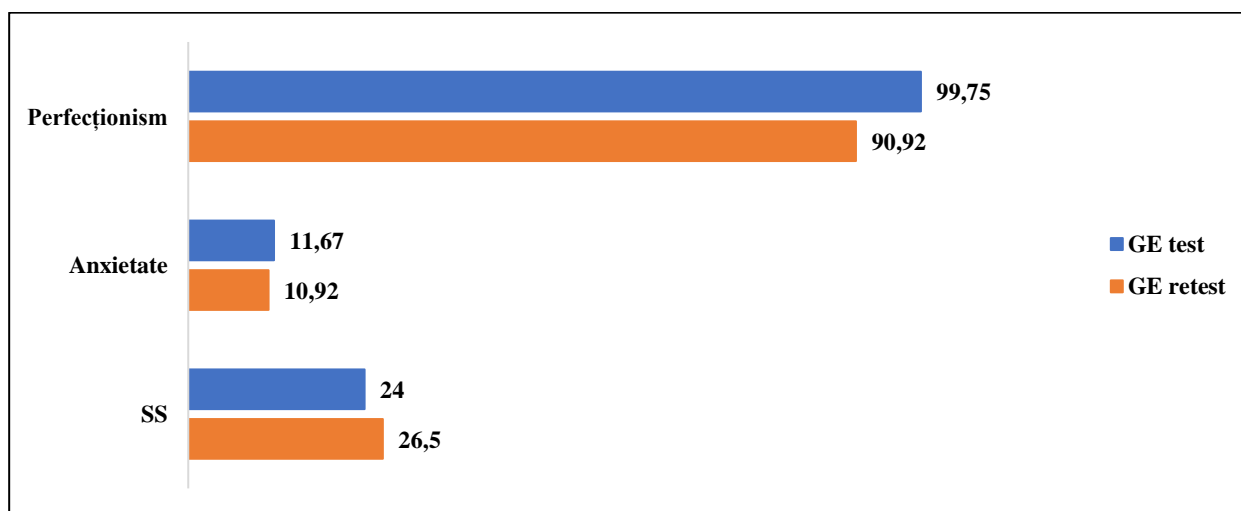
Rezultatele pentru trăsăturile de personalitate la adolescentele din GE test și GE retest pot fi vizualizate în figura 6.



**Fig. 6. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la adolescentele din GE test și GE retest**

La dezirabilitate socială, media scorurilor scade de la 50,42 u.m. la test, la 48,26 u.m. la retest. Diferența este semnificativă statistic ( $Z=-2.003$ ,  $p=0,021$ ), ceea ce poate indica o diminuare a tendinței adolescentelor de a răspunde într-un mod conformist sau social acceptabil și o orientare mai mare spre exprimarea autentică a propriilor atitudini și comportamente [38]. Pentru extraversiune, conștiinciozitate, amabilitate și stabilitate emoțională, mediile adolescentelor se modifică, însă nu consemnăm încă diferențe statistic semnificative. Pentru trăsătura autonomie se înregistrează o creștere semnificativă de la o medie de 51,17 u.m. la test, la 58,18 u.m. la retest. Atestăm o diferență statistic semnificativă ( $Z=-3.061$ ,  $p=0,002$ ), rezultat care sugerează o consolidare a capacității adolescentelor de a lua decizii independente, de a-și afirma punctele de vedere și de a-și asuma controlul asupra propriului comportament, ceea ce este un indicator important în procesul de optimizare a personalității.

Urmărind figura 7, putem observa modificările pentru perfecționism, anxietate și SS la adolescentele din GE test și retest.

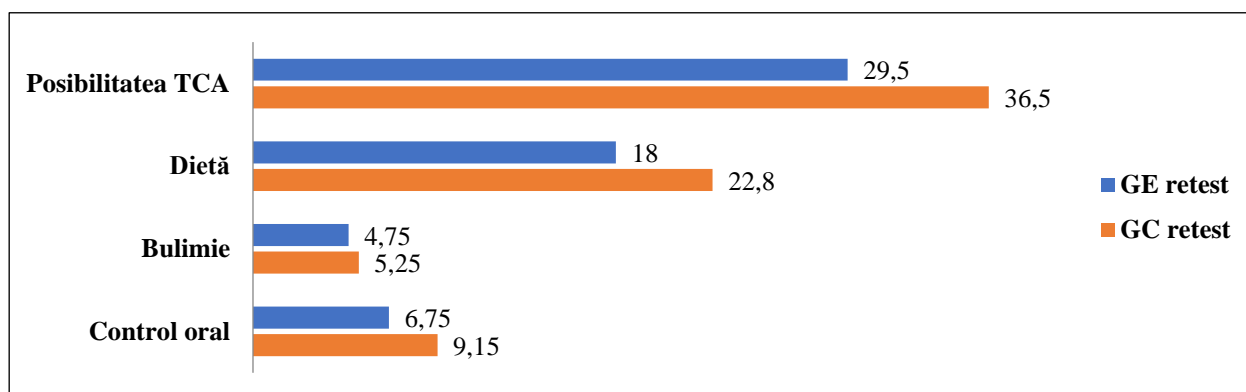


**Fig. 7. Mediile pentru perfecționism, anxietate și SS la adolescentele din GE test și GE retest**

Astfel, adolescentele din GE în etapa test demonstrează o medie de 99,75 u.m. și 90,92 u.m. la retest pentru perfecționism. Diferența observată este semnificativă statistic conform testului Wilcoxon ( $Z=-3.068$ ,  $p=0,002$ ), ceea ce indică o diminuare clară a tendințelor perfecționiste în urma participării adolescentelor la programul de intervenții psihologice. Aceste schimbări se datorează activităților orientate spre acceptarea de sine, flexibilitate cognitivă și restructurarea așteptărilor nerealiste. În concordanță cu mediile pentru anxietate, observăm că, deși există o ușoară tendință de scădere a nivelului de anxietate după aplicarea programului de intervenții psihologice, diferența nu este semnificativă din punct de vedere statistic. Pentru SS, diferența consemnată între medii (GE test: 24 u.m. și GE retest: 26,5 u.m.) este statistic semnificativă conform testului Wilcoxon ( $Z=-2.917$ ,  $p=0,004$ ). Vom sublinia că programul de intervenții psihologice produce modificări în SS prin dezvoltarea unei imagini de sine mai pozitive la adolescente [38].

O altă direcție de comparație sunt rezultatele pentru CA dezadaptative, TCA, trăsăturile de personalitate, perfecționism, anxietate, SS, relația sine-corp la adolescentele din **GC test și GC retest**. Astfel, la posibilitatea TCA, adolescentele din GC test au 34,25 u.m., iar la retest 36,5 u.m. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la adolescentele din GC test și retest, deși prezintă modificări, sunt mici și ne semnificative statistic după testul Wilcoxon. În acord cu constatările anterioare ce evidențiază interrelațiile dintre CA dezadaptative / TCA și trăsăturile de personalitate (conștiinciozitate și stabilitate emoțională), considerăm oportună implicarea adolescentelor în programul de intervenții psihologice, care să conțină și activități de dezvoltare a personalității. Media adolescentelor din GC pentru perfecționism obținută la testul inițial a fost de 111,42 u.m., iar la retestare s-a înregistrat o creștere ușoară, până la 113,83 u.m. Testul Wilcoxon indică o diferență statistic semnificativă ( $Z=-2.610$ ,  $p=0,009$ ), ceea ce sugerează o tendință de accentuare a atitudinilor și comportamentelor perfecționiste în absența unor intervenții psihologice. În rândul adolescentelor din GC nu identificăm diferențe statistic semnificative pentru anxietate între etapele test și retest, după testul Wilcoxon, însă mediile apropiate ne vorbesc despre o constanță sau chiar o ușoară agravare a exprimării anxietății la adolescentele din GC retest, fapt care indică necesitatea sprijinului psihologic oferit adolescentelor pe această dimensiune. La testul inițial, adolescentele din GC pentru SS au obținut un scor de 19,58 u.m., la retestare, media scorurilor a crescut ușor, ajungând la 20,17 u.m. (fără diferențe statistic semnificative, conform testului Wilcoxon). Lipsa schimbărilor în SS, relevă că în absența unor intervenții psihologice structurate, modificările pozitive în autoevaluare sunt limitate [38].

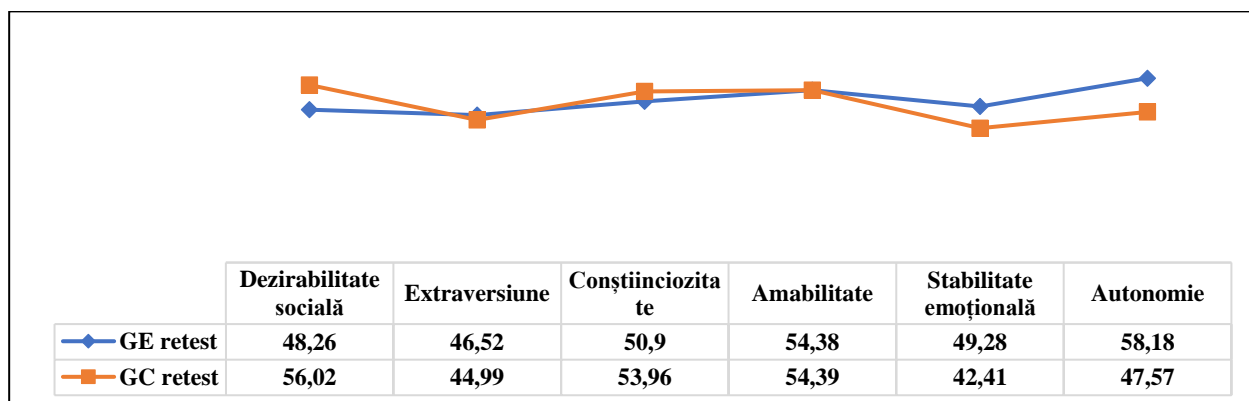
Încă o direcție de comparație sunt rezultatele adolescentelor din **GE retest și GC retest**. Mediile pentru posibilitatea prezenței TCA și dieta, bulimie și control oral la adolescentele din GE retest și GC retest sunt expuse în figura 8.



**Fig. 8. Mediile pentru posibilitatea prezenței TCA (dietă, bulimie, control oral) adolescentele din GE retest și GC retest**

Urmărind datele din figura 8, observăm că cele două grupe comparate – GE retest și GC retest – prezintă diferențe notabile în ceea ce privește posibilitatea TCA. Adolescencele din GE retest obțin o medie de 29,5 u.m., în timp ce cele din GC retest înregistrează o medie de 36,5 u.m. ( $U=0, p=0,000$ ). Pentru dietă, media în GE retest: 18 (u.m.), iar media în GC retest: 22,8 u.m. ( $U=11,0, p=0,000$ ). La bulimie, adolescentele din GE retest au o medie de 4,75 u.m., iar cele din GC retest – 5,25 u.m. ( $U=16,0, p=0,001$ ). În ceea ce privește controlul oral, media GE retest: 6,75 u.m., iar media GC retest – 9,15 u.m. ( $U=13,5, p=0,000$ ). Diferențele dintre cele două grupuri sunt semnificative statistic, după testul U Mann Whitney, fapt ce confirmă eficiența programului de intervenții psihologice în reducerea riscului TCA la adolescentele din GE [38]. Considerăm că aceste modificări au fost posibile datorită exercițiilor îndreptate spre corectarea gândurilor disfuncționale legate de alimentație și IC, exercițiilor pentru reducerea vulnerabilității față de idealuri nerealiste și exercițiilor de reglare emoțională și management al stresului.

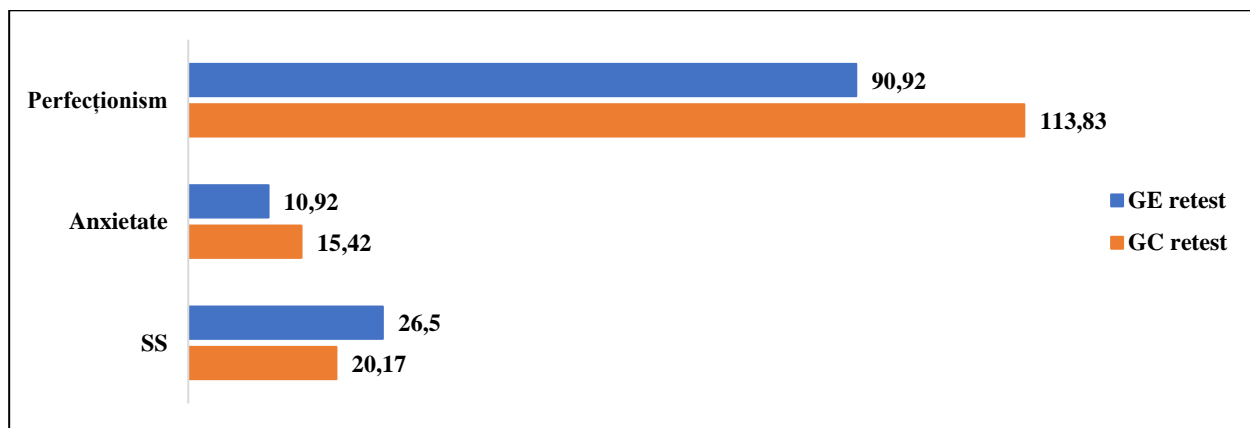
Mediile pentru trăsăturile de personalitate la adolescentele din GE retest și cele din GC retest sunt ilustrate în figura 9.



**Fig. 9. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la adolescentele din GE retest și GC retest**

Analizând mediile pentru trăsăturile de personalitate la adolescentele din GE retest și GC retest ilustrate în figura 9, observăm diferențe între medii (pentru cinci din cele șase trăsături: dezirabilitate socială, extraversiune, conștiinciozitate, stabilitate emoțională și autonomie). Modificările înregistrate la nivelul mediilor pentru dezirabilitate socială ( $U=32,0$ ,  $p=0,020$ ) și autonomie ( $U=26,5$ ,  $p=0,007$ ) sunt semnificative statistic, după testul U Mann Whitney. Schimbările în trăsăturile de personalitate la adolescentele din GE retest sunt determinate de programul de intervenții psihologice și reflectă o mai mică dorință de a impresiona, o tendință de a fi mai spontană și o diminuare a labilității emoționale.

Figura 10 ilustrează mediile pentru perfecționism, anxietate și SS la adolescentele din GE retest și GC retest.



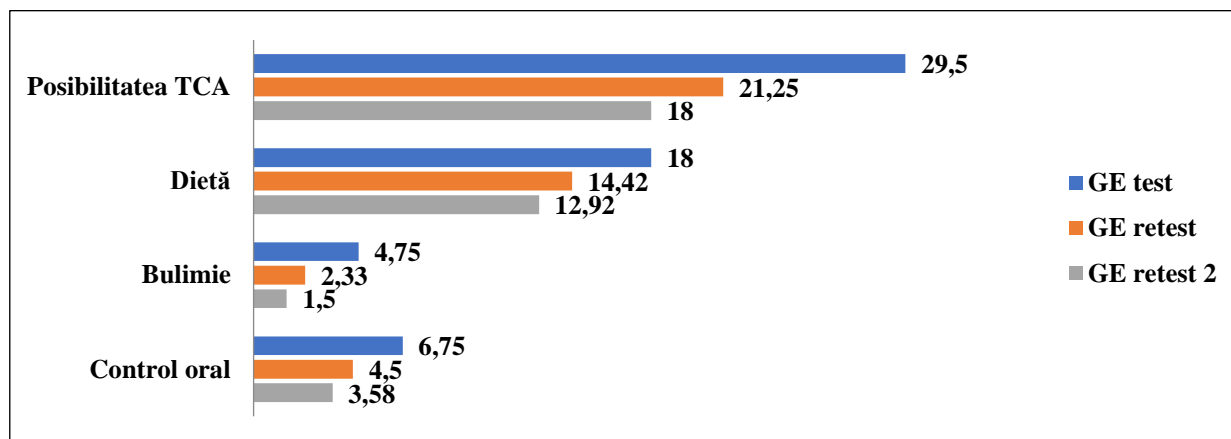
**Fig. 10. Mediile pentru perfecționism, anxietate și SS la adolescentele din GE retest și GC retest**

Analizând rezultatele pentru perfecționism, observăm că adolescentele din GE retest au o medie de 90,92 u.m., în timp ce media înregistrată în GC retest este considerabil mai mare, și constituie – 113,83 u.m. Diferența pentru perfecționism dintre cele două grupuri este semnificativă din punct de vedere statistic conform testului U Mann Whitney ( $U=16,5$ ,  $p=0,001$ ) [38]. Activitățile din programul de intervenții psihologice reduc standardele rigide și autocritica excesivă. Totodată, adolescentele învață să își reevalueze convingerile disfuncționale legate de control, greutate și performanță personală, ceea ce diminuează nivelul de perfecționism. Pentru anxietate, participantele din GE retest demonstrează o medie de 10,92 u.m., în timp ce media obținută de adolescentele din GC retest este de 15,42 u.m. ( $U=34,0$ ,  $p=0,028$ ). Deși valorile indică o scădere a nivelului de anxietate în rândul adolescentelor care au participat la programul de intervenții psihologice, diferența nu este statistic semnificativă, conform testului U Mann Whitney. Vom sublinia că intervențiile trebuie menținute pentru a produce efecte mai stabile. Privitor SS la retest, observăm că adolescentele din GE se caracterizează prin media – 26,5 u.m., iar adolescentele din GC – 20,17 u.m. ( $U=12,5$ ,  $p=0,000$ ). Acest rezultat relevă o tendință pozitivă de creștere a SS în rândul adolescentelor care au participat la programul de intervenții psihologice,

atingând pragul semnificației statistice în comparația intergrupuri conform testului U Mann Whitney.

După finalizarea programului de intervenții psihologice la trei luni de la primul retest, am considerat oportună *realizarea unei a doua evaluări (GE retest 2)* pentru a testa evoluția și durabilitatea efectelor obținute.

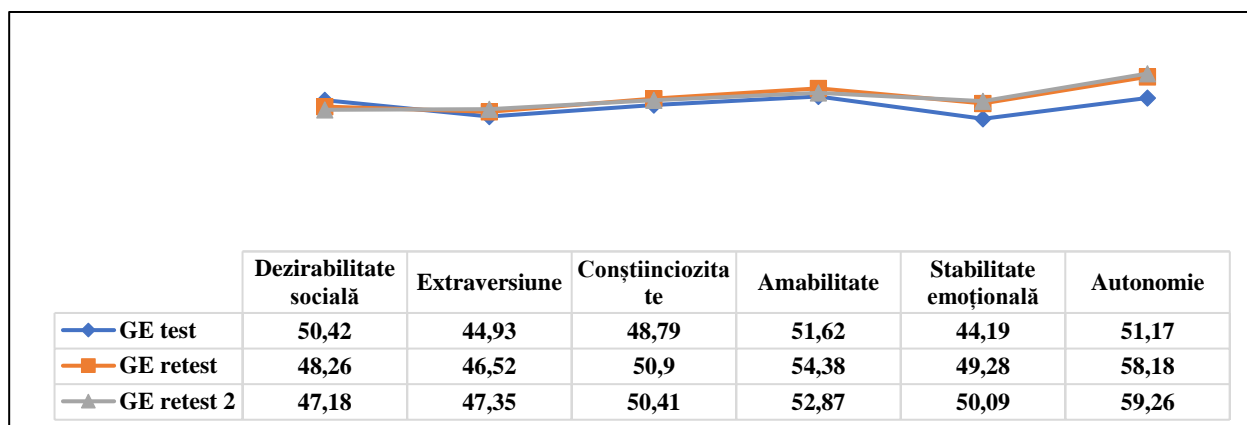
În figura 11 avem ilustrate mediile pentru posibilitatea TCA (dietă, bulimie, control oral) la adolescentele din GE de la toate cele trei etape de testare.



**Fig. 11. Mediile pentru posibilitatea TCA (dietă, bulimie, control oral) la adolescentele din GE test, GE retest și GE retest 2**

Modificările înregistrate pentru TCA (dietă, bulimie, control oral) sunt statistic semnificative, conform testului Wilcoxon ( $Z=-3.065, p=0,002, Z=-2.938, p=0,003, Z=-2.671, p=0,008$  și  $Z=-2.969, p=0,003$ ). Diferențele consemnate pentru TCA, dietă, bulimie și control oral evidențiază o diminuare susținută a comportamentului de control alimentar rigid, o atitudine mai flexibilă față de consumul alimentar și o reducere constantă a preocupărilor alimentare excesive și a simptomelor bulimice la adolescentele din GE.

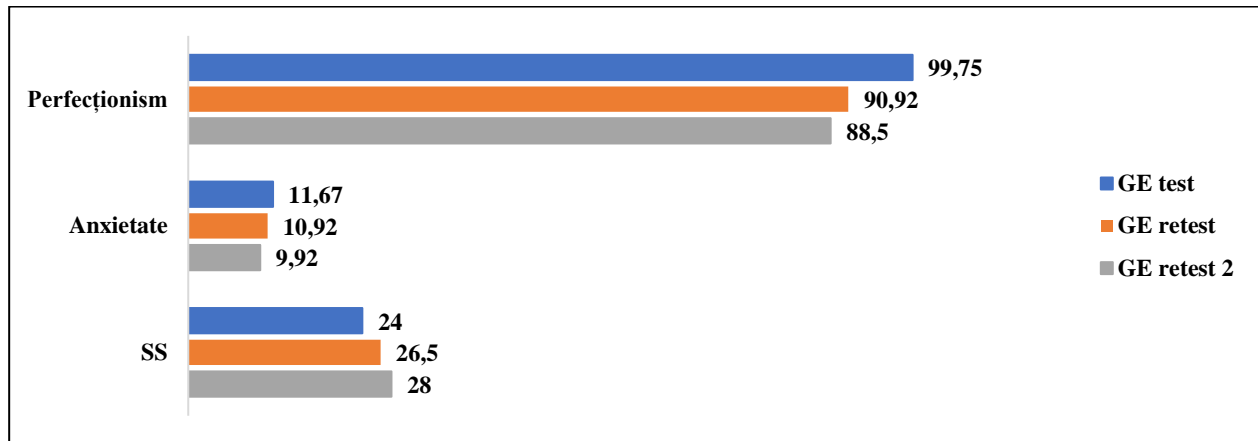
Am urmărit trăsăturile de personalitate la adolescentele din GE test, retest și retest 2. Mediile la acestea conform CP5F sunt expuse în figura 12.



**Fig. 12. Mediile pentru trăsăturile de personalitate la adolescentele din GE test, GE retest și GE retest 2**

Diferențele de medii între GE test și retest 2, sunt statistic semnificative după testul Wilcoxon pentru dezirabilitate socială ( $Z=-2.194$ ,  $p=0,028$ ), stabilitate emoțională ( $Z=-2.986$ ,  $p=0,003$ ), și autonomie ( $Z=-3,063$ ,  $p=0,002$ ). Astfel, consemnăm că adolescentele ce au participat la programul de intervenții psihologice după o perioadă de timp se caracterizează prin diminuarea dorinței de a corespunde normelor sociale, o scădere a vulnerabilității emoționale, o mai bună reglare a emoțiilor și o dezvoltare a independenței, a capacității de decizie și a încrederii în sine. Schimbările enumerate se datorează programului de intervenții psihologice ce favorizează dezvoltarea unei configurații de personalitate mai echilibrate și mai autonome, aspecte esențiale în reducerea vulnerabilității la CA dezadaptative.

Schimbările în nivelul perfecționismului, anxietății și SS în GE pe parcursul celor trei etape de evaluare: test inițial, retest și retestul final pot fi analizate în figura 13.



**Fig. 13. Mediile pentru perfecționism, anxietate și SS la adolescentele din GE test și GE retest și GE retest 2**

La dimensiunea perfecționism, conform testului Wilcoxon, evidențiem între GE test și GE retest 2 diferențe semnificative ( $Z=-3,065$ ,  $p=0,002$ ). Schimbările pentru perfecționism ne permit să consemnăm o ameliorare constantă a perfecționismului maladadaptativ pe parcursul intervențiilor psihologice și după încheierea acestora. Participantele dobândesc treptat o atitudine mai flexibilă față de propriile performanțe și o mai mare capacitate de a accepta erorile ca parte firească a procesului de învățare. Acest progres reflectă eficiența activităților centrate pe restructurarea convingerilor nerealiste, reducerea autocriticii și cultivarea unei relații mai sănătoase cu sine. Cu referire la anxietate, conform testului Wilcoxon, între GE test și GE retest atestăm diferențe semnificative statistic ( $Z=-2,260$ ,  $p=0,024$ ). Această consemnare evidențiază o tendință clară de reducere a anxietății, ceea ce indică faptul că programul aplicat are un efect benefic asupra capacității participantelor de a gestiona îngrijorarea, tensiunea și stresul. Remarcăm că pe parcursul programului, adolescentele au învățat să își înțeleagă mai bine trăirile și să folosească strategii mai adecvate de reglare emoțională, cunoștințe pe care continuă să le aplice și după

încheierea programului. Pentru SS obținem între GE test și GE retest 2 diferențe statistice semnificative ( $Z=-2,950$ ,  $p=0,003$ ), în conformitate cu testul Wilcoxon. Creșterea mediei pentru SS reflectă eficiența intervențiilor psihologice desfășurată cu GE, care a contribuit la dezvoltarea unei imagini de sine mai stabile și la creșterea încrederii în propriile resurse. De asemenea, vom menționa că procesul de schimbare se menține și se amplifică după finalizarea intervențiilor, ceea ce indică o internalizare durabilă a competențelor de autoapreciere și autoreglare emoțională.

## CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Demersul teoretico-empiric realizat prezintă modul de manifestare a comportamentelor alimentare distincte (CA dezadaptative și riscul TCA) la adolescente, caracteristicile de personalitate la acestea și descrie rezultatele implementării unui program de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea personalității la adolescentele cu CA dezadaptative și riscul TCA. Interpretarea sistematică a rezultatelor cercetării permite fundamentarea concluziilor științifice care contribuie la conceptualizarea integrativă a CA la adolescente:

1. Comportamentul alimentar poate fi definit ca un construct complex, rezultat al interacțiunii dintre mecanisme biologice, procese psihologice și influențe socioculturale. Iar comportamentul alimentar dezadaptativ reprezintă un ansamblu de tipare de restricție rigidă, reactivitate la stimuli externi și / sau alimentație emoțională / necontrolată, care perturbă autoreglarea și este susținut de mecanisme cognitive și emoționale specifice. Tulburările de comportament alimentar constituie afecțiuni psihologice severe, în care comportamentele alimentare sunt strâns asociate cu modul în care individul percepe și interpretează consumul de alimente, greutatea corporală, imaginea corporală și valoarea personală.
2. *La adolescente consemnăm destul de frecvent CA dezadaptative.* Dintre tipurile de CA dezadaptative cele mai răspândite sunt CAEm și CAR. Vom menționa că experiențele emoționale negative (anxietatea, stresul, tristețea), precum și regulile stricte și intenționate influențează semnificativ alimentația adolescentelor. *Pe parcursul vârstei adolescente evidențiem tipare alimentare diferite: în adolescența mijlocie prevalează CAEm, CAR și CAEx, în adolescența timpurie – CAEx, CAEm și CAR, la finele adolescenței – CAEm.*
3. *Una din trei adolescente dă dovadă de risc crescut de TCA.* Pentru aceste adolescente sunt caracteristice tipare alimentare rigide, dezorganizare, asociate cu griji constante și intruzive cu privire la greutatea corporală, precum și dificultăți semnificative în reglarea consumului alimentar. *Adolescentele de 18 – 19 ani prezintă categoria cea mai vulnerabilă de adolescente pentru riscul de TCA.*

4. Am stabilit relații între CA dezadaptative, ce denotă că existența unui tip de CA dezadaptativ condiționează manifestarea altuia și semnalează conturarea unui patern disfuncțional al CA la adolescente. *Interrelații constatăm între CA dezadaptative și riscul TCA, astfel CA dezadaptative sunt factori predispozanți pentru TCA, fie sunt expresii incipiente ale acestora.*
5. Pentru adolescentele cu CA dezadaptative (CAR, CAEm și CAEx) și TCA sunt definitorii următoarele particularități de personalitate: *conștiinciozitate* (reflectedă prin organizare, autocontrol și responsabilitate) și *perfecționism accentuat* (standarde rigide și dificil de atins, tendințe autocritice și frica de a comite greșeli). În plan emoțional, atestăm *instabilitate afectivă, îngrijorări fervente, reactivitate și sensibilitate emoțională pronunțată și niveluri ridicate de anxietate*. În plus, la aceste adolescente *identificăm SS redusă și o percepție negativă și deformată a IC*. Dimensiunile de personalitate reliefate la adolescente considerăm că pot contribui la perpetuarea și accentuarea CA dezadaptative și TCA.
6. Cu referire la CF, vom menționa că adolescentele cu CA dezadaptative și TCA tind să evalueze CF ca fiind cu prevalență negativ. Astfel, mediul familial caracterizat prin comunicare conflictuală, ostilitate între părinți, între părinți și adolescente, deficit de afecțiune și sprijin emoțional, precum și criticismul excesiv sunt asociate cu incidența mai mare a CA disfuncționale. *Vom sublinia că CF negativ configurează și determină CA dezadaptative și TCA la adolescente.*
7. *Programul de intervenții psihologice orientat la dezvoltarea personalității adolescentelor cu CA dezadaptative și riscul TCA favorizează modificări de intensitate diferită la adolescentele din GE retest și GE retest 2.* La adolescentele din GE retest se înregistrează schimbări limitate în CA dezadaptative (CAR, CAEm, CAEx, CC, MN și ME). Modificări cu o intensitate mai substanțială evidențiem pentru TCA la adolescente. La nivelul personalității la aceste adolescente observăm o ameliorare a autonomiei, împreună cu o reducere a dezirabilității sociale și a perfecționismului, precum și o creștere a SS. *La aceleași adolescente, la un follow-up efectuat la trei luni după programul de intervenții psihologice, consemnăm nu doar o menținere a schimbărilor, ci și o evoluție ascendentă a acestora.* Astfel, evidențiem o reducere importantă a CA dezadaptative și a TCA. Schimbări marcante atestăm pentru caracteristicile personalității după cum urmează: diminuarea dezirabilității sociale și consolidarea stabilității emoționale și independenței. De asemenea, remarcăm scăderea nivelului de perfecționism și anxietate, precum și o creștere a SS și îmbunătățirea relației cu propriul corp.

Demersul întreprins ne permite să înaintăm următoarele **recomandări**:

1. Promovarea programelor de prevenție și a programului de intervenții psihologice din lucrare în licee privind alfabetizarea emoțională și nutrițională, cu accent pe cultivarea unui raport sănătos cu alimentația, dezvoltarea personalității și formarea unei IC pozitive în rândul adolescentelor.
2. Implicarea activă a tuturor adulților importanți din viața adolescentelor (părinți, cadre didactice) în procesul de identificare și prevenție a CA dezadaptative și a riscului de TCA prin organizarea de sesiuni de informare și consiliere cu referire la dezvoltarea obiceiurilor alimentare.
3. Realizarea unor campanii de conștientizare privind impactul mediului digital și al rețelelor de socializare asupra CA și IC.

**Sugestii privind cercetările ulterioare.** În contextul demersului teoretico-empiric realizat, considerăm că investigarea domeniului CA distincte poate fi extinsă prin: cercetări similare la vârste mai timpurii, cum ar fi școlaritatea mică și preadolescența sau eșantioane din medii socio-economice diferite. De asemenea, este relevant de analizat influența rețelelor sociale, presiunea de grup, traumele din copilărie asupra CA distincte.

#### BIBLIOGRAFIE

1. ADAMS, G. R. & BERZONSKY, M. D. *Psihologia Adolescenței*. Manualul Blackwell. Iași: Polirom, 2009. 701 p. ISBN: 978-973-46-1303-8.
2. ANTOCI, D. *Personality psychology: Course support*. Chișinău CEP UPSC. 2025. 285 p. ISBN 978-9975-48-323-0.
3. **BALAN, R.** Adolescenții în context social. În: *Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective*. Ed. 1, 27 octombrie 2023. Bălți: Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, 2023, pp. 272-275. ISBN (pdf) 978-9975-50-314-3.
4. **BALAN, R.** Climatul familial negativ ca factor de risc în rândul adolescentelor cu probleme alimentare. *Revista Acta et Commentationes*. 2025, nr. 2 (40), pp. 145-152. ISSN 1857-0623.
5. **BALAN, R.** Conștiințiozitatea la adolescentele cu comportament alimentar distinct. În: *Tradiție și inovare în cercetarea științifică*, Ed. XII, 6-7 octombrie 2023, Bălți. Bălți: Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, 2024, Ediția 12, Vol. I, pp. 199-203. ISBN 978-9975-50-319-8.
6. **BALAN, R.** Educația ca factor de prevenție și intervenție în comportamentul alimentar patologic. În: *Kreatikon. Creativitate. Formare. Performanță*, Ed. 20, 3-6 aprilie 2025, Iasi. Iași: Profesioniștii Imprimerilor din Moldova, Iași, 2025, Ediția 20, pp. 244-248. ISSN 2068 - 1372.
7. **BALAN, R.** Impactul perfecționismului asupra relației cu propriul corp la adolescentele cu risc de tulburări de comportament alimentar. *Revista Univers Pedagogic*. 2025, nr. 3(87), pp. 79-86. ISSN 1811-5470.
8. **BALAN, R.** Intervenții psihologice în dezvoltarea personalității adolescentelor cu probleme alimentare. În: *Dezvoltarea personală și integrarea socială a actorilor educaționali*, 12 noiembrie 2021, Chișinău. Chișinău: CEP UPS, 2021, pp. 69-78. ISBN 978-9975-46-570-0.
9. **BALAN, R.** Personalitatea adolescentelor cu comportament alimentar distinct. În: *Cercetare, inovare, dezvoltare*, Ed. Vol. II, 19 aprilie 2024, Chișinău. Chișinău: CEP UPS „I.Creangă”, 2024, Vol. II, pp. 253-260. ISBN 978-9975-48-207-3.
10. **BALAN, R.** Starea de bine și comportamentul alimentar. În: *Science and education: new approaches and perspectives*, Ed. 26, 21-22 martie 2024, Chișinău. Chișinău: CEP UPS „I.Creangă”, 2024, Seria 26, Vol.1, pp. 149-155. ISBN 978-9975-46-943-2.

11. **BALAN, R.** & RACU, Iu. Dezvoltarea personalității adolescentelor cu probleme de alimentație. În: *Tradiție și inovare în cercetarea științifică*. 8 octombrie 2021, Bălți. Bălți: Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, 2021, Ediția 10, Vol. II, pp. 72-75. ISBN 978-9975-50-272-6.
12. BARAKAT, S.; MCLEAN, S.A.; BRYANT, E. et al. Risk Factors for Eating Disorders: Findings From a Rapid Review. In: *Journal of Eating Disorders*. 2023, nr. 11(8). 10.1186/s40337-022-00717-4. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1186/s40337-022-00717-4> [viewed 2024-03-24].
13. BRYTEK-MATERA, A. Negative affect and maladaptive eating behavior as a regulation strategy in normal-weight individuals: a narrative review. In: *Sustainability*. 2021, nr. 13(24). doi: 10.3390/su132413704. Available from: <https://www.mdpi.com/2071-1050/13/24/13704>.
14. CARAMAN, N.; VALACHE, M.; BIVOL, M.; ROTARCIUC, J. & CHIHAI, J. Factorii psihologici și socio-culturali în dezvoltarea tulburărilor de alimentație. În: *Cercetarea în biomedicină și sănătate: calitate, excelență și performanță*. Chișinău: USMF. 2024. p. 424. ISSN 2345-1467.
15. CERNIGLIA, L.; CIMINO, S.; TAFA, M. & MARZILLI, E. Family profiles in eating disorders: Family functioning and psychopathology. In: *Psychology Research and Behavior Management*. 2017, nr. 10. pp. 305-312. ISSN: 1179-1578. Available from: [https://www.researchgate.net/publication/320196173\\_Family\\_profiles\\_in\\_eating\\_disorders\\_family\\_functioning\\_and\\_psychopathology](https://www.researchgate.net/publication/320196173_Family_profiles_in_eating_disorders_family_functioning_and_psychopathology) [viewed 2024-01-22].
16. CONDREA, V. *Particularități psihologice ale tulburărilor de comportament alimentar la adolescenții cu diabet zaharat tip 1*. Teză de doctor în psihologie. Chișinău: USM. 2025. CZU: 159.922.8:616.89-008.441.42:616.379-008.64(043.3).
17. DSM-5-TR: *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 5th Edition, American Psychiatric Association, 2017. ISBN: 978-9386217967.
18. FAIRBURN, C. Cognitive-Behavioral Therapy for Bulimia Nervosa. In: *Eating disorder and obesity: a comprehensive handbook*. 2nd edition. New York: Guilford Press, 2005. pp. 302-307. ISBN: 978-1593852368.
19. FAIRBURN, C.G. *Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders*. New York: Guilford Press. 2008. p. 324. ISBN: 978-1593857097.
20. FRANCO-PAREDES, K.; DÍAZ-RESÉNDIZ, F.J.; PELÁEZ-FERNÁNDEZ, M.A. & BAUTISTA-DÍAZ, M.L. Variables that explain disordered eating behaviors among women: the mediating role of body dissatisfaction. In: *Eat Weight Disord*. 2024, vol. 29, nr. 4. doi: 10.1007/s40519-023-01626-4. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40519-023-01626-4>.
21. GRENON, R.; SCHWARTZ, D.; HAMMOND N. et al. Group Psychotherapy for Eating Disorders: A Meta-Analysis. In: *International Journal of Eating Disorders*. 2017, vol. 50(9), pp. 997-1013. ISSN: 0276-3478. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28771758/> [viewed 2023-01-03].
22. HARGREAVES, D.; MATES, E.; MENON, P. et al. Strategies and interventions for healthy adolescent growth, nutrition, and development. In: *Lancet*. 2022, vol. 399, pp. 198–210. DOI: 10.1016/S0140-6736(21)01593-2. Available from: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)01593-2/abstract](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)01593-2/abstract) [viewed 2022-06-03].
23. HILBERT, A.; PIKE, K.M.; GOLDSCHMIDT, A.B. et al. Risk factors across the eating disorders. In: *Psychiatry Res*. 2014, nr. 220, pp. 500–506. doi: 10.1016/j.psychres.2014.05.054. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25103674/> [viewed 2022-02-01].
24. *ICD-11-CM: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems. Feeding or eating disorders*. 11th revision, World Health Organization, 2019. Available from: <https://icd.who.int/browse/2025-01/mms/en#1412387537> [viewed 2021-12-17].
25. JACKA, F.N.; PASCO, J.A.; MYKLETUN, A. et al. Association of Western and traditional diets with depression and anxiety in women. In: *Am. J. Psychiatry*. 2010, nr. 167, pp. 305–311. doi: 10.1176/appi.ajp.2009.09060881. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20048020/> [viewed 2022-06-12].

26. JENKINS, S.K. & HORNER, S.D. Barriers that Influence Eating Behaviors in Adolescents. In: *Journal of Pediatric Nursing*. 2005, nr. 20(4), pp. 258-267. DOI: 10.1016/j.pedn.2005.02.014. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1186/s40337-020-00353-w> [viewed 2022-05-30].
27. LOSÎL, E. & ȘTEFAN, M. Self-esteem, anxiety, and their influence on eating behavior in adolescent girls. In: *Journal of Romanian Literary Studies*. 2024, nr. 39, pp. 163-169. ISSN 2248-3004. Disponibil: <https://www.asociatia-alpha.ro/Jrls/039-2024/Jrls-039-020.pdf> [accesat 2024-12-24].
28. MANESCHY, I.; MORENO, L.A.; RUPEREZ, A.I. et al. Eating Behavior Associated with Food Intake in European Adolescents Participating in the HELENA Study. In: *Nutrients*. 2022, nr. 14(15):3033. doi: 10.3390/nu14153033. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9332602/> [viewed 2022-10-25].
29. MARQUES, A.; NAIA, A.; BRANQUINHO, C. & MATOS, M.G. Adolescents' eating behaviors and its relationship with family meals, body mass index and body weight perception. In: *Nutrition Hospitalaria*. 2018, nr. 35 pp. 550-556. ISSN 1699-5198. Available from: <http://revista.nutricionhospitalaria.net/index.php/nh/article/view/1540> [viewed 2023-01-10].
30. MURAYAMA, Y.; ITO, H.; HAMADA, M. et al. Examining simultaneous associations of four emotion regulation strategies with abnormal eating behaviors/attitudes in early adolescents. In: *Eat Behav*. 2021, nr. 40:101449. doi: 10.1016/j.eatbeh.2020.101449. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33246836/> [viewed 2022-05-11].
31. MURPHY, R.; STRAEBLER, S.; COOPER, Z. & FAIRBURN, C.G. Cognitive Behavioral Therapy for Eating Disorders. In: *Psychiatric Clinics of North America*. 2010, nr. 33(3), pp. 611-627. DOI: 10.1016/j.psc.2010.04.004. ISSN 0193-953X. Available from: [https://www.researchgate.net/publication/45090260\\_Cognitive\\_Behavioral\\_Therapy\\_for\\_Eating\\_Disorders](https://www.researchgate.net/publication/45090260_Cognitive_Behavioral_Therapy_for_Eating_Disorders) [viewed 2023-09-23].
32. NEUMARK-SZTAINER, D.; EISENBERG, M.E.; FULKERSON, J.A. et al. Family meals and disordered eating in adolescents: longitudinal findings from Project EAT. In: *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*. 2008, nr. 162(1), pp. 17-22. ISSN: 1072-4710. Available from: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/378850> [viewed 2023-06-08].
33. POTÂNG, A. & CONDREA, V. Aspecte psihologice ale diabolimiei. În: *Studia Universitatis Moldaviae (Seria Științe ale Educației)*, 2021. nr. 9(149). p. 79-82. ISSN 2345-1025. Disponibil: <https://doi.org/10.5281/zenodo.5779802> [accesat 2022-09-12].
34. RACU, Ig. & RACU, Iu. *Psihologia dezvoltării*. Chișinău: CEP USM, 2013. 212 p. ISBN: 978-9975-71-478-5.
35. RACU, Iu. & BALAN, R. Stima de sine la adolescentele cu comportament alimentar distinct. În: *Perspectivile și problemele integrării în spațiul european al cercetării și educației*. Ediția a IX-a. 6 iunie 2024.
36. RACU, Iu. & BALAN, R. Particularitățile autoevaluării imaginii personale la adolescente. În: *Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective*. 21-22 octombrie 2021, Chișinău. Chisinau, Republic of Moldova: Editura „Lexon-Prim”, 2021, Ediția XXXII, pp. 60-65. ISBN 978-9975-50-269-6.
37. RACU, Iu. & BALAN, R. Relația dintre sine și corp la adolescentele cu tendințe alimentare restrictive. În: *Perspectivile și problemele integrării în spațiul european al cercetării și educației*. Ediția a IX-a. 6 iunie 2024.
38. RACU, Iu. & BALAN, R. Dezvoltarea personalității adolescentelor cu comportament alimentar disfuncțional. În: *Psihologie. Revista științifico-practică*. 2025, nr. 1(46), pp. 3-12. ISSN E 2537-6276.
39. RACU, Iu. & BALAN, R. Fortificarea stimei de sine la adolescente. În: *Abordări psiho-pedagogice, lingvistico-literare, istorice și didactice în științele educației*, Ed. 4, 20 decembrie 2023, Cahul. Cahul: Universitatea de Stat „Bogdan Petriceicu Hasdeu” din Cahul, 2024, Ediția 4, pp. 92-99. ISBN 978-9975-88-120-3.
40. RADU, N. *Psihologia vârstelor: adolescența – schiță de psihologie istorică*. București: Fundația România de Măine, 1995. 166 p. ISBN: 973-9202-50-0.

41. SALARI, N.; HEIDARIAN, P.; TARRAHI, M.J. et al. Global prevalence of eating disorders in children: a comprehensive systematic review and meta-analysis. In: *Ital J Pediatr.* 2025, nr. 51:107. ISSN: 1824-7288. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1186/s13052-025-01958-0> [viewed 2025-07-04].
42. SAVAGE, J.S.; FISHER, J.O. & BIRCH, L.L. Parental influence on eating behavior: Conception to adolescence. In: *J Law Med Ethics.* Spring. 2007, vol. 35(1), pp. 22-34. doi: 10.1111/j.1748-720X.2007.00111.x. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC2531152/> [viewed 2024-11-07].
43. SCHMIDT, U.; BROWN, A. & MCCLELLAND, J. Will a Comprehensive, Person-Centered, Team-Based Early Intervention Approach to First Episode Illness Improve Outcomes in Eating Disorders? In: *International Journal of Eating Disorders.* 2016, nr. 49(4), pp. 374-377. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27084796/> [viewed 2022-04-26].
44. SILÉN, Y. & KESKI-RAHKONEN, A. Worldwide prevalence of DSM-5 eating disorders among young people. In: *Current Opinion in Psychiatry.* 2022, nr. 35(6), pp. 362-371. DOI: 10.1097/YCO.0000000000000818. ISSN 0951-7367. Disponibil la: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36125216/> [viewed 2023-07-02].
45. STEVENSON, C.; DOHERTY, G.; BARNETT, J. et al. Adolescents' Views of Food and Eating: Identifying Barriers to Healthy Eating. In: *Journal of Adolescence.* 2007, nr. 30(3), pp. 417-434. DOI: 10.1016/j.adolescence.2006.04.005. Available from: <https://www.researchgate.net/publication/7053109> [viewed 2022-10-25].
46. STONAWSKI, V.; STEHBACH, C.; BAUER, M. et al. Early intervention for adolescents with anorexia nervosa: Pilot evaluation of an outpatient group therapy prior to inpatient treatment. In: *Eur Eat Disord Rev.* 2025, nr. 33(1), pp. 95-105. doi: 10.1002/erv.3128. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39136167/> [viewed 2025-04-16].
47. ȘTEFAN, M. *Particularități psihologice ale comportamentului alimentar la adolescente.* Teză de doctor în psihologie. Chișinău: UPSC. 2026. C.Z.U: 159.922.8:613.2(043.3).
48. TAFUNI, O.; CERNELEV, O.; ZEPKA, V. et al. *Ghidul formatorului: Modelarea stilului sănătos de viață prin alimentație echilibrată și practicare zilnică a activității fizice în rândul adolescenților și tinerilor.* [AO] Principii Sănătoase. Chișinău: Print-Caro. 2023. 100 p. ISBN 978-9975-175-42-5.
49. TARNOVSCHI, A. & MUTRUC, A. Diminuarea tulburărilor comportamentului alimentar din perspectiva psihologică. În: *Psihologia aplicativă din perspectiva abordărilor societale contemporane.* Materialele conferinței științifice naționale cu participare internațională. Chișinău: FPC „PRIMEX-Com” SRL. 2021. p. 262-268. ISBN: 978-9975-159-01-2.
50. TURNER, B.J.; CLAES, L.; WILDERJANS, T.F. et al. Personality profiles in Eating Disorders: further evidence of the clinical utility of examining subtypes based on temperament. In: *Psychiatry Res.* 2014, nr. 219(1), pp. 157-165. doi: 10.1016/j.psychres.2014.04.036. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24878298/> [viewed 2022-03-24].
51. VAN STRIEN, T.; FRIJTERS, J.E.R.; BERGERS, G.P.A. & DEFARES, P.B. The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for Assessment of Restrained, Emotional, and External Eating Behavior. In: *International Journal of Eating Disorders.* 1986, nr. 5, pp. 295-315. ISSN: 0276-3478. Available from: [https://www.academia.edu/37777344/Van\\_Strien\\_et\\_al\\_1986\\_DEBQ](https://www.academia.edu/37777344/Van_Strien_et_al_1986_DEBQ) [viewed 2021-12-12].
52. VELKOFF, E.A.; RUBINO, L.G.; LIU, J. et al. Early reduction in anxiety sensitivity predicts greater reduction in disordered eating and trait anxiety during treatment for bulimia nervosa. In: *Int J Eat Disord.* 2024, nr. 57(8), pp. 1791-1796. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/eat.24207> [viewed 2024-10-23].
53. WAGNER, A.F. & VITOUSEK, K.M. Personality Variables and Eating Pathology. In: *Psychiatr Clin North Am.* 2019, nr. 42(1), pp. 105-119. doi: 10.1016/j.psc.2018.10.012. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30704632/> [viewed 2022-03-03].

**LISTA LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE, ȘTIINȚIFICO-METODICE ȘI DIDACTICE  
ALE DNEI BALAN RODICA**

**Articole în reviste științifice:**

1. RACU, Iu., BALAN, R. Dezvoltarea personalității adolescenților cu comportament alimentar disfuncțional. În: *Psihologie. Revista științifico-practică*, nr. 1(46), 2025. pp. 3-12. ISSN E 2537-6276.
2. BALAN, R. Impactul perfecționismului asupra relației cu propriul corp la adolescentele cu risc de tulburări de comportament alimentar. În: *Revista Univers Pedagogic*, nr.3(87), 2025. ISSN 1811-5470.
3. BALAN, R. Climatul familial negativ ca factor de risc în rândul adolescenților cu probleme alimentare. În: *Revista Acta et Commentationes (Științe ale Educației)*. Nr. 2 (40) / Chișinău: CEP UPS „Ion Creangă”. 2025. pp. 145-152. ISSN 1857-0623.
4. RACU, Iu., BALAN, R. Characteristics of self-esteem in adolescent girls with different types of eating behavior. In: *Journal of Romanian Literary Studies*. Nr. 42. Tîrgu-Mureș, România, 2025. pp. 1090-1098. E-ISSN: 2248-3004.

**Articole în culegeri științifice:**

- **în lucrările conferințelor științifice internaționale**

1. BALAN, R., RACU, Iu. Dezvoltarea personalității adolescenților cu probleme de alimentație. În: *Tradiție și inovare în cercetarea științifică*. 8 octombrie 2021, Bălți. Bălți: Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, 2021, Ediția 10, Vol. II, pp. 72-75. ISBN 978-9975-50-272-6.
2. RACU, Iu. BALAN, R. Particularitățile autoevaluării imaginii personale la adolescente. În: *Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective*. 21-22 octombrie 2021, Chișinău. Chisinau, Republic of Moldova: „Lexon-Prim”, 2021, Ediția XXXII, pp. 60-65. ISBN 978-9975-50-269-6.
3. BALAN, R. Percepția importanței aspectului fizic în societatea contemporană. În: *Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective*, Ed. 1, 21 octombrie 2022, Bălți. Bălți, Republica Moldova: CEP UPS „I.Creangă”, 2022, pp. 343-348. ISBN (pdf) 978-9975-50-295-5(PDF).
4. BALAN, R. Adolescenții în context social. În: *Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective*. Ed. 1, 27 octombrie 2023, Bălți. Bălți, Republica Moldova: Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, 2023, pp. 272-275. ISBN (pdf) 978-9975-50-314-3.
5. BALAN, R. Conștiințiozitatea la adolescentele cu comportament alimentar distinct. În: *Tradiție și inovare în cercetarea științifică*, Ed. XII, 6-7 octombrie 2023, Bălți. Bălți: Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, 2024, Ediția 12, Vol. I, pp. 199-203. ISBN 978-9975-50-319-8.
6. BALAN, R. Studiu comparativ al personalității adolescenților cu comportament alimentar divers. În: *Știință și educație: noi abordări și perspective: Materialele conferinței științifice internaționale jubiliare, Seria 27, 27-28 martie 2025*. Vol. 2, Psihologie. Chișinău: Universitatea Pedagogică de Stat ”Ion Creangă” din Chișinău, 2025. pp. 212-220. ISBN: 978-9975-48-269-1.
7. RACU, Iu., BALAN, R. Psychological aspects of eating disorders in adolescent girls / Aspecte psihologice ale tulburărilor de alimentație la adolescente. In: *International Scientific Conference “Higher Education: Traditions, Values, Perspectives”*, 19-20 September, Vol. 1. Chisinau: "Ion Creanga" State Pedagogical University of Chisinau, 2025. pp. 455-464. ISBN 978-9975-48-318-6 (PDF).
8. BALAN, R. Starea de bine și comportamentul alimentar. În: *Science and education: new approaches and perspectives*, Ed. 26, 21-22 martie 2024, Chișinău. Chișinău: CEP UPSC, 2024, Seria 26, Vol.1, pp. 149-155. ISBN 978-9975-46-943-2.
9. BALAN, R., RACU, Iu. Tulburările de comportament alimentar: delimitări conceptuale și modalități de intervenții psihoterapeutice. În: *Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective*. Ed. 5, 25-26 octombrie 2024, Bălți. Bălți, Republica Moldova: Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, 2024, Ediția 5, pp. 234-239. ISBN (pdf) 978-9975-50-344-0.
10. RACU, Iu. BALAN, R. Stima de sine la adolescentele cu comportament alimentar distinct. În: *Perspectivele și problemele integrării în spațiul european al cercetării și educației*. Ediția a IX-a. 6 iunie, 2024, Cahul. Cahul: Tipografia „CentroGrafic” SRL, Cahul, 2024, Vol.11, Partea II, pp. 112-117. ISSN 2587-3571.

- **în lucrările conferințelor științifice naționale cu participare internațională**

1. BALAN, R. Intervenții psihologice în dezvoltarea personalității adolescenților cu probleme alimentare. În: *Dezvoltarea personală și integrarea socială a actorilor educaționali*, 12 noiembrie 2021, Chișinău. Chișinău: CEP UPS, 2021, pp. 69-78. ISBN 978-9975-46-570-0.
2. BALAN, R. Specificul imaginii corporale la femei. În: *Probleme actuale ale științelor umanistice: Analele științifice ale doctoranzilor și competitorilor*, Ed. 19, 11 mai 2022, Chișinău. Chișinău: CEP UPS „I. Creangă”, 2022, Vol.20, Partea 1, pp. 196-200. ISBN 978-9975-46-636-3. ISSN 1857-0267.
3. BALAN, R. Tulburarea dismorfică corporală: cauze și manifestări. În: *Probleme actuale ale științelor umanistice*, 1 ianuarie 2023, Chișinău. Chișinău: CEP UPS „I. Creangă”, 2023, pp. 217-220. ISBN 978-9975-46-849-7.
4. BALAN, R. Personalitatea adolescenților cu comportament alimentar distinct. În: *Cercetare, inovare, dezvoltare*, Ed. Vol. II, 19 aprilie 2024, Chișinău. Chișinău: CEP UPSC, 2024, Vol. II, pp. 253-260. ISBN 978-9975-48-207-3.
5. BALAN, R., Stima de sine și starea de bine la elevi. În: *Kreatikon. Creativitate. Formare. Performanță*, Ed. 19, 28-30 martie 2024, Iași. Iași : Profesioniștii Imprimeriilor din Moldova, Iași, 2024, Ediția 19, pp. 37-38. ISSN 2068 - 1372.
6. BALAN, R. Educația ca factor de prevenție și intervenție în comportamentul alimentar patologic. În: *Kreatikon. Creativitate. Formare. Performanță*, Ed. 20, 3-6 aprilie 2025, Iași. Iași: Profesioniștii Imprimeriilor din Moldova, Iași, 2025, Ediția 20, pp. 244-248. ISSN 2068 - 1372.
7. RACU, Iu. BALAN, R. Relația dintre sine și corp la adolescentele cu tendințe alimentare restrictive. În: *Acta Universitatis Cahulensis*, Ed. Volumul XII, 6 iunie 2025, Cahul. Cahul: Tipografia „CentroGrafic” SRL, Cahul, 2025, Vol.12, Partea II, pp. 176-181. ISSN 2587-3571.

## LISTA ABREVIERILOR

DEBQ – Chestionarul olandez pentru comportamentul alimentar  
TFEQ-R18 – Chestionarul de alimentație în trei factori  
EAT-26 – Testul pentru atitudinile alimentare  
CP5F – Chestionarul de personalitate Cinci factori  
FMPS – Scala perfecționismului multidimensional Frost  
GAD-7 – Chestionarul pentru tulburarea de anxietate generalizată  
RSES – Scala stimei de sine Rosenberg  
MBSRQ-AS – Chestionarul multidimensional al relațiilor sine-corp  
FCQ – Chestionarul pentru aprecierea climatului familial  
CA – comportament alimentar  
CAR – comportament alimentar restrictiv  
CAEm – comportament alimentar emoțional  
CAEx – comportament alimentar extern  
CC – constrângere cognitivă  
TCA – tulburare de comportament alimentar  
SS – stimă de sine  
IC – imagine corporală  
CF – climat familial  
GE – grup experimental  
GC – grup de control  
u.m. – unități medii

## ADNOTARE

### **Balan Rodica. Dezvoltarea personalității la adolescentele cu comportament alimentar distinct. Teză de doctor în psihologie. Chișinău, 2026**

**Structura tezei.** Teza este constituită din adnotări în trei limbi (română, engleză și rusă), introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 310 titluri, 6 anexe, 148 pagini de text de bază, 64 figuri și 29 tabele. Rezultatele obținute sunt publicate în 21 lucrări științifice.

**Cuvinte-cheie:** comportamente alimentare dezadaptative, tulburare de comportament alimentar, personalitate, adolescență.

**Domeniu de studiu:** Psihologia personalității, Psihologia dezvoltării, Psihologia adolescențelor.

**Scopul cercetării** îl constituie analiza comportamentelor alimentare distincte la adolescentele de diferită vârstă, identificarea caracteristicilor de personalitate și a factorilor determinanți ai acestor comportamente, precum și elaborarea și implementarea unui program de intervenții psihologice destinat dezvoltării personalității adolescențelor cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar. **Obiectivele cercetării:** 1. analiza literaturii științifice din domeniul psihologiei cu referire la comportament alimentar, comportament alimentar dezadaptativ, vârstă adolescentă și la instrumentele de cercetare pentru studiul comportamentelor alimentare; 2. studierea specificului comportamentelor alimentare distincte pe parcursul vârstei adolescente, prin determinarea tipului de comportament alimentar dezadaptativ și a posibilității unei tulburări de alimentație la adolescentele cu vârsta cuprinsă între 14 și 19 ani; 3. analiza relației dintre comportamentele alimentare dezadaptative și probabilitatea apariției tulburărilor de alimentație la adolescente; 4. evidențierea asocierilor dintre comportamentele alimentare dezadaptative și personalitate, respectiv dimensiunile acesteia (trăsături de personalitate, perfecționism, anxietate, stima de sine, relația sine-corp) la adolescente; 5. stabilirea interrelațiilor dintre posibilitatea unei tulburări de alimentație și personalitate (trăsături de personalitate, perfecționism, anxietate, stima de sine, relația sine-corp) la adolescente; 6. identificarea legăturii dintre comportamentele alimentare dezadaptative / posibilitatea unei tulburări de alimentație și tipul climatului familial la adolescente; și 7. elaborarea, implementarea și verificarea experimentală a unui program de intervenții psihologice destinat dezvoltării personalității adolescențelor cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar.

**Rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante** constau în fundamentarea științifică și multidimensională a comportamentelor alimentare distincte la adolescente prin: explorarea comportamentelor alimentare dezadaptative și riscul prezenței tulburărilor de comportament alimentar la adolescente de vârstă diferită; identificarea caracteristicilor de personalitate la adolescentele cu comportament alimentar restrictiv, comportament alimentar emoțional, comportament alimentar extern și posibilitatea tulburărilor de comportament alimentar; evidențierea relațiilor dintre dimensiunile personalității și climatul familial și comportamente alimentare distincte, rezultate care stau la baza proiectării și aplicării unui program de intervenții psihologice destinat dezvoltării personalității adolescențelor cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar.

**Noutatea și originalitatea științifică a rezultatelor obținute** rezultă din realizarea unei cercetări teoretico-aplicative cu referire la comportamentele alimentare distincte la adolescentele de la 14 până la 19 ani. Demersul experimental a făcut posibil validarea unui set de instrumente psihologice integrat pentru măsurarea comportamentelor alimentare dezadaptative și tulburărilor de comportament alimentar, a personalității și a climatului familia la adolescente. S-au stabilit pattern-urile de comportamente alimentare distincte pe parcursul adolescenței (adolescența timpurie, mijlocie și târzie), precum și configurația personalității la adolescentele cu comportamente alimentare dezadaptative și a celor cu posibilitatea unei tulburări de comportament alimentar. Au fost evidențiate interrelațiile dintre comportamentele alimentare distincte și climatul familial la adolescente. A fost conceput și verificat experimental un model de program de intervenții psihologice cu scopul de a dezvolta personalitatea la adolescente cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar.

**Semnificația teoretică a cercetării.** Rezultatele cercetării teoretico-experimentale constituie un aport important la domeniul psihologiei dezvoltării, psihologiei adolescenței, psihologiei educației și psihologiei clinice oferind cunoștințe noi și complexe privitor la caracteristicile dezvoltării fizice, cognitive și psihosociale a adolescențelor prin evidențierea diferențelor de vârstă în prezența comportamentelor alimentare dezadaptative și riscul de tulburări de comportament alimentar, precum și în relațiile stabilite între comportamentele alimentare distincte și personalitate și climat familial la adolescente. Rezultatele obținute, împreună cu concluziile formulate reprezintă o contribuție considerabilă pentru reconceptualizarea temelor: Aspecte ale dezvoltării biologice, cognitive și sociale în adolescență și a Tulburărilor de comportament alimentar la disciplinele: Psihologia dezvoltării, Psihologia adolescentului și Psihologia clinică.

**Valoarea aplicativă a lucrării.** Cadru conceptual și legitățile stabilite în demersul experimental cu referire la comportamentele alimentare dezadaptative, posibilitatea tulburărilor de comportament alimentar, legăturile dintre comportamente alimentare distincte (comportament alimentar restrictiv, comportament alimentar emoțional, comportament alimentar extern și posibilitatea tulburărilor de comportament alimentar) și personalitate, și respectiv climat familial la adolescente pot fi utilizate ca fundamente teoretice pentru educația și dezvoltarea armonioasă a adolescențelor. Bateria de chestionare organizată și verificată prin cercetarea experimentală este consistentă și fiabilă în vederea studierii și examinării comportamentelor alimentare și a caracteristicilor de personalitate la adolescente ce poate fi folosită de psihologii școlari, psihologii clinici ș.a. Programul de intervenții psihologice destinat dezvoltării personalității adolescențelor cu comportamente alimentare dezadaptative și risc de tulburări de comportament alimentar, poate fi utilizat atât în prevenirea și reducerea comportamentelor alimentare problematice, cât și în dezvoltarea psihologică, dezvoltarea strategiilor de coping, educație nutrițională, în promovarea sănătății la preadolescențe, adolescente și tinere.

**Implementarea rezultatelor cercetării.** Rezultatele cercetării au fost incluse în activitatea didactică cu studenții și masteranzii, în cadrul disciplinelor: Psihologia dezvoltării, Psihologia adolescentului și Psihologia clinică etc.

## ANNOTATION

### **Balan Rodica. Personality Development in Adolescent Girls with Distinct Eating Behavior. PhD thesis in Psychology. Chişinău, 2026.**

**Thesis structure.** The thesis consists of annotations in three languages (Romanian, English, and Russian), an introduction, three chapters, general conclusions and recommendations, a bibliography comprising 310 titles, 6 appendices, 148 pages of main text, 64 figures, and 29 tables. The obtained results are published in 21 scientific papers.

**Keywords:** maladaptive eating behaviors, eating disorder, personality, adolescence.

**Field of study:** Personality Psychology, Developmental Psychology, Adolescent Psychology.

**The aim of the research** is to analyze distinct eating behaviors in adolescent girls of different ages, to identify personality characteristics and determining factors of these behaviors, as well as to develop and implement a psychological intervention program aimed at personality development in adolescent girls with maladaptive eating behaviors and risk of eating disorders. Research objectives: 1. analysis of the scientific literature in psychology regarding eating behavior, maladaptive eating behavior, adolescence, and research instruments for studying eating behaviors; 2. investigation of the specificity of distinct eating behaviors across adolescence by determining the type of maladaptive eating behavior and presence of a possible eating disorder in adolescent girls aged 14 to 19; 3. analysis of the relationship between maladaptive eating behaviors and the likelihood of eating disorders in adolescent girls; 4. identification of associations between maladaptive eating behaviors and personality, respectively its dimensions (personality traits, perfectionism, anxiety, self-esteem, self-body relationship) in adolescents; 5. establishing interrelations between the possibility of an eating disorder and personality (personality traits, perfectionism, anxiety, self-esteem, self-body relationship) in adolescents; 6. identifying the relationship between maladaptive eating behaviors / the possibility of an eating disorder and family climate in adolescent girls; 7. development, implementation, and experimental validation of a psychological intervention program aimed at personality development in adolescent girls with maladaptive eating behaviors and risk of eating disorders.

**Results contributing to the solution of the important scientific problem** consist in the scientific and multidimensional grounding of distinct eating behaviors in adolescent girls through: exploration of maladaptive eating behaviors and the risk of eating disorders in adolescents of different ages; identification of personality characteristics in adolescents with restrictive eating behavior, emotional eating, external eating, and the possibility of eating disorders; highlighting the relationships between personality dimensions, family climate, and distinct eating behaviors—results that underpin the design and application of a psychological intervention program aimed at personality development in adolescent girls with maladaptive eating behaviors and risk of eating disorders.

**Scientific novelty and originality** derive from conducting a theoretical-applied research on distinct eating behaviors in adolescent girls aged 14 to 19. The experimental approach enabled the validation of an integrated set of psychological instruments for measuring maladaptive eating behaviors and eating disorders, personality, and family climate in adolescents. Patterns of distinct eating behaviors across adolescence (early, middle, and late adolescence) were established, as well as the personality configuration of adolescents with maladaptive eating behaviors and those with a potential eating disorder. Interrelations between distinct eating behaviors and family climate were highlighted. A model of a psychological intervention program aimed at personality development in adolescents with maladaptive eating behaviors and risk of eating disorders was designed and experimentally validated.

**The theoretical significance of the research.** The results of the theoretical-experimental research represent an important contribution to the fields of developmental psychology, adolescent psychology, educational psychology, and clinical psychology, providing new and complex knowledge regarding the physical, cognitive, and psychosocial development of adolescent girls by highlighting age differences in maladaptive eating behaviors and the risk of eating disorders, as well as the relationships between distinct eating behaviors, personality, and family climate. The obtained results and formulated conclusions represent a significant contribution to the reconceptualization of topics such as biological, cognitive, and social development in adolescence and eating disorders within the disciplines of Developmental Psychology, Adolescent Psychology, and Clinical Psychology.

**Practical value of the research.** The conceptual framework and the patterns established through the experimental approach regarding maladaptive eating behaviors, the possibility of eating disorders, and the relationships between distinct eating behaviors (restrictive eating, emotional eating, external eating, and the possibility of eating disorders), personality, and family climate in adolescents can be used as theoretical foundations for the education and harmonious development of adolescent girls. The battery of questionnaires validated through experimental research is consistent and reliable for studying and assessing eating behaviors and personality characteristics in adolescents and can be used by school psychologists, clinical psychologists, and others. The psychological intervention program aimed at personality development in adolescent girls with maladaptive eating behaviors and risk of eating disorders can be used both in the prevention and reduction of problematic eating behaviors and in psychological development, coping strategies development, nutritional education, and health promotion among preadolescents, adolescents, and young women.

**Implementation of research results.** The research results have been integrated into teaching activities with undergraduate and master's students within courses such as Developmental Psychology, Adolescent Psychology, and Clinical Psychology, etc.

## АННОТАЦИЯ

**Балан Родика. Развитие личности у подростков с различным пищевым поведением. Диссертация на соискание ученой степени доктора психологии. Кишинёв, 2026.**

**Структура диссертации.** Диссертация состоит из аннотаций на трёх языках (румынском, английском и русском), введения, трёх глав, общих выводов и рекомендаций, библиографии, включающей 310 источников, 6 приложений, 148 страниц основного текста, 64 рисунков и 29 таблиц. Полученные результаты опубликованы в 21 научной работе.

**Ключевые слова:** дезадаптивное пищевое поведение, расстройства пищевого поведения, личность, подростковый возраст.

**Область исследования:** психология личности, психология развития, психология подростков.

**Цель исследования** заключается в анализе различных типов пищевого поведения у подростков разного возраста, выявлении личностных характеристик и детерминирующих факторов этих форм поведения, а также в разработке и внедрении программы психологических интервенций, направленной на развитие личности подростков с дезадаптивным пищевым поведением и риском расстройств пищевого поведения.

**Задачи исследования:** 1. анализ научной литературы в области психологии, касающейся пищевого поведения, дезадаптивного пищевого поведения, подросткового возраста и исследовательских инструментов для изучения пищевого поведения; 2. изучение специфики различных типов пищевого поведения в подростковом возрасте путём определения типа дезадаптивного пищевого поведения и отсутствия или наличия вероятности расстройства пищевого поведения у подростков в возрасте от 14 до 19 лет; 3. анализ взаимосвязи между дезадаптивным пищевым поведением и вероятностью возникновения расстройств пищевого поведения у подростков; 4. выявление ассоциаций между дезадаптивным пищевым поведением и личностью, соответственно её измерениями (личностные черты, перфекционизм, тревожность, самооценка, отношение «Я–тело») у подростков; 5. установление взаимосвязей между вероятностью расстройства пищевого поведения и личностью (личностные черты, перфекционизм, тревожность, самооценка, отношение «Я–тело») у подростков; 6. выявление связи между дезадаптивным пищевым поведением / вероятностью расстройства пищевого поведения и типом семейного климата у подростков; 7. разработка, внедрение и экспериментальная проверка программы психологических интервенций, направленной на развитие личности подростков с дезадаптивным пищевым поведением и риском расстройств пищевого поведения.

**Полученные результаты, способствующие решению важной научной проблемы,** заключаются в научном и многомерном обосновании различных типов пищевого поведения у подростков посредством: изучения дезадаптивного пищевого поведения и риска расстройств пищевого поведения у подростков разного возраста; выявления личностных характеристик у подростков с ограничительным, эмоциональным и внешне обусловленным пищевым поведением, а также с риском расстройств пищевого поведения; установления взаимосвязей между личностными измерениями, семейным климатом и различными типами пищевого поведения. Эти результаты легли в основу разработки и применения программы психологических интервенций, направленной на развитие личности подростков с дезадаптивным пищевым поведением и риском расстройств пищевого поведения.

**Научная новизна и оригинальность результатов** обусловлены проведением теоретико-прикладного исследования, посвящённого различным типам пищевого поведения у подростков в возрасте от 14 до 19 лет. Экспериментальное исследование позволило валидизировать интегрированный набор психологических инструментов для измерения дезадаптивного пищевого поведения и расстройств пищевого поведения, личности и семейного климата у подростков. Были установлены паттерны различных типов пищевого поведения на этапах подросткового возраста (ранний, средний и поздний), а также конфигурации личности у подростков с дезадаптивным пищевым поведением и у тех, у кого существует риск расстройств пищевого поведения. Выявлены взаимосвязи между различными типами пищевого поведения и семейным климатом. Разработана и экспериментально проверена модель программы психологических интервенций, направленной на развитие личности подростков с дезадаптивным пищевым поведением и риском расстройств пищевого поведения.

**Теоретическая значимость исследования.** Результаты теоретико-экспериментального исследования представляют собой важный вклад в области психологии развития, психологии подросткового возраста, педагогической и клинической психологии, предоставляя новые и комплексные знания о характеристиках физического, когнитивного и психосоциального развития подростков через выявление возрастных различий в проявлении дезадаптивного пищевого поведения и риска расстройств пищевого поведения, а также в установленных взаимосвязях между различными типами пищевого поведения, личностью и семейным климатом. Полученные результаты и сформулированные выводы представляют значимый вклад в переосмысление тем, связанных с биологическим, когнитивным и социальным развитием в подростковом возрасте, а также с расстройствами пищевого поведения в рамках дисциплин: психология развития, психология подростка и клиническая психология.

**Практическая значимость работы.** Концептуальная модель и выявленные закономерности, касающиеся дезадаптивного пищевого поведения, вероятности расстройств пищевого поведения, а также взаимосвязей между различными типами пищевого поведения (ограничительное, эмоциональное, внешне обусловленное) и личностью, соответственно семейным климатом у подростков, могут быть использованы в качестве теоретической основы для образования и гармоничного развития подростков. Батарея опросников, разработанная и проверенная в ходе экспериментального исследования, является надёжным инструментом для изучения и оценки пищевого поведения и личностных характеристик подростков и может применяться школьными и клиническими психологами. Программа психологических интервенций, направленная на развитие личности подростков с дезадаптивным пищевым поведением и риском расстройств пищевого поведения, может использоваться как для профилактики и снижения проблемного пищевого поведения, так и для психологического развития, формирования стратегий совладания, нутриционной просвещённости и укрепления здоровья у подростков, подростков и молодых людей.

**Внедрение результатов исследования.** Результаты исследования были внедрены в учебный процесс со студентами и магистрантами в рамках дисциплин: психология развития, психология подростка, клиническая психология и др.

**BALAN RODICA**  
**DEZVOLTAREA PERSONALITĂȚII LA ADOLESCENȚELE CU**  
**COMPORTAMENT ALIMENTAR DISTINCT**

**Specialitatea 511.02 – Psihologia dezvoltării și psihologia educațională**

**Rezumatul tezei de doctor în psihologie**

---

Aprobat spre tipar: 4.05.2026  
Hârtie ofset. Tipar ofset.  
Coli de tipar 1,5

Formatul hârtiei 60x84 1/16  
Tirajul 45 ex.  
Comanda nr. 5

---

**Centrul Editorial-Poligrafic al Universității Pedagogice de Stat „Ion Creangă” din Chișinău,  
str. Ion Creangă, nr. 1, MD-2069**