CRISTINA NANU

IMAGINEA CORPORALĂ

Influențe socio-culturale în adolescență

EDITURA UNIVERSITARĂ
Bucureşti

Colecţia PSIHOLOGIE

Referenţi ştiinţifici:Conf. univ. dr. Cornel Victor Igna
Prof. univ. habil Mihaela Rus

Redactor: Laura Nicolescu
Tehnoredactor: Ameluţa Vişan
Coperta: Monica Balaban

Editură recunoscută de Consiliul Naţional al Cercetării Ştiinţifice (C.N.C.S.) şi inclusă de Consiliul Naţional de Atestare a Titlurilor, Diplomelor şi Certificatelor Universitare (C.N.A.T.D.C.U.) în categoria editurilor de prestigiu recunoscut.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
NANU, CRISTINA
Imaginea corporală : influenţe socio-culturale în adolescenţă / Cristina Nanu. - Bucureşti : Editura Universitară, 2025
Conţine bibliografie
ISBN 978-606-28-2157-9

159.9

DOI: (Digital Object Identifier): 10.5682/9786062821579

© Toate drepturile asupra acestei lucrări sunt rezervate, nicio parte din această lucrare nu poate fi copiată fără acordul Editurii Universitare

Copyright © 2025
Editura Universitară
Editor: Vasile Muscalu
B-dul. N. Bălcescu nr. 27-33, Sector 1, Bucureşti
Tel.: 021 – 315.32.47
www.editurauniversitara.ro
e-mail: redactia@editurauniversitara.ro

Distribuţie: tel.: 021.315.32.47/ 0745 200 718/ 0745 200 357
comenzi@editurauniversitara.ro
www.editurauniversitara.ro

CUPRINS

Introducere 9

CAPITOLUL I. Despre constructul de imagine corporală. Conceptualizare și dimensiuni 14
1.1. Apariţia şi evoluţia constructului de imagine corporală 14
1.2. Conceptualizare și modalități de operaționalizare 17
1.3. Dimensiunea perceptivă 20
1.4. Dimensiunea cognitivă 26
1.4.1. Modelul discrepanței sinelui 29
1.5. Dimensiunea atitudinală 33
1.4. Caracterul dinamic al imaginii corporale 38

CAPITOLUL II. Corpul între biologic și social 41
2.1. Corpul ca spațiu de expresie 41
2.2. Mitul corpului perfect în contextul culturii consumatoriste 43
2.3. Obiectificarea corpului 48

CAPITOLUL III. Dezvoltarea imaginii corporale. Modele teoretice 52
3.1. Modelul dual al dezvoltării imaginii corporale ... 53
3.2. Modelul trifactorial al dezvoltării imaginii corporale 54
3.2.1. Compararea socială 55

3.3. Modelul factorilor proximali și distali ai dezvoltării imaginii corporale 58

CAPITOLUL IV. Factori care contribuie la dezvoltarea imaginii corporale 60
4.1. Factori socio-culturali 60
4.1.1. Influențe din partea mass-mediei 62
4.1.2. Influențe din partea familiei 70
4.1.3. Influențe din partea grupului de prieteni .. 72
4.2. Factori individuali 77
4.2.1. Greutatea corporală 77
4.2.2. Stima de sine 79
4.2.3. Perfecționismul 84
4.2.4. Competențele atletice 88

CAPITOLUL V. Imaginea corporală în adolescență 91
5.1. Dezvoltarea imaginii corporale în adolescență 91
5.2. Studii privind rolul factorilor sociali și individuali în dezvoltarea imaginii corporale în adolescență 97
5.2.1. Diferențe de gen și de vârstă în stima față de corp la adolescenți cu vârsta cuprinsă între 15 și 20 de ani 100
5.2.2. Feedbackul relaționat înfățișării și stima față de corp 105
5.2.3. Competențe sociale și atletice și stima față de corp 111
5.2.4. Perfecționismului și interiorizarea idealului de atractivitate promovat sociocultural 115
5.2.5. Testarea efectelor expunerii la imagini care reprezintă idealul de atractivitate

promovat socio-cultural asupra nivelului anxietății relaționate înfățișării în contexte sociale 125
5.3. Concluzii finale 141

Bibliografie 144

INTRODUCERE

Corpul este o entitate biologică cu care ne naștem și care este puțin probabil să poată fi modificată în mod voluntar. Cu toate acestea, de-a lungul istoriei, regăsim numeroase exemple de metode și încercări de modificare a corpului. De exemplu, o tehnică de modificare a înfățișării veche și actuală în același timp este tatuajul, tehnică oarecum puțin invazivă datorită limitării la spațiul epidermic, dar având o componentă extrem de puternică în permanența acesteia. Acest caracter permanent a stat la baza popularității tehnicii și a transferului său de la o epocă la alta. Datorită progresului medicinii și facilității cu care informația este accesibilă atât în literatura de specialitate, cât și prin programe de popularizare din mass-media, au devenit cunoscute și multe alte metode de schimbare a imaginii corporale. În prezent, chirurgia estetică a cunoscut o neașteptată și explozivă creștere în special în societățile dezvoltate. Un exemplu sugestiv în acest sens este fenomenul în creștere exponențială din Coreea de Sud care vizează în special tinerii. Într-un articol din The New York Times, secțiunea Asia Pacific, publicat în 3 noiembrie 2011, directorul de film Im Kwon-taek afirmă că îi este aproape imposibil să mai găsească o actriță tânără care să aibă o față coreeană tradițională. Conform unor date statistice (The Economist Online, 2009) publicate în același articol, în această țară una din cinci femei cu vârsta cuprinsă între 19 și 49 de ani a suferit o intervenție de

chirurgie estetică. Fenomenul este într-atât de încetățenit încât este perfect acceptat ca fiind normal. Drept consecință, unul dintre cele mai populare stimulente pentru tinerii care se apropie de absolvire este o operație plastică finanțată de părinți. Intervențiile preponderente sunt acelea care vizează modificarea pleoapei, a nasului și maxilarului, într-o tentativă de a alinia tânăra supusă intervenției la normele de frumusețe promovate de societatea coreeană. Atât persoanele de sex feminin, cât și cele de sex masculin consideră că această înfrumusețare sporește șansele de a găsi un loc de muncă, un partener de viață și de a fi mai bine integrați în societate. Deși mai puțin amplu în societățile nonasiatice, fenomenul este în linii mari același. În acest context este ușor de înțeles prezența unor disfuncții precum obsesia vizavi de monitorizarea și controlul greutății și înfățișării. Întregul fenomen merită o atenție sporită datorită riscurilor la care aceste persoane se expun.

Nevoia de gestionare a înfățișării este legată de rolul pe care această imagine corporală îl joacă pentru un individ (Rumsey & Harcourt, 2005). Pe lângă evidentele funcții de natură biologică, corpul, prin mijlocirea înfățișării sale, trimite în jur semnale despre statutul social, despre apartenența la un grup, despre preferințe individuale și chiar despre trăsături de personalitate și de moralitate (Langlois, Kalakanis, Rubenstein, Larson, Hallam & Smoot, 2000). În această perspectivă, preocupările de management al înfățișării sunt perfect justificate, iar nemulțumirea cu propria imagine corporală a devenit o normalitate. Nivelul insatisfacției înregistrează, în prezent, cote îngrijorătoare, dovedind o creștere exponențială de-a lungul ultimelor decenii (Thompson, Heinberg, Altabe & Tantleff-Dunn, 1999; Grogan, 2008; Heider et al., 2018). Cercetări antropologice subliniază că această creștere este mai

prevalentă în societățile moderne în comparație cu cele tradiționale (Reicher & Koo, 2004). Astfel, în opinia autorilor, în acestea din urmă, persoana își pune identitatea în serviciul comunității, în mod voluntar, pentru a deveni un membru al acesteia și a se supune în același timp normelor sale. În contrapondere, societatea modernă promovează exclusiv proiecte identitare individuale și, mai mult decât atât, oferă modele de succes pentru realizarea acestora. Datorită unei mai diluate legături cu comunitatea, posibilitatea de a alege modul în care cineva își exprimă identitatea creează o vulnerabilitate vis-a-vis de modelele preconcepute, *patternurile*, tiparele oferite de cultura de consum. Una dintre directivele imperioase afișate de această cultură de consum, globală în lumea de astăzi, este cea a corpului ideal mijlocit de intervenția mass-mediei. Dimensiunile corpului ideal popularizat de mass-media sunt aproape de neregăsit în populație, creându-se așadar o discrepanță majoră care nu poate avea decât efecte negative, fiind imposibil de redus. Mai mult decât atât, obținerea unui astfel de corp, în special pentru băieți, necesită efort îndelungat în sala de forță, fapt ce duce la o pierdere a echilibrului în stilul de viață. Corpul ideal nu este creat în favoarea persoanei, ci în beneficiul culturii de consum. Prin prezentarea unor modele perfecte, media, pe lângă faptul că dezvoltă discrepanța menționată mai sus, oferă și rețete care să o diminueze. ”Gândește-te la un corp ideal, și simte-te prost” (Dittmar, 2007, p. 6) se așteaptă să aibă impact motivațional spre un comportament de consum de genul folosirii steroizilor, programe de dietă severe sau chirurgie estetică.

De la vârste fragede, copiii au o imagine clară asupra corpului ideal (Tatangelo et al., 2016). Într-un studiu calitativ, Grogan (2008) arată că până și fetele de opt ani își

doresc un corp suplu și consideră că a fi supraponderal este unul dintre cele mai îngrozitoare lucruri care li s-ar putea întâmpla. La intrarea în adolescență, atât băieții cât și fetele au așteptări clare despre cum ar trebui să arate corpul lor, mai ales în contextul schimbărilor profunde și rapide specifice acestei perioade. Dezvoltarea biologică intervine adesea în contradicție cu aceste aspirații, întrucât transformările corporale caracteristice pubertății nu corespund întotdeauna idealurilor personale. În cazul fetelor, această discrepanță este resimțită într-un mod deosebit de intens. În schimb, băieții par mai avantajați de modificările biologice în special prin creșterea masei musculare care tinde să se alinieze așteptărilor acestora. Adolescența reprezintă o etapă critică în apariția preocupărilor legate de imaginea corporală. Fiind în plin proces de formare a identității, adolescenții sunt deosebit de vulnerabili în fața presiunilor venite din partea mass-mediei, mai mult decât în orice altă etapă de dezvoltare.

În acest context, este firesc să ne întrebăm care sunt mecanismele psihologice implicate în formarea atitudinii față de propriul corp și ce trăsături individuale, respectiv experiențe interpersonale, oferă tinerilor resursele necesare pentru a construi o imagine corporală pozitivă.

Această carte își propune să exploreze factorii individuali care contribuie la dezvoltarea imaginii corporale alături de influențele socio-culturale care de asemenea modelează atitudinea față de propriul corp. Este analizat rolul familiei și al diverselor grupuri sociale în conturarea acestei percepții.

Cartea debutează cu o clarificare conceptuală a constructului de imagine corporală și a dimensiunilor utilizate în operaționalizarea constructului și investigarea problematicii imaginii corporale din perspectivă psiho-

logică. Continuă cu o prezentare a mitului corpului perfect în contextul culturii consumatoriste și a efectelor asupra imaginii corporale. Sunt prezentate principalele modele teoretice explicative ale formării imaginii corporale, detaliind rolul trăsăturilor individuale și al factorilor socio-culturali în dezvoltarea atitudinii față de propriul corp. În ultimul capitol sunt incluse studii privind factorii sociali și individuali asociați imaginii corporale în adolescență, studii realizate pe parcursul programului de doctorat desfășurat la Universitatea Babeș-Bolyai din Cluj-Napoca sub îndrumarea doamnei profesor universitar doctor Adriana Băban.

Consider că tematica abordată se încadrează în *zeitgeistul* actual cu privire la provocările apărute în procesul de percepție a imaginii corporale, în special la adolescenți, prezentând larga și complexa simptomatologie a construcției identitare.

CAPITOLUL I

DESPRE CONSTRUCTUL DE IMAGINE CORPORALĂ. SCURT ISTORIC, CONCEPTUALIZARE ȘI DIMENSIUNI

1.1. Apariţia şi evoluţia conceptului de imagine corporală

Imaginea corporală este o temă centrală în psihologia sănătăţii datorită relaţionării cu diverse comportamente de risc (tulburări alimentare, fumat, sedentarism, abuz de substanţe, utilizare de steroizi anabolici sau diuretice etc.) şi datorită impactului asupra stimei de sine. Mulțumirea cu propria înfățișare coexistă cu o stimă de sine crescută și mai mult decât atât, pare să contribuie la stima de sine. Persoanele nemulțumite cu forma corpului, cu greutatea sau cu trăsăturile fizice sunt mai predispuse să adopte strategii nesănătoase pentru controlul greutății, sunt mai receptive și mai deschise înspre utilizarea de tehnici de înfrumusețare. Preocupările științifice legate de acest subiect sunt relativ recente, timide înainte de anii 90, dar înregistrând o creștere spectaculoasă în ultimii ani (Cash & Pruzinski, 2002).

Studiile asupra imaginii corporale îşi au originea în neuropatologie, concentrându-se iniţial pe efectele leziunilor neurologice sau ale tulburărilor neuropsihologice asupra percepției corpului (Joseph, 1988). Senzațiile tactile,

proprioceptive şi kinestezice contribuie la formarea unei reprezentări mentale a corpului, având funcţia de a ghida la nivel subconştient coordonarea motorie şi de a delimita propriul corp de obiectele din jur (Head & Holmes, 1911, 1912, apud De Presster & Knockaert, 2005). Cercetările asupra asomatognoziei, fenomen de neglijare a unei părţi a corpului sau sindromul membrului fantomă care implică percepția unui membru al corpului și după amputarea acestuia (Kohler, 1947; Schilder, 1950 apud Weiss, 1999) au evidențiat existenţa unor zone corticale specializate în percepţia corpului.

Paul Schilder (1886-1940) este promotorul studiilor despre *imaginea corporală*, fiind considerat responsabil pentru deplasarea interesului asupra acestui construct dinspre neuropatologie spre psihologie. Este primul autor care dedică un întreg volum problematicii imaginii corporale, *The Image and Appearance of the Human Body* (1935, 1950) subliniind necesitatea unei abordări biopsihosociale a imaginii corporale în care, pe lângă perspectiva neurologică, să se ia în considerare şi cea psihologică şi socio-culturală. Este o perspectivă vizionară cu privire la direcţiile de cercetare viitoare. Definiţia oferită de Schilder se rezumă totuşi doar la latura perceptivă, „imaginea propriului corp formată în mintea noastră" sau „imaginea tridimensională despre propriul corp aşa cum este văzută dintr-o anumită perspectivă" (Schilder, 1950, pag. 11). În 1999, Kevin Thompson și colaboratorii au condensat într-un volum comprehensiv intitulat *Exacting Beauty: theory, assessment, and treatment of body image disturbance*, principalele direcții de cercetare în domeniul imaginii corporale precum și informații despre tehnici de investigare a imaginii corporale, despre prevenție și intervenție. Specificarea problematicii imaginii corporale

într-un cadru teoretic bine articulat a dus la o proliferare a studiilor în acest domeniu. Anii ’90 au marcat o perioadă prolifică din punct de vedere al dezvoltării conceptuale, metodologice şi terapeutice. Cu toate acestea, conceptul de imagine corporală este în continuare destul de evaziv. În explorarea acestui construct și a literaturii care îl abordează, la prima vedere surprinde multitudinea de termeni utilizați. Thompson (1999) identifică aproximativ 16 modalități diferite de operaționalizare a constructului de imagine corporală. Satisfacția cu imaginea corporală, atitudinea față de imaginea corporală, acuratețea percepției corpului, preocupări legate de forma și de greutatea corpului, stima față de corp, investiția în imaginea corporală sunt doar câteva dintre modalitățile prin care constructul de imagine corporală este operaționalizat în cercetare.

În încercarea de a continua demersurile lui Thompson, în 2002, Cash și Pruzinsky coordonează un volum cuprinzător *Body Image: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice*, având ca scop punctarea principalelor direcții teoretice și metodologice atât în cercetare cât și în intervenție. Volumul abordează, de asemenea, diferențe culturale în percepția corpului precum și problematica imaginii corporale în context de boală. Un alt merit este realizarea unui *review* exhaustiv al metodologiei utilizate în cercetarea imaginii corporale. Preocupările lui Thomas Cash vizavi de problematica imaginii corporale au continuat cu editarea în 2012 a celei mai comprehensive enciclopedii despre imaginea corporală și efectele acesteia asupra calității vieții (Cash, 2012).

Un alt volum de referință în studiul imaginii corporale este realizat de Sarah Grogan în 2008 și intitulat *Body Image. Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Dacă Cash și colaboratorii pun accent pe

principalele direcții teoretice în studiul imaginii corporale precum și pe particularitățile imaginii corporale în diferite contexte clinice, Grogan (2008) se apleacă asupra datelor empirice referitoare la dezvoltarea insatisfacției în context sociocultural precum și asupra factorilor care contribuie la dezvoltarea unei imagini corporale pozitive. Autoarea menționează că o înțelegere cât mai profundă a dezvoltării imaginii corporale necesită luarea în considerare a contextului sociocultural, argumentând că imaginea corporală pe care un individ o deține este determinată de experiența socială, experiență care nu poate fi ignorată dacă dorim să înțelegem cum se dezvoltă atitudinea față de propriul corp.

Perspectiva socioculturală rămâne în continuare dominantă în studiul imaginii corporale. Mai precis, studiile se centrează pe identificarea mecanismelor prin care factorii socioculturali contribuie la dezvoltarea componentei atitudinale concretizată într-un nivel mai ridicat sau mai scăzut al satisfacției corporale. Studii dinspre psihologia pozitivă sugerează necesitatea luării în considerare a factorilor individuali care contribuie la dezvoltarea unei imagini corporale pozitive și au rol de factori de protecție împotriva presiunii socioculturale (Liu et al., 2025; Wood-Barcalow et al., 2010).

1.2. Conceptualizare și modalități de operaționalizare

Încercând o trecere în revistă a modalităților prin care imaginea corporală este definită, în sens restrâns este unanim acceptată următoarea definiție: „reprezentare mentală a informaţiei relaţionate aspectului fizic, informaţie rezultată în urma percepţiei propriului corp” (Schilder, 1950 apud Grogan, 2008, p. 3). Termenul încetățenit de

imagine corporală sau înfățișare este oarecum restrictiv făcând trimitere exclusiv la caracteristicile acestei reprezentări. Eticheta verbală pare că nu este bine aleasă pentru a reflecta complexitatea fenomenului însă este atât de încetăţenită în literatura de specialitate încât o schimbare ar crea confuzie. În abordarea problematicii imaginii corporale, cercetările se focusează pe efectele reprezentării mentale a imaginii corpului asupra cogniției, emoțiilor și comportamentului individului precum și pe rolul contextului socio-cultural asupra modului în care un individ se raportează la propriul corp. În sens larg, conceptul de imagine corporală încorporează astfel mecanismele prin care această imagine se formează şi impactul imaginii propriului corp asupra vieţii psihice a individului.

Unanim acceptat este caracterul multidimensional al constructului, fapt care explică multitudinea de modalități de operaționalizare la care se recurge în investigarea imaginii corporale. Într-un demers de sistematizare a acestor dimensiuni, Thompson, Heinberg, Altabe și Tantleff-Dunn (1999) definesc imaginea corporală făcând trimitere la trei aspecte relevante: percepția corpului, atitudinea vizavi de propriul corp și comportamentele adoptate de management al înfățișării. Dimensiunea perceptivă se referă la reprezentarea mentală a imaginii corpului, reprezentare rezultată în urma percepției propriei înfățișări. Atitudinea față de propriul corp include dimensiunea evaluativă concretizată într-un anumit nivel de satisfacție/insatisfacție. Referitor la această dimensiune, Thompson și colaboratorii (1999) fac o distincție clară între satisfacție și importanța imaginii corporale în definirea sinelui, sugerând că satisfacția scăzută este problematică doar dacă imaginea corporală este relevantă pentru sine. A treia dimensiune se referă la impactul percepției imaginii

corporale și al atitudinii față de propriul corp asupra comportamentului. În acest sens, autorii menționează două categorii de comportamente dezadaptative ca urmare a nemulțumirii vizavi de propriul corp. Este vorba de comportamente de evitare a unor contexte sociale care presupun o oarecare expunere a corpului și de ritualuri cum ar fi frecvente verificări în oglindă, tendința obsesivă de a compara propriul corp cu al celorlalți sau solicitarea de feedback (Thompson et al., 1999). În aceeași linie, Grogan (2008) propune modalități de operaționalizare a acestor dimensiuni, sugerând că dimensiunea perceptivă poate fi investigată evaluând acuratețea estimării mărimii corpului, dimensiunea atitudinală poate fi operaționalizată făcându-se trimitere la satisfacția subiectivă globală ca urmare a evaluării corpului, la emoții asociate, la investiția cognitivă în înfățișare și la comportamente de evitare a situațiilor care presupun o oarecare expunere a corpului (Grogan, 2008). Cash și Pruzinski (2002) extind acest model, explicitând conceptul de importanță a imaginii corporale pentru sine și încorporând în această dimensiune atât investiția cognitivă cât și investiția comportamentală în înfățișare. Dacă investiția cognitivă se referă la un nivel de activare mult prea ridicat al cogniților relaționate imaginii corporale, investiţia comportamentală este definită ca incluzând strategii de coping activ sau pasiv cum ar fi evitarea situaţiilor care presupun expunerea anumitor părţi ale corpului sau camuflarea micilor defecte prin intermediul vestimentaţiei sau a produselor cosmetice.

O altă modalitate de operaționalizare a constructului de imagine corporală este propusă de Mendelson, White și Mendelson (1996). Pornind de la idea că imaginea corporală reprezintă o dimensiune a sinelui, autorii introduc noțiunea de stimă față de corp, definită ca fiind evaluarea

propriei imagini corporale coroborată cu distresul emoțional asociat. Potrivit acestora, evaluarea imaginii corporale poate viza fie greutatea corporală, aspect frecvent analizat în cercetări privind tulburările alimentare, fie înfățișarea fizică abordată în special în contextul unor afecțiuni care modifică aspectul exterior, precum palatoschizis, vitiligo, cicatrici în urma unor intervenții chirurgicale, arsuri, etc. (Rumsey et al., 2005). Meritul acestei perspective este diferențierea între dimensiunea greutății corporale și cea a înfățișării. Într-un studiu având ca subiecți adolescenți, autorii au furnizat dovezi empirice care arată că satisfacția legată de înfățișare este mai strâns relaționată cu stima de sine decât satisfacția legată de greutatea corporală. Disfuncții pot să apară în oricare din dimensiunile menționate, pornind de la percepții eronate, cogniții disfuncționale, afectivitate negativă sau comportamente nesănătoase de management al înfățișării. O extindere recentă a constructului de imagine corporală vizează dimensiunea funcționalității corpului, ca potențial factor de protecție împotriva insatisfacției generate de înfățișare (Namatame & Sawamiya, 2024; Williamson & Karazsia, 2018).

1.3. Dimensiunea perceptivă

Senzații vizuale, proprioceptive și chinestezice contribuie la formarea imaginii perceptive a propriului corp. În construirea acestei imagini, interpretarea subiectivă a informației obținute pe cale senzorială poate afecta acuratețea imaginii perceptive. Orice discrepanţă între evaluarea subiectivă și realitatea obiectivă a corpului este interpretată ca semn al unei distorsiuni perceptive (Banfield