

INTERACȚIUNEA DINTRE ATAȘAMENT, IMAGINEA CORPORALĂ ȘI GEN ÎN DEZVOLTAREA COMPORTAMENTULUI DE EXERCİȚIU EXCESIV

Alina Arhirii

Conducător științific: Andrei Patrichi

Departamentul de Sănătate Publică, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca, România

Introducere. Atașamentul anxios a fost asociat cu comportamente dezadaptative, precum dependența de exerciții fizice. Imaginea corporală negativă a fost identificată ca un potențial mediator. Genul a influențat relațiile dintre variabile, însă mecanismele implicate rămân insuficient explorate în literatură. **Scop.** A fost analizată relația dintre atașamentul anxios și dependența de exerciții fizice, prin rolul mediator al imaginii corporale și influența moderatoare a genului, la tineri activi fizic din România. **Material și metode.** A fost realizat un studiu cantitativ, transversal, pe tineri adulți activi fizic (18-30 ani), utilizând trei chestionare validate pentru evaluarea atașamentului anxios, imaginii corporale și dependenței de exerciții. S-au aplicat statistici descriptive, teste de normalitate și analize de mediere simplă și moderată (macro PROCESS, SPSS). **Rezultate.** Media pentru dependența de exerciții a fost 15.99 (SD = 5.17); 10 respondenți au prezentat risc ridicat (scor ≥ 24) și 49 risc moderat (scor 13-23). Atașamentul anxios s-a corelat pozitiv cu imaginea corporală ($r = .231$, $p = .04$), dar nu și cu dependența de exerciții ($r = .130$, $p = .26$). Modelul de mediere simplă a indicat un efect direct nesemnificativ ($b = .028$, $p = .46$) și un efect indirect marginal ($b = .014$, CI 95% [-0.008, .047]). Mediarea moderată nu a identificat efecte semnificative ale genului. Imaginea corporală a avut o distribuție asimetrică (skew = 1.48), reflectând percepții pozitive la majoritatea participanților. **Concluzii.** Ipoteza de mediere nu a fost confirmată statistic, dar se sugerează o relație indirectă ce necesită validare în eșantioane mai mari. Lipsa unui efect direct poate indica rolul altor factori psihologici. Rezultatele au relevanță pentru politicile de prevenire a dependenței. **Cuvinte-cheie:** Atașament, Imagine corporală, Exercițiu fizic, Gen, Adicție.

THE INTERACTION BETWEEN ATTACHMENT, BODY IMAGE, AND GENDER IN THE DEVELOPMENT OF EXCESSIVE EXERCISE BEHAVIOR

Alina Arhirii

Scientific adviser: Andrei Patrichi

Department of Public Health, Babeș-Bolyai University, Cluj-Napoca, Romania

Introduction. Anxious attachment has been linked to maladaptive behaviors such as exercise addiction. Negative body image was identified as a potential mediator in this relationship. Gender appears to influence these variables, but the underlying mechanisms remain insufficiently explored in the literature. **Objective.** This study explored the link between anxious attachment and exercise addiction, examining body image as a mediator and gender as a moderator in physically active Romanian young adults. **Material and methods.** A quantitative, cross-sectional study was conducted on physically active young adults (18-30 years old), using three validated questionnaires to assess anxious attachment, body image and exercise addiction. Descriptive statistics, normality tests, and simple and moderated mediation analyses (PROCESS macro, SPSS) were performed. **Results.** The mean score for exercise addiction score was 15.99 (SD = 5.17); 10 participants showed high risk (score ≥ 24), and 49 moderate risk (score 13-23). Anxious attachment correlated positively with body image ($r = .231$, $p = .04$), but not with exercise addiction ($r = .130$, $p = .26$). The simple mediation model revealed a non-significant indirect effect ($b = .014$, 95% CI [-0.008, .047]), while the direct path was also non-significant ($b = .028$, $p = .46$). The moderated mediation analysis found no significant gender interactions. Body image was positively skewed (skew = 1.48), suggesting generally positive body perceptions. **Conclusion.** The mediation hypothesis was not statistically supported, though an indirect relationship was suggested and warrants validation in larger samples. The absence of a direct effect may involve other psychological mechanisms. Findings are relevant for public health addiction prevention policies. **Keywords:** attachment, body image, physical exercise, gender, addiction.