



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین‌المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on
Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



بررسی رابطه سبک های دلبستگی با پرخوری هیجانی در دانش آموزان دختر دوره دوم

متوسطه شهر ایلام

اسلام مرادی (نویسنده مسئول)^۱، بیژن مرادیان^۲

^۱ کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی آموزش و پرورش، هلیلان eslam.m1396@gmail.com

^۲ کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی آموزش و پرورش، هلیلان bijanmoradyan1900@gmail.com

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه سبک های دلبستگی با پرخوری هیجانی در دانش آموزان دختر شهر ایلام بود. روش پژوهش حاضر با توجه توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری در این پژوهش کلیه دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بود که ۳۶۰ نفر با استفاده از فرم تعیین حجم نمونه کوکران به روش دردسترس انتخاب شدند. اطلاعات این پژوهش از طریق پرسشنامه های دلبستگی سیمپسون و رفتار خوردن اشتهارین جمع آوری شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزارهای آماری SPSS انجام شد. روش آماری استفاده شده برای تجزیه و تحلیل داده ها ضریب همبستگی پیرسون بود. نتایج نشان داد که ضریب همبستگی متغیر مستقل «سبک دلبستگی ایمن» بر روی متغیر وابسته «پرخوری هیجانی» برابر با ۰/۶۷-، ضریب همبستگی متغیر مستقل «سبک دلبستگی ناایمن» بر روی متغیر وابسته «پرخوری هیجانی» برابر با ۰/۶۶، ضریب همبستگی متغیر مستقل «سبک دلبستگی دوسوگرا» بر روی متغیر وابسته «پرخوری هیجانی» برابر با ۰/۶۲ شده است. از سوی دیگر مقدار سطح معناداری برابر با ۰/۰۰۵ شده که پایینتر از ۰/۰۵ خطاست. این بدان معناست که، متغیر مستقل تحقیق بر روی متغیر وابسته تحقیق از نظر آماری تأثیر معناداری می گذارد. بنابراین فرضیه تایید می شود. با توجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می گردد که روان شناسان و مشاورین از نتایج حاصله در علت شناسی و رفع مشکلات رفتاری و روانی مربوط به افراد مبتلا به پرخوری هیجانی استفاده نمایند.

کلید واژه: سبک دلبستگی، پرخوری هیجانی، دانش آموزان



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



مقدمه

پر خوری هیجانی به عنوان یکی از انواع اختلالات خوردن در تمام جهان، هم در کشورهای توسعه یافته و هم در اقتصادهای در حال پیشرفت گزارش شده است (راماکیوتی و همکاران^۱، ۲۰۰۰). حداقل ۳۰ میلیون نفر در آمریکا بدون در نظر گرفتن جنس و سن از اختلالات خوردن رنج می برند (لی و همکاران^۲، ۲۰۱۲). در ویرایش پنجم راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی اختلالات خوردن در پنج گروه هرزه خواری، اختلال نشخوار، بی اشتهايي عصبی پراشتهایی عصبی و اختلال پر خوری طبقه بندی می شوند. (انجمن روان شناسی آمریکا^۳، ۲۰۱۳). پر خوری هیجانی تکرار دوره های پر خوری و رفتارهای جبرانی نامتناسب از دو بار در هفته به یک بار در هفته در طی سه ماه گذشته است. معیارهای تشخیصی آن شامل خوردن، در دوره های زمانی منفصل (به طور مثال هر دوره دو ساعت) و مقدار غذایی مشخصاً بیشتر از مقدار غذایی است که اکثر مردم در دوره های زمانی و موقعیت های مشابه می خورند؛ احساس عدم کنترل بر خوردن در طی دوره ها (به طور مثال فرد احساس می کند نمی تواند خوردن را متوقف کند یا کنترلی بر اینکه چه می خورد و چه مقدار می خورد ندارد) غذا خوردن با سرعت بیشتر از هنجار؛ غذا خوردن تا زمانی که احساس پر بودن ناراحت کننده ای به فرد دست دهد. (وارد و همکاران^۴، ۲۰۰۰).

از عوامل مؤثر بر رفتار خوردن می توان به متغیرهایی مانند سبک های دلبستگی اشاره کرد. شواهد حاکی از آن هستند که زنان مبتلا به پر خوری میزان بالاتری از دلبستگی ناامن را در مقایسه با زنانی که فاقد آن می باشند نشان می دهند (وارد و همکاران، ۲۰۰۰). اسعدی طهرانی و همکاران (۱۳۹۹) نشان داد که سبک های دلبستگی ایمن و اجتنابی با نقش میانجی احساس تنهایی رفتارهای خوردن را تبیین می کنند؛ اما سبک دلبستگی دوسوگرا قدرت تبیین رفتارهای خوردن را ندارد. رفتارهای خوردن نامنظم احتمالاً به موازات رشد پیوندهای دلبستگی صورت می گیرد (بروج و همکاران^۵، ۲۰۰۶). سه الگوی دلبستگی عبارت است از: ایمن؛ اجتنابی؛ اضطرابی. دلبستگی اضطرابی با آثار جدایی، رهاشدگی یا عشق ناکافی شناخته می شود. دلبستگی اجتنابی با کم ارزش کردن اهمیت روابط نزدیک، اجتناب از صمیمیت، وابستگی، اعتماد به نفس و غیر فعال کردن نسبی رفتار دلبستگی مشخص می شود؛ بنابراین دلبستگی ایمن به صورت وجود نداشتن نسبی دلبستگی اضطرابی و اجتنابی، مفهوم سازی می شود (مک یولینگر و همکاران^۶، ۲۰۰۷). پژوهش های چندی ارتباط بین سبک دلبستگی، اختلالات تغذیه ای و رفتارهای خوردن را بررسی کرده اند (دی پایولیت و همکاران^۷، ۲۰۱۷). استفاده وسیله ای از غذا یعنی به عنوان پاداش یا پیشنهاد غذا هنگامی که فرد ناراحت است با سازگاری، خوردن هیجانی و در نتیجه افزایش وزن همراه است (کاجویی و همکاران^۸، ۲۰۱۶). فیلیپس و همکاران^۹ (۲۰۱۲) در پژوهشی نشان دادند که در افراد بین سبک دلبستگی اضطرابی و چاقی ارتباط معناداری وجود دارد. دوکری و همکاران^{۱۰} (۲۰۰۹). نیز دریافتند که در سبک های دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی بین حوادث زندگی در دوره نوجوانی و خوردن هیجانی نقش واسطه ای وجود دارد. نریمانی و قاسمی نژاد (۱۳۹۳) نشان داد که با کمک متغیرهای روان شناختی می توان ابتلا به اختلال پر خوری را پیش بینی کرد.

با توجه به مطالب گفته شده در بالا هدف این پژوهش پاسخگویی به این سوال است که آیا بین سبک های دلبستگی و افسردگی با پر خوری هیجانی بر اساس نقش واسطه ای ذهن آگاهی در دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد ایلام رابطه معنادار وجود دارد؟

1 . Ramakiotti et al

2 . Lee et al

3 . American Psychological Association

4 . Ward et al

5 . Bruch et al

6 . McElinker et al

7 . DePaulite et al

8 . Kachuei et al

9 . Phillips et al

10 . Dokri et al

روش شناسی پژوهش:

این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی است که با استفاده از پرسشنامه انجام خواهد شد و به صورت میدانی صورت می‌گیرد. در پژوهش‌های توصیفی-همبستگی، محقق به دنبال بررسی روابط بین متغیرهای مورد مطالعه می‌باشد. هدف، کشف رابطه علت و معلولی بین متغیرها نیست، بلکه مطالعه روابط یک یا چند متغیر با یک یا چند متغیر دیگر است. جامعه آماری پژوهش کلیه دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام بود. حجم نمونه در این پژوهش برابر با ۳۶۰ نفر بود. روش نمونه‌گیری در این پژوهش به صورت خوشه‌ای مرحله‌ای می‌باشد.

سبک‌های دل‌بستگی: پرسشنامه سبک‌های دل‌بستگی توسط سیمپسون (۱۹۹۰)، به نقل از عباسی سرچشمه، (۱۳۸۴)، ساخته شده است. این پرسشنامه شامل ۱۳ جمله است که ۵ جمله آن سبک دل‌بستگی ایمن (۱، ۲، ۴، ۶، ۱۲) و ۴ جمله سبک دل‌بستگی نایمن (۵، ۷، ۱۰، ۱۳) و ۴ جمله دیگر سبک دل‌بستگی مضطرب دوسوگرا (۳، ۸، ۹، ۱۱) را می‌سنجد. در مقابل هر عبارت ۵ ستون قرار دارد. عناوین این ستون‌ها عبارتند از کاملاً موافقم، موافقم، تقریباً موافقم، مخالفم و کاملاً مخالفم است. هر کدام از این ستون‌ها به ترتیب از ۱ تا ۵ نمره‌گذاری می‌شود. با جمع نمرات سئوالات مربوط به هر سبک دل‌بستگی سه نمره مجزا به دست می‌آید و نمره‌ای که برتری می‌کند به عنوان سبک دل‌بستگی فرد مشخص می‌شود. سئوالات ۲ و ۶ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. پایایی این پرسشنامه بر حسب آلفای کرونباخ و اجرای مجدد فاصله‌های زمانی یک هفته تا دو سال، را به ترتیب ۰/۷۰ و ۰/۸۹ برآورد شده است (سیمپسون و همکاران، ۱۹۹۲؛ به نقل از عباسی سرچشمه، ۱۳۸۴). رضازاده (۱۳۸۱) پایایی این آزمون را به شیوه اجرای مجدد، برای نمونه ایرانی، در ۲۵ زوج اصلی و به فاصله زمانی ۶ هفته، ۰/۶۸ به دست آورد. همچنین ثبات درونی این پرسشنامه بر حسب آلفای کرونباخ در ۱۳۲ زوج، ۰/۷۴ گزارش شده است. سیمپسون به منظور بررسی روایی این پرسشنامه از مقیاس عشق رابین^{۱۱} (۱۹۷۰) و مقیاس وابستگی^{۱۲} ساخته شده توسط برشید و فی^{۱۳} (۱۹۷۷) و مقیاس خودافشاگری^{۱۴} (میلر^{۱۵} و همکاران، ۱۹۸۳) استفاده کرده است.

پرسشنامه رفتارهای خوردن: این پرسشنامه در سال ۱۹۸۶ توسط ون اشتراين و همکاران ساخته شد و از ۳۳ ماده و سه خرده مقیاس تشکیل شده است. خوردن مهارشده (۱۰ ماده از سؤال ۱ تا ۱۰)؛ خوردن هیجانی (۱۳ ماده از سؤال ۱۱ تا ۲۴)؛ خوردن بیرونی (۱۰ ماده از سؤال ۲۴ تا ۳۳). نمره این پرسشنامه با مقیاس پاسخ‌گویی پنج‌درجه‌ای لیکرت (۱ هرگز) تا (۵ بیشتر وقت‌ها) است. نمره‌گذاری ماده ۳۱ به طور معکوس صورت می‌گیرد. از طرفی اگر در هر مقیاس بیش از یک سؤال پاسخ داده نشود، آن مقیاس کنار گذاشته می‌شود. نمره‌های بیشتر نشانگر میزان بیشتر رفتار خوردن مربوط به آن خرده مقیاس است. این پرسشنامه از اعتبار بازآزمایی و همسانی درونی (ضرایب آلفای کرونباخ بین ۰/۸۰ تا ۰/۹۵) و روایی عاملی مناسب برخوردار است (ون استرسن و همکاران، ۲۰۱۲). صالحی فدردی و همکاران (۱۳۹۲) این پرسشنامه را به فارسی ترجمه کردند و مجدداً به زبان اصلی ترجمه معکوس کردند و به فرد سازنده ارائه دادند. آنها مشخص کردند، نمره مقیاس‌های خوردن هیجانی و خوردن بازدارنده در افراد رژیم‌گیرنده و غیر رژیم‌گیرنده متفاوت است که این نشانگر روایی افتراقی فرم فارسی است. همچنین روابط نیرومند بین این پرسشنامه با پرسشنامه^{۱۱} ولع به غذا نشان از روایی همگرایی مناسب پرسشنامه دارد. همسانی درونی (آلفا) برای سه خرده مقیاس، ۰/۹۰ برای خوردن مهارشده و ۰/۹۵ برای خوردن هیجانی و ۰/۸۵ برای خوردن بیرونی برآورد شد (اشرفی و همکاران، ۲۰۱۷). لازم به ذکر است در این پژوهش فقط از بعد خوردن هیجانی یعنی سئوالات ۱۱ تا ۲۴ پرسشنامه استفاده می‌شود.

11. Rubin's Love Scale

12. Dependency Scale

13. Bercheid & Fei

14. Self-disclosure Scale

15. Miller

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمارهای توصیفی و استنباطی استفاده می‌شود. از آمار توصیفی، برای توصیف ویژگی‌های جمعیت شناختی و برای بررسی آزمون فرضیات پژوهش از روش ضریب همبستگی پیرسون استفاده می‌شود. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS22 صورت می‌گیرد.

یافته ها

جدول شماره ۱ آماره‌های توصیفی دل بستگی

بیشینه	کمینه	انحراف استاندارد	میانگین	متغیر و ابعاد	
۶۰	۱۲	۸/۸۰	۳۳/۹۱	دل بستگی	متغیر مستقل
۲۵	۵	۳/۴۶	۱۱/۵۵	ایمن	ابعاد
۲۰	۴	۳/۲۲	۱۰/۷۷	ناایمن	
۲۰	۴	۳/۶۰	۱۲/۶۵	دوسوگرا	

همانگونه که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود میانگین و انحراف استاندارد متغیر مستقل دل بستگی برابر با (۳۳/۹۱ و ۸/۸۰) و ابعاد آن ایمن (۱۱/۵۵ و ۳/۴۶)، ناایمن (۱۰/۷۷ و ۳/۲۲) و دوسوگرا (۱۲/۶۵ و ۳/۶۰) می‌باشد.

جدول شماره ۲ آماره‌های توصیفی پر خوری هیجانی

بیشینه	کمینه	انحراف استاندارد	میانگین	متغیر و ابعاد	
۶۵	۱۳	۹/۹۶	۳۳/۳۰	پر خوری هیجانی	متغیر وابسته

همانگونه که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود میانگین و انحراف استاندارد متغیر وابسته پر خوری هیجانی برابر با (۳۳/۳۰ و ۹/۹۶) می‌باشد.

جدول شماره ۳ بررسی فرضیه جزئی

نتیجه	سطح معناداری (Sig)	ضریب همبستگی	فرضیه جزئی (۱)
تایید	۰/۰۰۱	-۰/۶۷	سبک دل بستگی ایمن ← پر خوری هیجانی
تایید	۰/۰۰۱	۰/۶۶	سبک دل بستگی ناایمن ← پر خوری هیجانی
تایید	۰/۰۰۱	۰/۶۲	سبک دل بستگی دوسوگرا ← پر خوری هیجانی

مطابق با نتایج جدول شماره ۳ ضریب همبستگی متغیر مستقل «سبک دل بستگی ایمن» بر روی متغیر وابسته «پر خوری هیجانی» برابر با -۰/۶۷، ضریب همبستگی متغیر مستقل «سبک دل بستگی ناایمن» بر روی متغیر وابسته «پر خوری هیجانی» برابر با ۰/۶۶، ضریب همبستگی متغیر مستقل «سبک دل بستگی دوسوگرا» بر روی متغیر وابسته «پر خوری هیجانی» برابر با ۰/۶۲ شده است. از سوی دیگر مقدار سطح معناداری برابر با ۰/۰۰۵ شده که پایینتر از ۰/۰۵ خطاست. این بدان معناست که، متغیر مستقل تحقیق بر روی متغیر وابسته تحقیق از نظر آماری تأثیر معناداری می‌گذارد. بنابراین فرضیه تایید می‌شود.



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین‌المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on
Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



بحث و نتیجه گیری

فرضیه پژوهش: بین سبک دلبستگی با پرخوری هیجانی در دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه معنادار وجود دارد.

نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها نشان داد که بین سبک دلبستگی با پرخوری هیجانی در دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر ایلام رابطه معنادار وجود دارد و این یافته با تحقیقات اسعدی طهرانی و همکاران (۱۳۹۹) همخوانی دارد. در تبیین نتایج بدست آمده می‌توان چنین بیان کرد دلبستگی نایمن در خانواده‌هایی که انسجام کمتر، تعارض بیشتر و انضباط والدینی منفی است با مشکلات خوردن و سبک‌های ناسالم خوردن ارتباط پیدا می‌کند. در توجیه این یافته‌ها به نقش زیربنایی دلبستگی در شکل‌گیری بسیاری از مهارت‌ها و قابلیت‌های شناختی، هیجانی و ارتباطی اشاره شده است. بسیاری از رفتارها به مهارت‌هایی در یکی از این سه حیطه نیاز دارند. دلبستگی پایه رفتارهای خودنظم‌دهی هیجانی است که رفتار فرد در موقعیت‌های هیجانی و مواجهه با تنیدگی تنظیم می‌کند. به طور کلی عدم دلبستگی ایمن کودک منجر به بروز هیجان‌های منفی در کودکان می‌شود. ناتوانی در کنترل هیجان‌های منفی منجر به استفاده از راهبردهای نامطلوب هیجانی، مانند پرخوری می‌شود. نوجوان دارای سبک دلبستگی مضطربانه در برابر موقعیت‌های هیجانی منفی و تنیدگی نمی‌تواند مهار خود را به دست گیرد و به خوردن برای کاهش عواطف منفی متوسل می‌شود. نتایج تحقیق بهزادپور و همکاران نشان داد که دختران با سبک‌های دلبستگی نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) در مقایسه با دختران دارای سبک دلبستگی ایمن، نگرانی بیشتری مرتبط با وزن دارند. یافته‌های وارد و همکاران نقش دلبستگی نایمن اجتنابی را در بررسی جمعیت‌های مبتلا به اختلال خوردن هیجانی نشان می‌دهد. مطالعات تورمینی و همکاران نیز نشان داد که کودکان مبتلا به چاقی و مادران آنها درجه قابل توجهی از شیوع دلبستگی نایمن داشتند. از زاویه‌ای دیگر، رفتار خوردن و تغذیه در ابتدا کاملاً تأثیر روابط کودک و مادر به عنوان مراقب اصلی قرار می‌گیرد و پس از آن نیز تأثیر رابطه با مادر بر خوردن سایه می‌اندازد. پرخوری، فقدان مهار و بازداری در خوردن به عنوان جستجوی مجاورت و نزدیکی با چهره دلبستگی در نظر گرفته می‌شود. در یک فضای دلبستگی نایمن فرد می‌کوشد از طریق چیزی که یادآور مادر است و خود نیز ارزش زیستی مثبتی تلقی می‌شود به جستجوی ایمنی دست یابد. همچنین در تبیین این یافته‌ها که سبک دلبستگی ایمن قدرت تبیین رفتارهای خوردن را ندارد می‌توان گفت که جی بلسکی که یکی دیگر از نظریه پردازان دلبستگی است، باورهای بالبی و اینزورث را در این مورد که دلبستگی ایمن، سالم‌ترین دلبستگی‌ها است، مورد تردید قرار داد. بلسکی بر این باور است که در برخی محیط‌ها، الگوی دلبستگی اجتنابی یا اضطرابی انطباقی‌تر است. اگر چه شواهدی وجود دارد که الگوی دلبستگی نایمن در افرادی که مشکلات روانی دارند، بیشتر دیده می‌شود، اما این ارتباط برای بزرگسالان به درستی مشخص نشده است.

منابع

نریمانی، محمد؛ قاسمی نژاد، محمدعلی (۱۳۹۳). نقش عوامل روان‌شناختی در پیش‌بینی اختلال پرخوری. مجله روان‌شناسی مدرسه. ۳(۳):۸۶-۱۰۵.

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Washington, DC. American Psychiatric Press.

De Paolit T, Fuller-Tyszkiewicz M, Krug I (2017). Insecure attachment and maladaptive schema in disordered eating: The mediating role of rejection sensitivity. J Clin Psychol Psychother; 24(6):1273-84.

Dockray S, Susman EJ, Dorn LD (2009). Depression, cortisol reactivity, and obesity in childhood and adolescence. J Adolesc Health; 45(4):344-50.

- Kachooei M, Moradi A, Kazemi AS, Ghanbari Z(2016). The discriminative role of emotion regulation and impulsivity in different unhealthy eating patterns. KAUMS Journal (FEYZ); 20(4):383-90.
- Le Grange D, Swanson SA, Crow SJ, Merikangas KR(2012). Eating disorder not otherwise specified presentation in the US population. Int J Eat Disord. 45(5):711-8.
- MiKulincer M, Shaver PR(2007). Attachment in adulthood: structure, Dynamics and Change. New York: Guilford Pres.
- Phillips AL, Gibson EL, Slade L(2012). Anxious attachment predicts uncontrolled eating independently of emotional eating. Appetite. 59(2):633.
- Ramacciotti CE, Coli E, Passaglia C, Lacorte M, Pea E, Dell'Osso L(2000). Binge eating disorder: prevalence and psychopathological features in a clinical sample of obese people in Italy. Psychiatry Res;94(2):131-8.
- Ward A, Ramsay R, Treasure J. Attachment research in eating disorders. Br J Med Psychol. 2000; 73 (Pt 1):35–51matter? Everyday mindfulness, mindful eating and self-reported serving size of energy dense foods among a sample of South Australian adults. Appetite, 67, 25-29.