

# The relationship between components of negative affect and disordered eating behavior among students: the importance of emotion regulation with religious perspective

Mohamad Reza Khodabakhsh<sup>1\*</sup>, Fariba Kiani<sup>2</sup>

1- Department of Physiology, Psychology, Young Researchers and Elite Club, Mashhad Branch, Islamic Azad University, Mashhad, Iran.

2- Department of Physiology, Young Researchers and Elite Club, shahrekord Branch, Islamic Azad University, shahrekord, Iran.

## Abstract

**Background and Objectives:** previous research indicates negative affects especially correlate with disordered eating. The aim of this study was to investigate the role of emotion regulation difficulties and negative affects in prediction of disordered eating among student.

**Materials and Methods:** This cross-sectional study was conducted on 264 students of Allameh Tabataba'i University who were selected by multiple cluster sampling. Participants responded to the questionnaires. Data were analyzed with SPSS V.20 using stepwise Regression and Correlation with  $\alpha=0.01$ .

**Results:** Results showed that there was significant internal correlation among emotion regulation difficulties, negative affects and disordered eating behaviors ( $p<0.01$ ). Also, stepwise regression analysis indicated that emotion regulation difficulties and negative affects significantly predicted, respectively, 57% and 43% of the variance of disordered eating behaviors ( $p<0.01$ ).

**Conclusion:** This study results suggest the importance of negative affects and emotion regulation difficulties in prediction of disordered eating behaviors. Attention to religious resources existed on the importance of emotion regulation; will be able to assist to individuals in promoting their own health based on religious teachings.

**Keywords:** Emotion Regulation, Negative Affects, Disordered Eating Behavior, Student

---

\* Corresponding Author: Mohamad Reza Khodabakhsh; Email: khodabakhsh@ut.ac.ir

## بررسی ارتباط مؤلفه‌های هیجانی منفی با رفتار خوردن آشفته در دانشجویان: اهمیت تنظیم هیجانی با نگاه دینی

محمدرضا خدابخش\*، فریبا کیانی<sup>۱</sup>

۱- گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد مشهد و باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، مشهد، ایران.  
۲- گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهرکرد و باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، شهرکرد، ایران.

### چکیده

**سابقه و اهداف:** تحقیق‌ها نشان می‌دهد هیجان‌های منفی با رفتار خوردن آشفته رابطه دارد. هدف از پژوهش حاضر، بررسی نقش مشکل‌های تنظیم هیجان و هیجان‌های منفی در پیش‌بینی رفتار خوردن آشفته در دانشجویان بوده است.

**مواد و روش‌ها:** پژوهش حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه‌ی آماری، کلیه‌ی دانشجویان دانشگاه علامه طباطبایی بود که ۲۶۴ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌یی چند مرحله‌یی انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از فرم کوتاه مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس، مقیاس بازخورد خوردن و مقیاس تنظیم هیجان استفاده شد. داده‌ها پس از ورود به نرم افزار SPSS نسخه‌ی ۲۰، در سطح معنی‌داری ( $P < 0/01$ ) با استفاده از محاسبه‌ی ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**یافته‌ها:** نتیجه‌ها نشان داد که بین مشکل‌های تنظیم هیجان، هیجان‌های منفی و رفتارهای خوردن آشفته، همبستگی معنی‌داری وجود دارد. یافته‌های تحلیل سلسله مراتبی نشان داد که هیجان‌های منفی و مشکل‌های تنظیم هیجان، به‌طور معنی‌داری رفتارهای خوردن آشفته را پیش‌بینی می‌کند. نتیجه‌ی رگرسیون نشان داد مشکل‌های تنظیم هیجان، رابطه‌ی بین هیجان‌های منفی و رفتارهای خوردن آشفته را تعدیل می‌کند.

**نتیجه‌گیری:** نتیجه‌ی پژوهش، حاکی از اهمیت مشکلات در تنظیم هیجان و هیجان‌های منفی در پیش‌بینی رفتارهای خوردن آشفته است. توجه به منابع غنی دینی که در زمینه‌ی اهمیت تنظیم هیجان وجود دارد، می‌تواند به افراد در ارتقای سلامتشان، یاری رساند.

**واژگان کلیدی:** تنظیم هیجان، هیجان‌های منفی، رفتار خوردن آشفته، دانشجویان

### مقدمه

خوردن، شکل و وزن، رژیم گرفتن‌های سخت و کنترل کردن شکل و وزن بدن از طریق رفتارهای جبرانی نامناسب (برای مثال پاک‌سازی) که با ملاک‌های روان‌پزشکی اختلال‌های خوردنی چون بی‌اشتهایی عصبی و پراشتهایی عصبی که در راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی توصیف شده است، مطابقت نداشته باشد. اختلال‌ها و رفتارهای خوردن آشفته، از جمله مشکل‌های رایج در میان دانشجویان به شمار می‌آید (۳). تحقیق‌ها نشان می‌دهد شیوع رفتارهای خوردن آشفته درحال افزایش است به ویژه در میان افراد جوان و به‌طور ویژه‌تر در میان زنان جوان (۴). تحقیق‌ها، شواهد نگران‌کننده‌یی به دست می‌دهد، مبنی بر اینکه اختلال‌های

خوردن سالم، بالقوه می‌تواند خطر شرایط نامطلوبی چون بیماری‌های قلبی-عروقی، سکتته‌ی مغزی، فشارخون، سرطان، دیابت و آسم را کاهش دهد (۱). اختلال‌های خوردن، بیماری‌های جدی است که موجب اختلال در پایداری هیجانی، قضاوت و کارکرد شناختی می‌شود و می‌تواند به‌طور جدی بهزیستی روان‌شناختی، اجتماعی و فیزیکی افراد را تحت تأثیر قرار دهد (۲). رفتارهای خوردن آشفته، رفتارهای ناهنجاری است که با اختلال‌های خوردن پیوند دارد. رفتارهایی چون خوردن محدود شده، خوردن هیجانی، خوردن بازداری زدایی شده، خوردن شبانه، پرخوری، نگرانی درباره‌ی