

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ
“СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ”



SOFIA UNIVERSITY
ST. KLIMENT OHRIDSKI

ФИЛОСОФСКИ ФАКУЛТЕТ

FACULTY OF PHILOSOPHY

**КАТЕДРА “ОБЩА, ЕКСПЕРИМЕНТАЛНА, РАЗВИТИЙНА И ЗДРАВНА
ПСИХОЛОГИЯ”**

АВТОРЕФЕРАТ

на дисертационен труд

за присъждане на образователна и научна степен “Доктор” на тема:

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ПРОФИЛИ И ХАРАКТЕРИСТИКИ НА
АПЕТИТА ПРИ ЛИЦА С ХРАНИТЕЛНА АВЕРСИЯ И ЗАВИСИМОСТ
ОТ ХРАНЕНЕТО**

Докторант: Велина Надарова Христова

(редовен докторант по професионално направление 3.2. „Обща психология –
Психологическо измерване и оценяване – Психодиагностика“)

Научен ръководител:

Проф. Д-р Емилия Алексиева

София, 2020 г.

Дисертационният труд е обсъден и насочен за защита от катедра “Обща, експериментална, развитийна и здравна психология” при Философски факултет на СУ “Св.Климент Охридски” със заповед №РД 38-325 от 22.07.2020 г.

Дисертацията съдържа:

Обем: 194 страници;

Литература:

7 заглавия на български език;

215 заглавия на английски език;

Таблицы: 103;

Фигури: 8;

Приложения: 2.

Научно жури:

Проф. д.пс.н. Соня Методиева Карабельова

Проф. д-р Емилия Борисова Алексиева

Проф. д.пс.н. Румен Иванов Стаматов

Доц. д-р Павлина Петкова Петкова

Доц. д-р Диана Андонова Циркова

Резервни членове:

Проф. д.пс.н. Иринка Любенова Зиновиева

Доц. д-р Маргарита Любенова Дилова

Защитата на дисертационния труд ще се състои на 23.10.2020 г. на открито заседание на избраното жури.

Материалите по защитата са на разположение в канцеларията на специалност “Психология”, кабинет №60, Южно крило, етаж 3 в Ректората на СУ “Св. Климент Охридски”, както и на сайта на университета – www.uni-sofia.bg.

Съдържание на дисертационния труд

ВЪВЕДЕНИЕ

ГЛАВА 1: Теоретичен обзор

I. Формиране на хранително поведение, хранителни предпочитания и аверсия

- 1.1. Генетична предразположеност и вродени предпочитания
- 1.2. Развитиен модел на хранително поведение
 - 1.2.1. Излагане на стимули
 - 1.2.2. Социално учене
 - 1.2.3. Асоциативно учене

II. Характеристики на апетита

- 2.1. Измерване на характеристиките на апетита
- 2.2. Теория за поведенческата предразположеност
- 2.3. Характеристики на апетита и индекса на телесната маса
- 2.4. Характеристики на апетита и личностни характеристики
- 2.5. Хранително поведение и локус на контрол

III. Хранителна аверсия – същност и видове

- 3.1. Условна хранителна аверсия
- 3.2. Хранителна неофобия и придирчивост към храненето
- 3.3. Хранителната аверсия като разстройство
- 3.4. Измерване на хранителната аверсия
- 3.5. Хранителната аверсия като здравословен начин на живот
- 3.6. Придирчивост към храненето и индекс на телесната маса
- 3.7. Придирчивост към храненето и локус на контрола
- 3.8. Аверсия и придирчивост към храненето и личностни характеристики
- 3.9. Хранителна аверсия, безпокойство и obsесивно-компулсивно разстройство

IV. Зависимост от хранене

- 4.1. Същност и дефиниция
- 4.2. Измерване на хранителната зависимост
- 4.3. Хранителната зависимост като вид зависимост от субстанция
- 4.4. Хранителна зависимост и хранителни разстройства
- 4.5. Връзка с индекса на телесната маса
- 4.6. Хранителна зависимост, безпокойство и obsесивно-компулсивно разстройство
- 4.7. Хранителна зависимост и депресия
- 4.8. Хранителна зависимост и личностни характеристики

ГЛАВА 2: Емпирично изследване на хранителна аверсия и зависимост

от хранене, характеристики на апетита, базисни личностни характеристики, ниво на безпокойство, обесии и компулсии

I. Цели и задачи на изследването

II. Теоретичен модел на емпиричното изследване

III. Хипотези

IV. Метод

4.1. Респонденти и процедура

4.2. Инструменти

V. Анализ и описание на резултатите

5.1. Психометрични характеристики на скалите и факторни анализи

5.2. Взаимовръзки между изследваните феномени и регресионни анализи

5.3. Анализ на демографски различия

VI. Обобщение на резултатите

ГЛАВА 3: Психологически експеримент върху способността за разграничаване между наличието и липсата на взаимовръзки, локуса на контрола, хранителната аверсия и хранителната зависимост

I. Цели на изследването

II. Теоретична рамка на емпиричното изследване

III. Хипотези

IV. Метод

4.1. Участници

4.2. Материали

4.3. Процедура

V. Анализ и описание на резултатите

5.1. Психометрични характеристики на скалите и факторни анализи

5.2. Взаимовръзки между изследваните феномени и регресионни анализи

5.3. Анализ на демографски различия

VI. Обобщение на резултатите

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ЛИТЕРАТУРА

ПРИЛОЖЕНИЯ

Въведение

Актуалност на проблема

В днешно време е налице епидемия от затлъстяване в световен мащаб. По данни на Световната здравна организация всяка година поне 2.8 милиона души умират вследствие на наднормено тегло или затлъстяване (WHO, 2017). Тази епидемия засяга еднакво възрастни, деца и подрастващи и е едно от най-сериозните предизвикателства за общественото здраве.

От една страна, живеем в предразполагаща хранителна среда – така наречената „obesogenic“ среда, в която висококалоричните храни са леснодостъпни. От друга страна обаче, хората не реагират еднакво на предразполагащата ги среда. Някои напълняват по-бързо и по-лесно и са по-податливи на външните стимули. Именно затова е важно изучаването и разбирането на апетита като комплексна система, контролираща с какво се храним и как се храним. Тя включва не само физиологичния аспект (стомашно-чревната система и мозъка), а се влияе силно и от генетичната предразположеност и околната среда. Апетитът се явява мост между вътрешната среда (нашата физиология) и външната среда и включва както биологични, така и поведенчески, и психологически аспекти (Gibbons et al., 2019).

От психологическа и поведенческа гледна точка апетитът играе основна роля в нашето хранително поведение. Той е медиаторът между нашата генетична предразположеност и настоящата хранителна среда, т.е. той отразява как и с какво се храним и съответно как нашето поведение се отразява върху нашето телесно тегло (Llewellyn&Fildes, 2017).

В този контекст днес изучаването на апетита е актуално и значимо само по себе си, но и като важен аспект от превенцията на проблемите с теглото. Апетитът играе важна роля и в изучаването на дисфункционалното хранително поведение, съответно и на хранителните разстройства.

Настоящият дисертационен труд прави опит да разгледа две крайности в храненето, които се характеризират с противоположни характеристики на апетита – силно привличане от храна или силно отбягване на храна. И двете крайности в храненето отскоро са предмет на изследване в западния свят. Хранителната аверсия като хранително разстройство е включена едва в последното издание на „Диагностичен и статистически

наръчник на психичните разстройства“ на Американската психиатрична асоциация (DSM-V). Изследванията върху възрастни са малко, липсва и достатъчно литература, която изучава разликите между аверсията като характеристика на апетита и аверсията в нейната крайност.

Хранителната зависимост пък е все още спорен феномен, който се свързва основно с епидемията от затлъстяване и затова се изследва сред хора с наднормено тегло. Дискутират се приликите му със зависимостите от субстанция, както и с хранителните разстройства. В дисертационния труд се прави опит през призмата на апетита това спорно състояние да се сравни с противоположното му състояние – хранителната аверсия.

В този контекст основната цел на настоящата дисертация е да проучи по-детайлно и многостранно психологическите профили на хора, които проявяват хранителна аверсия или зависимост въз основа на различни психологически състояния и характеристики на апетита.

Структура на дисертационния труд

Дисертационният труд е съставен от въведение, една теоретична глава, две емпирични глави, заключение, списък с използвана литература и приложение.

Теоретичната глава е разделена на четири подглави. В първата е разгледан един от най-популярните теоретични подходи за изследване на хранителното поведение, а именно – развитийният модел на хранително поведение. Втората подглава разглежда теорията за поведенческа предразположеност и апетита заедно с различните негови характеристики. Третата подглава е посветена на хранителната аверсия – проследява теоретично различни видове хранителни аверсии, прави разграничение между тях и описва хранителната аверсия в нейната крайност, а именно – разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием. Последната подглава описва хранителната зависимост и нейната взаимовръзка с различни личностни характеристики и психологически състояния.

Втората и третата глава представят проведените от докторанта емпирични изследвания на характеристики на апетита, хранителната аверсия и хранителната зависимост. В началото на главите са формулирани целите и задачите на изследването. Представени са и теоретичната рамка на изследването, хипотезите и методът на изследване, който включва описание на респондентите и използваните инструменти. След

това са изложени анализи на резултатите, обобщение и дискусия от проведеното изследване, както и основни ограничения на изследването.

Последната глава е заключение, което синтезира основните изводи от дисертацията, дава препоръки за бъдещи изследвания и представя основните приноси от научния труд.

Обща характеристика на дисертационния труд

Основни идеи в теоретичната част

В първата глава на теоретичния обзор е направен опит да се разгледа тази част от хранителното поведение, която включва формирането на хранителни предпочитания и аверсии. Описани са различните видове предпочитания и аверсии и подробно е представен развитийният модел на хранително поведение, който проследява формирането на хранителното поведение още от пренатална възраст. Тук са разгледани влиянието на социалната среда върху формирането на хранителни предпочитания, семейната среда, влиянието на връстниците, медиите, както и на интернет и социалните мрежи. Третият аспект от развитийния модел описва асоциативното учене или формирането на хранително поведение на базата на изграждане на асоциации и връзки с околната среда. Тук е включено влиянието на родителския стил.

Следващата част от теоретичния обзор е фокусирана върху апетита от психологическа и поведенческа гледна точка. Направен е кратък исторически преглед на изучаването на хранителното поведение през призмата на апетита, разгледани са и основните инструменти за измерване на този конструкт. В тази част е представена и една от централните теории, използвани в дисертационния труд, а именно – теорията за поведенческа предразположеност на апетита на Уордъл, според която апетитът се явява медиатор между влиянието на околната среда и генетичната предразположеност. Подробно са разгледани основни характеристики на апетита, а именно свързаните с привличане от храната – отзивчивост към храненето (до каква степен човек е податлив на външни стимули и му се прияжда, когато види нещо за ядене), удоволствие от храната (наслада от храненето) и преяждане поради емоционално състояние (преяждане под влияние на силни емоции). Останалите характеристики на апетита са свързани с поведения, избягващи храната – усещане за ситост (колко бързо и след какво количество

храна човек се чувства сит), недохранване поради емоционално състояние (загуба на апетит и нехранене поради емоционално състояние), мудно хранене (отразява темпото на хранене) и придирчивост към храната (доколко човек проявява селективност към храната). Прави се преглед на различни изследвания, свързани с търсене на взаимовръзки между апетита и индекса на телесната маса, личностните характеристики и локуса на контрола.

Въз основа на първата половина от теоретичния обзор е описана хранителна аверсия като хранително поведение, характеризиращо се с избягване на храната. Разгледани са нейната същност и различните видове аверсии. Отделено е специално внимание на хранителната неофобия и придирчивост и на хранителната аверсия в нейната крайност като разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием. Направено е разграничение между придирчивостта като характеристика на апетита и като дисфункционално хранително поведение.

В литературата често се срещат термините „хранителна неофобия“ (от английски – food neophobia), както и „придирчивост към храненето“ (от английски – food pickiness/fussiness), които се характеризират с хранителна аверсия. И двете състояния могат да описват временен период от ранното детство, но също така биха могли да представляват и устойчиви характеристики. Хранителна неофобия е избягването/аверсията към нови храни за сметка на предпочитането на добре познати, по-обикновени или сладки храни (Wardle&Cooke, 2008). Придирчивостта към храната представлява аверсия и отказ от храна, която вече е позната на детето, и се характеризира с еднообразие в предпочитаната храна, както и със силна селективност (Dovey et al., 2008; Chatoor, 2009). Въпреки че в научната литература тези две понятия се разглеждат като отделни конструкти, често те са свързани или се проявяват едновременно (Wardle&Cooke, 2008).

От друга страна, разстройството с избягване/ограничаване на хранителния прием може да се разглежда като крайна форма на придирчивост. Това дисфункционално хранително поведение е описано за пръв път в последния „Диагностичен и статистически наръчник на психичните разстройства“ на Американската психиатрична асоциация (DSM-V). То се характеризира с липса на интерес към храненето и храната, избягване на храната поради сетивни характеристики, притеснения за неблагоприятни последствия от храненето и съответно загуба на тегло, липса на достатъчен прием на хранителни

вещества, зависимост от хранване и приемане на добавки, нарушения на психосоциалното функциониране (DSM- V, 2013).

Разгледани са инструменти за измерване на хранителната аверсия като придирчивост и в нейната крайност, както и съществуваща литература, която проследява взаимовръзките на хранителната аверсия с индекса на телесната маса, локуса на контрола, личностните характеристики и състоянията като безпокойство и obsесивно-компулсивно разстройство.

Последната част от теоретичния обзор разглежда едно противоположно на хранителната аверсия поведение, което се характеризира с привличане от храната. Описана е концепцията за зависимостта от хранене (или хранителната зависимост) – нова концепция, която все още е широко дискутирана в научните среди. Хранителната зависимост най-често се разглежда като комбинация на зависимост от субстанции плюс поведенческа зависимост (както е например зависимостта от хазарт, която е призната и описана в последната версия на DSM, DSM-V, 2013). Съществува научно предположение, че това е вид хранително разстройство. Разгледани са основните научни гледни точки, проследен е дебатът относно същността на хранителната зависимост, описани са и основните инструменти, с които би могла да се измери. Тук е разгледана и литература относно търсенето и изследването на взаимовръзки с индекса на телесната маса, личностните характеристики, безпокойството, obsесивно-компулсивното разстройство и депресията.

Основни идеи в емпиричната част на дисертационния труд

Целта на емпиричната част е да надгради теоретичната, като през призмата на апетита изследва и сравнява по-детайлно двете състояния – хранителна аверсия и хранителна зависимост, и състави психологически профили на хора, проявяващи тези хранителни поведения. За постигането на тази цел емпиричната част е съставена от две изследвания, разгледани в две отделни глави.

Изследване 1: Емпирично изследване на хранителна аверсия и зависимост от храненето, характеристики на апетита, базисни личностни характеристики, ниво на безпокойство, обесии и компулсии

Цели и задачи на изследването

Основна цел на настоящото изследване е въз основа на различни психологически състояния и характеристики на апетита да се проучат психологическите профили на хора, проявяващи хранителна аверсия и зависимост от храненето.

За да се изгради по-добра представа за психологическия профил на хората, проявяващи хранителна аверсия или зависимост, емпиричното изследване разглежда връзката на тези състояния с характеристиките на личността.

Въз основа на съществуващата литература хранителната аверсия, както и зависимостта от храненето, в своята крайност могат да се изразят в хранително разстройство. Настоящото изследване включва безпокойството и обесивно-компулсивното разстройство поради съществуващите в литературата изследвания за връзка между тях и различните видове хранителни разстройства. Това би дало по-подробен поглед върху хранителната аверсия и хранителната зависимост през призмата на хранителните разстройства, приликите и разликите с тях.

Хранителната аверсия и хранителната зависимост са сравнително нови понятия в западната литература. Хранителната аверсия е включена едва в последния „Диагностичен и статистически наръчник на психичните разстройства“, изготвен от Американската психиатрична асоциация (DSM – V, 2013), а хранителната зависимост е все още силно оспорван и подлежащ на изследвания конструкт. Първата версия на инструмента, който измерва хранителната зависимост, е изготвен през 2009 г. (Gearhardt, Corbin&Brownell, 2009), а този, който измерва крайната хранителна аверсия – едва през 2017 г. (Zickgraf&Ellis, 2017). Инструментът, който измерва различните характеристики на апетита у възрастни, базирайки се на модела на Уордъл, е изготвен едва през 2016 г. (Hunot et al., 2016). Затова в теоретичната част е обърнато специално внимание на трите инструмента и важна задача от емпиричната част на дисертацията е да се проверят

психометричните характеристики на дадените три инструмента, които се прилагат за пръв път в български социокултурен контекст.

Спрямо поставените цели на изследването основните задачи са както следва:

1. Да се проверят психометричните характеристики на въпросниците, които се използват за пръв път в български социокултурен контекст.
2. Да се изследва връзката между различните характеристики на апетита и личностните характеристики, както и да се провери дали личностните характеристики могат да бъдат предиктор за дадените хранителни поведения.
3. Да се изследва връзката между хранителната аверсия, хранителната зависимост и личностните характеристики, както и да се провери дали личностните характеристики могат да бъдат предиктор за дадените хранителни поведения.
4. Да се изследва взаимовръзката между хранителната аверсия, хранителната зависимост и характеристиките на апетита, за да се направи по-детайлен профил на дадените хранителни поведения.
5. Да се изследва взаимовръзката между хранителната аверсия, хранителната зависимост и нивото на безпокойство и обесивно-компулсивно разстройство, за да се проучат приликите и разликите между дадените състояния в тяхното крайно проявление.
6. Да се провери взаимовръзката между характеристиките на апетита, хранителната аверсия, хранителната зависимост и индекса на телесната маса.

Теоретична рамка на емпиричното изследване

Един от конструктите в основата на настоящото изследване, е апетитът, който се разглежда като генетично обусловена характеристика. Изследването се базира на теорията на Джейн Уордъл за поведенческа предразположеност, според която апетитът играе ролята на медиатор между генетичната предразположеност към проблеми с теглото и влиянието на околната среда (Llewellyn&Fildes, 2017). Характеристиките на апетита включват както такива, които описват привличане и отзивчивост към храната, така и такива, които описват избягване на храната (Hunot et al., 2016). Първите могат да дадат повече информация относно хранителни поведения, при които човек трудно се сдържа, консумира повече храна и не успява да разчете сигналите на тялото си, а е по-

чувствителен към външни сигнали от околната среда. Вторите описват поведения, при които се наблюдава избягване на храната поради придирчивост или неophobia, както и под влиянието на стрес и негативни емоции. Една от задачите на изследването е да се провери и взаимовръзката с личностните характеристики, за да се направи по-детайлен профил за всяка една черта на апетита.

За тази цел са избрани личностните характеристики от така наречените Големите пет – съзнателност, сътрудничество, екстраверсия, невротизъм и въображение, като вече утвърдени и теоретично признати концепти. Съществуват различни изследвания, които откриват взаимовръзки между различните стилове на хранене, хранителното поведение, избора на храна и личностните характеристики (Keller&Siegrist, 2015; Raynor&Levine, 2009; Elfag&Morey, 2007; Heaven et al., 2001). Повечето изследвания обаче използват въпросници, които не обхващат различните характеристики на апетита. Единственото изследване, което съпоставя апетита с личностните характеристики от Големите пет, е върху детска извадка (Vollrath et al., 2018). Би било интересно да се проследи доколко резултатите съвпадат с извадка от възрастни, а това би дало по-подробен поглед и върху поведения като хранителна аверсия или зависимост в по-зряла възраст.

Хранителната аверсия е още един от основните конструкти в изследването. Тук тя ще бъде разгледана както като генетично обусловена характеристика на апетита, а именно – придирчивост към храненето, така и в своя по-краен вариант – като хранително разстройство. И в двата случая се търси взаимовръзката с личностните характеристики.

Хранителната зависимост е друг основен конструкт. Макар и доста оспорван, той е включен в изследването, за да бъде изяснен в по-голяма степен и да бъде съпоставен с хранителната аверсия. Двата конструкта биха могли да се разгледат като две противоположности в хранителното поведение и би било интересно да се съпоставят и изследват разликите между тях. За да се придобие по-детайлен поглед върху тяхното крайно проявление, ще се изследва и връзката им с obsесивно-компулсивното разстройство и безпокойството. В литературата съществуват много изследвания върху връзката между тези състояния и хранителните разстройства, но липсват данни върху хранителната аверсия, а относно зависимостта от храненето изследванията са предимно върху хора с наднормено тегло и в клинични извадки.

Не на последно място, ще се провери връзката между хранителната аверсия, зависимостта и индекса на телесната маса въз основа на съществуващата литература и данните, че зависимостта се среща предимно при хора с наднормено тегло, за разлика от хранителната аверсия.

Хипотези

Въз основа на теоретичната рамка хипотезите се делят на няколко групи:

Хипотези за характеристики на апетита: отнасят се до взаимовръзката на характеристиките на апетита с личностните характеристики (екстраверсия, сътрудничество, съзнателност, невротизъм и въображение), с индекса на телесната маса и с obsесивно-компулсивното поведение и безпокойството.

Хипотези за хранителна аверсия: отнасят се до взаимовръзките на хранителната аверсия с личностните характеристики, с различните характеристики на апетита, с индекса на телесната маса и с безпокойството и obsесивно-компулсивното поведение.

Хипотези за хранителна зависимост: отнасят се до взаимовръзката на хранителната зависимост с личностните характеристики, с различните характеристики на апетита, с индекса на телесната маса и с безпокойството и obsесивно-компулсивното поведение.

Хипотези за демографски различия: отнасят се до различията между изследваните лица въз основа на демографски признаци.

Метод

С цел проверка на хипотезите, в настоящото изследване са използвани редица статистически методи. Първоначално е направен анализ на извадката, който включва описание на демографските характеристики. След това са описани използваните инструменти и са проведени факторни анализи, за да се проверят психометричните характеристики на избраните скали. Три от инструментите не са използвани в български социокултурен контекст и за тях са проведени експлораторни факторни анализи с неортогонална ротация, както и потвърдителни факторни анализи с втора независима извадка. Два от инструментите вече са адаптирани в България, но за юношеска извадка. Затова освен проверка на психометричните им характеристики са проведени потвърдителни факторни анализи, за да се провери дали данните съответстват и могат да

се използват върху извадка от възрастни. Вътрешната консистентност на скалите е оценена с коефициента Алфа на Кронбах.

За установяване на взаимовръзките между изследваните феномени са проведени корелационни анализи. След проверка на нормалността на разпределението е проведен корелационен анализ с коефициента на Пирсън. Проведени са множествени линейни регресионни анализи, за да се провери влиянието на личностните характеристики, както и на безпокойството и obsесивно-компулсивното поведение върху характеристиките на апетита, хранителната аверсия и зависимост.

Проведени са анализи на демографските различия с помощта на t-тест за независими извадки, както и на дисперсионен анализ (ANOVA) и post-hoc анализ.

Респонденти и процедура

В изследването участват 321 респонденти, предимно жени (82,6%), на възраст между 18-71 години (Mean=36,36, SD=11,08). Участниците са разделени на 6 възрастови групи: 18-25 години (9%), 26-30 години (24,3%), 31-35 години (29,3%), 36-40 години (12,1%), 41-50 години (11,2%), над 50 години (14%).

По-голяма част от респондентите притежават магистърска степен за образование (56,10%), като семеен статус посочват – женен/омъжен (34,90%) и живеят в столицата (65,70%). На въпроса дали имат деца, 51,4% отговарят “да”, а 48,6% – “не”.

Като част от изследването са събрани данни за индекс на телесната маса (BMI) (поднормено тегло под 18,5, нормално между 18,5 и 24,9, наднормено между 25 и 29,9, свръхнаднормено тегло/затлъстяване над 30). Най-голям процент са респондентите с нормално тегло (61,3%), следват хората с наднормено тегло (16,7%), поднормено тегло (12,5%) и страдащи от затлъстяване (9,5%).

Изследването е проведено анонимно и доброволно, без заплащане за участниците. Изследваните лица попълват онлайн въпросник през безплатната платформа Google Формуляри. Участниците са уведомени, че изследването се провежда с научно-изследователски цели и като тема е посочена “изучаване на хранителното поведение”.

Инструменти

В настоящото изследване са използвани следните 6 инструмента:

1. Въпросник върху хранителното поведение при възрастни (AEBQ – Adult Eating Behavior Questionnaire), разработен от Клаудия Хунот и колеги (Hunot et al., 2016), който измерва 8 различни характеристики на апетита (appetitive traits): 4 от тях описват привличане от храната (отзивчивост към храната, удоволствие от храненето, преяждане поради емоционално състояние, глад), а останалите 4 описват избягване на храната (придирчивост към храната, недохранване поради емоционално състояние, усещане за ситост, мудро хранене).

Оригиналната версия се състои от общо 8 скали и 35 айтема. Оказва се обаче, че съществува силна корелация между скалата „глад“ и скалата „отзивчивост към храната“ и двата конструкта се припокриват (Hunot et al., 2011). След повторно изследване на психометричните характеристики на въпросника от страна на авторите (Hunot et al., 2019), както и според друго изследване върху австралийска извадка (Mallan et al., 2017), се потвърждава това наблюдение и Хунот и колеги предлагат скалата „глад“ да бъде премахната. След комуникация с авторите беше решено тази скала да не се използва в настоящото изследване. Така въпросникът в изследването се състои от 7 скали и 30 айтема.

2. Скринингов тест за хранителното разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием (Nine Item Avoidant/Restrictive Food Intake disorder screen, NIAS), разработен от Зигграф и Елис (Zickgraf&Ellis, 2017). Към настоящия момент това е единственият психологически инструмент, който измерва хранителната аверсия в нейната крайност, а именно като разстройство. Въпросникът се състои от 9 айтема и 3 скали, които засичат 3 хранителни поведения, свързани с избягване на храна (придирчиво хранене, апетит, страх).

3. Йейлски въпросник за хранителната зависимост, модифицирана версия (Modified Yale Food Addiction Scale Version 2.0, YFAS), разработен от Герхард и Шулте (Schulte&Gerhardt, 2017). Инструментът е разработен въз основа на по-дългата първа версия и диагностичните критерии за зависимост от субстанции по критериите на DSM-IV. В инструмента се покриват симптоми като повишен толеранс, абстиненция, прекомерна употреба, силно желание за приемане на храната и затруднен контрол, продължаване на употребата въпреки наличието на неблагоприятни последици и нарушаване качеството на живот.

4. Кратка версия на международния въпросник за изследване на личността – (Mini-IPIP, International Personality Item Pool), разработена от М. Донелан и колеги (Donnellan et al., 2006). Това е методиката за измерване на Големите пет, която съдържа 20 айтема – по 4 за всяка от петте личностни характеристики. Избран е точно този въпросник, тъй като е кратък и вече е използван в предишни изследвания в България (Киряков, 2015; Янков, 2018). В предишните изследвания са проверени психометричните му характеристики и вече е преведен.

5. Обсесивно-компулсивно въпросник – кратка ревизирана версия (OCI-R), разработен от Фоа и колеги (Foa et al., 2002). Въпросникът е адаптиран за България от проф. Пламен Калчев (Калчев, 2012) и е документиран в Националния регистър на психологическите тестове. Въпросникът се състои от 18 айтема, по 3 за всеки един от факторите обсеии, миене, проверяване, подреждане, трупане и ментална неутрализация.

6. Въпросник за безпокойствата, Щатски университет на Пенсилвания (PSWQ), разработен от Майер и колеги (Meyer et al., 1990). Въпросникът е адаптиран за България от проф. Пламен Калчев (Калчев, 2012), състои се от 16 айтема и възпроизвежда два фактора: наличие на безпокойства и отсъствие на безпокойства.

Анализ и описание на резултатите

Психометрични характеристики на скалите и факторни анализи

Въпросник върху хранителното поведение при възрастни (АЕВQ – Adult Eating Behavior Questionnaire)

Първоначално е направен скрининг на данните, проверена е адекватността на извадката с теста за сферичност на Бартлет и мярката за адекватност на Кайзер-Майер-Олкин. Проверена е и корелационната матрица. За да се разкрие факторната структура, е проведен експлораторен факторен анализ с неортогонална ротация (oblimin ротация), тъй като корелацията между факторите е очаквана. Установени са собствените стойности за всеки един фактор, направена е проверка на средната комуналност и на точковата графика и според критерия на Кайзер са определени фактори със стойност над 1. Извлечени са 7 фактора, които в комбинация обясняват 68,69% от вариацията. Седемте фактора са както следва: отзивчивост към храната, преяждане поради емоционално състояние, удоволствие

от храненето, усещане за ситост, недохранване поради емоционално състояние, придирчивост към храната и мудро хранене. Факторите са същите като тези в оригиналната статия на Хунот (вземайки предвид, че скалата „глад“ е премахната).

На следващия етап е проведен потвърдителен факторен анализ по метода на максималната вероятност (maximum likelihood) върху втора, независима извадка. Този хибриден подход е стандартен и препоръчан поради ред причини (Matsunaga, 2010), например предотвратява надценяването на степента на съответствие. Също така в настоящата извадка (n=321) респондентите са предимно жени (82,6%), което прави неподходящо разделянето на извадката на две и също би могло да повлияе на резултатите. Втората независима извадка е описана подробно във второто емпирично изследване. Последователно са тествани 4 модела. Моделите са оценени с помощта на индексите за степен на съответствие по следните препоръки: Индекс на Тъкер Левис (Tucker Lewis Index, TLI) >0,90 (Tucker&Lewis, 1973), Comparative Fit Index >0,90 (Bentler, 1990) and Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) <0,08 (Hu&Bentler, 1990). Резултати за индексите за степен на съответствие за 4-те модела са представени в таблицата (Таблица 1):

Таблица 1. Резултати за индекси за степен на съответствие на четирите модела

	χ^2	DF	p	NFI	TLI	CFI	RMSEA	RMSEA low	RMSEA high
Модел 1	627,798	384	0,00	0,84	0,86	0,88	0,07	0,06	0,08
Модел 2	558,190	355	0,00	0,75	0,86	0,88	0,07	0,06	0,08
Модел 3	650,582	384	0,00	0,73	0,84	0,86	0,07	0,06	0,08
Модел 4	450,397	278	0,00	0,79	0,89	0,91	0,07	0,06	0,08

В дисертацията са сравнени резултатите с тези от оригиналната статия на Хунот (Hunot et al., 2011), която включва 8 фактора, както и с последното изследване от авторите, което разглежда само 7-факторната структура (Hunot et al., 2019) (таблица 7). Представени са и резултатите от изследването върху австралийска извадка, което също изключва скалата „глад“ и включва останалите 7 скали.

Резултатите от двата факторни анализа върху две независими извадки свидетелстват в полза на модел 4 и предполагат крайният вариант на българската версия на въпросник върху

хранителното поведение при възрастни да се състои от 26 вместо 30 айтема, което е редно да се вземе предвид в бъдещи изследвания с този въпросник.

Описателните статистики на скалите, както и Алфа на Кронбах са представени в таблица 2. Алфа на Кронбах е $>0,7$ за всички скали с изключение на 2 скали, при които е под тази стойност („отзивчивост към храненето“ и „усещане за ситост“). Изчислен е и Алфа на Кронбах след премахване на 4-те айтема според резултатите на потвърдителния факторен анализ. При скалата „отзивчивост към храненето“ и „придирчивост към храната“ стойността на Алфа става по-висока.

Таблица 2. Дескриптивни статистики на скалите и Алфа на Кронбах

Скали	Min	Max	Mean	SD	α	α (след CFA)
УХ	3	15	12,72	2,40	0,77	0,77
ПЕ	5	25	13,93	6,70	0,93	0,93
НЕ	5	20	14,5	6,52	0,94	0,94
ПХ	5	25	10,35	4,71	0,83	0,85
ОХ	4	20	11,47	3,86	0,69	0,75
МХ	4	20	9,82	4,6	0,85	0,85
УС	4	20	9,33	3,36	0,61	0,60

Бележка: УХ=удоволствие от храненето, ПЕ=преяждане поради емоционално състояние, НЕ=недохранване поради емоционално състояние, ОХ=отзивчивост към храната, МХ=мудно хранене, УС=усещане за ситост, ПХ=придирчивост в храненето; CFA=confirmatory factor analysis (потвърдителен факторен анализ)

В дисертацията е направена проверка на взаимовръзките между скалите. Както се очаква теоретично, се откриват позитивни корелации между скалите, които описват поведение с привличане от храната, и корелации между скалите, които описват поведение с отбягване на храната. Между скалите с двете противоположни поведения са налице съответно отрицателни корелации.

Скринингов тест за хранителното разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием (Nine Item Avoidant/Restrictive Food Intake disorder screen, NIAS)

За провеждането на факторен анализ са използвани същите анализи, както и при въпросника за хранителното поведение при възрастни. Отново е проведен експлораторен факторен анализ, както и потвърдителен факторен анализ върху втора независима извадка. Извлечени са 3 фактора, които в комбинация обясняват 73,15% от дисперсията. Трите

фактора са както следва: придирчиво хранене, апетит и страх при хранене. Факторите са същите като тези в оригиналната статия Зиграф и Елис (Zickgraf&Ellis, 2017).

С помощта на потвърдителен факторен анализ са тествани последователно 2 модела. Резултатите за индексите за степен на съответствие за двата модела са представени в таблицата (Таблица 3):

Таблица 3. Резултати за индекси за степен на съответствие на двата модела

	χ^2	DF	p	NFI	TLI	CFI	RMSEA	RMSEA low	RMSEA high
Модел 1	65,07	24,00	<0,001	0,86	0,85	0,90	0,17	0,08	0,15
Модел 2	37,37	17,00	<0,001	0,90	0,91	0,94	0,10	0,06	0,14

Резултатите свидетелстват в полза на втория модел, при който е премахнат един проблематичен айтем.

Дескриптивните статистики на скалите, както и Алфа на Кронбах, са представени в таблица 4. Алфа на Кронбах е >0,7 за трите скали. При първата скала изчислението е направено преди и след премахване на айтем 3, като след премахването стойността е по-висока.

Таблица 4. Дескриптивни статистики на скалите

Скали	Min	Max	Mean	SD	α
Придирчивост, 3 айтема	3,00	18,00	8,87	4,07	0,67
Придирчивост, 2 айтема	3,00	12,00	6,24	3,06	0,77
Апетит	3,00	18,00	5,64	3,64	0,81
Страх	3,00	18,00	5,36	3,90	0,89

Йейлски въпросник за хранителна зависимост, модифицирана версия (Modified Yale Food Addiction Scale Version 2.0, YFAS)

За провеждането на факторен анализ са използвани същите анализи, както и при предишните два въпросника. Отново е проведен експлораторен факторен анализ, както и потвърдителен факторен анализ върху втора независима извадка.

Експлораторният факторен анализ подкрепя еднофакторната структура, както в оригиналното изследване на Шулте и Герхард. Потвърдителният факторен анализ обаче

не успява да потвърди този модел. Този резултат е интересен предвид проведените изследвания в други държави. Еднофакторният модел е потвърден чрез потвърдителен факторен анализ в италианска извадка (Imperatori et al., 2019), както и в бразилска извадка (Nunes-Neto, 2018). Необходими са изследвания върху повече независими български извадки, тъй като резултатите от експлораторния анализ не са достатъчни. Гореописаните резултати от потвърдителния факторен анализ следва да се вземат предвид при използването на инструмента в българския социокултурен контекст.

Дескриптивна статистика на скалата, както и Алфа на Кронбах, са представени в таблица 5.

Таблица 5. Дескриптивна статистика на скалата и Алфа на Кронбах.

Скала	Min	Max	Mean	SD	α
YFAS	0	84	11,72	14,38	0,91

Кратка версия на международния въпросник за изследване на личността – (Mini-IPIP, International Personality Item Pool)

В таблица 6 са представени дескриптивни статистики на 5-те скали. Анализът на вътрешната консистентност разкрива стойности на Алфа на Кронбах над 0,70 за всички скали, с което се покриват изискванията за добра надеждност. Прието е, че скалите могат да бъдат използвани в изследването за проверка на хипотезите.

Таблица 6. Дескриптивни статистики на скалите и Алфа на Кронбах

Скала	Min	Max	Mean	SD	α
Екстраверсия	5	20	12,85	3,58	0,72
Сътрудничество	4	20	16,51	2,92	0,69
Съзнателност	4	20	15,26	3,70	0,73
Невротизъм	4	20	11,60	3,93	0,76
Въображение	6	20	15,65	3,45	0,71

Обсесивно-компулсивен въпросник – кратка ревизирана версия (OCI-R), и въпросник за безпокойства, Щатски университет на Пенсилвания (PSWQ)

Тези два инструмента са официално адаптирани, както вече беше споменато, затова за тях не са проведени експлораторни факторни анализи. Тъй като обаче са адаптирани върху юношеска извадка, а в настоящото изследване извадката се състои от лица над 18-годишна възраст, факторната структура на двата въпросника е проверена и потвърдена с помощта на потвърдителен факторен анализ.

Индексите за степен на съответствие показват добро съответствие с модела.

Резултатите са представени в таблици 7 и 8.

Таблица 7. Резултати за индекси за степен на съответствие за обсесивно-компулсивен въпросник, кратка ревизирана версия

χ^2	DF	p	NFI	TLI	CFI	RMSEA	RMSEA low	RMSEA high
322,63	137,00	<0,001	0,89	0,92	0,93	0,07	0,06	0,07

Таблица 8. Резултати за индекси за степен на съответствие на въпросник за безпокойства на Щатски университет на Пенсилвания

χ^2	DF	p	NFI	TLI	CFI	RMSEA	RMSEA low	RMSEA high
320,97	103,00	<0,001	0,91	0,92	0,93	0,08	0,07	0,09

Таблица 9. Дескриптивни статистики и Алфа на Кронбах на обсесивно-компулсивен въпросник, кратка ревизирана версия

Скала	Mean	SD	α
Обсесии	4	3,35	0,82
Миене	2,04	2,58	0,75
Проверяване	3,64	3,14	0,79
Подреждане	4,04	3,27	0,83
Трупане	3,70	3,01	0,75
Неутрализация	2,16	2,99	0,77

Анализите на психометричните характеристики върху настоящата извадка показват добра вътрешна консистентност, със стойности на Алфа на Кронбах $>0,70$ при всички скали (таблица 9 и 10). Предвид направените и описани анализи е взето решение, че двата въпросника могат да бъдат използвани за проверка на хипотезите в изследването.

Таблица 10. Дескриптивни статистики и Алфа на Кронбах на въпросник за безпокойства на Щатски университет на Пенсилвания

Скала	Mean	SD	α
Преживяване на безпокойства	30,7	11,9	0,95
Отсъствие на безпокойства	11,09	3,57	0,73

Взаимовръзки между изследваните феномени и регресионни анализи

Характеристики на апетита

Проведените корелационни анализи разкриват наличие на корелации между характеристики на апетита и личностните характеристики, индекса на телесната маса, както и безпокойство и obsесивно-компулсивно поведение (Таблица 11).

Проведени са множествени линейни регресионни анализи, за да се проучи влиянието на личностните характеристики, както и безпокойството и obsесивно-компулсивното поведение върху характеристиките на апетита. Резултатите показват, че невротизъм е положителен предиктор на преяждане поради емоционално състояние, както и на отзивчивост към храната. Есктраверсията е положителен предиктор на отзивчивост към храната и отрицателен на придирчивост. Моделите имат обяснителна стойност около 10%. Obsесивно-компулсивното поведение е предиктор на преяждане поради емоционално състояние и придирчивост, а obsесивно-компулсивното поведение заедно с безпокойство – на отзивчивост към храната. Важно е да се отбележи обаче, че гореспоменатите модели имат обяснителна стойност под 10%.

Таблица 11. Резултати от корелационен анализ за характеристики на апетита, личностни характеристики, индекс на телесната маса, obsесивно-компулсивно поведение и безпокойство

Взаимовръзки с личностните характеристики от Големите 5							
	УХ	ПЕ	НЕ	ОХ	МХ	УС	ПХ
Екстраверсия	0,12*	-0,07	0	0,03	0	-0,04	-0,30**
Сътрудничество	0,14*	-0,05	0,06	0,04	0,06	0,02	-0,22**
Съзнателност	0,06	-0,09	0,1	-0,09	0,07	0,03	0,02
Невротизъм	-0,05	0,17**	0,1	0,28**	-0,06	-0,01	0,11
Въображение	0,07	-0,09	0,02	-0,06	0,06	-0,06	-0,19**
Взаимовръзки с индекса на телесната маса							
	УХ	ПЕ	НЕ	ОХ	МХ	УС	ПХ
ВМІ	-0,07	0,27**	-0,29**	0,07	-0,18**	-0,13*	0,11
Взаимовръзки с obsесивно-компулсивно поведение и безпокойство							
	УХ	ПЕ	НЕ	ОХ	МХ	УС	ПХ
ОКР	0,08	0,22**	0,03	0,28**	-0,02	0,08	0,15**
Безпокойство	0,06	0,19**	0,09	0,27**	-0,08	0	0,06

**Корелацията е статистически значима при $p < 0,01$.

*Корелацията е статистически значима при $p < 0,05$.

Бележка: УХ=удоволствие от храненето, ПЕ=преяждане поради емоционално състояние, НЕ=недохранване поради емоционално състояние, ОХ=отзивчивост към храната, МХ=мудно хранене, УС=усещане за ситост, ПХ=придирчивост в храненето, ОКР=обща оценка за obsесивно-компулсивно разстройство от obsесивно-компулсивен въпросник – кратка ревизирана версия.

Хранителна аверсия и зависимост от храненето

За проверка на хипотезите за хранителна аверсия са изследвани аверсията като черта на апетита (придирчивост), както и аверсията в нейната крайност като разстройство. Хранителната аверсия като придирчивост към храненето е разгледана с помощта на скалата за придирчивост от въпросника за характеристики на апетита и с подскалата от въпросника за хранителното разстройство. Проведените корелационни анализи разкриват взаимовръзките на хранителната аверсия, както и на хранителната зависимост с личностните характеристики, с характеристиките на апетита, с индекса на телесната маса и с безпокойството и obsесивно-компулсивното поведение (Таблица 12).

Таблица 12. Резултати от корелационни анализи за хранителна аверсия и зависимост от храненето

Взаимовръзки с личностните характеристиките от Големите 5				
	ПХ (АЕВQ)	П (NIAS)	ХА (NIAS)	ХЗ
Екстраверсия	-0,30**	-0,15**	-0,17**	-0,25**
Сътрудничество	-0,22**	-0,11*	-0,16**	-0,15**
Съзнателност	0,02	0,01	0,05	-0,09
Невротизъм	0,11	0,01	0,03	0,30**
Въображение	-0,19**	-0,01	-0,1	-0,21**
Взаимовръзки с характеристиките на апетита				
	ПХ (АЕВQ)	П (NIAS)	ХА (NIAS)	ХЗ
УХ	-0,29**	-0,03	-0,29**	0,14*
ПЕ	0,1	-0,08	-0,01*	0,48**
НЕ	-0,01	0,09	0,18**	-0,30**
ОХ	-0,03	-0,12*	-0,24**	0,48**
МХ	-0,07	0,18**	0,17**	-0,17**
УС	0,13*	0,13*	0,32**	-0,11*
ПХ	1	0,29**	0,25**	0,08
Взаимовръзки с индекса на телесната маса				
	ПХ (АЕВQ)	П (NIAS)	ХА (NIAS)	ХЗ
ВМІ	0,11	-0,1	-0,12*	0,32**
Взаимовръзки с обесивно-компулсивно поведение и безпокойство				
	ПХ (АЕВQ)	П (NIAS)	ХА (NIAS)	ХЗ
ОКР	0,15**	0,19**	0,21**	0,32**
Безпокойство	0,06	0,06	0,06	0,29**

**Корелацията е статистически значима при $p < 0,01$.

*Корелацията е статистически значима при $p < 0,05$.

Бележка: ПХ (АЕВQ)=Придирчиво хранене от въпросника за хранително поведение при възрастни, П (NIAS)=Придирчивост от Скринингов тест за хранителното разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием, ХА (NIAS)=Хранителна аверсия от Скринингов тест за хранителното разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием, ХЗ (YFAS)=Хранителна зависимост от Йейлския въпросник за хранителна зависимост, модифицирана версия, ОКР=обща оценка за обесивно-компулсивно разстройство от обесивно-компулсивен въпросник – кратка ревизирана версия.

Проведени са множествени линейни регресионни анализи, за да се проучи влиянието на личностните характеристики, както и на безпокойството и на обесивно-компулсивното поведение върху хранителната аверсия като разстройство. 5% от промените в дисперсията на хранителната аверсия като разстройство могат да бъдат обяснени от промени в дисперсията на личностните характеристики, като екстраверсия е

отрицателен предиктор. 20% от промените в дисперсията на хранителната аверсия като разстройство могат да бъдат обяснени от промени в дисперсията на следните характеристики на апетита: усещане за ситост, придирчивост към храненето, удоволствие от храненето и отзивчивост към храната. Положителни предиктори са усещането за ситост и придирчивостта в храненето, а отрицателни – удоволствието от храненето и отзивчивостта към храната. Обсесивно-компулсивното поведение е положителен предиктор на хранителна аверсия, но с обяснителна стойност на модела под 10%.

При хранителната зависимост тестваните модели регистрират по-висока обяснителна стойност. 30% от промените в дисперсията на хранителната зависимост могат да бъдат обяснени от промени в дисперсията на характеристиките на апетита със статистически значими предиктори - преяждането поради емоционално състояние и отзивчивостта към храната. 14% от промените в дисперсията на хранителната зависимост могат да бъдат обяснени от промени в дисперсията на следните личностни характеристики: невротизъм като положителен предиктор, екстраверсия и въображение като отрицателни предиктори. 12% от промените в дисперсията на хранителната зависимост могат да бъдат обяснени от промени в дисперсията на обсесивно-компулсивното поведение и безпокойството.

Анализи на демографските различия показват, че жените имат по-високи стойности при недोхранване поради емоционално състояние ($x=14,89$, $SD=6,58$ спрямо $x=12,68$, $SD=5,93$) и усещане за ситост ($x=9,57$, $SD=3,39$ спрямо $x=8,23$, $SD=3,00$), но мъжете показват по-високи стойности при придирчивост в храненето ($x=11,63$, $SD=5,10$ спрямо $x=10,08$, $SD=4,58$). Статистически значими разлики се откриват и при скалата за хранителна зависимост ($t(182)=-3,26$, $p<0,01$), при която по-високи стойности демонстрират жените ($x=12,48$, $SD=15,39$ спрямо $x=8,13$, $SD=7,06$). В дисертацията е представен анализ и на различията по признаците възраст и образование.

Обобщение на резултатите от първото емпирично изследване

Първата група хипотези е свързана с характеристиките на апетита. В повечето изследвания отзивчивостта към храната и преяждането поради емоционално състояние вървят ръка за ръка, както се вижда и от настоящото изследване, при това двете

характеристики също корелират помежду си. Изглежда, че хора, които са склонни да преяждат, са и по-пощеливи или склонни да консумират нещо, след като го видят. И при двете характеристики е открита взаимовръзка с невротизъм, която се потвърждава и от регресионните анализи. Тези резултати съвпадат с предишни изследвания върху личностните характеристики и хранителното поведение и в детско-юношеска извадка (Vollrath et al., 2018). В редица изследвания невротизмът се свързва с привличане от храната, с избор на нездравословна храна, с емоционално хранене и с хранене под влиянието на външни стимули (Keller&Siegrist, 2015; Elfhag&Morey, 2008), както и с патологично хранително поведение (Miller et al., 2006). Според регресионните анализи отзивчивостта към храната се свързва и с екстраверсия, като тези резултати биват потвърдени от предишно изследване, което открива, че екстраверсията се свързва с хранене поради външни стимули (Keller&Siegrist, 2015). Изглежда, че хората, на които им се прияжда, когато някой друг консумира нещо вкусно пред тях, са по-общителни и обичат да прекарват време в компания. Относно индекса на телесната маса при преяждане поради емоционално състояние е открита положителна взаимовръзка. Това се потвърждава от предишни изследвания, при които характеристики, отразяващи привличане от храната, са свързани с по-висок индекс на телесната маса както при деца (Viana et al., 2008), така и при възрастни (Hunot et al., 2011). И при двете характеристики на апетита е открита положителна взаимовръзка с obsесивно-компулсивно поведение, а при отзивчивост към храната и с безпокойство. Предвид че и двете характеристики се свързват с невротизъм, подобен резултат не е изненадващ. И двете характеристики би могло да се свържат с тревожно състояние или разстройство. Също така и двете характеристики се оказват значително влияние върху хранителната зависимост, при която са сходни резултатите.

При усещане за ситост и мудно хранене е открита негативна корелация с индекса на телесната маса, а двете характеристики са взаимосвързани. Изглежда, че хора, които лесно се засищат и се хранят по-бавно, имат по-малко тегло, и обратното – хора, които трудно разчитат вътрешните си сигнали, са предразположени към по-висок индекс на телесната маса. Този резултат, както и по-горе описаните резултати за отзивчивост и преяждане, съвпада с вече отдавна установената концепция на Шахтер (Shachter, 1968). Според нея хората с нормално тегло, изглежда, са по-чувствителни към вътрешни

стимули, имат по-силно усещане за ситост и по-адекватно оценяват степента на глад. Хората с наднормено тегло по-скоро са по-чувствителни към външни стимули, например налична храна, време за хранене, околна среда.

Настоящото изследване демонстрира, че съществуват значими връзки между характеристиките на апетита и личностните характеристики. Важно е да се отчита обаче, че избраните личностни характеристики са недостатъчни, за да обяснят вариациите в характеристиките на апетита. По същия начин obsесивно-компулсивното поведение и безпокойство също са слаби предиктори за характеристиките на апетита. Очевидно има редица други фактори, които влияят на характеристиките на апетита (например генетична предразположеност, околна среда и други). Това дава поле за по-детайлно изследване на характеристиките на апетита от теоретичната гледна точка на Уордъл и именно хипотезата, че това са устойчиви и генетично унаследени характеристики.

Втората група хипотези е свързана с хранителната аверсия, като са разгледани и двата варианта – придирчивост към храненето и по-крайната ѝ форма като хранително разстройство. Резултатите подкрепят теорията, че има два вида хранителна аверсия. Единият би могъл да се характеризира като устойчива черта на апетита, която се среща по-често сред мъжете, корелира отрицателно с въображение, сътрудничество и екстраверсия и слабо – с obsесивно-компулсивно поведение. Данните се потвърждават и от двете скали и двата въпросника и потвърждават по-ранни изследвания, според които хората, които са по-придирчиви към храненето, регистрират по-висок от контролната група резултат по скалата за obsесивно-компулсивно разстройство (Kauer, 2002). Придирчивостта невинаги е равностойна на нисък индекс на телесната маса и малко тегло, както бива описано и в предишни изследвания (Wildes et al., 2012). Тази характеристика невинаги означава недохранване, а просто подбиране на храната, което невинаги включва здравословен избор (Kauer et al., 2015).

От друга страна, хранителната аверсия, в своята крайност като хранително разстройство, също бива повлияна от степента на екстраверсия (като отрицателен предиктор), както и от obsесивно-компулсивно поведение. Резултатите потвърждават предишни изследвания, при които е открита положителна взаимовръзка между различни хранителни разстройства и obsесивно-компулсивното разстройство (Swinbourne&Touyz, 2007; Altman&Shankman, 2009; Pelchat, 2002). В настоящото изследване obsесивно-

компулсивното поведение е слаб предиктор за разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием. От една страна, това дава индикация, че очевидно има редица други фактори, които биха могли да бъдат по-добри предиктори. От друга страна, е важно да се отбележи, че настоящото изследване е правено върху неклинична извадка, което би могло да даде съществени разлики в резултатите с други изследвания, особено ако те са правени върху клинична извадка. Затова и подобно сравнение не е удачно.

За разлика от придирчивостта като характеристика при хранителната аверсия като разстройство, е налице отрицателна корелация с индекса на телесната маса. Този резултат се разминава с резултата от валидирането на инструмента за разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием, при който авторите не откриват значима взаимовръзка между индекса на телесната маса и симптомите на разстройството (Zickgraf&Ellis, 2017). Разликата в резултатите може да се дължи на факта, че в настоящото изследване не е контролирано за други хранителни разстройства.

Придирчивостта като черта на апетита, заедно с усещане за ситост са положителни предиктори на хранителната аверсия, заедно с удоволствие от храненето и отзивчивост, като моделът има 20% обяснителна стойност. Това може да се интерпретира и по следния начин: въпреки общите взаимовръзки действително придирчивостта не води задължително до развитието на крайност в храненето, както е и посочено и в предишни изследвания.

Третата група хипотези се отнася за хранителната зависимост. Подобно на резултатите за хранителната аверсия екстраверсията е отрицателен предиктор. Отрицателен предиктор е и въображение, а положителен – невротизъм. Тези резултати съвпадат с предишно изследване, според което по-високата степен на хранителна зависимост се свързва с по-висока степен на невротизъм и с по-ниска степен на екстраверсия (Brunault et al., 2018). Важно е да се отбележи, че в съществуващата до момента литература се изследват основно хора с наднормено тегло и в клинични извадки.

Резултатите показват, че най-голямо влияние върху хранителната зависимост имат преяждане поради емоционално състояние и отзивчивост към храненето. Това не е изненадващо, предвид че тези две характеристики на апетита описват поведения с привличане от храната, присъщи на хранителната зависимост. Характеристиките на

апетита, изглежда, имат по-добра прогностична роля върху хранителната зависимост, отколкото върху хранителната аверсия.

Друга съществена разлика е положителната взаимовръзка не само с обесивно-компулсивното поведение, но и с безпокойството, както и положителната взаимовръзка с индекса на телесната маса, която съвпада с резултатите от всички останали предишни изследвания по темата, които са описани в теоретичната част. Това не е учудващ резултат, предвид общата симптоматика на хранителната зависимост и хранителните разстройства. Предишни изследвания с използване на същия инструмент показват подобни резултати (Granero et al., 2014). Според концепцията за хранителната зависимост като чиста зависимост, а не като хранително разстройство, подобен резултат също не е изненадващ. Съществуват изследвания, които показват, че зависимостите често са съпътствани и с обесивно-компулсивно разстройство (Pelchat, 2002). Липсва литература относно взаимовръзката между хранителната зависимост и безпокойството върху неклинична извадка. Анализът показва, че на обесивно-компулсивното поведение и безпокойството се дължат едва 12% от вариациите в хранителната зависимост. Това е поредният резултат, който показва, че става въпрос по-скоро за съпътстващи състояния и наличие на по-удачни фактори, които трябва да се изследват.

При хранителната зависимост са открити и значими разлики по пол, а именно – при жените има по-високи стойности.

Настоящото изследване има някои ограничения. На първо място, резултатите не могат да бъдат генерализирани за цялата популация, защото е необходима по-разнородна извадка. По-голяма част от респондентите са жени, което силно повлиява резултатите. Също така това е онлайн изследване, при което участниците самоотчитат теглото и ръста си и е вероятно да не посочват точните данни.

Следващото ограничение е, че в изследването не е контролирано за други хранителни разстройства. Хранителната зависимост е спорен феномен и за по-ясна представа и разграничение от булимията и хиперфагията би било полезно да се включат скали за тяхното измерване, както и да се контролират след това.

Не на последно място, изследването е проведено върху неклинична извадка. Би било полезно да се направи по-задълбочен анализ на двете крайности в храненето както с неклинична, така и с клинична извадка.

Психологически експеримент върху способността за разграничаване между наличието и липсата на взаимовръзки, локуса на контрол, хранителната аверсия и хранителната зависимост¹

Цели на изследването

Основна цел на настоящото изследване е да допълни предишното, като добави повече детайли към психологическите профили на хора, проявяващи хранителна аверсия или хранителна зависимост, въз основа на различни психологически състояния и характеристики на апетита.

Доколко способността за разграничаване между наличието и липсата на взаимовръзки влияе върху хранителното поведение, как тази способност се свързва с хранителната аверсия и хранителната зависимост? Какъв локус на контрола проявяват хората в двете различни крайности в храненето? Това са само част от въпросите, които настоящото изследване поставя.

Теоретична рамка на емпиричното изследване

В настоящия експеримент е изследвана способността за разграничаване между наличието и липсата на взаимовръзки. Способността за разграничаване между наличието и липсата на сигнал е концепция, позната на когнитивната психология и произлизаща от теорията за разпознаване на сигнала (Signal Detection Theory) (Macmillan&Creelman, 2005). Тази теория често се използва при анализирането на вземане на решение при наличието на несигурност (Decision Making in the Presence of Uncertainty). Най-общо казано, теорията за разпознаване на сигнала представя средство за определяне на способността за различаване между сигнал и липса на сигнал (или шум). При вземането на решение са налице два компонента: интензитет на сигнала и критерий за вземане на решението, който се основава на личната преценка (bias) (Heeger, 1997).

В контекста на хранителното поведение способността за разграничаване между наличие или липса на взаимовръзки би могло да се погледне от гледна точка на селективното възприятие и селективното изкривяване, които са присъщи за хранителните

¹Със специални благодарности към ас.д-р Светослав Близнашки за сътрудничеството по експеримента, плодотворните дискусии по темата и генерирането на стимулния материал.

разстройства. Съществуващата до момента литература изследва селективното внимание, възприятие и изкривяване при хора, страдащи от хранителни разстройства. Според различни изследвания колкото по-голямо е селективното изкривяване, толкова по-висока е степента на регистрирана психопатология (Shafran et al., 2007). Съществуват и разлики при различните хранителни разстройства (Albery et al., 2016). Повечето изследвания са фокусирани върху дисфункционалното хранително поведение и са проведени върху клинични извадки. По-малко са изследванията на хранителното поведение като цяло. Също така при тези изследвания е проследено селективното изкривяване към определени стимули от контекста на хранителното поведение, а не способността на изследваните лица да разграничават наличие на сигнали по принцип.

Друг изследван конструкт е локусът на контрола и неговата връзка с хранителното поведение. Съществуващата литература се фокусира главно върху връзката между локуса на контрола и затлъстяването. Колкото по-външен локус на контрол има човек с проблем с теглото, толкова по-чувствителен би бил към външни сигнали от околната среда (Neumotin&Nemzer, 2014). Затова и хората с вътрешен локус на контрол отслабват много по-лесно (Adolfsson et al., 2005) Същевременно хора, които страдат от затлъстяване и са с външен локус на контрол, обвиняват за състоянието си своя генетичен произход (Sonntag et al., 2010). Съчетавайки съществуващите изследвания с теорията на Уордъл за поведенческа предразположеност, би могло да се предположи, че хора, които са по-отзивчиви към храната и с външен локус на контрол, са по-заstraшени от затлъстяване. Тъй като хранителната зависимост е свързана с хранителни поведения, които отразяват привличане от храната – като емоционално хранене, отзивчивост, наслада от храната, то би могло да се предположи, че в своята крайност тези поведения са положително свързани с външен локус на контрола.

От гледна точка на придирчивостта към храненето е трудно да се градят хипотези на база на съществуващата литература, тъй като тя е твърде оскъдна и обхваща главно локуса на контрола на родителите и тяхното влияние върху придирчивостта към храната у децата (Nowicki et al., 2017). И все пак е прието, че в своята крайност хранителната аверсия включва страх от появата на стомашен дискомфорт, задавяне или повръщане (Zickgraf&Ellis, 2017), съчетание на външни фактори и липса на вътрешен контрол върху

процеса на хранене. Затова и би могло да се приеме, че хранителната аверсия като разстройство също е свързана с по-външен локус на контрола.

Последният конструкт, който е включен в настоящото изследване, е депресията. Придирчивостта към храненето е изследвана главно върху детско-юношеска извадка и липсват достатъчно изследвания, които да разглеждат детайлно тази характеристика у възрастни. Според едно от малкото изследвания по-придирчивите към храненето хора регистрират по-висок от контролната група резултат по скалата за депресия (Kauer, 2002). При хранителната аверсия, в нейната крайност като разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием, резултатите са сходни (Zickgraf et al., 2016). И това изследване обаче също е правено върху детско-юношеска извадка. Повече и по-последователни са изследванията върху връзката между депресията и хранителната зависимост. Според съществуващите резултати колкото по-силно изразена е зависимостта от хранене, толкова по-висока е регистрираната степен на депресия (Burmeister et al., 2013; Lemeshow, 2015).

Хипотези

На база на съществуващата литература и първото изследване от настоящата дисертация хипотезите са групирани по следния начин: хипотези относно способността за разпознаване на наличието или липсата на взаимовръзки, хипотези относно локуса на контрола, хипотези относно хранителното поведение и депресията.

Метод

За проверка на посочените по-горе хипотези са проведени различни статистически анализи. Първоначално е направен анализ на извадката, който включва описание на демографските характеристики. Въз основа на теорията за разпознаване на сигнала (Signal Detection Theory) са изчислени стойностите за способността за разпознаване на сигнал (d') и стойностите за субективния критерий (C) на всеки един участник.

След това са описани използваните инструменти. Един от тях вече е адаптиран за България и затова е направена само проверка на психометричните му характеристики върху настоящата извадка. При втория инструмент липсва българска адаптация, затова е

проведен експлораторен факторен анализ. С цел решение за извличане на броя фактори е направен анализ на точковата графика и след това е проведен паралелен анализ.

Вътрешната консистентност на скалите е оценена с коефициента Алфа на Кронбах.

За установяване на взаимовръзките между изследваните феномени са проведени корелационни анализи. След проверка на нормалността на разпределението е проведен корелационен анализ с коефициента на Пирсън.

Проведени са множествени линейни регресионни анализи, за да се провери доколко степента на депресия, локусът на контрола, способността за разграничаване между наличието или липсата на взаимовръзки влияят и могат да прогнозираат хранителна аверсия като разстройство и зависимост към храненето.

Проведени са анализи на демографските различия с помощта на t-тест и дисперсионен анализ (ANOVA).

Участници

В настоящия експеримент участваха 125 лица на възраст между 18 и 66 години (Mean=38.55, SD=11.87). Те бяха разделени на 4 възрастови групи: 18-30 години (14%), 31-40 години (28.1%), 41-50 години (22.3%) и над 50 години (19%). 55 участници са мъже (44%) и 70 – жени (56%). Най-много са участниците с магистърска степен на образование (57.6%) и тези, които са посочили, че имат сключен брак (32.8%). По-голямата част нямат деца (57.6%).

Материали

В настоящото изследване бяха използвани следните материали:

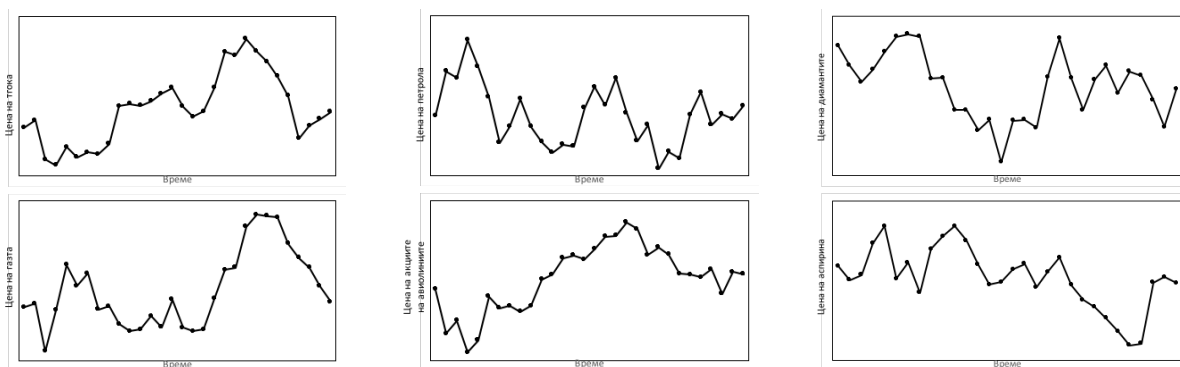
1. Стимули за разпознаване на взаимосвързани и независими сигнали

С помощта на програмата „Матлаб“ са съставени 60 стимула. Всеки стимул се състои от двойка графики на корелирани случайни разходки с нулев лаг. При 15 от стимулите е налице положителна корелация (r е между 0,49 и 0,51) между двете случайни разходки. При други 15 стимула корелацията е отрицателна (r е между -0,49 и -0,51). В останалите 30 стимула корелацията е близка до 0 (r е между -0,01 и +0,01).

На изследваните лица е казано, че всяка двойка графики представя изменението в цената на две стоки за даден времеви период. Задачата на участниците е да определят дали

има взаимовръзка между графиките, т.е. между движението в цените на двете стоки за дадения период. Задачата не изисква от участниците да определят дали взаимовръзката, ако такава е налична, е положителна или отрицателна.

В графика 1 са представени три примерни стимула, които са показани на изследваните лица преди провеждането на експеримента.



Графика 1. Примерни стимули: положителна взаимовръзка, отрицателна взаимовръзка и липса на взаимовръзка

2. Тест за локализация на контрола

За измерване локуса на контрола е използван въпросник за локус на контрола, адаптиран и валидиран за България от Ангел Величков и колеги (Величков, Лукарски, Радославова, Русева&Генова, 1987). Адаптираният тест се основава на оригиналния тест на Ротър (Rotter, 1966). Българската адаптация се състои от 20 двойки алтернативни суждения, които измерват съответно външния или вътрешния локус на контрола.

3. Въпросник на Бек за наличие на симптоми на депресия, кратка версия (Beck Depression Inventory Short Version – BDI-S), разработен от Бек (Beck&Beck, 1972).

Въпросникът се състои от 13 айтема, които оценяват следните симптоми и нагласи: тъга, песимизъм, усещане за провал, неудовлетвореност, вина, разочарование от себе си, самонараняване, загуба на интерес към социума, нерешителност, промяна във възприемането на външността, трудност при извършването на работа, умора и загуба на апетит. Всеки един от тези айтеми съдържа група от твърдения, всяко от които се оценява с от 0 до 3 точки.

4. Въпросник върху хранителното поведение при възрастни (AEBQ – Adult Eating Behavior Questionnaire), разработен от Клаудия Хунот и колеги (Hunot et al., 2016), който е подробно описан в първото емпирично изследване.

5. Скринингов тест за хранителното разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием (Nine Item Avoidant/Restrictive Food Intake disorder screen, NIAS), разработен от Зиграф и Елис (Zickgraf&Ellis, 2017), който е подробно описан в първото емпирично изследване.

6. Йейлски въпросник за хранителна зависимост, модифицирана версия (Modified Yale Food Addiction Scale Version 2.0, YFAS), разработен от Герхард и Шулте (Schulte&Gerhardt, 2017), който също е подробно описан в първото емпирично изследване.

Процедура

Експериментът се провежда в групи от по максимум 10 души. На участниците в експеримента са прочетени инструкции и е разяснена последователността на експеримента. Съобщено им е, че той ще се състои от две части – първата, в която ще наблюдават определени стимули на екран, и втората, в която трябва да попълнят психологически въпросници.

Преди първата част е представена допълнителна информация за задачата, както и три примера (за положителна, за отрицателна и за липса на взаимовръзка между 2 случайни разходки). На изследваните лица е казано, че всяка двойка графики представя изменението в цената на две стоки за даден времеви период. Задачата на участниците е да определят дали има взаимовръзка между графиките, т.е. между движението в цените на двете стоки за дадения период. На графиките не е отбелязано какви са стоките.

С помощта на проектор през лаптоп са излъчени 60-те стимула, като всеки от тях е показван за 10 секунди. По време на излъчването изследваните лица отбелязват на предварително раздадени бланки дали според тях е налице взаимовръзка, или не. Между стимулите се излъчва празен екран, докато всяко едно изследвано лице не отбележи своя отговор.

След приключването на първата част на експеримента се провежда втората. На изследваните лица са раздадени психологически въпросници.

Експериментът се провежда в тиха конферентна зала на работното място на участниците – 13 различни работни места от частния и публичния сектор. Участниците присъстват напълно доброволно след предварителна покана за участие и без заплащане. Участието е анонимно, т.е. не са събирани лични данни освен общи демографски данни като пол, възраст и местоживееене. По-подробна информация за темата на експеримента е дадена след провеждането, за да не бъдат повлияни резултатите. Участниците получават и имейл за контакт в случай на възникнали въпроси и допълнителен интерес към проведения експеримент.

Анализ и описание на резултатите

Преди да се проведат статистическите анализи, са направени няколко изчисления. За всеки от 60-те въпроса в първата част на експеримента отговорите на участниците попадат в една от четири категории спрямо теорията за разпознаване на сигнала. За всяко изследвано лице са изчислени суровите оценки за „Правилно разпознаване“ (Hits), „Грешно разпознаване“ (False Alarms), „Грешно отхвърляне“ (Misses), „Правилно отхвърляне“ (Correct Rejections). След това са калкулирани и стойностите d' и C на всеки един участник (Macmillan, 1993; Stanislaw&Todorov, 1999).

Таблица 13. Описателни характеристики на стойностите

	N	Min	Max	Mean	SD
Hits	125	10	26	17,98	3,05
False Alarms	125	4	26	13,34	4,08
Misses	125	4	20	12,02	3,05
Correct Rejections	125	4	26	16,66	4,08
Correct Answers	125	25	46	34,64	4,17
d'	112	0	1,46	0,48	0,33
C	112	-1,11	0,64	-0,05	0,27

При 13 изследвани лица d' е с отрицателна стойност, което би могло да се интерпретира с объркване при подаване на отговора (изследваното лице отговоря с „да“, когато има предвид „не“, и обратното) (Stanislaw&Todorov, 1999). В анализите, в които се

включват коефициентите d' и C , изследваните лица с отрицателни d' стойности не се включват. В тези случаи се използват данните само на 112 изследвани лица.

В таблица 14 са представени описателни характеристики на стойностите и суровите оценки.

Психометрични характеристики на скалите и факторни анализи

Въпросникът за локуса на контрола (Величков, Лукарски, Радославова, Русева&Генова, 1987) вече е преведен и използван многократно в българския социокултурен контекст в различни научни изследвания, както и дисертации. Затова е направена само проверка на психометричните му характеристики (Таблица 15). Извадката от настоящото изследване е използвана за провеждането на потвърдителен факторен анализ за въпросника върху хранителното поведение при възрастни (AEBQ – Adult Eating Behavior Questionnaire), скринингов тест за хранителното разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием (Nine Item Avoidant/Restrictive Food Intake disorder screen, NIAS) и Йейлския въпросник за хранителна зависимост, модифицирана версия (Modified Yale Food Addiction Scale Version 2.0, YFAS). Анализът е подробно описан в първото емпирично изследване. Представени са само описателните характеристики на скалите (Таблица 15). Анализът на вътрешната консистентност разкрива стойност на Алфа на Кронбах над 0,70 за по-голямата част от скалите.

За въпросника на Бек за наличие на симптоми на депресия, кратка версия (Beck Depression Inventory Short Version – BDI-S) за България липсва официална адаптация и валидация и затова факторната структура е изследвана с експлораторен факторен анализ. За провеждането на факторния анализ са използвани същите анализи, както и при първото изследване в дисертацията. При проверка на всички индивидуални КМО стойности, както и на средната комуналност, се установява, че не всички индивидуални стойности са над абсолютния минимум от 0,5 (Field, 2013). Средната комуналност също е незадоволително ниска – 0,49. Това поставя под въпрос използването на критерия на Кайзер при определянето на броя на факторите (Field, 2013). За сравнение е направена и проверка на точковата графика (scree plot). Основна слабост на анализа на точковата графика е субективността при избора на брой фактори, тъй като анализът е предимно визуален. Съществуват различни изследвания, които поставят под въпрос надеждността на този

метод (Crawford&Koopman, 1979 as cited in Kanyongo, 2005). В настоящото изследване е трудно да се вземе решение колко фактора да се задържат, уповавайки се само на точковата графика. За да се съчетае интерпретацията на точковата графика с по-точен анализ (Kanyongo, 2005), в настоящото изследване е проведен и паралелен анализ, който подкрепя задържането на 3 фактора.

Важно е да се отбележи, че в други изследвания бива установена 2-факторна структура в клинична извадка (Rajabi, 2005) или 3-факторна структура в неклинична извадка (Dadfar&Kalibatseva, 2016). Това потвърждава мултидименсионалността на изследвания конструктор, както и потенциалната разлика в социокултурния контекст. Важно е също да се вземе предвид, че в настоящото изследване извадката е малка, както и че е неклинична. Необходими са повече изследвания с български клинични и неклинични извадки, както и провеждането на потвърдителен факторен анализ с втора независима извадка, за да може да се направи по-прецизен поглед върху факторната структура.

Анализ на вътрешната консистентност разкрива стойност на Алфа на Кронбах над 0,70. Въз основа на проведените анализи и за целта на изследването е прието този инструмент да се използва за проверка на хипотезите (Таблица 15).

Таблица 14. Описателни характеристики на използваните скали

Скала	Min	Max	Mean	SD	α
УХ	7	15	12,36	2,03	0,73
ПЕ	5	25	13,66	5,38	0,93
НЕ	5	25	14,86	5,01	0,91
ПХ	5	20	10,14	3,41	0,78
ОХ	4	20	10,96	3,02	0,69
МХ	4	20	9,34	3,64	0,86
УС	4	18	9,70	2,73	0,6
Локус на контрол	0	12	6,40	3,25	0,72
Хранителна аверсия	9	37	19,08	7,36	0,80
Хранителна зависимост	0	54	9,29	10,15	0,84
Депресия	0	22	3,97	3,82	0,78

Взаимовръзки между изследваните феномени и регресионни анализи

Проверени са взаимовръзките между характеристиките на апетита, хранителната аверсия и хранителната зависимост с всички останали изследвани конструкти (Таблица 16). d' корелира отрицателно с хранителната аверсия като разстройство и с подскълата страх, както и положително с удоволствие от храненето и отзивчивост към храната. С корелира отрицателно с подскъла придирчивост от въпросника за хранително разстройство и с придирчивост като характеристика на апетита, както и положително с удоволствие от храненето.

От характеристиките на апетита усещането за ситост и отзивчивостта към храната корелират положително с локуса на контрола. Общата оценка за хранителна аверсия и за хранителна зависимост корелират положително с локуса на контрола.

Хранителната зависимост корелира значимо с депресия.

Проведени са множествени линейни регресионни анализи, за да се установи влиянието на степента на депресия, на локуса на контрола и способността за разпознаване между наличието и липсата на взаимовръзки върху хранителната аверсия и хранителната зависимост. Проведен е регресионен модел за проверка на резултатите от първото изследване в дисертацията, а именно – за влиянието на характеристиките на апетита върху двете крайности в храненето.

Според анализите способността за разграничаване на наличието или липсата на взаимовръзки е отрицателен предиктор само за хранителната аверсия, но не и за хранителната зависимост. Външният локус на контрол е предиктор и за двете крайности в храненето. Депресията също е значим предиктор за хранителната зависимост, като обяснителната стойност на модела е 14%. 37% от дисперсията на хранителната аверсия се дължи на характеристиките на апетита (удоволствие от храненето, нехранене поради емоционално състояние, придирчивост, усещане за ситост, мудро хранене). При зависимост от храненето моделът има обяснителна стойност 34%. Значими предиктори са преяждане поради емоционално състояние и отзивчивост към храната.

Таблица 15: Резултати от корелационните анализи

Скала	Локус на контрол	Депресия	d'	C
Хранителна аверсия	0,22*	0,11	-0,19*	-0,10
Подскала придирчивост	0,18*	0,03	-0,07	-0,25**
Подскала апетит	0,20*	0,20*	-0,18	-0,03
Подскала страх	0,12	0,03	-0,20*	0,07
УХ	0,03	-0,08	0,21*	0,29**
ПЕ	0,13	0,14	0,13	0,04
НЕ	0,06	-0,07	-0,17	-0,10
ПХ	0,14	0,08	-0,16	-0,21*
ОХ	0,21*	0,12	0,20*	0,14
МХ	-0,05	-0,07	0,08	0,03
УС	0,24**	0,03	-0,16	-0,14
Хранителна зависимост	0,28**	0,38**	0,01	0,13

**Корелацията е статистически значима при $p < 0,01$.

*Корелацията е статистически значима при $p < 0,05$.

Обобщение на резултатите

Първите хипотези са свързани със способността да се разпознава наличието или липсата на взаимовръзки. Изследваните лица, които имат склонността да откриват повече взаимовръзки там, където ги няма, са по-склонни да проявят придирчивост в храненето като част от хранителна аверсия в нейната крайност. Потенциално обяснение би било например, че когато човек с изразена придирчивост има негативен опит с храна с определена текстура или цвят, то той би бил по-склонен в бъдеще да отказва храна с подобен цвят или текстура, дори и тя да бъде различна и да има съвсем друг вкус. Същевременно способността за разпознаване на наличието или липсата на взаимовръзки оказва влияние и върху страха по време на хранене. Колкото по-неуспешно изследваните лица разграничават наличието или липса на връзки, толкова по-висок резултат регистрират и при подскалата страх. Корелационният анализ пък логично демонстрира положителна корелация между удоволствие от храненето, способността за разграничаване и тенденцията за по-скоро negliжиране на съществуваща връзка между две събития (почестото посочване на липса на взаимовръзка дори и тя да е налична). Подобен е

резултатът при отзивчивост към храната. Анализите показват и, че по-консервативният критерий е положителен предиктор за удоволствие от храненето, което би могло да задълбочи разбирането за различните хранителни поведения от когнитивна гледна точка. Тези резултати също биха могли да подкрепят теорията, че при хранителните разстройства налице е нереалистична преценка и по-скоро откриването на несъществуващи взаимовръзки било то като селективно изкривяване относно стимули свързани с храната и тялото (Shafran et al., 2007), било то като цяло. Все пак, за да се провери връзката със селективното изкривяване, са необходими повече изследвания както с клинични, така и с неклинични извадки, както и със стимули, свързани с хранителното поведение.

Настоящото изследване потвърждава, че хранителната зависимост е свързана с външен локус на контрола. Това допълва изводите в съществуващи изследвания върху затлъстяването, според които съществува връзка между поведението, свързани с привличането от храната, и външния локус на контрола (Neumotin&Nemzer, 2014; Adolfsson et al., 2005; Sonntag et al., 2010). Оказва се, че външният локус на контрола е предиктор и за хранителната аверсия. Макар и да липсва предишна литература по темата, този резултат би могъл да се обясни с причините, поради които хората отбягват дадена храна, както е посочено в инструмента на Зиграф и Елис (Zickgraf&Ellis, 2017). Инструментът обхваща хранителната аверсия поради сетивни характеристики, както и поради страх от негативни последици (например задавяне или повръщане). Тези фактори може би се възприемат като външни, независещи от човека, което се свързва положително с по-изразен външен локус на контрола.

Първото изследване в дисертацията показва, че преяждането поради емоционално състояние и отзивчивостта към храната повлияват хранителната зависимост. Второто изследване потвърждава тези резултати с модел с обяснителна стойност от 34%. Според настоящето изследване още по-голяма прогностична стойност имат характеристиките на апетита върху хранителната аверсия (37%). Потвърдени са положителните взаимовръзки с недохранването поради емоционално състояние, придирчивост, мудното хранене и усещането за ситост, и отрицателните с удоволствието от храненето. Тези резултати логично потвърждават извода, че хранителната аверсия се характеризира с отбягващи храната поведения.

Последната група хипотези засягат взаимосвързката между депресията и двете крайности в храненето. Резултатите подкрепят съществуващата до момента литература, според която има положителна взаимосвързка между хранителната зависимост и депресията (Burmeister et al., 2013; Lemeshow, 2015). До момента липсват изследвания върху неклинични извадки и възрастни, така че е трудно да се направи сравнение. Съществуващата литература е на базата на детско-юношески извадки (Kauer, 2002; Zickgraf et al., 2016).

Анализи на различията по признак пол сочат, че жените регистрират по-външен локус на контрол. За разлика от първото изследване, жените регистрират и по-голяма степен на хранителна аверсия в нейната крайност, и не са открити значими различия относно хранителната зависимост. Тези разлики може да се дължат на характера на извадката – в първото изследване тя се състои предимно от жени, докато във второто е много по-балансирана.

В обобщение настоящият експеримент допълва първото изследване от дисертационния труд, като представя по-детайлен поглед върху две крайности в храненето. Резултатите от анализа на способността за разпознаване на наличието или липсата на взаимосвързки на изследваните лица показват, че хранителната аверсия се свързва с по-нереалистична преценка на съществуващи взаимосвързки, либерален субективен критерий и тенденция за разпознаване на повече взаимосвързки, когато те не са налице, и с външен локус на контрола. Хранителната зависимост също се свързва с външен локус на контрола, но се различава от аверсията по взаимосвързката с по-високата степен на депресивни симптоми. Обобщен преглед на психологическите профили е представен в таблица 17.

Таблица 16: Психологически профили на лица с хранителна аверсия и зависимост от храненето – обобщение

	При лица с хранителна аверсия:	При лица с хранителна зависимост:
Личностни характеристики	<ul style="list-style-type: none"> Ниска степен на екстраверсия; 	<ul style="list-style-type: none"> Ниска степен на екстраверсия; Ниска степен на въображение; Невротизъм;
Характеристики на апетита	<ul style="list-style-type: none"> Липса на наслада от храната; Недохранване и намаляване на хранителния прием под влиянието на негативни емоции и стрес; Селективност и придирчивост в храненето; Висока степен на усещане за ситост (бързо и лесно засищане); По-бавно темпо на хранене; 	<ul style="list-style-type: none"> Отзивчивост към храната (пощеливост); Склонност за преяждане под влиянието на силни емоции и стрес;
Локус на контрол	<ul style="list-style-type: none"> Външен локус на контрол; 	<ul style="list-style-type: none"> Външен локус на контрол;
Други	<ul style="list-style-type: none"> Обсесивно-компулсивно поведение; Липса на реалистична преценка за взаимовръзки между събития и стимули и либерален субективен критерий (тенденция за откриване на несъществуващи взаимовръзки). 	<ul style="list-style-type: none"> Обсесивно-компулсивно поведение; Наличие на безпокойство; Депресия.

Ограничения на изследването и насоки за бъдещи проучвания

Настоящото изследване има някои ограничения. От една страна, не е контролирано за други хранителни разстройства, за да може да се направи по-ясно разграничение. Също така стимулите в експеримента са извън контекста на храненето. Би било интересно да се

види какви биха били резултатите със стимули, свързани с храненето и симптоматиката на хранителните разстройства. Не на последно място е редно да се вземе предвид, че това е експеримент върху неклинична извадка и затова липсва разпределение на контролна и експериментална група. За по-задълбочен поглед върху двете крайности в храненето би било полезно да се направи сравнение и с клинична извадка.

Заклучение

В заключение, този дисертационен труд дава по-детайлен поглед върху различни характеристики на апетита, както и върху две крайности в хранителното поведение, а именно – хранителната аверсия и хранителната зависимост. Това са конструкти, които сравнително отскоро са предмет на изследване в западната научна литература. Открити са значими взаимовръзки между характеристиките на апетита, хранителната аверсия и хранителната зависимост. Направено е сравнение между двете хранителни поведения, като хранителната аверсия е разгледана подробно в двата си варианта – като характеристика на апетита и като хранително разстройство.

За целта на изследването са преведени три нови инструмента и е проведен анализ на психометричните им характеристики върху две независими извадки с помощта на експлораторен и конфирматорен анализ. Един от приносите на дисертационния труд е използването за пръв път на тези инструменти, както и проверката на техните психометрични характеристики. Това дава възможност за използването на тези инструменти в бъдещи проучвания и изследователска дейност. Направена е и проверка на психометричните характеристики на два адаптирани върху юношеска извадка инструмента – анализите показват, че тези въпросници са също така надеждни и при използването им върху извадка от възрастни.

Двете емпирични изследвания в дисертацията изграждат детайлен поглед върху отскоро изследваните хранителни поведения – хранителна аверсия и зависимост от храненето, въз основа на различни психологически състояния и характеристики на апетита. Освен присъщи за хранителните разстройства съпътстващи състояния, като депресия, безпокойство и обесивно-компулсивно разстройство, емпиричните изследвания разкриват и взаимовръзки с локуса на контрола и с личностни

характеристики, допълвайки психологическите профили на хора, проявяващи двете крайности в храненето. Не на последно място, дисертационният труд разглежда двете хранителни поведения и от когнитивна гледна точка, изследвайки тяхната взаимовръзка със способността за разграничаване на наличието или липсата на взаимовръзки.

Настоящото подробно теоретично и емпирично разглеждане на двете крайности в храненето би било полезно за разработване или за допълване на специализирани програми за превенция и третиране на хранителни разстройства. Би било полезно и за повишаване квалификацията на специалисти като психолози, психиатри и психотерапевти. Детайлният поглед върху различните характеристики на апетита пък би могъл да намери приложение в различни стратегии за превенция и терапия на затлъстяване, както и на различни проблеми, свързани с храненето от психологическа гледна точка.

Приноси на дисертационния труд (обобщение)

1. Превод и валидация на три нови инструмента върху две независими извадки;
2. Проверка на психометричните характеристики на два инструмента, които са адаптирани за България върху юношеска извадка;
3. Подробен поглед към взаимовръзките между различните хранителни поведения;
4. Разграничаване между хранителна аверсия като характеристика на апетита и като хранително разстройство;
5. Подробно сравнение на две крайности в храненето – хранителна аверсия и зависимост от храненето;
6. Изграждане на концептуален модел, който би могъл да се използва за разработването на:
 - програми за здравословно хранене,
 - стратегии за превенция и терапия на затлъстяването,
 - специализирани програми за превенция и третиране на хранителни разстройства,
 - за повишаване на квалификацията на специалисти като психолози, психиатри и психотерапевти.

Публикации по темата на дисертационния труд:

Христова, В. (2018). *Българско анкетно проучване върху безглутенов режим на хранене*. Сборник с доклади от научна конференция „Съвременни методи и методики за научни изследвания“, 2018, Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, София.

Христова, В. (2020). *Валидация на българската версия на скринингов тест за хранително разстройство с избягване/ограничаване на хранителния прием сред неклинична извадка от възрастни* - доклад за Трети национален конгрес по клинична психология с международно участие, София, България.

Христова, В. (2019). *Социалните мрежи – онлайн убежище за маргинализирани общности с дисфункционално хранително поведение*. Годишник на Софийския университет „Св. Климент Охридски“, Философски факултет, книга Психология, т. 109, Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, София, 206-299.

Hristova, V. (2020). *Associations of personality traits with eating behaviors in adults – paper presented at International Conference, 15th conference Days of Applied Psychology*“, Niš, Serbia.

Hristova, V. (2019). *Psychometric properties of Bulgarian version of adult eating behaviour questionnaire (AEBQ): a preliminary study*. Modern Age and Competencies of Psychologies, International Thematic Proceedings of 14th Days of Applied Psychology, Niš, Serbia.