

Raport științific

**O abordare ecologică a emoției de rușine
în contextul tulburărilor alimentare: de
la eșantionarea experienței la intervenții
în timp real**

**PN-III-P1-1.1-PD-2019-0706, contract nr. PD
62/2020**

Director de proiect,

Lector univ. dr. Diana-Mirela Nechita



Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj Napoca

Decembrie 2020

Cuprins

1. OBIECTIVELE GENERALE ALE PROIECTULUI	3
2. OBIECTIVELE SPECIFICE	4
3. REZUMATUL ACTIVITĂȚILOR ȘI REZULTATELOR	4
3.1. ANALIZA LITERATURII CU PRIVIRE LA METODELE DE EVALUARE ECOLOGICE ÎN TIMP REAL A CONSTRUCTELOR PSIHOLOGICE	4
3.2. ANALIZA LITERATURII CU PRIVIRE LA EVALUAREA ÎN TIMP REAL A RUȘINII	5
3.3. REALIZARE PROTOCOL STUDIU 1	5
3.4. REALIZARE SITE PROIECT	5
4. ANEXE	6
5. BIBLIOGRAFIE	7

1. Obiectivele generale ale proiectului

Tulburările alimentare (TA) sunt tulburări mentale severe asociate cu multiple consecințe negative, cum ar fi dificultăți în îndeplinirea rolurilor (Harrison et al., 2010; Hudson et al., 2007), suferință psihologică și efecte negative pe termen lung asupra calității vieții (Herpertz-Dahlmann et al., 2008; Kärkkäinen et al., 2018). Acestea sunt tulburări mentale grave, caracterizate de perturbări semnificative la nivelul comportamentului alimentar, cum ar fi: (1) restricționarea excesivă și persistentă a aportului de energie care duce la o scădere semnificativă a greutatei corporale, asociată cu o teamă intensă de a recâștiga în greutate sau de a deveni gras/ă (simptome anorexice) și (2) episoadele recurente de mâncat compulsiv, implicând un sentiment de lipsă de control asupra alimentației în timpul episodului (simptome de mâncat compulsiv), care pot fi însoțite de metode inadecvate pentru a preveni creșterea în greutate, cum ar fi inducerea vomei, utilizarea de laxative sau diuretice, exerciții excesive (simptome bulimice; Asociația Americană de Psihiatrie [APA], 2013).

Având în vedere cronicitatea și rata ridicată a mortalității (Bulik et al., 2008), s-au făcut eforturi pentru a înțelege și trata mai bine aceste tulburări. Spre deosebire de interesul manifestat în înțelegerea și tratamentul comportamentelor și gândurilor negative, emoțiile au fost oarecum neglijate. Studiile existente s-au concentrat în principal pe afectul negativ (Ambwani et al., 2015; Kukk & Akkermann, 2017), în timp ce emoțiile specifice au fost foarte puțin studiate. O emoție care pare a fi deosebit de relevantă pentru TA este rușinea. Deși există numeroase studii care arată că predispoziția spre rușine, definită ca tendința de a resimți rușine în diferite contexte, este centrală în TA (Burney & Irwin, 2000; Kelly & Carter, 2013; Troop & Redshaw, 2012), rolul rușinii ca și emoție stare este neclar.

Având în vedere această lipsă de date empirice, obiectivul principal al proiectului actual este studierea experienței rușinii stare în raport cu comportamentele alimentare problematice și va include două studii. Primul își propune să evalueze rolul rușinii stare și reglarea acesteia ca antecedente/consecințe ale comportamentelor alimentare problematice folosind o metodă de eșantionare a experienței, care implică colectarea de date în timp real în mediul natural al participantului. În cel de-al doilea studiu vom evalua efectul unei intervenții de auto-compasiune livrate în timp real asupra rușinii și comportamentelor alimentare negative. Se consideră că intervențiile

În timp real reprezintă un progres important în tratamentul TA. Cu toate acestea, există doar câteva astfel de intervenții. În acest proiect vom folosi o intervenție în timp real folosind datele înregistrate de participanți pentru a identifica momentele de risc. Acest proiect va utiliza cele mai noi abordări în studierea constructelor psihologice dinamice, cu implicații teoretice și practice importante.

2. Obiectivele specifice

Pornind de la obiectivul general, obiectivele specifice ale acestui proiect sunt:

- O 1. Explorarea relației dintre rușinea starea măsurată în context ecologic și comportamentele alimentare problematice;
- O 2. Investigarea reglării rușinii și a afectului negativ în context ecologic în relație cu comportamentele alimentare problematice;
- O 3. Studierea efectului unei intervenții livrate în timp real asupra rușinii și comportamentelor alimentare problematice.

3. Rezumatul activităților și rezultatelor

3.1. Analiza literaturii cu privire la metodele de evaluare ecologice în timp real a constructelor psihologice

Grad de realizare al activităților propuse: Realizat

Evaluarea în timp real (Ecological Momentary Assessment-EMA) este o abordare a culegerii datelor ce utilizează eșantionări repetate (ce includ de obicei o combinație de răspunsuri solicitate sau inițiate de utilizator) pentru a colecta datele în timp real, în mediul natural (Shiffman et al., 2008). EMA folosește promptarea pentru a le permite indivizilor să-și raporteze gândurile, emoțiile și comportamentele în contextul în care se întâmplă, pentru a minimiza biasul de reamintire și a crește astfel acuratețea (Shiffman et al., 2008).

În această activitate am analizat literatura cu privire la mijloacele care pot fi utilizate pentru a derula astfel de măsurători. Astfel, literatura a evidențiat multiple variante ce pot fi sintetizate în 3 mari categorii: 1) utilizarea de mini-tablete (*palmtops*) specific construite pentru colectarea unor astfel de măsurători; 2) completarea

măsurătorilor prin intermediul unor apeluri telefonice primite din partea echipei de cercetare; 3) trimiterea de notificări utilizatorului (e-mail/SMS sau alta rețea de comunicare) ce conțin un link web spre completarea măsurătorilor; 3) aplicații ce trimit notificări pe computer/smartphone, iar măsurătorile se completează cu ajutorul instrumentelor oferite de aplicație. Această analiză a scos în evidență ultimele două abordări ca fiind cele mai ușor de folosit de participanți, având costurile cele mai mici și șansele cele mai ridicate pentru o complianță crescută.

3.2. Analiza literaturii cu privire la evaluarea în timp real a rușinii

Grad de realizare al activităților propuse: Realizat

În cadrul acestei activități ne-am focalizat spre a identifica maniera în care a fost realizată evaluarea în timp real a rușinii în studiile anterioare. Aceasta analiză a scos în evidență faptul că emoția de rușine a fost investigată într-un număr redus de studii, iar majoritatea au utilizat adjective din scale precum PANAS și POMS, respectiv au adaptat itemi din scale ce vizează diferite fațete ale rușinii (precum Experience Shame Scale sau Other as a Shamer Scale). Aceste modalități vor fi utilizate și în studiile noastre.

3.3. Realizare protocol studiu 1

Grad de realizare al activităților propuse: Realizat

Pornind de la activitățile de analiză a literaturii derulate în această etapă a fost construit protocolul pentru Studiul 1. Aceasta se regăsește în Anexa 1 și este în proces de înregistrare în cadrul platformei Open Source Framework (<https://osf.io>).

3.4. Realizare site proiect

Grad de realizare al activităților propuse: Realizat

Site-ul proiectul a fost construit (<http://nishedproject.ro>). Aceasta cuprinde informații generale despre proiect, despre echipa de implementare, urmând a fi adăugate rezultate științifice și noutăți, pe măsură ce acestea apar.

4. ANEXE

5. Bibliografie

- Ambwani, S., Roche, M. J., Minnick, A. M., & Pincus, A. L. (2015). Negative affect, interpersonal perception, and binge eating behavior: An experience sampling study. *The International Journal of Eating Disorders*, *48*(6), 715–726. <https://doi.org/10.1002/eat.22410>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author
- Bulik, C. M., Thornton, L., Pinheiro, A. P., Plotnicov, K., Klump, K. L., Brandt, H., ... & Kaplan, A. S. (2008). Suicide attempts in anorexia nervosa. *Psychosomatic Medicine*, *70*(3), 378-383. <https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e3181646765>
- Burney, J., & Irwin, H. (2000). Shame and guilt in women with eating-disorder symptomatology. *Journal Of Clinical Psychology*, *56*(1), 51–61. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(200001\)56:1<51::AID-JCLP5>3.0.CO;2-W](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(200001)56:1<51::AID-JCLP5>3.0.CO;2-W)
- Harrison, A., Sullivan, S., Tchanturia, K., & Treasure, J. (2010). Emotional functioning in eating disorders: attentional bias, emotion recognition and emotion regulation. *Psychological medicine*, *40*(11), 1887-1897. <https://doi.org/10.1017/S0033291710000036>
- Herpertz-Dahlmann, B., Wille, N., Hölling, H., Vloet, T. D., Ravens-Sieberer, U., & BELLA Study Group. (2008). Disordered eating behaviour and attitudes, associated psychopathology and health-related quality of life: results of the BELLA study. *European child & adolescent psychiatry*, *17*(1), 82-91. <https://doi.org/10.1007/s00787-008-1009-9>
- Hudson, J. I., Hiripi, E., Pope, H. G., & Kessler, R. C. (2007). The Prevalence and Correlates of Eating Disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Biological Psychiatry*, *61*(3), 348–358. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2006.03.040>
- Kärkkäinen, U., Mustelin, L., Raevuori, A., Kaprio, J., & Keski-Rahkonen, A. (2018). Do disordered eating behaviours have long-term health-related consequences?.

European Eating Disorders Review, 26(1), 22-28.

<https://doi.org/10.1002/erv.2568>

Kelly, A. C., & Carter, J. C. (2013). Why self-critical patients present with more severe eating disorder pathology: The mediating role of shame. *British Journal of Clinical, 52*(2), 148-161. <https://doi.org/10.1111/bjc.12006>

Kukk, K., & Akkermann, K. (2017). Fluctuations in negative emotions predict binge eating both in women and men: An experience sampling study. *Eating Disorders, 25*(1), 65–79. <https://doi.org/10.1080/10640266.2016.1241058>

Troop, N. A., & Redshaw, C. (2012). General shame and bodily shame in eating disorders: A 2.5-year longitudinal study. *European Eating Disorders Review: The Journal of the Eating Disorders Association, 20*(5), 373–378. <https://doi.org/10.1002/erv.2160>