

Die Assoziation zwischen Körper-Selbstwahrnehmung, Bindungsstil und Gesundheitsverhalten bei Studierenden

Ergebnisse einer europäischen Querschnittsstudie

Bergmüller, A; Kuzman, M; Nilsen, T; Mikkelsen, BE, Sado, F; Brandao, MP;
Romani, AQ & Sudzina, F; Michel, S

Gliederung

- Problemstellung und Hintergrund der Studie
- Untersuchungsziel
- Theoretischer Hintergrund
- Forschungsstand
- Hypothesen und Fragestellungen
- Methodik
- Ergebnisse
- Reflexion und Ausblick

Problemstellung und Hintergrund der Studie

Und was soll das mit dem Bindungsstil?

- Klinische Erfahrungen
- Bindungstheorie

Untersuchungsziel und Relevanz

- Können Indizien aus der Praxis sowie aus der Literatur empirisch bestätigt werden?
- Dieses Wissen ist die Grundlage zur Entwicklung von Interventionen.

Theoretischen Hintergrund: Selbstwahrnehmung / Körperbild

Definition nach Cash et al. (2004)

- Multidimensionales und komplexes Konstrukt
- Beinhaltet Einstellungen, Gefühle und Wahrnehmungen des eigenen Körpers
- Kerndimensionen:
 - Bewertungen (z. B. Unzufriedenheit mit dem Körper)
 - Affekt (z. B. Emotionen die durch den Körper hervorgerufen werden)
 - Investment (z. B. Bemühungen einem Körperideal zu entsprechen)

Theoretischen Hintergrund: Selbstwahrnehmung / Körperbild

Terminologie

- Unterscheidet sich je nach Messinstrument
- z. B. negatives/gestörtes/gering -/minderwertig ausgeprägtes Körperbild, Unzufriedenheit mit dem Körperbild
- Verwendung meist synonym

Theoretischen Hintergrund: Selbstwahrnehmung / Körperbild

Entstehung

- Medien (z.B. soziale Medien, Filme, Werbung)
- Gleichaltrige (Freunde, Kommilitonen, Kolleg*innen)
- Familie
- (Partner)

Eltern spielen eine Schlüsselrolle bei der Entstehung des Körperbildes von Kindern!
(Tatangloa, McCabe, Mellor & Mealey, 2016)

Theoretischer Hintergrund

Bindung und Bindungsstile

Definition nach Bowlby (1969)

- *“lasting psychological connectedness between human beings”*
- *“invisible emotional bond”*
- Angeborenes Primärbedürfnis nach Nähe, Zuwendung und Schutz von einer vertrauten Person (Eltern)

Theoretischer Hintergrund

Bindung und Bindungsstile

Entstehung

- Entwicklung im 1. Lebensjahr
- Durch Interaktionen zur Bezugsperson → inneres Arbeitsmodell (Internal Working Model; IWM)
 - Sichtweise auf die Welt, Andere und sich Selbst
- Während des gesamten Lebens aktiv
- Stabilität wird kontrovers diskutiert

Theoretischer Hintergrund

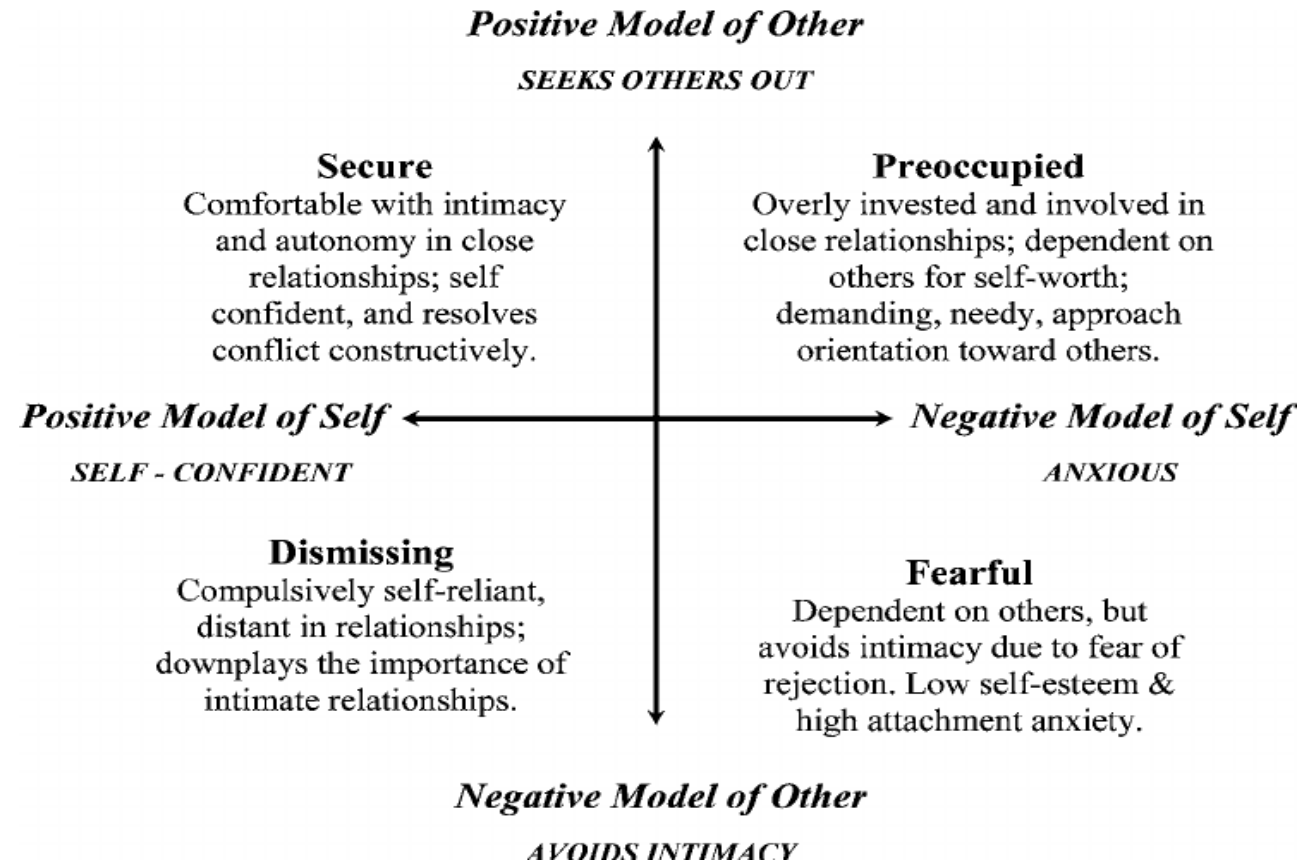
Bindung und Bindungsstile

Bindungsstile bei Kindern nach Ainsworth et al. 1969

- Sicher
- Unsicher-vermeidend
- Unsicher-ambivalent
- Unsicher-desorganisiert

Theoretischer Hintergrund Bindung und Bindungsstile

Bindungsstile bei Erwachsenen nach Bartholomew & Horowitz (1991)



Forschungsstand Körperbild und Gesundheit(sverhalten)

Daten- bank	Suchterm	Treffer (N =)	Inhalte
Pub- psych	body image AND health AND college students	68	Körperbild ± → Sexuelle Erfahrung → mentale Gesundheit → Gesundheitsverhalten → Esstörungen (Anorexia Nerosa, Bulemie, Binge Eating) → Riskante Verhaltensstrategien → Lebensqualität → Neurotizismus → Depression → Ängstliches Verhalten → Zigarettenkonsum

Forschungsstand

Körperbild und Gesundheit(sverhalten)

Daten- bank	Suchterm	Treffer (N =)	Inhalte
Pub- med	body image AND health AND college students	337	Körperbild ± → HIV → Wohlbefinden → Selbstverletzung → Essverhalten → Depression → Essstörungen → Risiko-Sexualverhalten → Physische Aktivität → Binge Drinking → Locus of Control (LoC) → ADHS (ADHD)

Forschungsstand

Bindungsstile und Gesundheit(sverhalten)

Einige Studien (177 Treffer) fokussieren Bindungsstile und Gesundheits(verhalten) bei Studierenden

- Essstörungen (Ward, Ramsay & Treasure, 2000)
- Persönlichkeitsstörungen, wie Borderline (Agrawal, Gunderson, Holmes & Lyons-Ruth, 2004)
- Depression (Rasierer, Schachner & Mikulincer, 2005; Wei, Russell & Zakalik, 2005)
- Substanz Gebrauch / Alkoholismus (Kassel, Wardle & Roberts, 2007)
- Sexualverhalten (vanDen Brink, Smeets, Hessen & Wörtman, 2016)
- Physische Aktivität (Feeney, 1995)

Forschungsstand

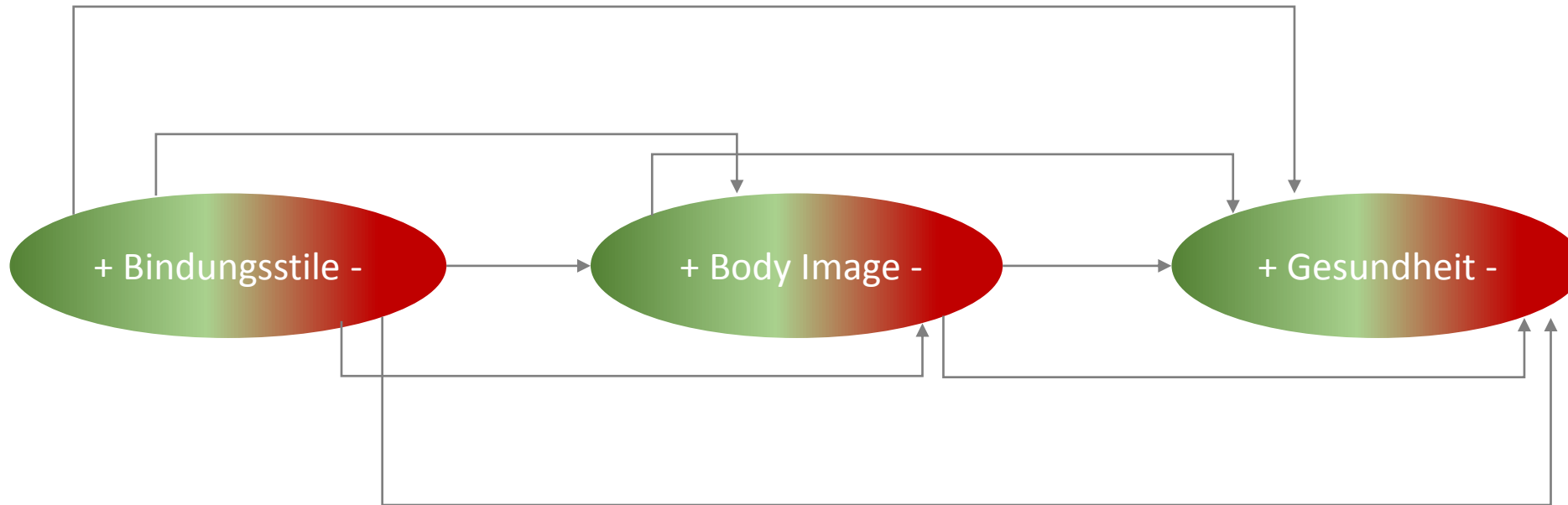
Bindungsstile und Körperbild

Daten- bank	Suchterm	Treffer (N =)	Inhalte
Pub- psych	body image AND attachment AND college students	3	„Attachment was found to be meaningfully related to positive body image.“
Pub- med	body image AND attachment AND college students	4	Ängstlicher Bindungsstil sagt negatives Body Image voraus

Fragestellungen

1. Korreliert die Ausprägung des Körperbildes mit gesundheitsbezogenem Verhalten?
2. Korrelieren die Bindungsstile mit gesundheitsbezogenem Verhalten?
3. Korrelieren die Bindungsstile mit der Ausprägung des Körperbildes?

Hypothesen



Methodik

- Quantitative Querschnittsstudie
- Fragebogen (online und Papierform)
- Studienanfänger*innen aus Kroatien, Portugal, Tschechien, Dänemark, Deutschland
- N = 1102
- Nach Datenbereinigung N = 855

- 33,7 % männlich
- 66,0 % weiblich
- 0,3 % keine Angabe
- Alter 21 Jahre \pm 3,2 Jahre

	Number of participants	%
Germany	160	18.7
Czech Republic	295	34.5
Denmark	140	16.4
Portugal	157	18.4
Croatia	103	12.0
Total	855	100

Methodik

Messinstrumente

- Körperbild: Body Esteem Scale (BES) (Mendelson et al. 2001)
- Bindungsstile: Vulnerable Attachment Style Questionnaire (VASQ) (Bifulco 2003)
- Gesundheitsbezogenes Verhalten: CAGE (Ewing, 1984), Häufigkeitsfragen zu Alkoholkonsum, Essverhalten, Sportliche Aktivität

Auswertungsstrategie

- SPSS
- Korrelationsanalyse

Ergebnisse

		General feelings about appearance				Mean	SD
		negative feelings		positive feelings			
		n	%	n	%		
Germany	male	21	23.9%	67	76.1%	32.1	6.7
	female	32	46.4%	37	53.6%	28.6	7.4
	total	53	33.8%	104	66.2%	30.5	7.2
Czech Republic	male	60	65.2%	32	34.8%	25.7	7.6
	female	131	64.5%	72	35.5%	25.0	8.5
	total	191	64.7%	104	35.3%	25.2	8.2
Denmark	male	10	40.0%	15	60.0%	27.6	9.9
	female	71	61.7%	44	38.3%	25.2	8.6
	total	81	57.9%	59	42.1%	25.7	8.8
Portugal	male	20	51.3%	19	48.7%	27.6	7.8
	female	83	70.3%	35	29.7%	24.7	6.9
	total	103	65.6%	54	34.4%	25.5	7.2
Croatia	male	12	27.3%	32	72.7%	31.2	6.5
	female	23	39.0%	36	61.0%	28.7	7.4
	total	35	34.0%	68	66.0%	29.8	7.1
All	male	123	42.7%	165	57.3%	28.9	7.9
	female	340	60.3%	224	39.7%	25.8	8.1
countries	total	463	54.3%	389	45.7%	26.9	8.1

Ergebnisse

		Weight satisfaction				Mean	SD
		dissatisfied		satisfied			
		n	%	n	%		
Germany	male	22	25.0%	66	75.0%	18.2	6.0
	female	36	52.2%	33	47.8%	14.4	7.1
	total	58	36.9%	99	63.1%	16.5	6.8
Czech Republic	male	24	26.1%	68	73.9%	17.6	6.1
	female	68	33.5%	135	66.5%	16.5	7.1
	total	92	31.2%	203	68.8%	16.8	6.8
Denmark	male	10	40.0%	15	60.0%	16.6	6.5
	female	57	49.6%	58	50.4%	14.1	7.1
	total	67	47.9%	73	52.1%	14.6	7.0
Portugal	male	9	23.1%	30	76.9%	16.6	5.6
	female	49	41.5%	69	58.5%	14.0	5.3
	total	58	36.9%	99	63.1%	14.7	5.5
Croatia	male	5	11.4%	39	88.6%	19.0	5.2
	female	14	23.7%	45	76.3%	17.2	7.0
	total	19	18.4%	84	81.6%	17.9	6.3
All countries	male	70	24.3%	218	75.7%	17.8	5.9
	female	224	39.7%	340	60.3%	15.3	6.8
	total	294	34.5%	558	65.5%	16.1	6.6

Ergebnisse

		Evaluation attributed to others about one's body and appearance				Mean	SD
		negative attribution		positive attribution			
		n	%	n	%		
Germany	male	40	45.5%	48	54.5%	11.1	3.5
	female	23	33.3%	46	66.7%	11.7	2.8
	total	63	40.1%	94	59.9%	11.4	3.2
Czech Republic	male	60	65.2%	32	34.8%	8.9	3.9
	female	115	56.7%	88	43.3%	9.6	3.3
	total	175	59.3%	120	40.7%	9.4	3.5
Denmark	male	12	48.0%	13	52.0%	11.2	3.6
	female	31	27.0%	84	73.0%	12.3	3.2
	total	43	30.7%	97	69.3%	12.1	3.3
Portugal	male	16	41.0%	23	59.0%	11.3	3.3
	female	54	45.8%	64	54.2%	10.8	3.0
	total	70	44.6%	87	55.4%	11.0	3.0
Croatia	male	17	38.6%	27	61.4%	11.4	2.9
	female	20	33.9%	39	66.1%	11.7	2.9
	total	37	35.9%	66	64.1%	11.6	2.9
All countries	male	145	50.3%	143	49.7%	10.5	3.7
	female	243	43.1%	321	56.9%	10.9	3.3
	total	388	45.5%	464	54.5%	10.8	3.4

		Insecure attachment style (cut-off ≥ 30)				Mean	SD
		Secure attachment style		Insecure (fearful) attachment style			
		n	%	n	%		
Germany	male	40	45.5%	48	54.5%	30.3	7.6
	female	43	62.3%	26	37.7%	27.9	6.9
	total	83	52.9%	74	47.1%	29.3	7.4
Czech Republic	male	45	48.9%	47	51.1%	30.6	6.4
	female	95	46.8%	108	53.2%	30.6	6.6
	total	140	47.5%	155	52.5%	30.6	6.5
Denmark	male	14	56.0%	11	44.0%	29.7	7.7
	female	62	53.9%	53	46.1%	28.5	7.0
	total	76	54.3%	64	45.7%	28.7	7.1
Portugal	male	2	5.1%	37	94.9%	39.8	6.3
	female	4	3.4%	114	96.6%	40.0	6.1
	total	6	3.8%	151	96.2%	39.9	6.2
Croatia	male	20	45.5%	24	54.5%	30.7	6.9
	female	27	45.8%	32	54.2%	29.0	6.0
	total	47	45.6%	56	54.4%	29.7	6.4
All countries	male	121	42.0%	167	58.0%	31.7	7.6
	female	231	41.0%	333	59.0%	31.6	7.9
	total	352	41.3%	500	58.7%	31.6	7.8

		Proximity seeking attachment style (cut-off ≥ 27)				Mean	SD
		Dismissing attachment style		Preoccupied attachment style			
		n	%	n	%		
Germany	male	26	29.5%	62	70.5%	28.5	4.8
	female	14	20.3%	55	79.7%	29.6	4.1
	total	40	25.5%	117	74.5%	28.9	4.5
Czech Republic	male	39	42.4%	53	57.6%	27.6	4.7
	female	61	30.0%	142	70.0%	28.8	5.4
	total	100	33.9%	195	66.1%	28.4	5.2
Denmark	male	15	60.0%	10	40.0%	25.9	5.5
	female	50	43.5%	65	56.5%	26.8	6.0
	total	65	46.4%	75	53.6%	26.6	5.9
Portugal	male	7	17.9%	32	82.1%	30.9	4.7
	female	20	16.9%	98	83.1%	29.8	3.9
	total	27	17.2%	130	82.8%	30.1	4.1
Croatia	male	10	22.7%	34	77.3%	29.0	4.0
	female	11	18.6%	48	81.4%	30.8	4.6
	total	21	20.4%	82	79.6%	30.1	4.4
All countries	male	97	33.7%	191	66.3%	28.4	4.9
	female	156	27.7%	408	72.3%	28.9	5.1
	total	253	29.7%	599	70.3%	28.7	5.1

15.10.20

Ergebnisse

		Do you do sports regularly?	
		Mean	SD
Germany	male	4.3	1.5
	female	3.8	1.7
	total	4.1	1.6
Czech Republic	male	4.4	1.1
	female	4.3	1.2
	total	4.3	1.2
Denmark	male	4.3	2.1
	female	4.5	1.5
	total	4.5	1.6
Croatia	male	4.7	1.2
	female	4.3	1.4
	total	4.5	1.3
All countries	male	4.4	1.4
	female	4.3	1.4
	total	4.3	1.4

Ergebnisse

		Do you control your diet?			
		no		yes	
		n	%	n	%
Germany	male	40	52.6%	36	47.4%
	female	18	28.1%	46	71.9%
	total	58	41.4%	82	58.6%
Czech Republic	male	53	57.6%	39	42.4%
	female	91	44.8%	112	55.2%
	total	144	48.8%	151	51.2%
Denmark	male	12	48.0%	13	52.0%
	female	51	44.3%	64	55.7%
	total	63	45.0%	77	55.0%
Croatia	male	41	93.2%	3	6.8%
	female	45	76.3%	14	23.7%
	total	86	83.5%	17	16.5%
All countries 15.10.20	male	146	61.6%	91	38.4%
	female	205	46.5%	236	53.5%
	total	351	51.8%	327	48.2%

		Risk of alcohol abuse			
		no risk		alcohol abuse	
		n	%	n	%
Germany	male	5	5.7%	83	94.3%
	female	6	8.7%	63	91.3%
	total	11	7.0%	146	93.0%
Czech Republic	male	0	0.0%	92	100.0%
	female	0	0.0%	203	100.0%
	total	0	0.0%	295	100.0%
Denmark	male	0	0.0%	25	100.0%
	female	0	0.0%	115	100.0%
	total	0	0.0%	140	100.0%
Portugal	male	0	0.0%	39	100.0%
	female	0	0.0%	118	100.0%
	total	0	0.0%	157	100.0%
Croatia	male	0	0.0%	44	100.0%
	female	0	0.0%	59	100.0%
	total	0	0.0%	103	100.0%
All countries	male	5	1.7%	283	98.3%
	female	6	1.1%	558	98.9%
	total	11	1.3%	841	98.7%

Ergebnisse

		How often do you smoke?	
		Mean	SD
Germany	male	1.8	1.2
	female	1.9	1.3
	total	1.8	1.3
Czech Republic	male	1.8	1.2
	female	1.4	.9
	total	1.5	1.0
Denmark	male	2.0	1.3
	female	1.6	1.1
	total	1.7	1.1
Croatia	male	2.3	1.6
	female	2.4	1.4
	total	2.4	1.5
All countries	male	1.9	1.2
	female	1.6	1.1
	total	1.7	1.2

71 % der Studierenden rauchen nicht!

Ergebnisse

Korrelationen zwischen Körperbild und gesundheitsbezogenem Verhalten

	Appearance-related body image		Weight-related body image		Attributed body image	
	male	female	male	female	male	female
Physical activity	.182**	-.018	.039	-.055	.079	.155**
Eat fruit	.085	.013	.131*	-.009	.000	.007
Eat vegetables	.078	.046	.108	.027	-.011	.117**
Drink soft-drinks	-.023	.019	.003	.041	.062	-.074
Eat fast food	.141*	-.023	.023	-.027	.159**	.017
Eat cooked meal	.059	.068	.147*	.109**	-.053	-.022
Occasions with alcoholic drinks	-.002	-.017	.109	-.006	-.037	.085*
Alcoholic drinks per occasion	.036	-.099*	-.073	-.110**	.060	.116**
Smoking	.006	.000	.057	-.037	.075	.049

* p < .05

** p < .01

Ergebnisse

Korrelationen zwischen Bindungsstilen und gesundheitsbezogenem Verhalten

	Insecurity		Proximity-seeking	
	male	female	male	female
Physical activity	-.119	-.091	.010	-.012
Eat fruit	-.116*	-.147**	-.122*	-.025
Eat vegetables	-.131*	-.233**	-.121*	-.074
Drink soft-drinks	-.097	-.064	.059	.075
Eat fast food	.074	.263**	.145*	.061
Eat cooked meal	-.248**	-.224**	-.061	.021
Occasions with alcohol drinks	-.160**	-.312**	-.113	-.044
Alcoholic drinks per occasion	.133*	.111**	.088	.030
Smoking	-.128	.021	.001	.009

* p < .05

** p < .01

Ergebnisse

Korrelationen zwischen Bindungsstilen und Körperbild

	Insecure (fearful)		Proximity-seeking	
	male	female	male	female
Appearance-related body image	-.254**	-.227**	-.112	-.109**
Weight-related body image	-.165**	-.146**	-.175**	-.094*
Attributed body image	-.049	-.148**	-.020	-.037

* $p < .05$

** $p < .01$

Reflexion und Ausblick

Methodische Limitation

- Keine Zufallsstichprobe
- Kein Kausale Untersuchung
- Es gibt geeignetere Messinstrumente

Die Ergebnisse liefern

- Indizien, die Bindungsannahmen bestätigen
- Prävalenzen, die Handlungsbedarfe bezüglich des unsicheren Bindungsstils, des negativen Körperbildes und des Alkoholkonsums aufzeigen

Zukünftige Studien müssen die kausale Struktur der Annahmen überprüfen.

Haben Sie Fragen/Anregungen/Kommentare?