

# Food Evaluation under Negative Mood in Different Subgroups of Restrained Eaters

Lulu Zhang, Runlan Yang, Jianmei Wang, Ming Yin

School of Psychology, Southwest University, Chongqing  
Email: Lulu\_Aug@163.com

Received: Feb. 25<sup>th</sup>, 2019; accepted: Mar. 11<sup>th</sup>, 2019; published: Mar. 19<sup>th</sup>, 2019

---

## Abstract

The purpose of this study was to explore the food value evaluation of successful restrained eaters and unsuccessful restrained eaters under the negative emotion. In the study, the negative emotion and the neutral emotion of the successful restrained eaters (n = 30) and the unsuccessful restrained eaters (n = 27) were induced by videos, and the food value evaluation of the high-calorie and low-calorie food under the negative emotion were measured and compared. The results showed that the negative emotion affected the food evaluation of the restrained eater, and there was an opposite trend in the effect of negative emotions on the evaluation of high-calorie food and low-calorie food. After the negative emotion was induced, the restrained eaters had a significantly higher evaluation on the taste, health and preference of high-calorie food, while a significantly lower evaluation on the taste and health of low-calorie food. In addition, the unsuccessful restrained eaters rated the taste of high-calorie foods significantly higher than the successful, and might be more likely to eat high-calorie foods than the successful. These results may provide some explanations for the tendency of restrained eaters to engage in disinhibited eating behaviors under the negative emotion.

## Keywords

Emotion, Restrained Eater, Food Evaluation

---

# 消极情绪启动下不同亚类限制性饮食者的食物评价研究

张露露, 杨润澜, 王健美, 尹明

西南大学心理学部, 重庆  
Email: Lulu\_Aug@163.com

收稿日期: 2019年2月25日; 录用日期: 2019年3月11日; 发布日期: 2019年3月19日

文章引用: 张露露, 杨润澜, 王健美, 尹明(2019). 消极情绪启动下不同亚类限制性饮食者的食物评价研究. *心理学进展*, 9(3), 502-509. DOI: [10.12677/ap.2019.93062](https://doi.org/10.12677/ap.2019.93062)

## 摘要

为了探索消极情绪下,成功限制性饮食者和失败限制性饮食者食物评价的特点,本研究采用观看视频的方法分别诱发成功限制性饮食者( $n = 30$ )和失败限制性饮食者( $n = 27$ )的消极情绪和中性情绪,测量她们在消极情绪状态下对高、低热量食物评价的特点。结果发现消极情绪影响限制性饮食者的食物评价,并且对高热量食物和低热量食物评价的影响存在相反的趋势。即消极情绪诱发后,限制性饮食者对高热量食物的美味程度、健康程度和偏好程度评价均显著更高,而对低热量食物的美味程度、健康程度评价显著降低,两类限制性饮食者都受到相似影响。此外,与成功限制性饮食者相比较,失败限制性饮食者对高热量食物的美味程度评价也显著更高,因此可能比成功限制性饮食者更容易进食高热量食物。这些结果或许可以为限制性饮食者在消极情绪下容易产生去抑制进食行为提供一些解释。

## 关键词

消极情绪, 限制性饮食者, 食物评价

Copyright © 2019 by authors and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

由于当今社会“以瘦为美”的文化越来越流行,因此减肥成为了很多人日常关注的话题,尤其女性居多,大家不遗余力地寻找各种方法以期获得减重的结果,其中节食就是各种减肥策略中最为普遍的方式(Lowe, 1993)。限制性饮食通常被看作是为了达到减重或维持体重的目的而严格控制进食的行为,主要特点有:1) 首先其目标是控制体重,包括降低和维持体重;2) 其次,是需要认知努力来长期抵抗进食冲动的;3) 限制性饮食者对食物的限制还表现在避免或减少高热量食物摄入上;4) 这种行为在女性中更为常见(孔繁昌, 张妍, 陈红, 石明丽, & Jackson, 2011)。虽然限制性饮食者会限制进食量以达到获得减重目的,但是大多数都以失败结尾(Traci et al., 2007)。这可能与限制性饮食者会出现与限制性饮食行为相违背的解脱性进食相关。解脱性进食也称作去抑制进食,常常发生在进食了过高热量食物之后或者在经历紧张、焦虑等负面情绪下(Heatherton, Herman, & Polivy, 1991; Janet Polivy, 1976)。当然,并不是所有的限制性饮食者都会失败,限制性饮食者也可以分为成功限制性饮食者和失败限制性饮食者,成功者的特点是具有对食物高限制性的同时降低进食量,而失败者虽然也有很高的限制性,但是进食倾向同时也较高(Strien & Ouwens, 2007)。

如前面所说消极情绪是限制性饮食者产生去抑制进食的风险因素,而限制性饮食者长期反复节食却屡屡失败又常常带来悲伤、焦虑、抑郁等负面情绪,因此该领域的研究者很早之前就已经开始关注情绪因素。Ruderman 发现限制性饮食者在消极情绪下增加了食物摄入量,而正常饮食的被试没有发现与中性情绪下的差异(Ruderman, 1986)。Sheppaed & Sanyer 通过电影片段引起的悲伤情绪,结果发现非限制性饮食者进食了更少的食物,而限制性饮食者的食物摄入量没有明显变化(Sheppard-Sawyer, McNally, & Fischer, 2000)。Cools 等研究者采用了同样的电影片段启动的方法诱发限制性饮食者的积极和消极情绪,结果发现积极情绪诱发下被试的爆米花进食量显著高于中性情绪,而消极情绪诱发下,爆米花的进食量要显著高于积极情绪(Cools, Schotte, & McNally, 1992)。此外,研究者发现饮食风格与负性情绪下的食物

消耗有显著的相关(Savage, Lesa, & Birch, 2009)。与单纯的限制性饮食风格相比较, 具有高限制且高去抑制的饮食方式的被试对消极情绪更敏感, 在消极情绪下更倾向于进食更多的食物(Bryant, Kiezerbrink, King, & Blundell, 2008)。综上所述, 大多数的研究结果支持在消极情绪下, 限制性饮食者会降低对食物的抑制能力, 增加食物的进食量, 可能的原因是消极情绪的出现优先占用了大量认知资源, 从而导致抑制控制能力的减弱, 而且成功限制性饮食者和失败限制性饮食者在消极情绪下似乎有不同的行为表现(Erskine & Georgiou, 2010; 许辰, 陈红, 秦婧雪, & 周一舟, 2013)。

许多研究验证了在消极情绪下, 限制性饮食者的抑制控制能力与中性情绪下存在差异, 由于人类对具有生存意义的消极情绪存在着优先加工的偏向, 因此抑制控制能力在消极情绪下有所减弱。除此之外, 在消极情绪下, 限制性饮食者的更多特点还有待研究。因此在本研究中, 我们通过视频观看的方式来诱发被试的消极情绪, 来探讨两类限制性饮食者在消极情绪下对食物评价的特点, 并提出研究假设: 与中性情绪相比较, 消极情绪下限制性饮食者对食物的奖赏价值评价更高。

## 2. 方法

### 2.1. 被试

采用荷兰人饮食行为问卷(The Dutch Eating Behavior Questionnaire, DEBQ)在中国某高校发放 489 份问卷, 根据前人提出的标准(翁春燕, 陈红, & 朱岚, 2012), 筛选出体重在正常范围内(BMI = 18.5~23)的成功限制性饮食和失败限制性饮食者各 30 名参与实验室实验。由于失败限制性饮食者组有 3 名被试只完成了一次实验室实验, 因此最后失败组只有 27 名被试的数据。被试具体情况见表 1。

**Table 1.** Descriptive statistics of different subgroups of restrained eaters

**表 1.** 不同亚类限制性饮食者描述统计资料(M ± SD)

	失败限制性饮食者(n = 27)	成功限制性饮食者(n = 30)	<i>t</i>
年龄	20.37 (1.275)	19.90 (1.494)	1.271
BMI	20.44 (1.448)	19.93 (1.007)	1.557
情绪性进食	3.58 (0.600)	2.14 (0.410)	10.686**
外部性进食	3.90 (0.392)	3.30 (0.399)	5.678**
去抑制进食	3.72 (0.449)	2.64 (0.223)	11.622**
限制性进食	3.71 (0.565)	3.25 (0.443)	3.447**
基线消极情绪 1	14.37 (9.195)	13.10 (13.340)	0.680
基线消极情绪 2	12.63 (10.500)	15.83 (13.613)	0.328
基线饥饿度 1	17.44 (12.001)	16.13 (12.883)	0.693
基线饥饿度 2	17.30 (8.909)	18.87 (15.598)	0.648

注: BMI (体型指数) = 体重(kg)/身高<sup>2</sup> (m<sup>2</sup>)。

### 2.2. 实验设计

采用 2 (情绪影片: 悲剧电影/中性山水风景视频) × 2 (被试类型: 成功/失败)混合实验设计。因变量为被试对食物图片的健康程度、美味程度、想吃程度的评价得分。

### 2.3. 测量工具

荷兰人饮食行为问卷(The Dutch Eating Behavior Questionnaire, DEBQ): DEBQ 问卷由 Van Strien, Frijters, Bergers 和 Defares 编制, 有 33 道题目, 分为 3 个维度, 分别是限制性进食(restrained eating)、情绪性进食(emotional eating)、外部性进食(external eating), 三个分问卷的内部一致性系数分别为 0.95、0.81、

0.95, 其中后两个分问卷的均分又被称作“去抑制进食分数”。这个量表可以用来筛选成功限制性饮食者和失败限制性饮食者, 采用翁春燕等人提出的筛选方式: 限制性均分  $\geq 3$ , 同时去抑制均分  $\geq 3$  的被试被筛选为失败限制性饮食者; 限制性均分  $\geq 3$ , 同时去抑制均分  $< 3$  的被试被筛选为成功限制性饮食者(翁春燕, 陈红, & 朱岚, 2012)。

视觉模拟情绪量表(Visual Analogue Mood Scales, VAMS)。在 0~100 mm 程度等级上测量悲伤、焦虑、高兴、放松。该量表具有良好的信效度(Bond A, Lader M, 1974)。

视觉模拟量表(Visual Analogue Scales, VAS)。在 0~100 mm 程度等级上测量对食物的健康程度、可口程度、偏好程度以及饥饿程度。

## 2.4. 实验材料

情绪启动材料: 根据以往的研究推荐, 选取 9 分半时长的《我的兄弟姐妹》片段作为负性情绪诱发影片, 9 分半时长的山水风景视频作为中性情绪维持片段(李芳, 朱昭红, & 白学军, 2009; 郑璞, 2012)。

食物图片材料: 在中国食物图片库中选取高热量、低热量食物图片各 40 张作为刺激图片(Kong, Zhang, & Chen, 2015)。

## 2.5. 实验程序

通过问卷筛选后, 邀请合适的被试进行实验室实验, 并告知被试实验前两个小时禁止进食。被试到达实验室后, 向被试简单告知实验流程。被试签署知情同意后, 在独立的行为实验室, 通过计算机完成实验。

实验分为两周进行。第一周首先使用 VAS 和 VAMS 量表对被试到达实验室的饥饿状态和情绪状态进行基线评定, 并完成奖赏敏感性问卷。然后随机选取中性情绪影片和消极情绪影片的其中一个, 请被试戴上耳机观看影片进行情绪启动, 并在影片结束后通过 VAMS 量表测量被试情绪启动效果。之后在电脑上完成食物评价的 VAS 量表。完成这些内容即结束第一次的实验, 并告知被试需要在一周后重回实验室完成剩下的实验。

第二周到达实验室后重复第一周的实验过程, 并给被试观看与上周影片不同的另一影片, 完成另一情绪的情绪启动。所有实验内容结束后, 被试将获得 20 元的被试费, 并感谢参与实验, 实验结束。

## 3. 结果

两组被试在两次到达实验室时的饥饿程度和基线消极情绪(焦虑、抑郁、困倦、警觉的平均值)上均无显著差异  $P_s > 0.05$ , 具体见表 1。我们将两次实验前的饥饿程度和基线消极情绪分别进行配对样本  $t$  检验, 也没有发现显著差异,  $t_{\text{饥饿}} = -0.692, P > 0.05$ ;  $t_{\text{消极情绪}} = -0.313, P > 0.05$ 。

此外, 我们对情绪操作进行了检验, 将消极情绪唤醒下的消极情绪得分与中性情绪唤醒下的消极情绪得分进行配对样本的  $t$  检验, 结果发现消极情绪唤醒下, 消极情绪均分显著高于中性情绪唤醒状态下,  $M_{\text{消极}} = 59.21, SD_{\text{消极}} = 3.622$ ;  $M_{\text{中性}} = 7.46, SD_{\text{中性}} = 1.371$ ;  $t = -14.169, P < 0.01$ , 这可以证明消极情绪唤醒的操作是有效的。

### 3.1. 对高热量食物的美味程度、健康程度和偏好程度评价的结果分析

不同亚类限制性饮食者对高热量食物的美味程度、健康程度和偏好程度评价的描述统计结果见表 2。为了探讨消极情绪下, 成功限制性饮食者和失败限制性饮食者对高热量食物评价的特点, 我们将被试类型和情绪类型作为自变量, 将高热量食物的美味程度、健康程度和偏好程度分别作为因变量进行方差分析, 结果发现: 以高热量食物的美味程度作为因变量时, 情绪效价的主效应显著,  $F = 12.902, P < 0.01$ ,

分组的主效应不显著,  $F = 0.466$ ,  $P = 0.498$ , 交互作用不显著,  $F = 2.967$ ,  $P = 0.091$ 。对情绪效价的事后检验发现消极情绪下, 两组被试对高热量食物的美味程度评价显著高于中性情绪条件下, 而两组被试之间没有发现存在显著差异。

**Table 2.** Descriptive statistics of high-calorie foods evaluation by restrained eaters

**表 2.** 不同亚类限制性饮食者对高热量食物评价描述统计表

被试类型	情绪效价	食物评价	均值	标准差
失败限制性饮食者 (n = 27)	消极情绪	美味程度	68.024	2.418
		健康程度	37.154	15.500
		偏好程度	37.154	15.500
	中性情绪	美味程度	65.176	3.030
		健康程度	32.840	12.387
		偏好程度	32.840	12.387
成功限制性饮食者 (n = 30)	消极情绪	美味程度	73.008	2.294
		健康程度	29.258	13.733
		偏好程度	29.998	13.733
	中性情绪	美味程度	64.912	2.875
		健康程度	26.448	14.586
		偏好程度	26.476	13.848

以高热量食物的健康程度作为因变量时, 方差分析的结果发现, 情绪效价的主效应显著,  $F = 5.129$ ,  $P < 0.05$ , 分组的主效应显著,  $F = 4.430$ ,  $P < 0.05$ , 交互作用不显著,  $F = 0.229$ ,  $P = 0.634$ 。对情绪效价的事后检验发现消极情绪下, 被试对高热量食物的健康程度评价显著高于中性情绪下对高热量食物的健康程度评价。对分组的事后检验发现失败限制性饮食者对高热量食物的健康程度评价显著高于成功限制性饮食者。

以高热量食物的偏好程度作为因变量时, 方差分析的结果发现, 情绪效价的主效应边缘显著,  $F = 3.348$ ,  $P = 0.073$ , 分组的主效应不显著,  $F = 0.121$ ,  $P = 0.730$ , 交互作用不显著,  $F = 2.415$ ,  $P = 0.126$ 。对情绪效价进行的事后检验发现消极情绪下, 被试对高热量食物的偏好程度评价高于中性情绪。

### 3.2. 对低热量食物的美味程度、健康程度和偏好程度评价的结果分析

不同亚类限制性饮食者对低热量食物的美味程度、健康程度和偏好程度评价的描述统计结果见表 3。此外为了探讨消极情绪下, 成功限制性饮食者和失败限制性饮食者对低热量食物评价的特点, 我们将被试类型和情绪类型作为自变量, 将低热量食物的美味程度、健康程度和偏好程度分别作为因变量进行方差分析, 结果发现: 以低热量食物的美味程度作为因变量时, 情绪效价的主效应显著,  $F = 7.242$ ,  $P < 0.01$ , 分组的主效应不显著,  $F = 0.003$ ,  $P = 0.985$ , 交互作用不显著,  $F = 0.078$ ,  $P = 0.781$ 。事后检验发现消极情绪下, 被试对低热量食物的美味程度评价显著低于中性情绪条件下。

以低热量食物的健康程度作为因变量时, 方差分析的结果发现, 情绪效价的主效应显著,  $F = 12.705$ ,  $P < 0.01$ , 分组的主效应不显著,  $F = 0.011$ ,  $P = 0.916$ , 交互作用不显著,  $F = 0.306$ ,  $P = 0.582$ 。对情绪效价的事后检验发现消极情绪下, 被试对低热量食物的健康程度评价显著低于中性情绪条件下。

以低热量食物的偏好程度作为因变量时, 方差分析的结果发现, 情绪效价的主效应不显著,  $F = 0.288$ ,  $P = 0.594$ , 分组的主效应不显著,  $F = 5.624$ ,  $P = 0.999$ , 交互作用不显著,  $F = 0.018$ ,  $P = 0.893$ 。



**Table 3.** Descriptive statistics of low-calorie foods evaluation by restrained eaters  
**表 3.** 不同亚类限制性饮食者对低热量食物评价描述统计表

被试类型	情绪效价	食物评价	均值	标准差
失败限制性饮食者 (n = 27)	消极情绪	美味程度	42.373	15.638
		健康程度	77.689	14.369
		偏好程度	43.186	16.989
	中性情绪	美味程度	47.629	18.789
		健康程度	83.720	10.108
		偏好程度	44.659	20.696
成功限制性饮食者 (n = 30)	消极情绪	美味程度	43.103	19.774
		健康程度	78.816	12.956
		偏好程度	43.480	19.472
	中性情绪	美味程度	47.372	17.749
		健康程度	83.225	12.060
		偏好程度	44.359	19.084

#### 4. 讨论

研究结果表明, 消极情绪诱发下, 限制性饮食者对高热量食物的美味程度、健康程度评价均显著高于中性情绪下, 对高热量食物的偏好程度评价也有增加, 而对低热量食物的美味程度、健康程度评价显著降低, 这可能表明消极情绪会显著影响限制性饮食者的食物评价, 而且对两类限制性饮食者似乎有相同的影响。但是与我们的假设不一致的是, 在消极情绪下, 限制性饮食者并非对所有食物的价值评价都更高, 而在高热量食物和低热量食物的价值评价上似乎还存在着相反的趋势。除此之外, 我们还发现失败限制性饮食者对高热量食物的健康程度评价显著高于成功限制性饮食者, 并且不受情绪状态的影响。

我们发现消极情绪诱发后, 限制性饮食者会对高热量食物的美味程度、健康程度做出更高的评价, 并且偏好程度也略有提高。对此或许可以从情绪化进食的逃避理论来解释, 逃避理论认为当被试处于消极情绪时, 被试会启动自我调节情绪的过程, 更加关注和放大外界的刺激来减少对自己意识的觉察, 通过寻求享乐刺激来弥补心中产生的负面感受(Adam & Epel, 2007; Heatherton & Baumeister, 1991)。因此, 食物作为限制性饮食者平时所强迫自己所抑制的刺激, 在消极情绪下, 她们可能倾向于评估食物的享乐属性更高, 增加奖励的感觉(Dallman et al., 2003)。但是这种食物评价的变化似乎只限于高热量食物, 对于低热量食物, 限制性饮食者反而在美味程度和健康程度方面的评价显著有所下降, 可能的原因是低热量食物往往是限制性饮食者在节食过程中选择进食的食物, 对节食目标有益但在色泽、口味等方面与高热量食物有显著差异, 在消极情绪诱发后, 这种理性抉择下对自己更好的食物对限制性饮食者的吸引力降低, 这与有研究发现高脂食物可以缓解悲伤的结果趋于一致。这或许可以为限制性饮食者在消极情绪下更容易产生去抑制进食, 尤其是进食高热量食物的行为提供一些解释(Haynes, Lee, & Yeomans, 2003; Polivy, Herman, & Mcfarlane, 1994)。消极情绪下, 限制性饮食者进食量增加除了她们抑制控制能力的减弱, 同时限制性饮食者会对高热量食物的奖赏价值评价更高, 从而更趋向进食严重阻碍节食目标的高热量食物。

此外, 我们发现在两类限制性饮食者的食物评价之间存在着一些差异, 即失败限制性饮食者对高热量食物的美味程度评价显著高于成功者, 因为两类限制性饮食者在奖赏敏感性方面不存在差异, 因此两组被试对食物的奖赏价值产生差异, 可能表明虽然两类限制性饮食者都对食物有高限制的特点, 但是高热量食物对失败限制性饮食者的吸引力似乎更高。但是在食物评价的其他方面上没有发现两组被试的

差异, 这可能表明不同亚类限制性饮食者之间的差异可能更多的还在于二者的抑制控制能力等方面 (Houben, Nederkoorn, & Jansen, 2012; 翁春燕, 陈红, & 朱岚, 2012)。

## 5. 结论

综上所述, 本研究初步探讨了不同亚类限制性饮食者在消极情绪下在食物评价方面的特点, 结果表明消极情绪对两类限制性饮食者的食物评价存在着相似的显著影响。这或许可以为消极情绪下限制性进食者易产生解脱性进食行为提供一些解释。但是本研究的被试量相对较少, 并且没有选取正常饮食者进行对比, 因此未来的研究可以选取更充足的被试进一步加以考察。

## 参考文献

- 孔繁昌, 张妍, 陈红, Jackson, T., 石明丽(2011). 限制性饮食者对食物线索的认知偏向: 行为和脑机制的证据. *心理科学进展*, 19(9), 1355-1362.
- 李芳, 朱昭红, 白学军(2009). 高兴和悲伤电影片段诱发情绪的有效性和时间进程. *心理与行为研究*, 7(1), 32-38.
- 翁春燕, 陈红, 朱岚(2012). 限制性饮食者对食物线索的注意偏向: 基于目标矛盾理论模型. *心理学报*, 44(5), 680-689.
- 许辰, 陈红, 秦婧雪, 周一舟(2013). 不同亚类限制性饮食者情绪唤醒状态下的进食行为. *中国临床心理学杂志*, 21(5), 697-702.
- 郑璞, 刘俞(2012). 情绪诱发方法述评. *心理科学进展*, 20(1), 45-55.
- Adam, T. C., & Epel, E. S. (2007). Stress, Eating and the Reward System. *Physiology & Behavior*, 91, 449-458. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2007.04.011>
- Bryant, E. J., Kiezerbrink, K., King, N. A., & Blundell, J. E. (2008). Interaction between Disinhibition and Restraint: Implications for Body Weight and Eating Disturbance. *Appetite*, 51, 43-51. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2008.05.038>
- Cools, J., Schotte, D. E., & McNally, R. J. (1992). Emotional Arousal and Overeating in Restrained Eaters. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 348. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.101.2.348>
- Dallman, M. F., Norman, P., Akana, S. F., Fleur, S. E., La, Francisca, G., Hani, H., Sotara, M., et al. (2003). Chronic Stress and Obesity: A New View of "Comfort Food". *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 100, 11696-11701. <https://doi.org/10.1073/pnas.1934666100>
- Erskine, J. A. K., & Georgiou, G. J. (2010). Effects of Thought Suppression on Eating Behaviour in Restrained and Non-Restrained Eaters. *Appetite*, 54, 499-503. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2010.02.001>
- Haynes, C., Lee, M. D., & Yeomans, M. R. (2003). Interactive Effects of Stress, Dietary Restraint, and Disinhibition on Appetite. *Eating Behaviors*, 4, 369-383. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2003.07.005>
- Heatherton, T. F., & Baumeister, R. F. (1991). Binge Eating as Escape from Self-Awareness. *Psychological Bulletin*, 110, 86-108. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.1.86>
- Heatherton, T. F., Herman, C. P., & Polivy, J. (1991). Effects of Physical Threat and Ego Threat on Eating Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 138-143. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.1.138>
- Houben, K., Nederkoorn, C., & Jansen, A. (2012). Too Tempting to Resist? Past Success at Weight Control Rather than Dietary Restraint Determines Exposure-Induced Disinhibited Eating. *Appetite*, 59, 550-555. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.07.004>
- Kong, F., Zhang, Y., & Chen, H. (2015). Inhibition Ability of Food Cues between Successful and Unsuccessful Restrained Eaters: A Two-Choice Oddball Task. *PLoS ONE*, 10, e0120522. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0120522>
- Lowe, M. R. (1993). The Effects of Dieting on Eating Behavior: A Three-Factor Model. *Psychological Bulletin*, 114, 100-121. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.114.1.100>
- Polivy, J. (1976). Perception of Calories and Regulation of Intake in Restrained and Unrestrained Subjects. *Addictive Behaviors*, 1, 237-243. [https://doi.org/10.1016/0306-4603\(76\)90016-2](https://doi.org/10.1016/0306-4603(76)90016-2)
- Polivy, J., Herman, C. P., & McFarlane, T. (1994). Effects of Anxiety on Eating: Does Palatability Moderate Distress-Induced Overeating in Dieters? *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 505. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.103.3.505>
- Ruderman, A. J. (1986). Dietary Restraint: A Theoretical and Empirical Review. *Psychological Bulletin*, 99, 247-262. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.99.2.247>
- Savage, J. S., Lesa, H., & Birch, L. L. (2009). Dieting, Restraint, and Disinhibition Predict Women's Weight Change over 6 y. *American Journal of Clinical Nutrition*, 90, 33. <https://doi.org/10.3945/ajcn.2008.26558>

- 
- Sheppard-Sawyer, C. L., McNally, R. J., & Fischer, J. H. (2000). Film-Induced Sadness as a Trigger for Disinhibited Eating. *International Journal of Eating Disorders*, 28, 215-220. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(200009\)28:2<215::AID-EAT11>3.0.CO;2-J](https://doi.org/10.1002/1098-108X(200009)28:2<215::AID-EAT11>3.0.CO;2-J)
- Strien, T. V., & Ouwens, M. A. (2007). Effects of Distress, Alexithymia and Impulsivity on Eating. *Eating Behaviors*, 8, 251-257. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2006.06.004>
- Traci, M., Janet, T. A., Erika, W., Ann-Marie, L., Barbra, S., & Jason, C. (2007). Medicare's Search for Effective Obesity Treatments: Diets Are Not the Answer. *American Psychologist*, 62, 220-233. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.62.3.220>

#### 知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>  
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2160-7273, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>  
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: [ap@hanspub.org](mailto:ap@hanspub.org)