

# 大学生依恋焦虑与情绪性进食的关系：自我控制与情绪调节策略的链式中介作用

许沐知

福建师范大学，福建 福州

收稿日期：2022年3月16日；录用日期：2022年4月11日；发布日期：2022年4月20日

## 摘 要

目的：探究自我控制、情绪调节在大学生依恋焦虑与情绪性进食关系间的作用。方法：用成人依恋量表(AAS)、荷兰情绪性进食量表(DFBQ)、自我控制量表SCS以及情绪调节策略量表(ERQ)，对抽取的274名大学生进行调查。结果：1) 男生和女生在依恋焦虑、自我控制、情绪调节和情绪性进食上都存在显著性差异( $p < 0.01$ )；2) 依恋焦虑与自我控制、情绪调节都呈现负相关( $r = -0.153, p < 0.05$ ;  $r = -0.413, p < 0.01$ )，而依恋焦虑与情绪性进食之间正相关( $r = 0.311, p < 0.01$ )。自我控制与情绪调节正相关( $r = 0.542, p < 0.01$ )，与情绪性进食之间负相关( $r = -0.366, p < 0.01$ )。情绪调节与情绪性进食之间负相关( $r = -0.470, p < 0.01$ )。3) 路径分析结果都存在显著性差异，即自我控制在依恋焦虑和情绪性进食之间起中介作用；情绪调节策略在依恋焦虑和情绪性进食之间起中介作用；自我控制、情绪调节策略在成人依恋与情绪性进食间起链式中介作用。

## 关键词

成人依恋，自我控制，情绪调节策略，情绪性进食

# The Relationship between Attachment Anxiety and Emotional Eating in College Students: The Chain Mediating Role of Self-Control and Emotion Regulation Strategies

Muzhi Xu

Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Mar. 16<sup>th</sup>, 2022; accepted: Apr. 11<sup>th</sup>, 2022; published: Apr. 20<sup>th</sup>, 2022

文章引用：许沐知(2022). 大学生依恋焦虑与情绪性进食的关系：自我控制与情绪调节策略的链式中介作用. *心理学进展*, 12(4), 1151-1157. DOI: 10.12677/ap.2022.124137

## Abstract

**Objective:** To explore the effect of self-control and emotion regulation on the relationship between attachment anxiety and emotional eating in college students. **Methods:** 274 college students were investigated by adult Attachment Scale (AAS), Dutch Emotional Eating Scale (DFBQ), Self-control Scale (SCS) and Emotion Regulation Strategy Scale (ERQ). **Results:** 1) There were significant differences between boys and girls in attachment anxiety, self-control, emotional regulation and emotional eating ( $p < 0.01$ ). 2) There was a negative correlation between attachment anxiety and self-control and emotion regulation ( $r = -0.153, p < 0.05$ ;  $r = -0.413, p < 0.01$ ), while attachment anxiety was positively correlated with emotional eating ( $r = 0.311, p < 0.01$ ). Self-control was positively correlated with emotional regulation ( $r = 0.542, p < 0.01$ ), and negatively correlated with emotional eating ( $r = -0.366, p < 0.01$ ). There was a negative correlation between emotional regulation and emotional eating ( $r = -0.470, p < 0.01$ ). 3) There were significant differences in the path analysis results, namely, self-control played a mediating role between attachment anxiety and emotional eating. Emotional regulation strategies played a mediating role between attachment anxiety and emotional eating. Self-control and emotion regulation strategies play a chain mediating role between adult attachment and emotional eating.

## Keywords

Adult Attachment, Self-Control, Emotion Regulation Strategy, Emotional Feeding

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

## 1. 引言

情绪性进食一词最早是由 Burch 提出，他把情绪性进食行为归因于个体无法正确区分生理饥饿和在唤醒状态，在不适时产生过量的进食行为(Callaway, 1973)。Evers (2010)将情绪性进食定义为“由情绪引起的为应对消极情绪的进食行为，而不是由饥饿感引起的进食行为”。情绪性进食是个体为了缓解焦虑、紧张和不安等负面情绪的一种方式，在日常生活中十分普遍。近年来，已经成为心理学家的研究热点。大学生中，情绪性进食处于中等的程度，其中女性得分显著高于男性(孟庆新等, 2017; 谢爱, 蔡太生等, 2016)。

婴儿早期与父母的养育关系和交往经验，构成了个体依恋的内部工作模式，依恋模式作为一种稳定的因素，持久而广泛地影响个体的人际关系建构、认知、情感以及行为表现等。大量研究证明，不安全依恋与进食行为之间呈现正相关。Alexander & Siegel (2013)将进食看作一种内在的情绪活动，依恋作为一种情绪调节系统，与进食行为显著相关。依恋不安全的个体内感受意识较差，相较于依恋安全的个体更容易误解饥饿线索，更可能产生进食行为。有其他研究发现，依恋焦虑的女性能显著预测饮食失调行为(Schmitt et al., 2021)。因此，本研究假设依恋焦虑与情绪性进食行为呈现显著正相关。

尽管对于依恋模式与进食行为之间的关系已被许多研究证明。但是它们背后关系的机制暂未得到解释。自我控制(Self Control)指人们努力克服冲动，习惯或者自动化的反应，有意识的改变自己行为的能力(Baumeister et al., 2007)。青少年自我控制与情绪性进食呈现显著负相关。自我控制能力作为一种心理资源，控制能力高的个体能够克服欲望，延迟满足，自我控制能力低的个体则有更多的进食行为(刘文俐, 蔡太生

等, 2016)。相关研究证明, 依恋能显著预测自我行为控制、情绪控制、思维控制能力(徐淑慧, 夏政鑫, 林翔, 2018; Li et al., 2015)。因此, 本研究假设, 自我控制在依恋焦虑对情绪性进食关系间起中介作用。

暴食症、贪食症和厌食症都与情绪性进食有紧密联系。暴食症患者表现出更消极的情绪模式, 如愤怒、孤独、厌恶或羞愧等。而对这种情绪的调节会显著影响进食。依恋焦虑的情绪调节模型为情绪性进食提供了一个合理的解释。该模型认为依恋焦虑的个体情绪调节困难, 很难摆脱负面情绪, 容易饮食失调(Schmitt et al., 2021)。依恋类型与情绪调节策略存在显著相关, 其中认知重评策略与依恋焦虑正相关, 表达抑制与依恋焦虑负相关(杨青, 杨博等, 2016)。其他相关研究也证明了, 情绪会调节依恋焦虑对暴饮暴食的(Keating et al., 2019)。因此, 本研究假设情绪调节在依恋焦虑对情绪性进食关系间起中介作用。陈步青等人(2018)和贺淑红等人(2012)研究发现, 自我控制总分与情绪调节策略总分显著相关, 其中认知重评、表达抑制与自我控制存在显著正相关。因此, 本研究假设, 自我控制、情绪调节策略在依恋焦虑与情绪性进食间的关系中起链式中介作用。

国外学者关于情绪性进食的研究主要集中在情绪调节困难以及进食障碍的患者上。而在国内关于情绪性进食的机制的研究少之又少。本研究旨在了解大学生情绪性进食现状, 以及从依恋类型角度, 为解决大学生暴饮暴食, 不良饮食习惯, 干预情绪性进食提供有效建议。

## 2. 研究设计

### 2.1. 研究对象

本研究选取在校大学生为研究对象, 通过问卷星共发放 300 份问卷, 因数据缺失以及被试作答不认真, 剔除 26 份问卷, 最终共回收有效问卷 274 份, 有效率回收率为 91.3%。被试的基本情况为, 男生 115 人(42.0%), 女生 159 人(58.0%); 大一 31 人(11.3%), 大二 68 人(24.8%), 大三 90 人(32.8%), 大四 85 人(31.0%); 文体类 131 人(47.8%), 理工类 143 人(52.2%)。

### 2.2. 研究工具

#### 2.2.1. 成人依恋量表(Adult Attachment Scale, AAS)

杜江红等人(2015)对成人依恋量表(AAS)进行修订。修订后的 AAS 中文版包括 18 个项目, 包括依恋回避(12 个条目)和依恋焦虑(6 个条目)两个维度。采用 5 级计分, “1”表示完全不符合, “5”表示完全符合。其中, 2、7、8、13、16、17、18 反向计分。其中依恋焦虑分量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.73。

#### 2.2.2. 情绪调节策略量表(Emotion Regulation Questionnaire, ERQ)

采用 Gross 的情绪调节问卷, 中文版由李中权等人(2010)修订翻译, 该量表主要用于测量个体日常生活中两种情绪调节策略, 即认知重评和表达抑制策略的使用情况, 共 10 个条目, 采用 7 级计分。得分越高表示情绪调节策略使用频率越高, 情绪调节能力越强。认知重评和表达抑制两个分量表 Cronbach's  $\alpha$  系数分别为 0.7、0.73, 总量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.84。

#### 2.2.3. 自我控制量表(Self Control Scale, SCS)

谭树华和郭永玉(2008), 在 Tangney 等发表的自我控制量表基础上修订提出的。该量表共计 19 个项目, 分为冲动控制、健康习惯、抵制诱惑、专注工作和节制娱乐 5 个维度。采用 5 级计分, 从“1 完全不符合”到“5 完全符合”, 其中 1、5、11、14 为正向计分, 其余都是反向计分。得分越高, 自我控制能力越强。SCS 的五因素结构拟合较好。SCS 的内部一致性信度为 0.862, 重测信度为 0.850。

#### 2.2.4. 荷兰情绪性进食量表(Dutch eating Behaviour Questionnaire, DFBQ)

采用李勇南等人(2018)编制的荷兰饮食行为问卷中的情绪性进食分量表。包括 13 个项目, 采用 1 (从

不)到5(经常)的5级计分。得分越高代表情绪性进食行为越严重。情绪性进食分量表 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.923。

### 2.3. 数据处理

采用 SPSS20.0 对收集的数据进行描述性分析、相关分析和回归分析,使用 PROCESS 程序进行中介模型检验,采用偏差校对非参数百分位 Bootstrap 法对中介效应的显著性水平进行检验。

## 3. 研究结果

### 3.1. 共同方法偏差检验

对收集的数据采用 Harman 方法进行共同方法偏差检验,结果提取特征根大于 1 的因子共 15 个,最大因子方差解释率为 17.22% (小于 40%),故本研究不存在严重的共同方法偏差检验。

### 3.2. 不同性别在依恋焦虑、自我控制、情绪调节和情绪性进食上的差异分析

研究结果显示如表 1,男生和女生在依恋焦虑上存在显著差异( $p < 0.01$ );在自我控制上存在显著差异,其中男生的自我控制能力高于女生( $p < 0.01$ );在情绪调节上存在显著差异,其中男生的情绪调节能力显著高于女生( $p < 0.01$ );在情绪性进食上存在显著差异,其中女生的进食行为比男生多( $p < 0.01$ )。

Table 1. Gender differences in each variable

表 1. 各变量的性别差异

	男性(M $\pm$ SD)	女性(M $\pm$ SD)	t
依恋焦虑	2.986 $\pm$ 0.801	3.242 $\pm$ 0.694	-2.818**
自我控制	47.278 $\pm$ 7.266	44.163 $\pm$ 8.993	3.061**
情绪调节	57.217 $\pm$ 10.607	51.276 $\pm$ 12.268	4.183**
情绪性进食	29.461 $\pm$ 8.689	37.943 $\pm$ 9.326	-7.644**

注: \*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ , \*\*\*  $p < 0.001$ 。

### 3.3. 依恋焦虑、自我控制、情绪调节以及情绪性进食的相关分析

由表 2 可知,依恋焦虑与自我控制、情绪调节都呈现负相关( $r = -0.153, p < 0.05$ ;  $r = -0.413, p < 0.01$ ),而依恋焦虑与情绪性进食之间正相关( $r = 0.311, p < 0.01$ )。自我控制与情绪调节正相关( $r = 0.542, p < 0.01$ ),与情绪性进食之间负相关( $r = -0.366, p < 0.01$ )。情绪调节与情绪性进食之间负相关( $r = -0.470, p < 0.01$ )。

Table 2. Descriptive statistics and correlation analysis of variables

表 2. 各变量的描述性统计和相关分析

数量	M $\pm$ SD	1	2	3	4
依恋焦虑	3.134 $\pm$ 0.750				
自我控制	53.770 $\pm$ 11.947	-0.153*			
情绪调节	45.470 $\pm$ 8.439	-0.413**	0.542**		
情绪性进食	34.383 $\pm$ 9.973	0.311**	-0.366**	-0.470**	

注: “1” 依恋焦虑、“2” 自我控制、“3” 情绪调节、“4” 情绪性进食。

### 3.4. 自我控制、情绪调节策略在依恋焦虑与情绪性进食间的链式中介效应分析

中介效应分析结果证明, 如图 1 所示: 依恋焦虑对情绪性进食的正向预测作用显著( $\beta = 0.156, p < 0.01$ ); 依恋焦虑负向预测自我控制( $\beta = -0.153, p < 0.05$ )和情绪调节( $\beta = -0.338, p < 0.001$ ); 自我控制正向预测情绪调节( $\beta = 0.489, p < 0.001$ ); 自我控制和情绪调节负向预测情绪性进食( $\beta = -0.174, p < 0.001$ ;  $\beta = -0.312, p < 0.001$ )。

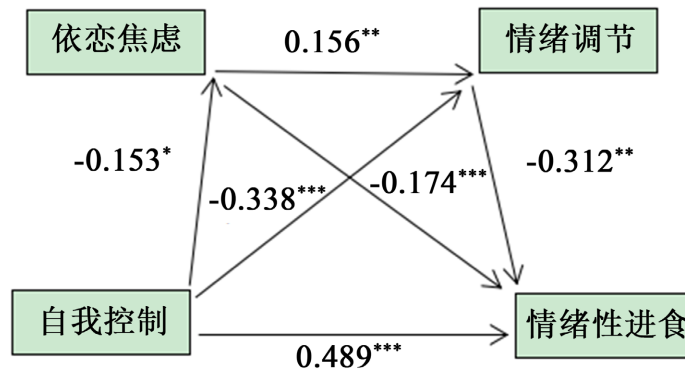


Figure 1. Path graph  
图 1. 路径图

中介效应分析结果证明, 如表 3, 依恋焦虑→自我控制→情绪性进食, 依恋焦虑→情绪调节→情绪性进食, 依恋焦虑→自我控制→情绪调节→情绪性进食, 这三条路径都显著( $p < 0.01$ )。并且采用偏差校正非参数百分位 Bootstrap 法发现, 三条路径的置信区间都不包括 0, 表明三个间接效应均达到显著水平。

Table 3. Chain intermediary  
表 3. 链式中介效应

	间接效应值	标准误	置信区间	
			上限	下限
总间接效应	0.155	0.037	0.084	0.230
依恋焦虑 - 自我控制 - 情绪性进食	0.027	0.016	0.001	0.062
依恋焦虑 - 情绪调节 - 情绪性进食	0.105	0.029	0.052	0.166
依恋焦虑 - 自我控制 - 情绪调节 - 情绪性进食	0.023	0.012	0.003	0.050

## 4. 讨论

本研究探讨了自我控制、情绪调节策略在依恋焦虑与情绪性进食间的关系。研究结果证明了自我控制在依恋焦虑对情绪性进食中起中介作用, 这与前人研究结果一致。自我控制作为中介变量, 自我控制能力越高的个体, 不仅消极情绪进食的可能性越低(朱虹, 蔡太生, 2013), 而且产生进食障碍的风险降低(刘文俐, 蔡太生等, 2016)。自我控制和父母控制在消极情绪与进食行为的中介发现, 自我控制的对情绪性进食的中介作用大于父母控制对进食行为的中介作用(Zhu et al., 2014)。可见提高自我控制的能力能够有效防止情绪性进食行为。国内外大多数研究是在探索父母依恋与自我控制的关系。本研究聚焦与不同成人依恋类型对自我控制的影响, 结果表明依恋焦虑的个体自我控制能力较低, 即依恋焦虑与自我控制呈现负相关(Han et al., 2017)。



神经症贪食症患者的暴饮暴食与情绪调节困难有关系(Weinbach et al., 2018)。在观察情绪失调的青少年研究中发现, 情绪调节能力较差的个体能量摄入与高脂肪量显著高于情绪未失调的个体(Byrne et al., 2019), 并且进食行为频率较高的个体往往使用不当的情绪调节策略(Czaja et al., 2009)。这与本研究结果一致, 情绪调节策略总分与进食行为负相关。Prefit 等人(2019)使用元分析检验特定的情绪调节策略, 如接受情绪、认知重评、反刍、逃避和抑制等策略, 结果显示, 不同的情绪调节策略对进食行为的影响无显著差异。Ozeren (2021)发现情绪调节困难与安全依恋负相关, 与不安全依恋正相关。依恋作为一种情绪调节系统, 依恋焦虑通过情绪调节能力影响进食行为, 而依恋回避却不能通过情绪调节能力影响进食行为(Alexander & Siegel, 2013)。

研究结果发现, 自我控制与情绪调节策略存在显著相关。自我控制和情绪调节都可以帮助个体适应外部社会环境和内部心理状态。高自我控制能力的人善于维持调节情绪, 维持自身积极状态(Paschke et al., 2016)。Stiller 等人(2019)认为, 积极情绪可以预测自我控制资源, 与使用情绪表达抑制策略的被试相比, 使用积极认知重评策略的被试体验到更多的积极情绪, 并有较高的自我控制能力。本文中, 自我控制包括冲动控制、健康习惯、抵制诱惑、专注工作和节制娱乐五个维度, 但其他研究将自我控制定义为情绪自我控制、思维自我控制、注意自我控制等维度(Chris, 2016), 这与本研究不一致。另外, 研究结果显示, 自我控制与情绪调节策略在依恋焦虑与情绪性进食间存在链式中介作用。依恋焦虑的个体自我控制能力较弱, 情绪调节策略与自我控制都是对行为的控制, 自我控制能力影响情绪调节, 而情绪性进食是为了应对负面情绪, 情绪调节就进一步影响进食行为。

## 5. 结论

本研究探讨自我控制、情绪调节策略在成人依恋与情绪性进食间的关系, 得出了以下结论: 第一, 依恋焦虑、自我控制、情绪调节策略和情绪性进食存在显著相关; 第二, 自我控制在依恋焦虑和情绪性进食之间起中介作用; 第三, 情绪调节策略在依恋焦虑和情绪性进食之间起中介作用; 第四, 自我控制、情绪调节策略在成人依恋与情绪性进食间起链式中介作用。

## 6. 研究建议和不足

本文将情绪性进食定义为, 日常饮食中, 在无意识的情况下, 为了应对负面情绪或者弥补情感需求而不是因为生理饥饿, 才不断的进食。主要研究在消极情绪下的进食行为, 而未探讨积极情绪下的进食行为, 以及消极情绪和积极情绪下进食行为的差异。进一步研究可以运用实验法, 探究不同性质情绪下的进食行为的影响机制。该研究只选取了依恋焦虑的被试, 未来可以研究其他的不安全依恋类型对情绪性进食的影响。进食行为也分为多种, 如限制性进食行为等, 不同进食行为的影响机制也是研究热点。

## 参考文献

- 陈步青, 郭艳丽, 刘文达, 等(2018). 道德敏感性与攻击: 自我控制和情绪调节的多重中介. *中国健康心理学杂志*, 26(1), 93-98.
- 杜江红, 王华昕, 李永鑫(2015). 成人依恋量表 AAS 在中国大学生样本中的修订. *湖州师范学院学报*, (1), 63-69.
- 贺淑红, 马慧芳, 马海林(2012). 藏族大学生情绪调节与自我控制能力的关系. *国际精神病学杂志*, (4), 205-208.
- 李勇男, 刘勇, 鲍杰(2018). 中文版荷兰进食行为问卷在中国大学生群体中的适用. *中国临床心理学杂志*, (2), 277-281+326.
- 李中权, 王力, 张厚粲(2010). 人格特质与主观幸福感: 情绪调节的中介作用. *心理科学*, (1), 165-167.
- 刘文俐, 蔡太生, 朱虹, 等(2016). 抑郁、焦虑、压力与青少年情绪性进食的关系: 自我控制的中介作用. *中国临床心理学杂志*, (5), 841-843.

- 孟庆新, 刘勇, 杨坤(2017). 大学生冲动性在无聊倾向与进食行为间的中介作用. *中国学校卫生*, 38(2), 224-227.
- 谭树华, 郭永玉(2008). 大学生自我控制量表的修订. *中国临床心理学杂志*, (5), 468-470.
- 谢爱, 蔡太生, 何金波, 等(2016). 负性情绪对大学生情绪性进食的影响: 消极应对方式的中介作用. *中国临床心理学杂志*, (2), 298-301.
- 徐淑慧, 夏政鑫, 林翔(2018). 青少年亲子依恋与自我控制的关系研究——以温州市某中学为例. *鲁东大学学报(哲学社会科学版)*, (1), 90-96.
- 杨青, 杨博, 邱慧卉, 等(2016). 大学生成人依恋类型与情绪调节策略的关系. *中国健康教育*, (3), 230-232.
- 朱虹, 蔡太生(2013). 情绪性进食与进食障碍倾向的关系: 自我控制的中介作用. *中国临床心理学杂志*, (2), 217-219.
- Alexander, K. E., & Siegel, H. I. (2013). Perceived Hunger Mediates the Relationship between Attachment Anxiety and Emotional Eating. *Eating Behaviors*, 14, 374-377. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.02.005>
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The Strength Model of Self-Control. *Current Directions in Psychological Science*, 16, 351-355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>
- Callaway, W. (1973). Eating Disorders: Obesity, Anorexia Nervosa, and the Person Within. *JAMA: The Journal of the American Medical Association*, 8, 213. <https://doi.org/10.1001/jama.1973.03220360051028>
- Chris, E. (2016). The Strength Model of Self-Control in Sport and Exercise Psychology. *Frontiers in Psychology*, 7, Article No. 314. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00314>
- Czaja, J., Rief, W., & Hilbert, A. (2009). Emotion Regulation and Binge Eating in Children. *The International Journal of Eating Disorders*, 42, 356-362. <https://doi.org/10.1002/eat.20630>
- Evers, C. (2010). Feeding Your Feelings: Emotion Regulation Strategies and Emotional Eating. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36, 792-804. <https://doi.org/10.1177/0146167210371383>
- Han, L., Geng, J. Y., Jou, M., Yang, H. Y. et al. (2017). Relationship between Shyness and Mobile Phone Addiction in Chinese Young Adults: Mediating Roles of Self-Control and Attachment Anxiety. *Computers in Human Behavior*, 76, 363-371. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.036>
- Keating, L., Mills, J. S., & Rawana, J. S. (2019). Momentary Predictors of Binge Eating: An Attachment Perspective. *Eating Behaviors*, 32, 44-52. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2018.12.003>
- Li, J.-B., Delvecchio, E., Lis, A., Di Riso, D. et al. (2015). Parental Attachment, Self-Control, and Depressive Symptoms in Chinese and Italian Adolescents: Test of a Mediation Model. *Journal of Adolescence*, 43, 159-170. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.06.006>
- Ozeren, G. S. (2021). The Correlation between Emotion Regulation and Attachment Styles in Undergraduates. *Perspectives in Psychiatric Care*, 58, 482-490. <https://doi.org/10.1111/ppc.12902>
- Paschke, L. M., Dörfel, D., Steimke, R., Walter, H. et al. (2016). Individual Differences in Self-Reported Self-Control Predict Successful Emotion Regulation. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 11, 1193-1204. <https://doi.org/10.1093/scan/nsw036>
- Prefit, A.-B., Căndea, D. M., & Szentagotai-tatar, A. (2019). Emotion Regulation across Eating Pathology: A Meta-Analysis. *Appetite*, 143, Article ID: 104438. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104438>
- Schmitt, A. P., Hart, E., & Chow, C. M. (2021). Attachment, Rumination, and Disordered Eating among Adolescent Girls: The Moderating Role of Stress. *Eating and Weight Disorders: EWD*, 26, 2271-2279. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-01029-9>
- Stiller, A.-K., Kattner, M. F., Gunzenhauser, C., & Schmitz, B. (2019). The Effect of Positive Reappraisal on the Availability of Self-Control Resources and Self-Regulated Learning. *Educational Psychology*, 39, 1-26. <https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1524851>
- Weinbach, N., Sher, H., & Bohon, C. (2018). Differences in Emotion Regulation Difficulties across Types of Eating Disorders during Adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 46, 1351-1358. <https://doi.org/10.1007/s10802-017-0365-7>
- Zhu, H., Luo, X. W., Cai, T. S., Liu, W. L. et al. (2014). Self-Control and Parental Control Mediate the Relationship between Negative Emotions and Emotional Eating among Adolescents. *Appetite*, 82, 202-207. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.06.106>