

**T.C. KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
TURİZM İŞLETMECİLİĞİ ANABİLİM DALI
GASTRONOMİ VE MUTFAK SANATLARI BİLİM DALI**

**GIDA NEOFOBİSİ DÜZEYİNİN YİYECEK SEÇİM
FAKTÖRLERİ İLE İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MERVE GENÇEL

KOCAELİ 2021

**T.C. KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
TURİZM İŞLETMECİLİĞİ ANABİLİM DALI
GASTRONOMİ VE MUTFAK SANATLARI BİLİM DALI**

**GIDA NEOFOBİSİ DÜZEYİNİN YİYECEK SEÇİM
FAKTÖRLERİ İLE İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Merve GENÇEL

Prof. Dr. Emrah ÖZKUL

Tezin Kabul Edildiği Enstitü Yönetim Kurulu Karar ve No: 07/07/2021-16

KOCAELİ 2021

ÖNSÖZ

Lisans ve yüksek lisans eğitimim ile beraber, tez çalışmam sürecinde bana her zaman sabırlı bir şekilde yol gösteren, içtenlikle destek olan, bilgi ve birikimini benden esirgemeyen çok değerli danışmanım Sayın Prof. Dr. Emrah ÖZKUL'a;

Yüksek lisans eğitimim ve tez sürecim boyunca geçen sürede bilgi ve birikimlerini paylaşarak bana yol gösteren kıymetli hocalarım; Sn. Dr. Öğr. Üyesi Dilek DÜLGER ALTINER, Sn. Doç. Dr. Selda UCA, Sn. Doç. Dr. Bilsen BİLGİLİ ve Sn. Dr. Öğr. Üyesi Nihan AKDEMİR'e;

Tez çalışmam kapsamında hazırlamış olduğum anket formuna katılım sağlayan kıymetli katılımcılara;

Tez çalışmam süresince her türlü desteğini ve yardımını benden esirgemeyen, her koşulda yanımda olan ve beni motive eden sevgili arkadaşım Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencisi Umut Can İĞRET'e;

Son olarak maddi ve manevi desteklerini benden esirgemeyen, her daim yanımda olan ve beni bugünlere getiren değerli aileme en içten teşekkürlerimi ve minnetlerimi sunarım.

Merve GENÇEL

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	II
ÖZET.....	IV
ABSTRACT	V
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ.....	VI
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	VII
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

GIDA NEOFOBİSİ KAVRAMI	3
1.1. Bireylerde Gıda Reddinin Temelleri.....	3
1.2. Gıda Neofobisi Kavramının Tanımı ve Gelişimi	6
1.3. Gıda Neofobisine Neden Olan Faktörler	10
1.3.1. Sosyal Faktörler	10
1.3.2. Davranışsal ve Psikolojik Faktörler.....	11
1.3.3. Sosyo-Demografik Faktörler	11
1.3.4. Kişisel Faktörler	15
1.3.5. Yiyeceğin Duyusal Analizi	15
1.3.6. Yiyecekle İlgili Sahip Olunan Bilgi Düzeyi	16
1.4. Bireylerdeki Gıda Neofobisi Düzeyinin Belirlenmesi.....	17
1.5. Gıda Neofobisinin Psikolojik ve Fizyolojik Etkileri	25
1.6. Gıda Neofobisi Önlemlerinin Belirlenmesi.....	27
1.7. Gıda Neofobisinin Yiyecek Seçimi Üzerindeki Etkileri	28
1.8. Koronavirüs (Covid-19) Pandemisinin Gıda Neofobisi Üzerine Etkileri ..	31
1.9. Gıda Neofobisi İle İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar.....	33

İKİNCİ BÖLÜM

YİYECEK SEÇİMİ KAVRAMI	37
2.1. Yeme-İçme Olgusu.....	37
2.2. Yiyecek Seçiminin Tanımı	38
2.2.1. Yiyecek Seçim Kararı	38
2.2.2. Yiyecek Seçim Süreci Modeli	40
2.2.3. Yiyecek Seçimine Sosyal Psikolojik Yaklaşımlar.....	43
2.3. Yiyecek Seçiminin Belirleyicileri.....	46
2.4. Yiyecek Seçimini Etkileyen Faktörler	47
2.4.1. Gıdaya Bağlı Faktörler	52
2.4.2. Kişiyeye Bağlı Faktörler.....	54
2.4.3. Çevreyeye Bağlı Faktörler	57

2.4.4. Ekonomik ve Sosyal Faktörler.....	58
2.5. Yiyecek Seçimi İle İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar	61
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	
GIDA NEOFOBİSİ DÜZEYİNİN YIYECEK SEÇİM FAKTÖRLERİ İLE İLİŞKİSİ	65
3.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	65
3.2. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	66
3.3. Araştırmanın Yöntemi	67
3.3.1. Araştırmanın Hipotezleri	67
3.3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	74
3.3.3. Veri Toplama Yöntemi ve Aracı.....	74
3.3.4. Verilerin Analizi.....	75
3.3.5. Araştırma Ölçeğinin Güvenilirlik ve Geçerliliği	76
3.4. Araştırmanın Bulguları.....	82
3.4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Sonuçlar	82
3.4.2. Katılımcıların Gıda Neofobi Düzeylerine İlişkin Bulgular	83
3.4.3. Yiyecek Seçim Faktörlerine Dair Araştırma Bulguları.....	84
3.4.4. Katılımcıların Demografik Özellikleri ile Gıda Neofobi Düzeyine Dair İlişkilere Yönelik Bulgular	86
3.4.5. Gıda Neofobi Düzeyi ve Yiyecek Seçim Faktörlerine Dair Korelasyon Analizi Bulguları.....	89
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	92
KAYNAKÇA	100
EKLER.....	116

ÖZET

Gastronomi; her geçen gün bünyesine yenilikler katan, sürekli bir değişimin içinde bulunan bir olgudur. Bu değişimler her ne kadar tüketiciler açısından merak konusu olsa da, toplumun bazı kesimleri ya da bireyleri tarafından hoş karşılanmayabilmektedir. Bu tür davranışların altında yatan temel etmenlerden biri yiyecekte yenilik korkusu, bir diğer adıyla gıda neofobisidir. Gıda neofobisi, kişilerin yeni gıda maddelerine karşı gösterdikleri korku ve çekinme hali olarak tanımlanabilmektedir. Gıda neofobisi kişilerin en temel ihtiyaçlarından biri olan beslenme olgusunu ve yiyecek seçimini doğrudan etkilemektedir. Bu doğrultuda gıda neofobisi ile kişilerin yiyecek seçimleri arasındaki ilişkiyi anlamak önemli bir konudur. Çalışmanın asıl amacı gıda neofobisi düzeyi ile bireylerin yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Alt amaç ise katılımcılara ait demografik özelliklerin gıda neofobisi düzeyi üzerindeki farklılıklarının saptanmasıdır.

Çalışmada bireylerdeki gıda neofobisi düzeyi ile yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişki ve katılımcılara ait demografik özelliklerin gıda neofobisi düzeyi üzerindeki farklılıkları incelenmiştir. İlgili anket formu, 522 kişiye ulaştırılmış ve 20 yaş üzeri 464 kişinin cevapları esas alınmıştır. Elde edilen veriler, çalışma kapsamında gerekli analizlere tabi tutulmuştur. Ele alınan dokuz yiyecek seçim faktörü (sağlık, ruh hali, uygunluk, duyuşal çekicilik, doğal içerik, fiyat, kilo kontrolü, aşinalık, etik kaygı) ile gıda neofobisi düzeyi arasındaki ilişkinin sonuçlarına bakıldığında, gıda neofobisi düzeyinin aşinalık ve uygunluk faktörleri ile pozitif korelasyonda; ruh hali faktörü ile negatif korelasyonda olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca katılımcılara ait demografik özellikler gıda neofobisi üzerinde anlamlı farklılıklar göstermemiştir.

Anahtar Kelimeler: Gıda Neofobisi, Yiyecek Seçimi, Gastronomi.

ABSTRACT

Gastronomy is a phenomenon that incorporates innovations from day to day and resides in perpetual alterations. Even though these alterations are objects of curiosity for consumers, they may not be held with by some segments or individuals of the society. One of the factors underlying such behaviors is the fear of novelty in food, also known as food neophobia. Food neophobia can be defined as the fear and circumstance of hesitation that people demonstrate towards new foodstuffs. Food neophobia directly affects the phenomenon of nutrition and food choice which are the most basic needs of people. Within this context, it is significant to comprehend the relationship between food neophobia and people's food choices. The primary purpose is to examine the relationship between the level of food neophobia, and the food choice factors of individuals. Furthermore, the sub-purpose is to be determined the differences of the demographical characteristics of the participants on the level of food neophobia.

In this study, the relationship between the level of food neophobia in individuals and food choice factors, and the differences of the demographic characteristics of the participants on the level of food neophobia is investigated. The relevant questionnaire form is sent to 522 people and the answers of 464 people over the age of 20 are taken as a basis. The data obtained are subjected to the required analyzes within the scope of the study. Considering the results of relationship between the nine food choice factors (health, mood, convenience, sensory appeal, natural content, price, weight control, familiarity, ethical concern) and the level of food neophobia; it has been observed that the level of food neophobia is positively correlated with familiarity and convenience factors, and negatively correlated with the mood factor. Additionally, demographic characteristics of the participants do not indicate substantial differences on food neophobia.

Keywords: Food Neophobia, Food Choice, Gastronomy.

SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
CEBQ	: Children's Eating Behavior Questionnaire (Çocukların Yeme Davranışı Anketi)
DSI	: Domain Specific Innovativeness Scale (Etki Alanına Özgü Yenilikçilik Ölçeği)
FAS	: Food Attitude Scale (Gıda Tutum Ölçeği)
FCQ	: Food Choice Questionnaire (Yiyecek Seçim Anketi)
FEQ	: Food and Eating Questionnaire (Yemek ve Yeme Anketi)
FFM	: Five Factor Model (Beş Faktör Modeli)
FN	: Food Neophobia (Gıda Neofobisi)
FNQ	: Food Neophobia Questionnaire (Gıda Neofobi Anketi)
FNS	: Food Neophobia Scale (Gıda Neofobi Ölçeği)
FNSC	: Food Neophobia Scale for Children (Çocuklar için Gıda Neofobi Ölçeği)
FSQ	: Food Situation Questionnaire (Gıda Durum Anketi)
FTNS	: Food Technology Neophobia Scale (Gıda Teknolojisi Neofobi Ölçeği)
FVNI	: Fruit and Vegetable Neophobia Instrument (Meyve ve Sebze Neofobi Ölçeği)
GNS	: General Neophobia Scale (Genel Neofobi Ölçeği)
GSR	: Galvanic Skin Response (Galvanik Deri Tepkisi)
IHBS	: International Health and Behavior Search (Uluslararası Sağlık ve Davranış Araştırması)
KMO	: Kaiser-Mayer-Olkin
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı)
TTT	: Teacher-Administered Taste-Test Tool (Öğretmen Tarafından Yönetilen Tat Testi Aracı)
VARSEEK	: Variety Seeking Tendency Scale (Çeşitlilik Arayış Eğilimi Ölçeği)

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1	: Gıda Neofobisi ve Seçici Beslenmeyi Düzenleyen Faktörlerin Tipolojisi..	5
Şekil 2	: Gıda Neofobisi ve Yaş İlişkisi.....	12
Şekil 3	: Gıda Davranışları ve Gıda İşleme Aşamaları	39
Şekil 4	: Gıda Seçim Süreci Modeli.....	41
Şekil 5	: Gıda Seçim Yörüngeleri Modeli.....	43
Şekil 6	: Gerekçeli Eylem Teorisinin Şematik Temsili	45
Şekil 7	: Planlı Davranış Teorisinin Şematik Temsili.....	46
Şekil 8	: Gıda Tercihlerini Etkileyen Faktörler.....	50
Şekil 9	: Gıda Tercihlerini Etkileyen Faktörler.....	51
Şekil 10	: Yiyecek Seçimini ve Alımını Etkileyen Faktörler	52
Şekil 11	: Gıda Neofobi Ölçeği Maddelerinin Eğim Grafiği	79
Şekil 12	: Yiyecek Seçim Anketi Maddelerinin Eğim Grafiği	82



TABLolar LİSTESİ

Tablo 1 : Neofobi ve Deneklerde Alışılmadık Yiyecekleri Deneme İstekliliğini Ölçmek İçin Kullanılan Araçlar	20
Tablo 2 : Gıda Neofobisi ile İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar.....	33
Tablo 3 : Yiyecek Seçimi ile İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar.....	62
Tablo 4 : Hipotez 1, Hipotez 2 ve Bunlara Bağlı Alt Hipotezler.....	73
Tablo 5 : Anket Formunda Kullanılan Ölçekler	75
Tablo 6 : Anket Formunda Kullanılan Ölçeklerin Güvenilirlik Değerleri.....	77
Tablo 7 : Kaiser-Meyer-Olkin ve Bartlett Testi Sonuçları (Gıda Neofobi Ölçeği) ..	78
Tablo 8 : Gıda Neofobi Ölçeği'ne Ait Faktör Analizi Sonuçları	78
Tablo 9 : Açıklayıcı Faktör Analizi Sonucunda Ölçekten Çıkarılan Maddeler (Gıda Neofobi Ölçeği).....	79
Tablo 10: Kaiser-Meyer-Olkin ve Bartlett Testi Sonuçları (Yiyecek Seçim Anketi)	80
Tablo 11: Yiyecek Seçim Anketi'ne Ait Faktör Analizi Sonuçları	80
Tablo 12: Açıklayıcı Faktör Analizi Sonucunda Ölçekten Çıkarılan Maddeler (Yiyecek Seçim Anketi)	81
Tablo 13: Katılımcıların Demografik Özelliklerine Ait Sonuçlar	82
Tablo 14: Gıda Neofobi Ölçeği'ne İlişkin Betimsel Analiz Bulguları	84
Tablo 15: Gıda Neofobi Gruplarının Skor Aralığı	84
Tablo 16: Yiyecek Seçim Anketi'ne İlişkin Betimsel Analiz Bulguları	85
Tablo 17: Cinsiyet ve Gıda Neofobisi Düzeyine Dair Mann-Whitney U Testi Bulguları.....	87
Tablo 18: Medeni Durum ve Gıda Neofobisi Düzeyine Dair Mann-Whitney U Testi Bulguları.....	87
Tablo 19: Yaş Aralığı ve Gıda Neofobisi Düzeyine Dair Kruskal Wallis Testi Bulguları.....	88
Tablo 20: Eğitim Durumu ve Gıda Neofobisi Düzeyine Dair Kruskal Wallis Testi Bulguları.....	88
Tablo 21: Gelir Aralığı ve Gıda Neofobisi Düzeyine Dair Kruskal Wallis Testi Bulguları.....	89
Tablo 22: Yiyecek Seçim Faktörleri - Gıda Neofobisi Düzeyi Korelasyon Analizi Bulguları.....	90

GİRİŞ

21. yüzyılda beslenme alışkanlıkları; bir ihtiyaç halinden çıkmış, zevk meselesine dönüşmüştür. Birçok kişi bu yönden yeni tatlar deneme, bunları çevreleri ile paylaşma ve öğrenme eğilimindedir. Özellikle gastronomi biliminin her geçen gün gelişmesiyle yeni tatlar, yeni akımlar, çeşitli pişirme teknikleri ortaya çıkmış ve birçoğu insanların dikkatini çekmeyi başarmıştır. Bu bağlamda işletmeler rekabet avantajı sağlamak adına özgün ürünlere odaklanmışlardır. Tüm bu yenilikler her ne kadar tüketicilerin dikkatini çekse de, bazı grup ya da bireylerden tarafından kabul edilmesi zor olabilmektedir. Yeme davranışı, yiyecek bulunabilirliği, bireylerin sosyal ve kültürel bağlamı, bilgisi, duygusal durumu, tutumları ve deneyimleri gibi kapsamlı iç ve dış faktörlerden etkilenmektedir (Okumus vd., 2019; Wardle, 2007). Yeni gıda ürünlerinin geliştirilmesi de dahil olmak üzere bu faktörlerin olumsuz etkisiyle mücadele için stratejiler önerilse de, özellikle gıda neofobisi yiyeceklerin kabul edilmesinin önünde bir engel oluşturabilmektedir (Van den Heuvel vd., 2019).

Rızaoğlu, Ayazlar ve Gencer'e (2013) göre gıda neofobisi, yeni yiyecekleri tatmadan kaçınma, yiyeceğin içeriğine güvenmeme, içeriği bilinmeyen yiyecekleri tatmada şüphe duyulması, farklı ülkelerin ve kültürlerin yiyeceklerinin tadının değişik olarak görülmesi, etnik restoranlardan uzak durulması ve tatillerde hiçbir şey tüketilmemesi şeklinde ifade edilmiştir. Yeni yiyecekleri denemekten kaçınma, alışılmış diyetin dışına çıkamama olarak literatürde yerini alan gıda neofobisi birçok faktörden ortaya çıkmaktadır ve yiyecek seçimi üzerinde çeşitli etkilere sahiptir. Gıda neofobisi her ne kadar bireyin kendine zarar verecek yiyeceklerden kaçınma içgüdüğü ile ortaya çıksa da, zamanla bireyin diyetini sınırlamakta ve kısıtlamaktadır. Bunun sonucu olarak da kişinin yiyeceklerden yeterli veya tam verim alamamasına neden olabilmektedir.

Gıda neofobisi yeme bozukluğu değil, bir kişilik özelliği olarak belirtilmektedir. Bu bakımdan kişiden kişiye farklılık gösteren gıda neofobisi düzeyinin, yiyecek seçim faktörleri ile ilişkisinin belirlenmesinin önemli bir konu olduğu düşünülmektedir. Karmaşık insan davranışlarından biri olan yiyecek seçimi, hem tüketici hem de toplum sağlığı açısından oldukça önem taşımaktadır (Aşık,

2019: 2601). Bireylerin yiyecek seçimi ya da tercihleri ise birçok faktörden kaynaklı olarak şekillenmektedir. Bu faktörlerden biri de gıda neofobisidir.

Yapılan bu araştırmada, yetişkin bireylerde gıda neofobisi düzeyi ile yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın alt amacı ise bireylere ait demografik özelliklerin, gıda neofobisi düzeyi üzerindeki farklılıklarının incelenmesi şeklindedir. Yiyecek seçim faktörleri, Steptoe vd. (1995) tarafından hazırlanan çalışmadan esinlenerek; sağlık, ruh hali, uygunluk, duyuşsal çekicilik, doğal içerik, fiyat, kilo kontrolü, aşinalık ve etik kaygı olacak şekilde dokuz farklı faktör olarak esas alınmıştır. Gıda neofobi düzeyleri ise; yeni yiyecekleri denemeye istekliliği ifade eden “neofilik” ve yeni yiyecekleri denemeden kaçınmayı ifade eden “neofobik” olarak ele alınmıştır.

Çalışma üç ana bölümden oluşmaktadır. İlk olarak birinci bölümde gıda neofobisi kavramına dair ilgili literatür dikkate alınarak detaylı bilgiler sunulmuştur. Bu bölümde bireylerde gıda reddinin temelleri, gıda neofobisi kavramının tanımı ve gelişimi, hangi faktörlerden kaynaklı ortaya çıktığı, bireylerde gıda neofobisi düzeyinin belirlenmesi, insan vücuduna etkileri, önlemlerinin belirlenmesi, tüketici yiyecek seçimine etkisi, Koronavirüs pandemisinin gıda neofobisi üzerine etkileri ve ilgili alanyazında gıda neofobisine dair yapılmış çalışmalar konularına değinilmiştir. Çalışmanın ikinci bölümünde tüketici yiyecek seçimi konusu açıklanmaktadır. Bu bölümde, yeme ve içme olgusu, yiyecek seçiminin tanımı, belirleyicileri, hangi faktörlerden etkilendiği ve ilgili alanyazında yiyecek seçimine dair yapılan çalışmalar konularına değinilmiştir. Üçüncü ve son bölümde ise, yapılan çalışmanın amacı ve önemi, sınırlılıkları, yöntemi ve bulgularına yer verilmiştir. Çalışmanın sonuçlar kısmında ise, araştırma kapsamında elde edilen verilerin yorumlanmasıyla ortaya çıkan sonuçlara ve önerilere değinilmiştir.

BİRİNCİ BÖLÜM

GIDA NEOFOBİSİ KAVRAMI

Gıda neofobisi ya da yiyecekte yenilik korkusu, kişilerin daha önce karşılaşmadıkları veya aşına olmadıkları gıda maddelerine karşı gösterdikleri çekinme, korku ya da kaçınma hali olarak tanımlanabilmektedir. Çalışmanın bu bölümünde bireylerde gıda reddinin temelleri, gıda neofobisi kavramının tanımı ve gelişimi, hangi faktörlerden kaynaklı ortaya çıktığı, insan vücuduna etkileri, önlemlerinin belirlenmesi, gıda neofobisi düzeyinin belirlenmesi ve gıda neofobisi konusuna dair yapılmış önceki araştırmalar detaylı şekilde incelenmiştir.

1.1. Bireylerde Gıda Reddinin Temelleri

Fallon ve Rozin (1983), insanlarda bir yiyeceğin reddedilmesinin üç ana temeli olduğunu öne sürmektedirler. Bu üç ana temel; yiyeceklerin duyuşal özelliklerinden hoşlanmama, tehlike/korku ve gıdanın doğası veya kaynağı fikrinden oluşan tiksinti güdüsüdür. Araştırmacılar tanıdık yiyeceklere odaklanırken, bu faktörlerin her birinin yeni yiyeceklerin reddedilmesinin temeli olarak uygunluğuna dair kanıtlar sunmaktadırlar. Beğenmeme ya da hoşlanmama durumunda, Pliner vd. (1993), tüketicilerin yeni karşılaştıkları yiyeceklerin, bildikleri yiyeceklere göre daha az lezzetli olmasını beklediklerini ve lezzetlerine dair inançların onları tatma istekliliğini azalttığını ortaya koymuşlardır. Yeni bir yiyeceği reddetme motivasyonu olarak tehlike, hayvanlarda gıda seçimine ilişkin literatürdeki klasik kavramlardan biri olan “öğrenilmiş güvenlik” ile ilgilidir (Kalat ve Rozin, 1973). Bu teoriye göre hayvanlar, ancak olumsuz sonuçların yokluğunda yeni bir yiyeceğe çok sınırlı maruz kaldıktan sonra, gıdanın güvenli olduğunu öğrenir ve önemli miktarlarda tüketirler. Pliner vd. (1993), katılımcıların laboratuvarında kendilerine sunulan yeni yiyecekleri, aşına oldukları muadillerinden daha tehlikeli olarak değerlendirdiklerini ve bu tehlike derecelerinin onları tatma istekliliğini öngördüğünü bulmuştur. Rozin vd. (1993), İğrenme Ölçeği (Haidt vd., 1994) ile Duygu Arama Ölçeği (Zuckerman, 1979) arasında negatif bir korelasyon bulduktan sonra, iğrenmenin bireylerin yeni yiyeceklere yaklaşma eğilimlerine karşı koymaya yol açabileceğini öne sürmüşlerdir (Haidt vd., 1994; Zuckerman, 1979 aktaran: Pliner ve Salvy, 2006: 76).

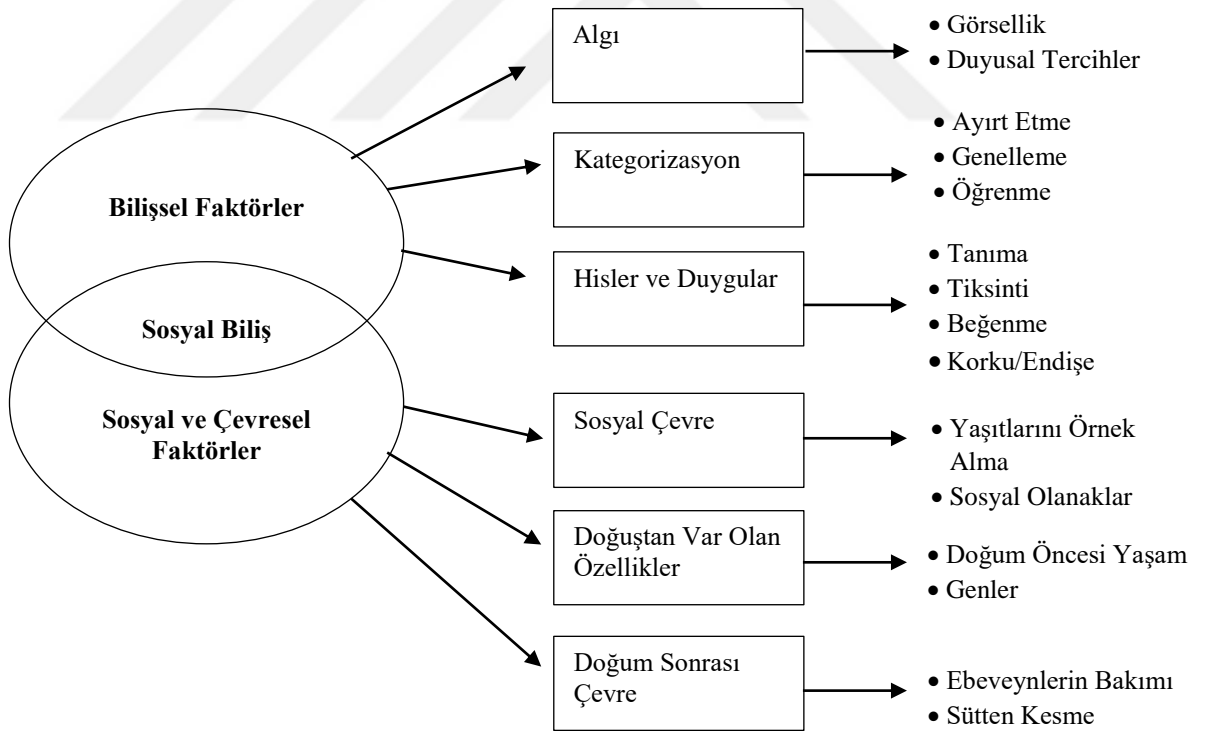
Gıda reddinin temelinde bilişsel, sosyal ve çevresel faktörler etkili olmaktadır. Bilişsel faktörler, yiyecek algısı, gıda maddelerinin zihinsel temsilleri/sınıflandırılması ve yemeğe yönelik duygular olarak; sosyal ve çevresel faktörler ise sosyal çevre, doğuştan gelen kişilik özellikleri ve sonradan öğrenilen çevre olarak sıralanmaktadır.

Öncelikle bilişsel faktörlerden biri olan yiyeceğin görsel değerlendirmesi, gıda reddinde önemli bir etmendir. Örneğin yeni yürümeye başlayan çocuklarda gıda reddi öncelikle gördüklerinde meydana geldiğinden, bu ipuçları gıda reddi mekanizmalarında önemli bir role sahiptir. Yiyecek davranışının kısmen gıda alanındaki belirli renkler için tercihlere bağlı olduğu da bilinmektedir (Lafraire vd., 2016: 349). Görsel algı ile birlikte koku alma ile ilgili olarak, bazı araştırmalar neofobik genç yetişkinlerin yiyeceklerin kokularını daha az hoş olarak değerlendirdiklerinden ve onları daha az kuvvetli bir şekilde kokladıklarından bahsetmektedir (Raudenbush vd., 1998).

Gıda reddinde bir diğer önemli bilişsel faktör gıda maddelerinin zihinsel temsilleri ve sınıflandırılmasıdır. Yiyecek neofobisi, bireylerin bilişinde bir gıda sınıflandırma sisteminin gelişmeye başladığı dönem olan 2-3 yaş civarında zirveye ulaşmaktadır. Bu açıdan Dovey vd. (2008) çocukların kabul edilebilir bir yiyeceğin nasıl görünmesi ve kokması gerektiğine dair şemalar oluşturduklarını ve böylece bu uyarıcı setine yeterince yakın olmayan yiyeceklerin reddedileceğini öne sürmektedir. Benzer şekilde Brown (2010), çocukların bilişinde bir temsile veya yiyecek kategorisine uymadıkları için bazı yiyeceklerin görünürde reddedildiğini öne sürmüştür. Son bilişsel faktör olan yemeğe yönelik duygular da gıda reddi ile yakından ilişkilidir. Daha önce bahsedildiği gibi yemeğe yönelik olumsuz bir duygu olan tikslenme, gıda reddinin temelini oluşturmaktadır. Olumsuz duygular arasında tiksinti, özellikle dört yaşından sonra çocuklarda (Fallon vd., 1984) ve yetişkinlerde (Nordin vd., 2004) gıda neofobisi ile ilişkilendirilmiştir (Tuorila vd., 2001). Tikslenme evrensel bir duygu olsa da, tiksintiyi ortaya çıkaran faktörlerin bireyler ve kültürler arasında farklı olabileceğini belirtmek önemlidir (Mignon, 2002). Bununla birlikte, iğrenmenin böcekler gibi hayvansal kökenli yeni yiyeceklerin reddedilmesinde önemli bir motivasyon olduğu gösterilmiştir (Pliner ve Pelchat, 1991). Tiksinti, tehlike algısı ile ilgilidir (Haidt vd., 1994); ek olarak, insanlar yeni

yiyecekleri tehlikeli bulmaktadırlar ve bu inanç, onların yeme isteklerini olumsuz yönde etkilemektedir (Pliner vd., 1993). Bu nedenle, daha fazla neofobik kişilerin tikslenme güdülerinin de daha yüksek seviyelerde olması beklenmektedir (La Barbera vd., 2018: 2).

Bireylerin gıda reddinde, sosyal ve çevresel faktörlerin etkisi de oldukça önemlidir. Sosyal ve çevresel faktörler; sosyal çevre, doğuştan gelen özellikler ve doğum sonrası çevre başlıkları altında incelenmektedir. Yiyecek tüketimi, sosyal ve kültürel olarak türdeşlerle paylaşılmakta ve gıda alanında önceki deneyimlere ve önceden edinilmiş alışkanlıklara dayanmaktadır. Kişilerin sahip olduğu genler, doğum öncesi anne karnında bulunan amniyotik sıvı, anne sütünü alma ve süttten kesilince uygulanan beslenme, yaşlılarının beslenme davranışları ve sahip olduğu sosyal olanakların bileşimine göre gıda seçimi ya da reddi şekillenmektedir (Lafraire vd., 2016).



Şekil 1. Gıda Neofobisi ve Seçici Beslenmeyi Düzenleyen Faktörlerin Tipolojisi

Kaynak: Lafraire, J., Camille Rioux, Agnès Giboreau, Delphine Picard (2016). "Food Rejections in Children: Cognitive and Social/Environmental Factors Involved in Food Neophobia and Picky/Fussy Eating Behavior". *Appetite*, 96: 354.

Şekil 1’de gıda neofobisi ve seçici beslenme davranışını düzenleyen faktörlerin tipolojisi gösterilmektedir. Gıda reddinin temellerinin tanımlanması amacıyla çalışmada yer verilen modelde; bilişsel, sosyal ve çevresel faktörler ile gıda neofobisinin oluşma nedenleri de büyük oranda açıklanmaktadır.

1.2. Gıda Neofobisi Kavramının Tanımı ve Gelişimi

Yenilik ve değişim insan yaşamının her noktasında ortaya çıkan olgulardır. Farklı bir yönden bakıldığında ise insanlar beklemedikleri yeniliklerden, belirsizliklerden ve değişikliklerden doğan psikolojik gerilimden kaçınmak istemektedirler (Rızaoğlu, vd., 2013: 671). Yeni ve farklı olanı reddetme, alışılmışın dışına çıkamama durumuna neofobi adı verilmektedir. Bu durumun bireylerde gıdalara yönelik görülmesine ise gıda neofobisi adı verilmektedir (Ceylan ve Şahingöz, 2019: 773). Neofobi, yeni olan durumlardan kaynaklı gelişen sürekli ve anormal korku durumu olarak da tanımlanmaktadır. Bir başka tanımlamaya göre; yeni gıdalardan kaçınma eğilimi olan gıda neofobisi, bireylerin potansiyel olarak zehirli gıdalardan korunma içgüdüğü ile ortaya çıkan biyolojik bir mekanizma olarak da kabul edilmektedir (Tuorila vd., 2001: 30). Yiyecekte yenilik korkusu olarak da adlandırılan bu durum insan yaşamını her yönden olumsuz olarak etkileyebilmektedir. Bu durum, gıda seçimlerinde çeşitlilik arayışı ile de olumsuz ilişkilidir (Eertmans vd., 2001: 452). Yiyecek neofobisi bir yeme bozukluğu değil, yeni yiyecekleri denemeyle ilgili bir kişilik özelliğidir (Capiola ve Raudenbush, 2012). Gıda neofobisi, son yıllarda açıklayıcı bir yapı olarak oldukça ilgi görmektedir. Öncelikle yeni olan ve özellikle diğer gıda kültürlerinden gelen yiyecekleri tüketme konusundaki isteksizlik derecesini yansıtmaktadır (Pliner ve Pelchat, 1991). Bilinmeyen yiyeceklerin tadı kötü olabileceği korkusunun aracılık ettiği düşünülmektedir (Pliner vd., 1993). Gıda neofobisinin potansiyel bir sonucu, diyetin yeni yiyecek çeşitlerini içerecek şekilde genişletilmesinin muhtemelen engellenmesidir (Jaeger vd., 2017: 4).

Tuorila vd. (1994) yapmış oldukları araştırmada, yüksek seviyelerde gıda neofobisinin, bilinmeyen gıdaların gerçek değerlendirmesi veya tadı üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu bildirmişlerdir. Buna karşılık Raudenbush ve Frank (1999) tarafından yapılan çalışmada yeni yiyecekleri denemeye daha açık olan gıda neofiliklerin, yabancı etnik yiyecekleri daha olumlu değerlendirmeye yatkın

oldukları gözlemlenmiştir. Birçok sebepten kaynaklı ortaya çıkan gıda neofobisi, gün geçtikçe yeni gastronomik akımların, etnik mutfakların, farklı pişirme tekniklerinin ve yeni gıda maddelerinin ortaya çıkmasıyla beraber artış göstermiştir. Ayrıca tüketimin artmasıyla besin teknolojisinde başvurulan yeni gıda işleme yöntemleri de insanların besin maddelerine karşı temkinli davranmasını tetiklemiştir.

Kimi araştırmacılara göre gıda neofobisinin ortaya çıkışının önemli bir etmeni ise “*omnivor*”, yani hepçil (hem et hem de otlarla beslenen canlılar) beslenme tarzıdır. İnsanlar, diğer hepçil hayvanlarla birlikte, yiyecek konusunda neofobik olarak nitelendirilmiştir. Bu teoriye göre insanlarda, yeni gıdaları denemeye yönelik isteksizliğin uyarlanabilir bir değere sahip olduğu ve potansiyel olarak zararlı bir gıda ortamında koruyucu bir işlev gördüğü varsayılmaktadır. Diğer bir taraftan gıdaların avantajlarından yararlanmak için, kişilerin yeni yiyecekleri denemeye istekli olması da gerekmektedir. Bu nedenle, “*omnivorun ikilemi*” (Rozin, 1977 aktaran: Pliner ve Hobden, 1992: 105) yeni yiyeceklere hem yaklaşılması hem de bunlardan kaçınılması gerektiğidir. Omnivorlar gerekli besinleri çeşitli gıdalardan almaktadırlar. Böylece, ortaya çıkan iki tür tüketici; çeşitli ve yenilikçi yiyecek seçimlerini tercih eden "neofilikler" ve yeni yiyecekler konusunda muhafazakar ve bunlardan şüphelenen "neofobikler" olarak adlandırılmaktadır. Gıda neofobisinin bu görüşten türediği belirtilmektedir (Laureati vd., 2015: 8). Neofobi, bireyi potansiyel olarak toksik veya beslenme açısından yetersiz yiyecek tüketiminden korumaya hizmet ederken, neofili, çeşitli kaynaklardan yiyecek alma olasılığını artırarak beslenme gereksinimlerinin karşılanma olasılığını arttırmaktadır (Martins ve Pliner, 2005: 215). Bu bakımdan yiyecek kabulünü ve reddini anlamak için, insanların hepçil doğasını dikkate almak gerekmektedir. Omnivorun ikilemi ile tutarlı olarak, gıda seçimi, genetik, yemek/mutfak aşinalığı ve yemekle ilgili erken deneyimler, ilk olarak 1970'lerin başında Rozin tarafından tartışılmış ve o zamandan beri birçok bilim insanı neofilik ve neofobik modelleri buna göre incelemiştir (Okumus vd., 2021: 2).

Pliner ve Hobden (1992) tarafından yiyecekte yenilik korkusuna dair yapılmış çalışmada, katılımcıların demografik yapıları da incelenerek “Gıda Neofobi Ölçeği (Food Neophobia Scale)” ile çalışma güçlü bir şekilde desteklenmişlerdir. Gıda Neofobisi Ölçeği, her biri 7’li Likert tipi ölçekte ölçülen 10 maddeden oluşmaktadır.

Puan aralığı 10 ile 70 aralığındadır. Araştırmacılar, gıda neofobisinin, yeni gıdalara aşinalık ile negatif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca, gıda bilgisi ve deneyiminin yeni yiyecekleri denemeye olan ilgiyi etkilediği sonucuna varmışlardır. Ritchey vd. (2003) gıda neofobi ölçeğinde bulunan birkaç maddenin kaldırılmasını önermişlerdir. Ek olarak, farklı araştırmacılar neofobiyi ölçmek için anketlerde değişen sayıda madde kullanmışlardır. Bazı araştırmalar orijinal 7 puanlık ölçeği korusa da bazıları daha kısa ölçekler kullanmışlardır.

Olabi vd.'nin (2009) yapmış oldukları araştırmada Amerikalı ve Lübnanlı üniversite öğrencileri arasındaki gıda neofobi düzeyi karşılaştırılmış ve ikamet edilen ülke, sosyo-ekonomik durum gibi kişisel değişkenlerin gıda neofobi düzeyleri üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir. Yapılan araştırmada denekler düşük, orta ve yüksek neofobik olmak üzere üç grup olarak gözlemlenmiştir. Çalışma sonucunda Lübnanlı öğrencilerin Amerikalı öğrencilere nazaran daha yüksek gıda neofobi düzeyine sahip olduğu kanısına varılmıştır. Kültürel kökenler bu farklılığın nedeni olarak gösterilmiştir. Çalışmada Amerikan nüfusunun etnik yapısındaki doğal çeşitliliğin bir sonucu olarak, Lübnanlı öğrencilerden daha farklı yiyeceklere maruz kalıyor olmaları ve gıda neofobisi düzeyinin, bilinmeyen yiyeceklere maruz kalmanın artması ile birlikte azaldığı gösterilmiştir.

Siegrist, Hartmann ve Keller (2013) tarafından İsviçre'nin Almanca ve Fransızca konuşulan bölgelerinde uygulanan çalışmada sosyo-demografik değişkenlerin gıda neofobisi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Ayrıca çalışmada, gıda neofobisi ve yiyecek davranışı arasındaki olası ilişkilerin incelenmesi de amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda yaşlı katılımcıların, gençlere kıyasla daha yüksek gıda neofobi değerlerine sahip olduğu ve erkek katılımcıların gıda neofobi değerlerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca gelir ve eğitimin, gıda neofobisi ile ters orantılı olduğu da belirtilmiştir. Yüksek gelir ve yüksek eğitim seviyesine sahip katılımcılar, daha düşük gelirli ve düşük eğitim seviyesine sahip katılımcılara kıyasla daha düşük seviyede gıda neofobi düzeyine sahip oldukları gözlemlenmiştir. Çalışmada kültürel bir etkinin de varlığı söz konusudur. Almanca konuşan bölümdeki katılımcılar, Fransızca konuşan bölümdeki katılımcılara kıyasla önemli ölçüde daha yüksek neofobi düzeyine sahiptir. Sonuçlar ayrıca gıda neofobisinin kentleşmeyle birlikte azaldığını da göstermektedir.

Araştırmada yüksek gıda neofobi puanına sahip kişilerin, daha düşük gıda neofobisi olanlara kıyasla önemli ölçüde daha az balık, kümes hayvanları, sebze ve salata tükettikleri de belirtilmiştir. Araştırmacıların ulaştığı önemli sonuçlardan biri de İsviçre menşeli gıdaların, yurtdışından gelen gıdalara kıyasla daha kaliteli ve daha iyi güvenlik standartlarına sahip olduğu algısı olmuştur. Yüksek gıda neofobi düzeyine sahip katılımcıların özellikle İsviçre menşeli gıdaları güvenli bulduğu gözlemlenmiştir. Yiyecek konusunda neofobik kişiler, sadece tanıdık yiyecekleri değil, tanıdık bir ülkede üretilen yiyecekleri de tercih etmektedirler.

Doğdubay ve Yiğit (2017) tarafından gastronomi eğitimi alan öğrenciler üzerinde gerçekleştirilen çalışma sonucunda, öğrencilerin yeni ve farklı kültürlere ait yiyecekleri denemede isteksiz oldukları görülmüştür.

Birdir vd. (2020) tarafından, Turizm Fakültesi'nde okuyan öğrencilerin gıda neofobi düzeylerini ve yemeğe yönelik tutumlarını ölçmek amacıyla yapılmış çalışmada ise; Turizm Rehberliği ve Turizm İşletmeciliği Bölümü öğrencilerinin yiyecek neofobisi düzeylerinin yüksek olduğu fakat Gastronomi ve Mutfak Sanatları öğrencilerinin gıda neofilik olduğu sonucuna varılmıştır.

Geçmiş literatür çerçevesinde gıda neofobisi, kişileri başta yiyecek seçimi olmak üzere farklı yönlerden etkileyen, yaşamın her döneminde görülebilen ve farklı etmenlerden kaynaklı olarak ortaya çıkabilen bir olgudur. Yalnızca bir hastalık olarak incelenmesi doğru olmayan neofobi, kişilik özelliği ya da durum olarak da ele alınabilmektedir. Neofobinin, hem laboratuvar ortamında tasarlanmış testlerle hem de ölçek ölçümleri ile ortaya konulması mümkündür. Bununla birlikte demografik ve durumsal etmenlerden de oldukça etkilenen bir yapıya sahip olduğu bilinmektedir (Karataş Yücel, 2020: 34). Gıda neofobisinin gerçek bir korku olup olmadığı da önemli bir sorudur. İlgili literatür, bunun olduğunu düşünmek için bazı kanıtlar sağlamaktadır (Lafraire vd., 2016: 348). Örneğin, gıda neofobisinin yeni yiyeceklere karşı korkuyu gösteren fizyolojik tepkilerle ilişkili olduğu gösterilmiştir (Raudenbush ve Capiola, 2012). Ayrıca gıda neofobisi bireylere göre farklı düzeylerde görülmektedir ve disiplinlerarası düşünüldüğünde önlemlerinin geliştirilmesi de mümkündür. Bu bakımdan pratik ve teorik anlamda her yönü ile ele alınması ve ilgili çalışmaların geliştirilmesi gereken bir konu olduğu düşünülmektedir.

1.3. Gıda Neofobisine Neden Olan Faktörler

Yeme davranışlarının gelişimi, bir bireyin yaşamı boyunca genetik yatkınlıkları modüle eden, genetiğin dinamik etkileşiminden, çevresel faktörlerden ve yiyeceklerle ilgili deneyimlerden etkilenen karmaşık bir süreçtir (Finistrella vd., 2012: 152). Çeşitli faktörlerden kaynaklı oluşabilen gıda neofobisi için her bir birey potansiyel hedeflidir. Yapılan çeşitli araştırmalarda gıda neofobisi oluşumuna etki eden birçok faktör öne sürülmüştür. Bu faktörler başlıca; sosyal faktörler, davranışsal ve psikolojik faktörler, sosyo-demografik faktörler, kişisel faktörler, yiyeceklerin duyusal analizi ve yiyeceklerle ilgili sahip olunan bilgi düzeyi olarak sıralanabilir.

1.3.1. Sosyal Faktörler

Çeşitli araştırmalarda sosyal faktörlerin, yiyecekleri kabul etme ve sevmeye üzerinde güçlü etkilere sahip olduğu gözlemlenmiştir. Harper ve Sanders (1975) tarafından yapılan araştırmada, çocukların yeni bir yiyeceği önce annelerinin yediğini gördüklerinde kabul etme olasılıkları daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Hendy (2002), eğitilmiş akran modellerinin okul öncesi çocukların yeni yiyecekleri kabul etme istekliliği üzerindeki etkisini incelemiş ve yalnızca kızların etkili modeller olduğunu bulmuştur. Hendy ve Raudenbush (2000), öğretmenlerin okul öncesi çocuklar için etkili modeller olabileceğini göstermişlerdir. Hobden ve Pliner (1995), yetişkin katılımcıların neofilik bir modele maruz kalmaktan etkilendiğini, ancak azalmış neofobinin modellenmemiş gıdalara genellenmediğini bulmuştur.

Sosyal faktörler yiyeceklere karşı olumlu veya olumsuz bir davranış sergilemede oldukça önemli etkilere sahiptir. İnsanlar, çevrelerinde bulunan kişilerden etkilenmekte, aynı gıda maddelerine yönelme eğilimindedir. Bunun en büyük örneği farklı etnik mutfaklara karşı gösterilen neofobik davranışlardır. Özellikle çocuk yaştaki tüketicilerin örnek olarak aldığı bireylere benzer şekilde yiyecekleri tükettiği de bu faktöre örnek verilebilir. Gıda neofobik olarak atfedilen bireylerin özellikle sosyal aktivitelere katılma ve yeni kişilerle tanışmada isteksiz oldukları, ayrıca hayatlarının birçok alanında yeniliklere karşı olumsuz davranışlar sergiledikleri de beklenmektedir.

1.3.2. Davranışsal ve Psikolojik Faktörler

Psikolojik faktörler genellikle tüketici davranışı, bireyin belirli öğeleri satın alması ve gıda seçimleri açısından karar vermesiyle ilişkilendirilmektedir. Öte yandan, psikolojik faktörler bireysel zihin ve duygularla, buna bağlı olarak kişinin davranışlarıyla ilgilidir. Geçmişlerine ve yaşam tarzlarına bağlı olarak bir kişiden diğerine davranışsal ve psikolojik faktörler açısından farklılıklar görülmektedir. Özellikle inançlar, alışkanlıklar, değerler ve gıda ile ilgili geçmiş deneyimler gibi bazı psikolojik faktörler gıda seçiminde sürekli bir etkiye sahipken, duygular, benlik kavramı ve tutumlar sonucunda yapılan seçimler günden güne değişiklik gösterebilmektedir (Muhammad vd., 2016: 359).

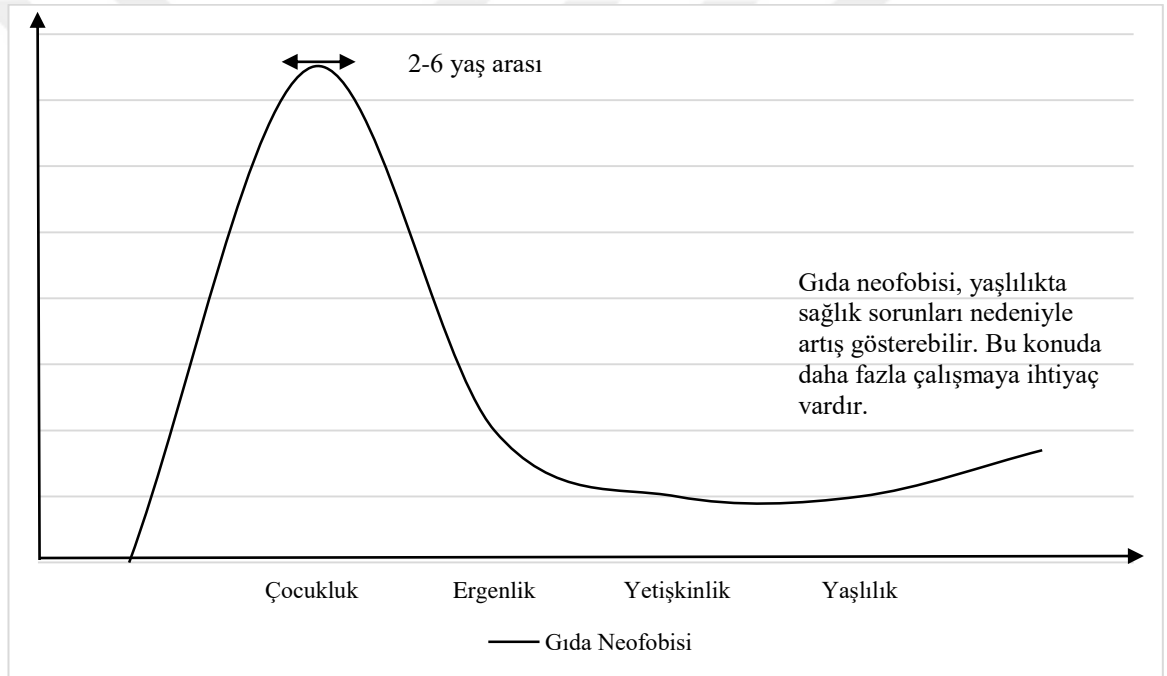
İnsanlardaki bireysel farklılıkları inceleyen çalışmalar, alışılmadık yiyecekleri yemeye yönelik genel bir isteksizliğin duygusallık, kaygı ve genel neofobi gibi özelliklerle pozitif yönde ilişkili olduğunu ve duyu arama ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir (Pliner vd., 1995: 77). Psikolojik etmenlerden biri olan motivasyon da insanı eylemlerde bulunmaya iten bir güçtür ve bu, pozitif ve negatif motivasyon güçlerinden kaynaklanmaktadır. İhtiyaç, arzu ve istekler olumlu dürtülerin; korku veya isteksizlik ise olumsuz dürtülerin örnekleridir. Bu motivasyonel güçlerin her ikisi de yiyecek seçiminde ve reddedilmesinde farklı sonuçlara yol açmaktadır. Pliner vd. (1995), psikolojik etmenlerden korku ve açlığın gıda neofobisi üzerindeki etkilerini araştırmış ve deneklerin düşük korku ve açlık durumunda en az neofobik olduğunu gözlemlemişlerdir.

1.3.3. Sosyo-Demografik Faktörler

Yaş, medeni durum, gelir düzeyi, eğitim ve cinsiyet gibi demografik özellikler bireyin davranışlarını etkileyen önemli faktörlerdir. Daha önceki araştırmalar bu faktörlerin, bir kişinin gıda neofobi ölçeğine verdiği yanıtla ilişkili olduğunu öne sürmektedir.

Yaş: 21. yüzyılda, önceki yıllara nazaran daha geniş bir yiyecek seçimi mevcuttur. Bu nedenle, genel olarak genç insanlar, yaş ortalaması yüksek olanlara kıyasla yeni ve farklı yiyeceklerle erken yaşta maruz kalmaktadır. Bu gerekçeye dayanarak, yaş ile gıda neofobisi arasında pozitif bir ilişki olması beklenmektedir. Çeşitli çalışmalarda bu ilişki gözlemlenmiştir (Fernandez-Ruiz vd., 2013; Meiselman vd., 2010; Pliner ve Hobden, 1992). Tuorila vd.'nin (2001) yapmış oldukları

araştırmada yaş ortalaması yüksek deneklerin (66 ± 80 yaş) diğer yaş gruplarına göre daha neofobik olarak gözlemlenmiştir. Meiselman vd.'nin (2010) yapmış olduğu çalışmada ise yaşın neofobi üzerindeki etkisine bakıldığında açıkça çocuklarda ve muhtemelen orta ve ileri yaşlarda bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. Okumus vd. (2021), yeni yiyecek tüketiminin cinsiyet ve kuşak değişkenleri ile hangi yönde şekillendiğini araştırmış ve Z kuşağının Y kuşağına göre yeni yiyeceklere daha açık olduğunu bildirmişlerdir. Dovey vd.'ne (2008) göre ise gıda neofobisi, çocukların daha önce deneyimlemediği gıda maddelerini doğal olarak reddederek kaçınma mekanizmasına neden olmaktadır. Bundan dolayı gıda neofobi düzeyi, özellikle 2 ila 6 yaş aralığında en üst noktaya ulaşmaktadır.



Şekil 2. Gıda Neofobisi ve Yaş İlişkisi

Kaynak: Dovey, T. M., Paul A. Staples, E. Leigh Gibson, Jason C. G. Halford (2008). "Food Neophobia and 'Picky/Fussy' Eating in Children: a Review". *Appetite*, 50(2-3): 184.

Gıda neofobisi ile yaş ilişkisinin açıklanması amacıyla oluşturulan bir model Şekil 2'de gösterilmektedir. Şekilde gösterildiği üzere, gıda neofobisi çocukluk çağında en üst seviyeye ulaşırken daha sonra düşüşe geçmektedir. Gıda neofobisinin yaşlılık döneminde ise hangi yönde şekilleneceğine dair daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır (Dovey vd., 2008).

Cinsiyet: Önceki çalışmalar cinsiyet değişkeninin gıda neofobisi üzerindeki etkisine dair farklı sonuçları ortaya koysa da, henüz ortak bir görüş bildirilmemiştir. Tuorila vd. (2001) erkeklerde (35.4) kadınlara (32.5) göre daha yüksek neofobi skorları bildirmişlerdir. Hursti ve Sjöden (1997) gıda neofobi puanlarını erkekler için 26.4, kadınlar için ise 24.9 şeklinde rapor etmiştir. Meiselman vd. (2010) tarafından yapılan çalışmada ise, cinsiyet dağılımı eşit olmamakla birlikte erkeklerin 20,4 kadınların ise 20,5 oranında neofobik olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca çalışmada erkek katılımcıların %60 oranında neofilik, %40 oranında neofobik; kadın katılımcıların ise %55 oranında neofilik, %45 oranında neofobik olduğu da görülmüştür. Özgen ve Türkmen (2018) tarafından, üniversite öğrencileri üzerine yapılan çalışmada, “Yeni Yiyeceklere Yaklaşım Ölçeği Geçerlenmesi’nin” “yenilikçi” ve “gelenekçi” olmak üzere iki alt boyutu incelenmiştir. Çalışmada, “yenilikçi” alt boyutun cinsiyete göre fark göstermediği ancak kadın öğrencilerin, erkeklere göre az da olsa daha yenilikçi olduğu sonucuna varılmıştır. “Yeni Yiyeceklere Yaklaşım Ölçeği Geçerlenmesinin”, “gelenekçi” alt boyutu cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde ise kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden daha gelenekçi oldukları tespit edilmiştir. İflazoğlu ve Birdir (2020) tarafından, Gaziantep ve Hatay şehirlerinde gerçekleştirilen çalışmada ise, erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha fazla gıda neofobisine sahip olduğu belirlenmiştir.

Eğitim Düzeyi: Gıda neofobisinin alışılmadık yiyeceklere maruz kalmaya göre değiştiği düşünüldüğünde, eğitim seviyesinin neofobi üzerinde bir etkisi olması beklenmelidir. Tuorila vd. (2001), eğitim seviyesi arttıkça gıda neofobi puanlarının düştüğünü, düşük eğitim (FNS=38.4), orta eğitim (FNS=33.6) ve yüksek eğitim (FNS=30.4) seviyelerinin gıda neofobisi için önemli değişimler gösterdiğini ortaya koymuşlardır. .

Sosyo-Ekonomik Durum: Gıda neofobisinin düzeyini etkileyen birçok değişkenden biri de sosyo-ekonomik durumdur. Gelir düzeyi arttıkça gıda neofobi düzeyi azalmaktadır (Meiselman vd., 2010). Flight vd. (2003), farklı kültürlerle ve yüksek sosyo-ekonomik statüye maruz kalmanın, yiyecekler de dahil olmak üzere çok çeşitli uyaranlara ilişkin mevcut bilgileri artırabileceğini ve gıda neofobisiyle olumsuz bir şekilde ilişkili olabileceğini ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde, MacNicol vd.’nin (2003) bulguları, düşük sosyo-ekonomik statünün, yemeğe karşı

telaşlı / seçici bir tavır ve daha yüksek gıda neofobi seviyelerine sahip olma eğiliminin artmasıyla ilişkili olduğunu göstermiştir. Olabi vd. (2009) tarafından yapılan çalışmada ikamet edilen ülke dışına yapılan seyahatlerin sayısının, gıda neofobi düzeyini etkilediği sonucuna varılmış ve bu sonucun kültürel çeşitliliğe maruz kalma düzeyinin bir göstergesi olduğu savunulmuştur.

Kentleşme ve Kültürel Faktörler: Kentleşmenin gıda neofobisi üzerindeki etkisi de önemlidir. Önceki çalışmalarda artan eğitim ve kentleşmenin derecesi ile gıda neofobisi düzeylerinin azaldığı gözlemlenmiştir (Tuorila vd., 2001: 29). Bäckström, Pirttilä-Backman ve Tuorila (2004), tarafından yapılan çalışmada kırsal kimliğe sahip katılımcıların, kentsel kimliğe sahip olanlara kıyasla yeni yiyeceklere karşı daha fazla şüphe gösterdikleri sonucuna varılmıştır. Aynı şekilde Flight vd. (2003) tarafından yapılan çalışmada şehirde ve kırsal kesimde yaşayan öğrencilerin gıda neofobi düzeyi karşılaştırılmış ve şehir öğrencilerinin, kırsal kesimdeki öğrencilere göre daha az gıda neofobik olduğu gözlemlenmiştir. Kültürel faktörün gıda neofobisi üzerindeki etkisi de oldukça önemlidir. Önceki araştırmaların sonuçları, Lübnanlı üniversite öğrencilerinin Amerikan üniversite öğrencilerine (Olabi vd., 2009) kıyasla daha yüksek gıda neofobi düzeyine sahip olduğunu ve İsveçlilerin Amerikalılara veya Finlere kıyasla yeni yiyecekleri denemeye daha istekli olduklarını göstermektedir (Ritchey vd., 2003). Siegrist ve Hartmann (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmada on farklı ülkeden (Avustralya, Çin, İngiltere, Fransa, Almanya, Meksika, Güney Afrika, İspanya, İsveç ve ABD) katılımcıların, yeni bir gıda teknolojisi ile üretilmiş kültürlenmiş etin kabulünü ölçmeye dair bir anket yapılmıştır. Sonuçlar, kültürlenmiş etin kabulü konusunda büyük kültürel farklılıklar olduğunu göstermektedir. Fransız tüketiciler bu fikri diğer tüm ülkelerdeki tüketicilere göre önemli ölçüde daha az kabul etmiştir. Gıda endüstrisine duyulan güven, gıda neofobisi ve gıda tiksintisi duyarlılığı dolaylı ve doğrudan tüm ülkelerde kültürlenmiş etinin kabulünü etkilemiştir. Araştırmacılar kültürlenmiş etin kabulünü arttırmak için, doğal olmama ve tiksinti çağrışımlarına yol açabilecek teknik üretim sürecinden ziyade kültürlenmiş etin geleneksel ete benzerliğinin vurgulanması gerektiğini de önermektedir.

1.3.4. Kişisel Faktörler

Bireylerin temel kişilik özelliklerinin en yaygın kabul gören modeli Beş Faktör Modeli'dir. Beş Faktör Modeli (FFM) en belirgin beş özellikten oluşur. Bunlar; açıklık, dışadönüklük, uyumluluk, vicdanlılık ve nevroतिकlik. Açıklık, bireyin ne kadar yeni deneyimler aradığı ve fikirler konusunda rahat olduğu; dışadönüklük, sosyal yönelimli ya da sosyal açıdan aktif olduğu; uyumluluk, kişiler arası uyumluluğu; vicdanlılık, bir kişinin ne kadar düzenli, dakik, güvenilir ve ayrıntılarla ilgili olduğu; nevroतिकlik ise depresyon, anksiyete veya genel sıkıntı gibi psikolojik olguların ne kadar baskın olduğu ile açıklanabilmektedir (Nezlek ve Forestell, 2019: 6). Knaapila vd. (2011) gıda neofobisi ile Beş Faktör Modeli arasındaki ilişkiyi araştırmış ve “açıklık” ve “dışadönüklüğün” gıda neofobisiyle en güçlü olumsuz ilişkilere sahip olduğunu ortaya koymuşlardır.

Kişisel faktörler başlığı altında genetik etmenlerden de bahsedilebilir. Cooke vd. (2007) tarafından yapılan çalışmada genetik ve çevresel faktörlerin etkisini ortaya koymak için bir model oluşturulmuş ve gıda neofobisi üzerindeki etkinin %78'inin genetik, %22'sinin çevresel faktörlerle ilişkili olduğu gözlemlenmiştir. Pliner ve Hobden (1995) tarafından yapılan çalışmada, gıda neofobisinde ailevi benzerliğin varlığını, ebeveynlerin çocukları için model olarak hareket ettiğini göstermektedir. Yiyecek tercihlerinde aile benzerliği de birçok çalışmada incelenmiş, elde edilen sonuçlar, ebeveynler ve çocukları arasında önemli ancak zayıf benzerlik göstermiştir. Bununla birlikte kardeşler arasındaki benzerlik çocuklar ve ebeveynleri arasındaki benzerliğe göre daha güçlüdür. Bu ailevi benzerlikler muhtemelen kalıttan değil, aile ortamından kaynaklanmaktadır (Rozin ve Millman, 1987 aktaran: Hursti ve Sjöden, 1997: 90).

Kişisel faktörlerden biri olan inanç da gıda seçimine etki eden önemli faktörlerdendir. İnanç, bireyin herhangi bir gerekçe göstermeden sahip olduğu anlayış olarak tanımlanabilmektedir. İnançlar, bir kişinin yiyecek seçimi ve reddine olası tepki verme şeklini ve tutumlarını etkileyen belirli zihinsel imgelerdir (Muhammad vd., 2016: 360).

1.3.5. Yiyeceğin Duyusal Analizi

Tuorila vd. (1994) tarafından yapılmış çalışmada gıda neofobisi oluşumunu etkileyen faktörlerden ilki yiyeceğin duyusal analizi olarak belirtilmiştir. Kişiler yeni

karşılaştıkları bir gıda maddesinin, ilk olarak duyuşal analizini yaparak deęerlendirmektedirler. Bu deęerlendirme yiyeceęe karşı oluřan olumlu veya olumsuz dūřüncelerin ortaya çıkmasını saęlamaktadır. Gıdalara yōnelik duyuşal tepkiler, bir gıdanın tadı, kokusu, dokusu veya gōrūnūmū gibi duyuşal ōzelliklerinden dolayı kabul edilmesini veya reddedilmesini içerir (Muhammad vd., 2016: 360). Martins ve Pliner (2005), genellikle hořnutsuzluęa dayalı red olarak adlandırılan duyuşal redlerin, potansiyel yiyeceęin hoř olmayan bir tadı, kokusu, dokusu veya gōrūnūmū olduęu inancına veya bilgisine atıfta bulunduęunu vurgulamaktadır. Rozin ve Fallon (1987), gıda reddinin altında yatan gūdūlerin bir sınıflandırılmasını geliřtirmiş ve iki motivasyon boyutunun negatif kutuplarının, gıda kabulūnūn altında yatan birincil faktōrlerin kutupsal zıtları olduęunu ortaya koymuřtur. Bařka bir deyiřle, gıdalar olumsuz duyuşal ōzelliklere (tat, koku, gōrūnūm) sahip olduklarına inanılır ve bilinirse veya kısa veya uzun vadede zararlı sonuçlara yol açtıęı dūřūnūlürse kiřiler tarafından reddedilir. Bireylerin bu ōzellikler hakkındaki inançları, negatiften pozitif doğru yōnelmesi gıdaların kabul edilme olasılıęını arttırmaktadır (Martins ve Pliner, 2005: 214). Bu bakımdan yiyeceęin duyuşal analizi, gıda neofobi dūzeyine doęrudan etki eden bir faktōrdür.

1.3.6. Yiyecekle İlgili Sahip Olunan Bilgi Dūzeyi

Yiyeceęin duyuşal analizinden sonra gelen ōnemli bir faktōr de bireyin yeni yiyeceęe dair sahip olduęu bilgi dūzeyidir. Birey yeni mutfakları arařtırmada istekli ise yeni yiyeceęi kabullenmesi kolay olurken; bir yiyecek hakkında çok az ya da hiç bilgi sahibi deęilse neofobi dūzeyi artmaktadır (Yięit ve Doędubay, 2020: 4). Bunun altında yatan sebep ise kiřinin kendini olası besin zehirlenmelerine karşı koruma gūdūsūdür. Kiřilerin bir gıda maddesine karşı mevcut ařınalılıęı yiyeceęi deneme isteęi üzerinde ōnemli bir ana etkiye sahiptir. Bu nedenle daha ōnce denenmiş veya hakkında bilgi sahibi olunan yiyeceklere karşı daha az neofobik olarak yaklařılması muhtemeldir. Őnceki arařtırmalar, gıda neofobisinin sadece insanların yeni veya alıřılmadık yiyecekleri denemeye istekli olmalarıyla deęil (Tuorila vd., 2001: 32), aynı zamanda insanların alıřılmadık yiyecekleri sevmeleri ile (Arvola vd., 1999) iliřkili olduęunu gōstermiştir. Çalıřma sonuçları, daha yūysek dūzeyde gıda neofobisine sahip kiřilerin, ařına olunmayan yiyeceklerin tat hořluęunu, daha dūřük dūzeyde gıda neofobisi olanlara kıyasla daha dūřük olarak deęerlendirdiklerini

göstermektedir. Buna göre yiyeceğe karşı olan aşinalık da gıda neofobisini tetiklemekte ve yiyecek seçimine etki etmektedir.

Raudenbush ve Frank (1999) yaptıkları çalışmada, katılımcıların deneme isteği, beklenen beğenilme, gerçek beğenilme ve tanıdık / alışılmadık yiyecekleri yeniden deneme istekliliğini ölçmüşlerdir. Çalışma sonuçları, neofobik ve neofiliklerin tanıdık yiyecekler açısından farklılık göstermediğini, ancak alışılmadık yiyecekler söz konusu olduğunda, neofobiklerin puanlarının neofiliklere göre daha olumsuz olduğunu göstermiştir. Daha önce yapılmış araştırmalarda gıda neofobisi üzerindeki etkileri belirlenmiş faktörler ortaya konulmuştur. Bunlardan en belirginini yeni gıdalara maruz kalmanın, gıda neofobisi düzeyini azalttığıdır (Pliner vd., 1993).

1.4. Bireylerdeki Gıda Neofobisi Düzeyinin Belirlenmesi

Neofobiye ve alışılmadık yiyecekleri deneme isteğini belirlemek için uygun araçları seçmek ve kullanmak zorunlu bir durumdur. Önceki çalışmalarda neofobinin farklı yönlerini ve alışılmadık yiyecekleri deneme istekliliğini ölçmek için çeşitli ölçekler geliştirilmiştir. Damsbo-Svendsen vd. (2017) tarafından yapılan çalışmada gıda neofobisi düzeyinin belirlemeye yönelik geliştirilmiş 13 ayrı ölçek detaylı bir şekilde incelenmiştir. Mevcut ölçeklerin gözden geçirilmesi, neofobinin farklı yönlerinin ve alışılmadık yiyecekleri deneme istekliliğinin birkaç yolla belirlenebileceğini göstermektedir. Bundan dolayı, planlı bir çalışmada gıda neofobisini veya alışılmadık yiyecekleri deneme istekliliğini ölçmek için uygun bir aracın seçilmesini sağlamak için net bir hedefin tanımlanması gerekmektedir.

İncelenen çalışmalarda, anket testlerinde yer alan tüm konuları içeren örneklem büyüklüğü 113 ila 16.644 arasında değişmektedir ve birçok çalışma yaklaşık 280 ila 600 denek ile çalışmalarını yürütmüştür. Bununla birlikte, anket ve davranış testleri ile ilgili olarak katılımcıların sayısı değişiklik göstermektedir. Fakat tüm çalışmalarda 100'den fazla katılımcı anketi tamamlamıştır. Çocuklar, ergenler, yetişkinler ve yaşlılardan oluşan ve yaşları 2 ila 65 arasında değişen katılımcılar, farklı ölçüm araçlarının geliştirilmesinde rol almıştır. Buradan yola çıkıldığında, araçların bilişsel yeteneklerine göre değişen yaş grupları için geliştirildiği görülmektedir. Önceki çalışmalara bakıldığında farklı ölçüm araçlarının uygunluğu, yaşa ve ortama bağlıdır. Bu nedenle bir araç seçerken bu tip olguların dikkate alınması oldukça önemlidir. Çalışmada incelenen 13 ölçüm aracı, 6 ila 35 maddeden

oluşmaktadır. Çalışmaların tam indekslerle elde edilen Cronbach alfa değerleri 0.80 ile 0.92 arasında değişmektedir, bu da çok sayıda madde içermemelerine rağmen oldukça güvenilir olduklarını göstermektedir. Maddelerdeki puanlama sistemi, bireylerin tutumunu değerlendirmek için yaygın olarak kullanılan nicel ölçümlere ve özetlenmiş derecelendirme ölçeklerine dayanmaktadır. Çoğu çalışma, deneklerin yanıtlarını değerlendirmek için 3-7 yanıt kategorisine sahip Likert tipi derecelendirme ölçeklerini içermektedir (Damsbo-Svendsen vd., 2017).

Gıda neofobisi, hepçil canlıların genel bir özelliği olmasına rağmen, boyutunda açıkça bireysel farklılıklar da bulunmaktadır. Bu tür bireysel farklılıkları ölçmek için Pliner ve Hobden (1992), on maddelik bir ölçek olan Gıda Neofobi Ölçeği'ni (FNS) geliştirmiştir. Başlangıçta yetişkinlerin neofobi düzeyini belirlemek amacıyla tasarlanan Gıda Neofobi Ölçeği, daha sonra çocukların neofobi düzeyini ölçmek için (Çocuk Gıda Neofobi Ölçeği) uyarlanmıştır (Pliner, 1994). Bu ölçüm araçları, katılımcıların yeni yiyeceklere yönelik tutumlarını belirlemek için başarıyla kullanılmış ve Fransızca, İspanyolca, İtalyanca gibi diğer dillere çevrilmiştir (Lafraire vd., 2016: 348).

Frank ve Van der Klaauw (1994) ve Raudenbush vd. (1998) tarafından başka bir yaklaşım benimsenmiş ve Gıda Tutum Ölçeği (FAS) ile katılımcılara sunulan bir yiyecek listesinden yola çıkarak bu yiyecekleri tatma istekliliğini değerlendirmişlerdir. Çocuklarda gıda neofobisini değerlendirmek için Loewen ve Pliner (2000), çocukların belirli durumlarda belirli yeni yiyecekleri denemeye ilişkin duygularını derecelendirdikleri Yiyecek Durumları Anketi'ni (FSQ) geliştirmişlerdir.

Gıda Neofobi Ölçeği, laboratuvar içinde ve dışında yeni yiyeceklerin tercih edilmesini ve derecelendirilmesini öngörmektedir (Pliner ve Hobden, 1992; McFarlane ve Pliner, 1997; Martins vd., 1997; Raudenbush vd., 1998; Raudenbush ve Frank, 1999; Flight vd., 2003). Gıda Tutum Ölçeği'ndeki puanlar ise, bir ankette reddedilen yeni yiyeceklerin sayısı, katılımcıların geçmişte denediklerini bildirdikleri yiyeceklerin sayısı ve yeni yiyeceklere tepkileri sorgulayan bir dizi soru ile ilgilidir (Frank ve Van der Klaauw, 1994; Raudenbush vd., 1998). Ek olarak, Gıda Neofobi Ölçeği ve Gıda Tutum Ölçeği birbirleriyle oldukça ilişkilidir (Raudenbush vd., 1998). Yiyecek Durumları Anketi, çocukların laboratuvarında alışılmadık yiyecekleri tatma istekliliğini öngörmektedir (Loewen ve Pliner, 2000) ve ebeveynlerin

çocuklarının Gıda Neofobi Ölçeği'ndeki neofobisini derecelendirmeleriyle önemli ölçüde ilişkilidir. Neofobik davranışı değerlendiren tipik bir çalışmada, katılımcılar bazıları yeni ve bazıları tanıdık olmak üzere bir dizi yiyeceği gördükten sonra, her birinin daha sonra tatmaya istekli olma derecelerini belirtmeleri istenmektedir. Neofobi, her iki durumda herhangi bir yiyeceği kabul etme isteğini hesaba katmak için, genellikle alışılmış yiyecekleri tatmaya yönelik ortalama istekliliğe bölünen, yeni yiyecekleri tatmaya yönelik ortalama isteklilik olarak tanımlanır. Bu davranış ölçüsündeki düşük puanlar, yüksek neofobinin göstergesidir. Bazı araştırmacılar, davranışsal neofobiyi, belirli yeni bir yiyeceğin “daha fazla yemeye istekli olma” olarak veya yeni bir gıdanın tadı, kokusu ve hatta görünüşünü beğenme oranları olarak tanımlamaktadırlar (Pliner ve Salvy, 2006).

Neofobi ve tanıdık olmayan yiyecekleri denemeye istekli olma, tek bir anketle ölçülebilen görece basit kişilik özellikleri gibi görünse de, bulgular karmaşık olduğunu ve birçok yönden oluştuğunu ortaya koymaktadır. Neofobinin pek çok yönü ve alışılmadık yiyecekleri denemeye istekli olma, sonuç olarak halihazırda geliştirilmiş ölçüm araçlarıyla değerlendirilebilir. Bununla birlikte, yeni gıdaların bazı alt kategorileri için (genetik olarak değiştirilmiş ve işlevsel gıdalar gibi) tüketicinin tutumu ile gıda neofobisi arasındaki ilişki daha karmaşıktır (Tuorila vd., 2001). Bu sonuç, "yeni gıdalar" alt kategorileriyle, gıda türleri ile ilişkili olarak gıda neofobisi hakkında daha fazla bilgiye ihtiyaç olduğunu göstermektedir (Damsbo-Svendsen vd., 2017).

Tablo 1'de neofobi ve alışılmadık yiyecekleri deneme isteğini belirlemek amacıyla geliştirilmiş araçlar gösterilmektedir. Bu araçlar, ölçüm sonuçlarında, örneklerde, ölçeklerde, öğelerde ve dahil edilen davranış testlerinde farklılık göstermektedir.

Tablo 1. Neofobi ve Deneklerde Alışılmadık Yiyecekleri Deneme İstekliliğini Ölçmek İçin Kullanılan Araçlar

Yazar/lar	Yıl	Çalışma Adı / Kullanılan Ölçüm Aracı	Ölçüm Amacı	Araştırma Örneklemi	Sonuçlar
<ul style="list-style-type: none"> • Van Trijp H. C. M. • Steenkamp J. E. M. 	1992	Consumers' Variety Seeking Tendency With Respect to Foods: Measurement and Managerial Implications / Çeşitlilik Arayış Eğilimi Ölçeği (VARSEEK)	Yiyeceklere göre çeşitlilik arama eğiliminin belirlenmesi.	72 denek ile ön protokol test edilmiştir. Protokolün daha da geliştirilmesi ile ilgili olarak 159 kişiyle görüşülmüştür. Nihai araç ise 151 katılımcıya uygulanmıştır.	Ölçekte alışılmadık gıdalar, yeni tarifler ve aşına olunmayan yiyecekler açısından "çeşitlilik" temsil edilmektedir, bu da yiyecek neofobisini yansıtabilir. Öğeler, bilinmeyen yiyeceklerle ilgili duygu ve eylemleri ifade etmekte, dolayısıyla çeşit arayışının farklı yönlerini araştırmaktadır.
<ul style="list-style-type: none"> • Pliner P. • Hobden K. 	1992	Development of a Scale to Measure the Trait of Food Neophobia in Humans / Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	Yeni yiyecekler deneme istekliliğinin belirlenmesi.	27 denek, ilgili maddeleri seçmiş ve 55 denek öğeleri derecelendirmiştir. Seçilen 18 madde 18-74 yaş arası 135 katılımcıya uygulanmıştır. Davranışsal doğrulama testlerine ise 18-49 yaş arası 41, 35 ve 80 kişiden oluşan 3 örnek katılmıştır.	Gıda Neofobi Ölçeği puanları, davranışsal tepkiyi yüksek oranda öngörmektedir. Ölçek genel neofobi, alışılmadık yiyecekler karşı genel aşinalık, deneyim ve Heyecan Arayış Ölçeği'nin Deneyim Arayış Alt Ölçeği ile ilişkilidir.
<ul style="list-style-type: none"> • Frank R. A. • Van der Klaauw N. J. 	1994	The Contribution of Chemosensory Factors to Individual Differences in Reported Food Preferences / Yiyecek Tutum Ölçeği (FAS)	Gıdaya ve tüketime karşı tutumların ve yeni yiyecekleri denemeye istekliliğinin belirlenmesi.	719 denek anketi tamamlamıştır. 100 denek yiyecekler aşinalık bakımından derecelendirilmiştir. 215 denek, sağlık araştırması için bir anket doldurmuştur. 19-53 yaşlarında 30 denek kemosensör testine katılmıştır.	Tercih testinde hem beğenme hem de tutum aynı ankete dahil edilmiştir. Yaygın, alışılmadık ve hayali yiyecekler, gıda tercihi derecelendirmesine dahil edilmiştir. Bu nedenle, bir FAS puanı, neofobiyi yansıtabilecek yeni yiyecekler karşı genel bir tutum ortaya koymaktadır. Tercih kalıpları, beğenmeyi açıklayan tutum hakkında bilgi sağlamak için 20 maddelik anket ile ilişkilendirilmiştir. Tutumun nedenleri hakkında bilgi edinmek için çeşitli testler yapılmıştır (sağlık durumu araştırması, neofobi testi ve kemosensör testleri).

Tablo 1. (Devam) Neofobi ve Deneklerde Alışılmadık Yiyecekleri Deneme İstekliliğini Ölçmek İçin Kullanılan Araçlar

<ul style="list-style-type: none"> • Pliner P. 	1994	Development of Measures of Food Neophobia in Children / Çocuklar İçin Gıda Neofobi Ölçeği (FNCS)	10 yeni ve 10 tanıdık yiyecek arasında yemek seçiminin ve yeme isteğinin belirlenmesi.	5, 8 ve 11 yaş aralığındaki 17 çocuk katılımcı, 113 istatistiksel analize dahil edilmiştir.	Ölçek 1994 yılında geliştirilmiştir ve o zamandan beri yiyeceklerin bulunabilirliği artmıştır. Dolayısıyla uygulanabilirliği tartışılmaktadır. Yiyecek maddelerine aşinalık, tüketim sayısı ile ölçülmüştür. Çocukların ve ebeveynlerin davranışsal ve özellikli neofobi puanları birbiriyle ilişkili olarak raporlanmıştır.
<ul style="list-style-type: none"> • Raudenbush B. • Van der Klaauw N. J. • Frank R. A. 	1995	The Contribution of Psychological and Sensory Factors to Food Preference Patterns as Measured by the Food Attitudes Survey (FAS) / Yemek ve Yeme Anketi (FEQ)	Ölçek kombinasyonu ile ölçülen yiyecekleri deneme tercihi, tutumu ve istekliliğinin belirlenmesi.	146 denek (ortalama yaş 20.5) FAS (Frank ve Van der Klaauw, 1994)'ı tamamlamıştır. 158 denek (ortalama yaş 20.2) FAS ve duyu arayışı testine katılmıştır. 101 denek (ortalama yaş 19.3) FEQ'yu tamamlamıştır.	Yiyecek tutumu anketindeki beğeni ve denemede isteksizlik yanıtları neofobi puanlarıyla tahmin edilmiştir. Koku hoşluğu, yeni yiyecekleri denemekten hoşlanma ve isteklilikle önemli ölçüde ilişkilendirilmiştir; bu nedenle koku testleri, neofobinin davranışsal incelemesinde potansiyele sahiptir. Koku hoşluğu ve duyu arayışı FAS ile ilişkilendirilmiştir. FAS'ın belirli yönleri sonuç olarak neofobiyi ölçerken alakalı olabilmektedir.
<ul style="list-style-type: none"> • Loewen R. • Pliner P. 	2000	The Food Situations Questionnaire: A Measure of Children's Willingness to Try Novel Foods in Stimulating and Non-Stimulating Situations / Gıda Durum Anketi (FSQ)	Çocukların farklı durumlarda yeni yiyecekler yeme istekliliğinin belirlenmesi.	24 maddelik ölçek 125 çocuk deneğe uygulanmıştır. 335 çocuğa; aşına olmadıkları yiyeceklerle ilgili 32, aşına olduklarıyla ilgili 12 madde uygulanmıştır. Davranışsal doğrulama testine 5-12 yaş arası 44 ve 90 çocuk katılmıştır.	Araç, çocukların yiyeceklerle yaklaşımını ölçmektedir. Maddeler, uyarıcı durumlarla ilgilidir ve bu nedenle, yiyecek sunum durumunun yiyecekleri yemeye istekli olma üzerindeki etkisi hakkında bilgi sağlar. Davranışsal doğrulama testi ise hem yiyeceklerin tadına bakmayı hem de yeni ve tanıdık yiyecekleri tatma istekliliğinin derecelendirilmesini içermektedir.

Tablo 1. (Devam) Neofobi ve Deneklerde Alışılmadık Yiyecekleri Deneme İstekliliğini Ölçmek İçin Kullanılan Araçlar

<ul style="list-style-type: none"> • Wardle J. • Guthrie C. A. • Sanderson S. • Rapoport L. 	2001	Development of the Children's Eating Behaviour Questionnaire / Çocukların Yeme Davranışı Anketi (CEBQ)	Çocukların yeme davranışının ebeveynleri tarafından değerlendirilmesi.	Maddeler, 2-9 yaş arası çocukların 208 ebeveyni tarafından derecelendirilmiştir.	Araç, çocuklarda obezitenin erken belirtilerini değerlendirmek için geliştirilmiştir. Bu nedenle sorular obezite ölçümlerine yöneliktir. Bununla birlikte, yiyecek neofobisini ölçmekle ilgili olarak, gıdalardan zevk alma ve karmaşa ile ilgili sorular önemlidir.
<ul style="list-style-type: none"> • Cox D. N. • Evans G. 	2008	Construction and Validation of a Psychometric Scale to Measure Consumers' Fears of Novel Food Technologies: the Food Technology Neophobia Scale / Gıda Neofobi Ölçeği FNS + Genel Neofobi Ölçeği (GNS) + Gıda Teknolojisi Neofobi Ölçeği (FTNS)	Yeni gıdaları kabul eden veya reddeden tüketici segmentlerinin belirlenmesi.	480 denek 81 maddeye puan vermiştir ve sonrasında madde sayısı 31'e düşürülmüştür. Bunlar 459 denek tarafından derecelendirilmiş ve 18-65 yaş arası 294 denek tarafından test edilen 13 maddeye indirilmiştir.	FTNS, son derece spesifik olan ve bu nedenle neofobi üzerinde etkisi olan tüm yönleri kapsamayabilen teknolojiyle ilgili neofobiyi ölçmektedir. FNS, GNS ve FTNS arasındaki korelasyonların incelenmesi, bireylerdeki neofobik özelliğin genel mi yoksa gıdalara özgü mü olduğu hakkında bilgi sağlamaktadır. FTNS, FNS ve GNS ile önemli ölçüde ilişkilendirilmiştir, ancak korelasyon FTNS kadar güçlü değildir.
<ul style="list-style-type: none"> • Rubio B. • Rigal N. • Boireau-Ducept N. • Mallet P. • Meyer T. 	2008	Measuring Willingness to Try New Foods: A Self-Report Questionnaire For French-Speaking Children / Gıda Neofobi Anketi (FNQ) + Değişen Neofobik Davranış + Yiyecek Sunum Durumları	Yeni yiyecekleri denemek için seçim ve istekliliğin belirlenmesi.	166 denek ilgili öğeleri seçmiştir. 603 denek FNQ'yu tamamlamıştır. 503 denek, 5-8 yıl süren bir gıda görevi aracılığıyla FNQ'nun doğrulama testine dahil edilmiştir.	Araç Fransız çocuklar için geliştirilmiştir. Çeşitli türde yeni yiyecek sunum bağlamlarının kullanılması, gıda neofobisini etkileyen faktörlerden bazılarının belirlenmesine yardımcı olabilir. Yeni yiyecek maddelerinin gerçek gıdalardan ziyade resimlerle sunulması daha kolaydır ve diğer çalışmalarda resimlerin kullanılmasının güvenilir olduğu gösterilmiştir, ancak yeni gıdalar için durum farklı olabilmektedir.

Tablo 1. (Devam) Neofobi ve Deneklerde Alışılmadık Yiyecekleri Deneme İstekliliğini Ölçmek İçin Kullanılan Araçlar

<ul style="list-style-type: none"> • De Barcellos M. D. • Aguiar L. K. • Ferreira G. C. • Vieira L. M. 	2009	Willingness to Try Innovative Food Products: a Comparison Between British and Brazilian Consumers/ Gıda Neofobi Ölçeği (FNS) + Etki Alanına Özgü Yenilikçilik (DSI) Ölçeği	Belirli ürün kategorilerinde yenilikçi ürünleri deneme ve kullanma isteğinin belirlenmesi.	18-29 yaş arası, 279 Brezilyalı ve 101 İngiliz denek.	Ölçek, gıda endüstrisi için geliştirilmiştir ve sadece neofobiyi ölçmek için uygun olmayabilir. Fakat yenilikçi yiyecekleri satın alma istekliliği, neofobik özellikleri belirlemeye yardımcı olabilmektedir. Dolayısıyla DSI ve FNS'nin bir kombinasyonu, neofobik olmanın nedenlerinin daha fazla yönünü ortaya koyabilmektedir.
<ul style="list-style-type: none"> • Thomson J. L. • McCabe-Sellers B. J. • Strickland E. • Lovera D. • Nuss H. J. • Yadrick K. • Duke S. • Bogle M. L. 	2010	Development and Evaluation of WillTry. An Instrument For Measuring Children's Willingness to Try Fruits and Vegetables / Deneme İsteği Ölçeği	Çocukların sebze ve meyveleri denemeye istekliliğinin belirlenmesi.	Müdahaleler 3 grup denekten oluşturulmuştur: Grup 1'e beslenme müdahalesi olarak meyve / sebze atıştırması servis edilmiş, grup 2 sözde kontrol (fiziksel aktivite müdahalesine dahil), grup 3 kontrol (müdahale yok) grubu olarak belirlenmiştir. Toplam 284 denek, 5-14 yaş.	Ölçek hem tanıdık hem de yeni sebze ve meyveleri ölçmektedir. Aynı zamanda neofobi ile ilgili olmayan parametreleri değerlendirir. Çocukların yeni yiyecekleri denemeye istekli olacakları yerlerle ilgili maddeler, yeni yiyeceklerin kabul edilebilirliğini etkileyen kültürel yönler hakkında fikir vermektedir. Doğrudan gıda alımının gözlemlenmesi anketle birlikte, kendi kendine bildirilen verilerde yanlışlığı önlemek için uygun olabilecek bir doğrulama yöntemi olarak kullanılır.
<ul style="list-style-type: none"> • Kaiser L. L. • Schneider C. L. • Mendoza C. • George G. • Neelon M. • Roche B. • Ginsburg D. 	2012	Development and Use of an Evaluation Tool For Taste-Testing Activities by School-Aged Children / Öğretmen Tarafından Yönetilen Tat Testi Aracı (TTT)	Çocukların ve ergenlerin yeni yiyecekleri deneme ve evde tüketme istekliliğinin belirlenmesi.	Aracın uygulanabilirliğini belirlemek için taslak versiyonu 168 çocuğa uygulanmıştır. TTT'nin doğrulama çalışması 514 sınıf (16.644 çocuk), 8 yaş üstü çocuklar ile gerçekleştirilmiştir.	Ölçek, neofobiyi doğrudan değerlendirmemekte, ancak belirli yiyecekleri deneme istekliliği hakkında bilgi sağlamaktadır. Ölçek, sebze ve meyveler gibi belirli gıda kategorilerini deneme istekliliğini ölçmek için uygun görülmektedir. Sınıf düzeyinde yanıtlar sağladığı için nispeten kolay ve hızlı bir araçtır.

Tablo 1. (Devam) Neofobi ve Deneklerde Alışılmadık Yiyecekleri Deneme İstekliliğini Ölçmek İçin Kullanılan Araçlar

<ul style="list-style-type: none"> • Hollar D. • Paxton-Aiken A. • Fleming P. 	2013	Exploratory Validation of the Fruit and Vegetable Neophobia Instrument Among Third-to Fifth-Grade Students / Meyve ve Sebze Neofobi Ölçeği (FVNI)	Çocukların sebze ve meyveleri denemeye istekliliğinin belirlenmesi.	8-10 yaş aralığında 1485 denek.	2 alt ölçekteki maddeler sebze ve meyveler için benzer özellikler göstermektedir. Cevapların bir ölçekten diğerine iletilmesi meydana gelebilir. Araç, özellikle sebze ve meyveler için geliştirilmiştir olup uygulanması kolaydır.
<ul style="list-style-type: none"> • Ristic, R. • Johnson, T. E. • Meiselman, H. L. • Hoek, A. C. • Bastian, S. E. P. 	2016	Towards Development of a Wine Neophobia Scale (WNS): Measuring Consumer Wine Neophobia Using an Adaptation of the Food Neophobia Scale (FNS) / Şarap Neofobi Ölçeği (WNS) + Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	Tüketicilerin şaraplara karşı gösterdiği neofobi davranışının belirlenmesi.	471 şarap tüketicisi.	“Yiyecek” kelimesi “şarap” ile değiştirilerek ve bir madde çıkarılarak değiştirilen Gıda Neofobi Ölçeğinden (FNS) bir Şarap Neofobi Ölçeği (WNS) oluşturulmuştur. Nihai Şarap Neofobi Ölçeği, 9 puanlık bir ölçekte derecelendirilen ve maksimum 72 puan veren sekiz maddeden oluşmaktadır. Şarap neofobisi derecesinin, yaşla birlikte arttığı, ancak yüksek eğitim ve daha fazla gelirle azaldığı raporlanmıştır.
<ul style="list-style-type: none"> • Damsbo-Svendsen, M. • Frøst, M. B., • Olsen, A. 	2017	Development of Novel Tools to Measure Food Neophobia in Children / Gıda Neofobi Ölçeği (FNS) + Gıda Neofobisi Test Aracı (FNNT)	Çocuklarda gıda neofobisini ölçmek için yeni araçların geliştirilmesi.	235 çocuk katılımcı, 9-13 yaş arası.	Gıda neofobisini ve bilinmeyen yiyecekleri deneme isteğini değerlendirmek için 13 tasarımın gözden geçirilmesine dayanarak, bir Gıda Neofobisi Test Aracı (FNNT) geliştirilmiştir. Önemli sayıda çocuk, orijinal ölçekteki belirli öğeleri anlamakta güçlük çekmektedir. Gıda Neofobisi Test Aracı’ndan alınan puanlar, neofobik davranışın bir ölçüsü olarak aracın yapı geçerliliğini doğrulayan davranış testinden elde edilen sonuçlarla önemli ölçüde bağlantılıdır.

Tablo 1. (Devam) Neofobi ve Deneklerde Alışılmadık Yiyecekleri Deneme İstekliliğini Ölçmek İçin Kullanılan Araçlar

<ul style="list-style-type: none">• De Almeida, P. C.• Rosane, B. P.• Nakano, E. Y.• Vasconcelos, I. A. L.• Zandonadi, R. P.• Botelho, R. B. A.	2020	Instrument to Identify Food Neophobia in Brazilian Children by Their Caregivers	Brezilyalı çocukların gıda neofobisinin değerlendirilmesi.	Test-tekrar test aşamasına 22 bakıcı, nihai ölçüme 44 bakıcı katılım sağlamıştır.	Bakıcıların algılarına dayalı olarak çocukların gıda neofobisini değerlendirmek için Brezilya-Portekiz dilinde geliştirilen araç, Brezilya'da uygulanacak bir güvenilirliktedir. Ayrıca çalışma sonuçlarına göre aileler, çocuklarda gıda neofobisini doğru bir şekilde ölçerek, ergenlik ve yetişkinlik boyunca beslenme eksikliklerini önleyebilir ve yeme alışkanlıklarını iyileştirebilir.
--	------	---	--	---	--

Kaynak: Damsbo-Svendsen, M., Michael Bom Frøst, Annemarie Olsen (2017). "A Review of Instruments Developed to Measure Food Neophobia". *Appetite*, 113: 360. (Yazar tarafından ilgili kaynaklardan faydalanılarak düzenlenmiştir.)

1.5. Gıda Neofobisinin Psikolojik ve Fizyolojik Etkileri

Beslenme; insanların yaşamlarını sürdürmesi için gerekli temel olgulardan bir tanesidir. Bu bakımdan insanların yaşamlarını sağlıklı bir biçimde devam ettirebilmeleri için yeterli ve dengeli şekilde beslenmeleri önemlidir. Bu konuda yeni yiyecek korkusu ya da gıda neofobisi her ne kadar vücudu potansiyel zararlardan koruma içgüdüğü ile oluşan bir durum olsa da, birçok fizyolojik ve psikolojik etkiye yol açabilmektedir. Yetişkin bireylerde daha yüksek gıda neofobi skorları, daha düşük sebze tüketimi (Appleton vd., 2017; Knaapila vd., 2015), daha düşük diyet kalitesi (Knaapila vd., 2015) ve daha düşük diyet çeşitliliği (Tuorila vd., 2001; Jaeger vd., 2017; Hursti ve Sjödén, 1997) ile ilişkilendirilmiştir ve bu nedenle sağlık durumunu olumsuz yönde etkileyebileceği kanısına varılmıştır.

Gıda neofobisi farklı durumlar çerçevesinde bireylerin beslenme alışkanlıklarını sınırlayabilen bir olgudur. Bu durumun bireylerde görülen obezite ya da yetersiz beslenmenin sonucu olarak yağ ve şeker tüketiminin çok fazla olması, sağlıklı beslenmenin devamı olarak gıda neofobisi arasında önemli bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Capiola ve Raudenbush, 2012). Bundan dolayı gıda neofobisi obezite gibi sağlık sorunlara yol açması beklenmektedir. Finistrella vd. tarafından, okul

öncesi dönemdeki çocuklar üzerinde yapılan araştırmada, normal kilodaki çocukların kilolu çocuklara nazaran gıda neofobisi düzeyinin daha düşük olduğu sonucuna varılmıştır. Aynı şekilde Proserpio vd. (2018) tarafından İtalyan yetişkin bireylerle yapılan çalışmada vücut kitle indeksi daha yüksek ve kilolu deneklerin, kilolu olmayanlara nazaran daha fazla neofobik olduğu ortaya konulmuştur.

Gıda neofobisi gerek çocuklarda gerekse yetişkinler diyet kalitesini düşüren, sınırlayan ve kısıtlayan bir etkiye sahiptir. Fakat bireylerin yiyecekleri tekrar tekrar tüketerek ve daha fazla tanıyarak gıda neofobisini yenmeleri mümkündür. Özellikle inançlar, alışkanlıklar, değerler ve gıda ile ilgili geçmiş deneyimler gibi bazı psikolojik faktörler gıdaların seçiminde sürekli bir etkiye sahipken; duygular, benlik algısı ve tutumların bir sonucu olarak yapılan seçimler bireyden bireye ve günden güne değişim göstermektedir. Gıda neofobisi de dahil olmak üzere beslenme alışkanlıklarının; motivasyon, kişilik, gıda ve beslenmeye karşı tutum gibi psikolojik durumları büyük bir ölçüde etkilediği gözlemlenmiştir (Muhammad vd., 2016: 359).

Yiyecek tercihleri bilinçsizce gerçekleşen tipik bir öğrenilmiş davranış örneğidir. Kasıtlı öğrenmenin aksine, bu tür bir öğrenme yaşla birlikte bozulmamakta veya değişmemektedir. Bireyler yaşamları boyunca yiyecekleri öğrenir, ancak bu öğrenmenin büyük bir kısmı yaşamın ilk beş yılında gerçekleşmektedir. Bununla birlikte, özellikle çocukların öğrenilen yiyeceklere dair tek bir olumsuz sonuç (tüketimi sonucunda bulantı gibi) görmesi bile neofobiye sebep verebilmektedir. Gıda isteksizlikleri ve gıda neofobisi bu şekilde psikolojik bir etkiyle hızlı bir şekilde oluşabilmektedir. Gıda neofobik bireyler yeni yiyecekleri denemeye isteksiz olmakla birlikte, neofobik olmayanlara kıyasla diyetlerinde daha az gıda çeşitliliğine yer vermektedirler. Ayrıca gıda neofobisi yalnızca insanların yiyecek çeşitliliğini kısıtlamakla kalmaz, aynı zamanda daha az yararlı gıda gruplarının daha fazla tüketilmesini de teşvik edebilmektedir (Siegrist, Hartmann ve Keller, 2013: 297). Varılan bu sonuç neofobik kişilerin beslenme tarzlarındaki eksiklikleri de ortaya koymaktadır.

Raudenbush ve Capiola (2012) tarafından yapılan çalışmada, neofobi düzeyi daha yüksek olan bireylerin, yapılan yemek resimleri sunumu sırasında daha yüksek nabız gösterdiği; aynı şekilde daha yüksek bir GSR (galvanik deri tepkisi) oranına sahip olduğu ve solunum sıklığının arttığı sonuçlarına varılmıştır. Bu bakımdan

neofobi düzeyi yüksek bireylere yeni yiyeceklere karşı korkuyu temsil eden gıda uyarıcıları sunulduğunda daha fazla fizyolojik ölçümler (nabız, GSR, solunum) sergiledikleri görülmektedir. Neofobiklerde görülen bu tür fizyolojik uyarılmalar, geçmiş araştırmalarda bulunan yeni gıdaların sunumuna ilk anksiyete tepkisi nedeniyle, bireylerin diyetlerinde beslenme ve gıda çeşitliliğinin azalmasına yol açabilmektedir.

1.6. Gıda Neofobisi Önlemlerinin Belirlenmesi

Dünya genelinde obezite ve buna bağlı kronik hastalıkların boyutuyla birlikte, sağlıklı beslenme alışkanlıklarını teşvik etmeye ihtiyaç duyulmaktadır. Çeşitli uluslararası çalışmalar, gıda tercihlerini etkileyen değişkenleri daha iyi anlayabilmekte ve böylece herhangi bir toplumun gıda alışkanlıklarında olumlu değişikliklerin uygulanmasını kolaylaştırabilmektedir (Olabi vd., 2009: 361). Yiyecek kabulünün geliştirilmesi ve sürdürülmesi, sayısız duygusal, kişisel, kültürel ve durumsal faktör tarafından kontrol edilmektedir (Martins ve Pliner, 2005: 214). Daha önce yapılmış araştırmalarda gıda neofobisi üzerindeki etkileri belirlenmiş faktörler ortaya konulmuştur. Bunlardan en belirginini yeni gıdalara maruz kalmanın, gıda neofobisi düzeyini azalttığıdır. Pliner vd. (1993) ve Loewen ve Pliner (1999) tarafından yapılan araştırmalar, makul bir tada sahip olan yeni yiyeceklere önceden maruz kalmanın gıda neofobisi üzerindeki olumlu etkisini göstermiştir. Aynı şekilde Siegrist, Hartmann ve Keller (2013) tarafından yapılan çalışmada da bir yiyeceğe maruz kalmanın, o yiyeceğe karşı bulunan neofobi düzeyini azalttığı savunulmuştur.

Gıda neofobisi üzerine yapılan araştırmaların çoğu, yeni yiyeceklerin reddedilmesinin üstesinden gelmek için teknikler belirlemeye ve geliştirmeye odaklanmıştır (Martins ve Pliner, 2005: 215). Yüksek gıda neofobi düzeyine sahip insanlar için kültürel kimlik ve sosyal aidiyet duygusunun önemli olduğu öne sürülmüştür. Gıdalara karşı algılanan aşinalık, iletişim yoluyla artırılabilir ve sonuç olarak, gıda neofobisi eğilimi olan tüketiciler arasında ürün kabulü artırılabilir (Siegrist, Hartmann ve Keller, 2013: 294). Gıda kabulünün gerçekleşmesinde, maruz kalma sayısı ile birlikte bireylerin yaşı da oldukça önemlidir. Yaşamın ilk yılında tek bir pozitif maruziyet, yeni öğenin kabulüne yol açabilmektedir (Birch vd., 1998). Kişinin yeni gıda maddelerine maruz kalması, diyet tipinin farklılaşmasıyla sonuçlanabilmektedir (Skinner ve Carruth, 2002). Bununla birlikte, maruz kalmanın

etkileri sınırlıdır. Örneğin, bir gıda maddesine görsel olarak maruz kalma gelişmiş görsel tercih kararlarını etkilerken, gelişmiş tat tercihlerini etkilememektedir. Bu nedenle, bir konuda gıdaya maruz kalma, yalnızca bu konu içinde bir tercih değişikliği yaratacaktır (Birch vd., 1987). Ayrıca, bir gıda kategorisine ait yiyeceğe maruz kalmanın, tüm yiyeceklerin kabulünü etkilemediği için maruz kalmanın etkisi genelleştirilemez (Birch vd., 1998). Aynı kategoride (örneğin; sebzeler) bir öğeye (örneğin; patates püresi) tekrar maruz kalmak, aynı kategoriye ait diğer öğelerin (örneğin; havuç) kabul edilmesini teşvik etmeyebilir (Mennella vd., 2008). Bu niteliklere rağmen, tekrarlanan maruz kalmanın gıdaya yönelik tercihler ve tutumlar üzerindeki olumlu etkisi artık bir fikir birliği meselesidir. Bununla birlikte, maruziyetin altında yatan mekanizmaların kesin doğası belirsizliğini korumaktadır (Lafraire vd., 2016: 350).

1.7. Gıda Neofobisinin Yiyecek Seçimi Üzerindeki Etkileri

Yiyecek seçimi kişiden kişiye farklılık gösteren bir olgudur. Bir kişinin sevdiği bir yiyeceği başka bir kişi yenilemez olarak değerlendirebilmektedir. Dolayısıyla lezzet davranışı, yiyecek seçiminde önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Çakıcı ve Yıldız, 2019: 899). Gıda tercihlerini etkileyen faktörlerin anlaşılması, özellikle toplumlarda giderek artan bir endişe haline gelen obezite prevalansını önlemek için, bireylerin beslenme alışkanlıklarında olumlu değişikliklerin uygulanması ve teşvik edilmesi yönünden oldukça gereklidir (Olabi vd., 2009: 354). Bir kişinin yiyecek tercihleri çeşitli faktörlerle oldukça kısıtlanabilir. Bu faktörler, bireyin yeni yiyecek korkusu düzeyini ve yeni yiyeceklere karşı sergilediği tutumu büyük ölçüde etkilemektedir.

Yiyecek neofobisi yüksek olan kişilerin, düşük gıda neofobisine sahip olanlara göre yeni gıda maddelerini tatma olasılığı daha düşüktür (Tuorila vd., 2001: 29). Bu davranış gıda neofobisinin yiyecek tercihi üzerindeki en belirgin etmen olarak ifade edilebilir. Bazı çalışmalarda (Flight vd., 2003; Olabi vd., 2009; Raudenbush ve Frank, 1999; Tuorila vd., 2001) ise bu görüşün tam tersi savunulmuş; yiyecek seçiminin gıdalara aşinalıktan bağımsız olduğu ifade edilmiştir. Ek olarak, farklı mekanizmalar yeni ve tanıdık yiyeceklerin seçimini düzenleyebilir. Örneğin alışılmış bir gıda maddesi, alışkanlığın zorlamasıyla daha sık seçilebilir ve yeni yiyeceklere karşı muhafazakar eğilim nedeniyle yeni bir yemekten kaçınılabılır (Arvola vd.,

1999: 114). Gıda neofobisi insanların günlük yeme davranışını büyük oranda etkileyebilmektedir (Siegrist vd., 2013: 296). Gıda neofobisi daha yüksek olan bireylerde sebze, salata, meyve, et ve balık alımının azaldığını ortaya koyan çeşitli araştırmalar vardır (Siegrist vd., 2013; Galloway vd, 2003; Cooke vd., 2003). Ayrıca, gıda neofobik bireylerin protein, tekli doymamış yağlar, magnezyum ve E vitamini alımında eksiklikler yaşayabileceği belirtilmiştir (Capiola ve Raudenbush 2012; Falciglia vd., 2000). Gıda neofobisi, yaşlı yetişkinler de dahil olmak üzere yetişkinlerde yeni fonksiyonel gıdaları denemedeki isteksizlikle ilişkilendirilmiştir (Stratton vd., 2015; Urala ve Lahteenmaki, 2007; Siegrist vd., 2008). Urala ve Lahteenmaki (2007), gıda neofobisi skorları ile fonksiyonel gıdaları kullanma isteği arasında negatif bir ilişki bulmuştur. Stratton vd. (2015) ise gıda neofobi skorları daha yüksek olan yaşlı yetişkinlerin yeni fonksiyonel yiyecekleri denemeye daha az istekli olduklarını bildirmişlerdir.

Bireylerin yiyecek tercihinde kişisel özelliklerinin, kültürel faktörlerin ve kişinin zevklerinin etkili olduğu da ifade edilmiştir. Gıda neofobisi ise kişilerin yiyecek seçimini doğrudan etkileyen bir faktördür. Yapılan alışmalar duşuk düzeyde gıda neofobisine sahip kişilerin, yüksek düzeyde gıda neofobisine sahip kişilerle karşılaştırıldığında daha geniş çeşitlilikte yiyecekler tükettiğini göstermektedir. Başka bir deyişle, gıda neofobisi, tüketilen yiyecek çeşitliliğini kısıtlayarak kişilerin yiyecek davranışını etkileyebilir ve bu da daha az dengeli bir beslenme ile sonuçlanabilir (Siegrist vd., 2013: 294). Bu sonuç sebzelerin, meyvelerin ve proteinli gıdaların alım miktarlarında açıkça görülmektedir (Knaapila vd., 2011). Dolayısıyla gıda neofobisi, daha sağlıklı beslenmenin önünde önemli bir engel olma potansiyeline sahiptir (Jaeger vd., 2017: 5).

Bahsedildiği üzere yeni gıdalardan kaçınma davranışı genellikle aynı tür yiyecekleri tekrar tekrar yeme eğilimiyle ilişkilidir ve bu nedenle daha sınırlı bir diyete neden olabilmektedir. Fakat tüketicilerin bazılarının neofobik olarak yaklaştığı yiyeceğe karşı ikna edilmesi, olumlu telkinlerde bulunulması kişilerin yiyecek seçiminde etkili bir yöntemdir. Yiyeceğin lezzetli veya yenilebilir olduğuna dair ikna çabalarının kullanılmaması ve kolay ikna olunmaması, tüketicilerin yeni yiyeceklerden korkma eğilimlerinin lezzet davranışına olumsuz yansiyabileceği öngörülebilir. Bu durumdan yola çıkararak bireylerin yiyeceklere dair daha önceden

edindiği bilgiler veya deneyimler yiyecek tercihinde oldukça önemli bir etmendir (Tuorila vd., 2001).

Martins ve Pliner (2005) tarafından yapılmış çalışmada, gıdanın aşinalığı ve kökeni (hayvansal veya hayvansal olmayan), insanların yeni gıdaları deneme istekliliğini en iyi tahmin eden faktörleri belirledikleri sonucuna varılmıştır. Tuorila vd. (2001), daha az gıda neofobik deneklerin, tanıdık veya yeni olsun, yiyecekleri daha sık tatma ve yeme eğiliminde oldukları sonucuna varmışlardır. Pliner vd. (1995), kişilerin düşük korku ve açlık koşullarında en az neofobik olduğunu belirlemiştir. Bu bağlamdan yola çıkıldığında ise neofobik olarak değerlendirilen bireylerin içinde bulundukları koşullar da yiyecek seçiminde önemli bir faktör olarak gözetilmektedir. Kişinin baskı altında olması ya da kendini rahat hissettiği bir ortamda bulunması bu duruma verilebilecek örnekler arasındadır.

Capiola ve Raudenbush (2012) tarafından yapılan çalışmada denekler düşük, orta ve yüksek neofobik olarak sınıflandırıldıktan sonra en az besin alımının yüksek neofobi düzeyine sahip katılımcılara ait olduğu gözlemlenmiştir. Çalışmadaki gıda neofobiklerin yaşadığı önemli beslenme eksiklikleri arasında diyetle protein alımı, tekli doymamış yağlar ve magnezyum bulunmaktadır. Costa vd. (2020) tarafından yapılan çalışmada gıda neofobisinin belirli yiyecek tercihleriyle ve yeme eyleminden genel olarak hoşlanmayla olumsuz bir şekilde ilişkili olduğu ve belirli gıda maddelerinin tüketimini etkilediği gözlemlenmiştir. Çalışmada listelenen gıda maddelerinin neredeyse yarısı için, meyve, sebze ve hayvansal proteinli yiyecekler dahil olmak üzere, beğerme derecelendirmeleriyle gıda neofobisi arasında negatif bir ilişki bulunmuştur.

Başka bir açıdan bakıldığında ise yeni yiyecek korkusu gösteren kişilerin, yiyeceklere karşı bildikleri bölgede ya da ülkede üretilmiş olmasını istemeleri de gözlemlenmiştir. İsviçre’de yapılan bir çalışmada bireyler, İsviçre menşeili besinlerin diğer Avrupa ülkeleri menşeili besinlere göre daha güvenilir ve daha yüksek kaliteye sahip olduğunu düşünmeleri bu istekliliği göstermektedir (Siegrist vd., 2013). Yine aynı çalışmada gıda neofobi puanları yüksek olan denekler, gıda neofobi puanları düşük olanlara kıyasla, daha az miktarda sebze, salata, kümes hayvanları ve balık tüketmişlerdir.

Gıda neofobisi, insanların geleneksel olmayan etnik yiyecekleri deneme istekliliğinin önemli bir öngörücüsüdür. Gıda neofobi düzeyi yüksek bireylerin, düşük olanlara kıyasla etnik yiyecekleri deneme olasılıkları daha düşüktür (Siegrist vd., 2013: 294). Üzülmüş ve Akdağ (2020) yabancı turistlerin neofobik ve neofilik eğilimlerinin Türk mutfağı seçimlerinin arkasındaki motivasyonlara etkisini belirlemeyi amaçladıkları çalışmada, neofobik eğilimlerin Türk mutfağı tercihlerinin arkasındaki motivasyon boyutları arasında yer alan kültürel deneyim, heyecan ve saygı kazanma boyutlarına etkisinin anlamlı olmadığını göstermektedir. Öte yandan, yine aynı çalışmada neofobik eğilimlerin duyuşal çekicilik, sağık kaygısı ve birliktelik boyutlarında olumsuz ve anlamlı bir etkisi olduğı da gözlemlenmiştir.

Bugüne kadar, gıda neofobisi ile gıda tercihleri veya yetişkin katılımcılardaki alım arasındaki ilişkinin incelenmesi, hem incelenen popülasyonlar hem de gıda alımının veya seçiminin belirlenmesi açısından sınırlı kalmıştır. Bu nedenle, neofobinin daha geniş örneklerde daha fazla araştırılmasına ve bunun gıda tercihleri üzerindeki etkisinin daha genel olarak incelenmesi gerekmektedir (Jaeger vd., 2017: 6).

1.8. Koronavirüs (Covid-19) Pandemisinin Gıda Neofobisi Üzerine Etkileri

2019 yılının Aralık ayı sonlarında Çin'in Wuhan kentinden küresel olarak yayılan ve COVID-19 salgını olarak bilinen, koronavirüs pandemisine neden olan bir pnömoni hastalığı ortaya çıkmıştır (Hui vd., 2020). Dünya genelinde neredeyse tüm ülkelerde alınan, sınırların kapatılması ve karantina gibi önlemler gıda ve tarım sistemleri de dahil olmak üzere insan yaşamını birçok yönden etkilemiştir. Hükümetlerin uyguladığı koruyucu önlemler, insanların bol, çeşitli ve besleyici olarak yeterli gıda kaynaklarına erişimini de kısıtlamıştır. Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü'ne göre küresel pandeminin çeşitli etkileri nedeniyle, tüketicilerin beslenme düzenlerinde değişiklikler yapılırken genel küresel tüketim de sınırlanmıştır. Bu süreçte dünya genelinde gıda pazarlarına erişim kısıtlı ve sınırlıyken, işletmeler de geçici sürelerde kapatılarak çeşitli önlemler alınmıştır. Bu durum, insanların gıda satın alma ve tüketme şeklini doğrudan etkilemektedir. Bu nedenler aynı zamanda tüketicilerin gıda tüketim kalıplarını evde yemek yemeyi tercih edecek şekilde değiştirmiştir. Diğer bir açıdan, pandemi sırasında birçok

insanın sınırlı kazançlara maruz kalması da küresel gıda tüketim kalıpları üzerinde ek bir etkiye sahip olabilmektedir (Eftimov vd., 2020).

Adams vd.'nin (2020) Covid-19 pandemisi öncesinden bu yana ailelerin ev gıda ortamındaki ve ebeveyn besleme uygulamalarındaki değişiklikleri ve bu değişikliklerin gıda güvenliği durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini inceledikleri çalışmada, ailelerin yaklaşık üçte birinin evlerinde kalorisi yüksek atıştırmalık, tatlı ve taze yiyeceklerin miktarlarının arttığı; bozulmayan işlenmiş gıda alımının %47 oranında yükseldiği gözlemlenmiştir. Bununla birlikte çocukların aşırı kilolu olmasıyla ilgili endişe, COVID-19 sırasında artış göstermiştir. Gıda güvensizliği olan ebeveynlerin çocuklarını daha fazla kısıtladıkları ve yemek yeme baskısını artırdıkları da bildirilmiştir.

Eftimov vd.'nin (2020) Covid-19 pandemisinin gıda tüketim kalıpları üzerindeki etkisini saptamak amacıyla yaptıkları araştırma sonuçlarına bakıldığında, pandemi sürecinde bakliyat ve bakliyat üreten bitkiler, pankek, tortilla ve çorba tüketiminin arttığı; balık türleri, tahıl ve şarap tüketiminin ise azaldığı gözlemlenmiştir.

Chenarides vd. (2021) Covid-19 salgını sırasında gıda tüketim davranışlarını belirlemek amacıyla ABD'deki iki büyük metropolde bir anket çalışması gerçekleştirmiştir. Çalışma sonucunda, ankete katılanların yaklaşık dörtte üçünün stokların bitmesi nedeniyle alabilecekleri yiyecekleri satın aldığı ve katılımcıların yaklaşık yarısının normalden daha fazla yiyecek satın aldığı bildirilmiştir. Ayrıca sonuçlar, alışveriş yöntemi olarak bakkal alışverişi teslimat hizmeti kullanan hanelerin sayısında %255, market alışverişi teslimat hizmeti kullanan hanelerde ise %158'lik bir artış olduğunu göstermektedir. Gıda tüketim kalıpları katılımcıların çoğunluğu için aynı kalsa da, fast-food tüketimindeki keskin düşüş pandeminin önemli bir sonucu olmuştur.

Koronavirüs pandemisi süresince gıdalara ulaşımın zorluğu, gıda güvenliği ve bireylerin ekonomik zorluklara maruz kalması gibi faktörler göz önünde bulundurulduğunda, gıda neofobisi olgusunun da mevcut durumdan olumlu veya olumsuz şekilde etkilenmesi muhtemeldir. Gıda neofobisi oluşumuna neden olan en önemli etmen omnivorun ikilemi (Rozin, 1977 aktaran: Pliner ve Hobden, 1992:

105), bireylerin kendilerini potansiyel toksik gıda maddelerinden ve hastalıklardan korumasını ifade etmektedir. Buradan yola çıkıldığında ise gıda neofobik bireylerin Covid-19 salgınıyla birlikte gıda maddelerine karşı daha fazla telaşlı/seçici şekilde yaklaşımları beklenmektedir. Gıda neofobisini doğrudan etkileyen bir diğer önemli faktör ise sosyo-ekonomik durumdur. Geçmiş çalışmalar gelir düzeyinin artmasıyla beraber gıda neofobi düzeyinin azaldığını rapor etmiştir (Meiselman vd., 2010; Flight vd., 2003; McNicol vd., 2003). Salgın süreci boyunca kişilerin düşük gelirlere maruz kalmasının, gıda maddelerine ulaşımı zorlaştırarak gıda neofobisini tetiklemesi de beklenen bir sonuçtur.

1.9. Gıda Neofobisi İle İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar

Gıda neofobisi insan yaşamını doğrudan etkileyen ve her bir yönü ile ele alınması gereken bir olgudur. Bundan dolayı gıda neofobisi ya da yiyecekte yenilik korkusuna dair yapılan disiplinlerarası çalışmalar gün geçtikçe artmakta ve önem kazanmaktadır. Bu bakımdan gerçekleştirilen birçok çalışma da gelecek araştırmalara yön vermektedir. Tablo 2’de konu ile ilgili yapılmış geçmiş araştırmalar incelenmektedir. Geçmiş literatür göz önüne alındığında, gıda neofobisine dair yapılan çalışmaların çocuklarda ve yetişkinlerde gıda neofobisi, gıda neofobi düzeyinin belirlenmesi, koku değerlendirme ile ilişkisi, gıda neofobisinde tanıdık ve tanıdık olmayan yiyeceklerin rolü, yiyecek seçimi üzerine etkisi ve gıda neofobisine neden olan faktörler gibi konular üzerinde durulduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 2. Gıda Neofobisi ile İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar

Yazar/lar	Yıl	Çalışmanın Adı	Kullanılan Ölçek/ler	Yöntem/Analiz	Sonuç
<ul style="list-style-type: none"> • Pliner P. • Hobden K. 	1992	Development of a Scale to Measure the Trait of Food Neophobia in Humans	<ul style="list-style-type: none"> -Gıda Neofobi Ölçeği (FNS) -Genel Neofobi Ölçeği (GNS) 	<ul style="list-style-type: none"> -Çoklu Regresyon Analizi -Korelasyon Analizi -Psikometrik Analiz 	Gıda Neofobi Ölçeği, her biri 7’li Likert tipi ölçekte ölçülen 10 maddeden oluşan ve bireylerde gıda neofobisi düzeyini ölçümleyen bir araçtır. Araştırmacılar, gıda neofobisinin, yeni gıdalara aşinalık ile negatif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca, gıda bilgisi ve deneyiminin yeni yiyecekleri denemeye olan ilgiyi etkilediği sonucuna varmışlardır.

Tablo 2. (Devam) Gıda Neofobisi ile İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar

<ul style="list-style-type: none">• Koivisto U. K.• Sjöden P. O.	1996	Food and General Neophobia in Swedish Families: Parent-Child Comparisons and Relationships with Serving Specific Foods	-Gıda Neofobi Ölçeği (FNS) -Genel Neofobi Ölçeği (GNS) -Gıda Sıklığı Anketi (FFQ)	-Tek Yönlü Varyans Analizi -Korelasyon Analizi -T-Testi	Çalışma kapsamında 2-17 yaş arası çocuk sahibi İsveçli ailelerde gıda ve genel neofobi oluşumu, neofobi açısından ebeveyn-çocuk ilişkisi ve neofobi ile ailede bildirilen belirli yiyeceklerin sunumu arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Özellikle erkek çocuklar, ebeveynlerinden önemli ölçüde daha yüksek Gıda ve Genel Neofobi göstermiştir. Hem gıda hem de genel neofobi, çocuklar arasında artan yaşla birlikte azalma eğilimini göstermiştir.
<ul style="list-style-type: none">• Sjöden P. O.• Koivisto U. K.	1997	Food and General Neophobia and Their Relationship with Self-Reported Food Choice: Familial Resemblance in Swedish Families with Children of Ages 7-17 Years	-Gıda Neofobi Ölçeği (FNS) -Genel Neofobi Ölçeği (GNS) -Gıda Sıklığı Anketi (FFQ)	-Korelasyon Analizi -T-Testi -İki Yönlü Varyans Analizi	İsveçli ailelerde gıda ve genel neofobi, yaş ve cinsiyet farklılıklarını ve ailesel benzerliği incelemek amacıyla yapılan çalışmada; aile bireylerinden babalar, annelerden önemli ölçüde daha yüksek toplam gıda neofobisi puanları gösterirken, çocukların ebeveynlerinden önemli ölçüde daha fazla neofobik olduğu görülmüştür.
<ul style="list-style-type: none">• Raudenbush B.• Schroth F.• Reilley S.• Frank R. A.	1998	Food Neophobia, Odor Evaluation and Exploratory Sniffing Behavior	-Gıda Neofobi Ölçeği (FNS) -Gıda Tutumları Anketi (FAS) - FASWILL -FASLIKE	-Korelasyon Analizi -ANOVA -T-Testi	Çalışmada gıda neofobisi ve koku alma duyusu ilişkisi incelenmiş, neofobiklerin kokuları daha az hoş olarak değerlendirdikleri ve gıda maddelerini daha az güçlü bir şekilde kokladıkları görülmüştür. Neofobi, yeni yiyecekleri deneme isteğini, bu yiyecekler için beklenen beğeniye, yiyeceklerle ilişkili davranışları ve gıda benzeri uyaranların derecelendirmelerini etkilemektedir.
<ul style="list-style-type: none">• Arvola A.• Lähteenmäki L.• Tuorila H.	1999	Predicting the Intent to Purchase Unfamiliar and Familiar Cheeses: The Effects of Attitudes, Expected Liking and Food Neophobia	-Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	-Korelasyon Analizi -MANOVA -Hiyerarşik Regresyon Analizi	Çalışmada, katılımcıların tanıdık ve yabancı peynir çeşitlerini satın alma niyetleri ve beklenen/gerçek hoşlukları hakkındaki tutumlarını ve öznel normlarını derecelendirmek amaçlanmıştır. Belirli bir bağlamda tadın hoşluğu, yiyecek seçiminde önemli bir faktördür. Yeni gıdalarla ilgili tutumları ölçmek, gıda satın alma davranışını tahmin etmek için yeterli bilgi sağlamaz, çünkü doğrudan tat deneyimi eksiktir.

Tablo 2. (Devam) Gıda Neofobisi ile İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar

<ul style="list-style-type: none">• Raudenbush B.• Frank R. A.	1999	Assessing Food Neophobia: The Role of Stimulus Familiarity	-Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	-ANOVA -T-Testi	Çalışmada aşinalığın gıda neofobisi üzerindeki etkileri incelenmiştir. Neofobiklerin ve neofiliklerin tepkileri tanıdık gıdalar için benzer, tanıdık olmayan gıdalar için farklı olarak raporlanmıştır. Neofobiklerin tanıdık olmayan yiyeceklerle ilgili farklı beklentileri olduğu ve bunun gıda davranışlarını etkilediği sonucuna varılmıştır.
<ul style="list-style-type: none">• Tuorila H.• Lähteenmäki L.• Pohjalainen L.• Lotti L.	2001	Food Neophobia Among the Finns and Related Responses to Familiar and Unfamiliar Foods	-Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	-Korelasyon Analizi -ANOVA -Açıklayıcı Faktör Analizi	Finli katılımcılar ile gerçekleştirilen çalışmada “tanıdık” veya “yabancı” olarak belirlenen 20 yiyeceğe karşı aşinalık ve denemeye isteklilik ilişkisi değerlendirilmiştir. Gıda neofobisi, “alışık olunmayan” ve ayrıca bazı “tanıdık” yiyecekleri deneme isteğini önemli ölçüde etkilemiştir.
<ul style="list-style-type: none">• Ritchey P. N.• Frank R. A.• Hursti U. K.• Tuorila H.	2003	Validation and Cross-National Comparison of The Food Neophobia Scale (FNS) Using Confirmatory Factor Analysis	-Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	-Psikometrik Analiz -Doğrulayıcı Faktör Analizi -Korelasyon Analizi	Gıda Neofobi Ölçeği'nden alınan orijinal 10 maddeden sekizi kullanılarak tek boyutlu bir ölçek oluşturulmuş ve bu model ABD ve İsveç örneklerinden alınan verilere uyum sağlamıştır. ABD, İsveç ve Finlandiya'dan alınan veriler kullanıldığında altı madde için kabul edilebilir bir uyum sağlanmıştır. Değiştirilen ölçek ile sonuçlar İsveçlilerin ABD ve Finlandyalılara kıyasla yeni yiyecekleri denemeye genellikle daha istekli olduğu sonucunu desteklemiştir.
<ul style="list-style-type: none">• Olabi A.• Najm N. E. O.• Baghdadi O. K.• Morton J. M.	2009	Food Neophobia Levels of Lebanese and American College Students	-Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	-Açıklayıcı Faktör Analizi -Korelasyon Analizi -Ki Kare Analizi	Amerikalı ve Lübnanlı öğrencilerin katılımı ile yapılan çalışmada ikamet edilen ülke, sosyo-ekonomik durum gibi değişkenlerin gıda neofobi düzeyleri üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir. Sonuç olarak Lübnanlı öğrencilerin Amerikalı öğrencilere göre daha yüksek gıda neofobi düzeyine sahip olduğu ve kültürel kökenlerin etkisi belirtilmiştir.
<ul style="list-style-type: none">• Siegrist M.• Hartmann C.• Keller C.	2013	Antecedents of food neophobia and its association with eating behavior and food choices	-Gıda Sıklığı Anketi (FFQ) -Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	-Çoklu Regresyon Analizi -Açıklayıcı Faktör Analizi	İsviçre'nin Almanca ve Fransızca konuşulan bölgelerinde yürütülen çalışma sonuçları, gıda neofobisi düzeyi ile yaşın olumlu; gelir ve eğitimin ise olumsuz ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca gıda neofobisi düzeyi kentleşme ile azalmaktadır. Gıda neofobisi düzeyi yüksek olan kişiler, düşük düzeyde olanlara kıyasla daha az miktarda sebze, salata, kümes hayvanları ve balık tüketmiştir.

Tablo 2. (Devam) Gıda Neofobisi ile İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar

<ul style="list-style-type: none">• Laureati M.• Bergamaschi V.• Pagliarini E.	2015	Assessing Childhood Food Neophobia: Validation of a Scale in Italian Primary School Children	-Gıda Neofobi Ölçeği (FNS) -İtalyan Çocuk Gıda Neofobi Ölçeği (ICFNS)	-Temel Bileşenler Analizi -Korelasyon Analizi -ANOVA -Ki Kare Analizi	Çalışmanın amacı Gıda Neofobi Ölçeği'ni (FNS) uyarlayarak İtalyan ilkokul çocukları için tasarlanmış bir gıda neofobisi öz bildirim ölçüsünü geliştirmek ve doğrulamaktır. Sonuçlar geliştirilen ölçeğin 8 yaşından itibaren ilkokul çocukları ile güvenilir bir şekilde kullanılabilirliğini doğrulamıştır.
<ul style="list-style-type: none">• Siegrist M.• Hartmann C.	2020	Perceived Naturalness, Disgust, Trust and Food Neophobia as Predictors of Cultured Meat Acceptance in Ten Countries	-Gıda İğrenme Duyarlılığı Ölçeği (FDS) -Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	-ANOVA	On ülkede (Avustralya, Çin, İngiltere, Fransa, Almanya, Meksika, Güney Afrika, İspanya, İsveç ve ABD) toplam 6128 katılımcı ile gerçekleştirilen çalışmanın sonuçları bir et çeşidi olan kültürlü etin kabulüne ilişkin, büyük kültürel farklılıklar olduğunu göstermektedir. Gıda endüstrisine duyulan güven, gıda neofobisi ve gıda iğrenme duyarlılığı, birçok ülkede kültürlü etin kabulünü etkilemiştir.

Kaynak: Yazar tarafından ilgili kaynaklardan faydalanılarak oluşturulmuştur.

İKİNCİ BÖLÜM

YİYECEK SEÇİMİ KAVRAMI

Çalışmanın bu bölümünde, yiyecek seçimi kavramı başlığı altında; yeme-içme olgusu, yiyecek seçiminin tanımı, yiyecek seçim kararı, yiyecek seçim süreci modeli, yiyecek seçimine dair sosyal psikolojik yaklaşımlar, yiyecek seçiminin belirleyicileri ve yiyecek seçimine etki eden faktörler derinlemesine tartışılacaktır.

2.1. Yeme-İçme Olgusu

Maslow'un (1954) ihtiyaçlar hiyerarşisi teorisinde, fizyolojik ihtiyaçlar altında yer alan yeme ve içme ihtiyacının, bir bireyin yaşamını devam ettirebilmesi için zorunlu olan en öncelikli ihtiyaçlardan biri olarak kabul edildiği görülmektedir. Yeme-içme olgusu, hayatta kalmak ve sağlık bir yaşam sürdürmek için gereklidir ve birçok farklı yiyecek seçim kararını içeren evrensel bir faaliyettir (Sobal ve Bisogni, 2009: 37).

Beslenme, sadece açlık duygusunu bastırmak ya da canın çektiği şeyleri yemek ve içmek anlamına gelmemektedir. Beslenme, insanın büyüme, gelişme, sağlıklı ve üretken olarak uzun süre yaşaması için gerekli olan öğeleri alıp vücudunda kullanmasıdır. Bugüne kadar yapılan araştırmalar bireylerin yaşamı için 50'ye yakın türde besin öğesine gereksinim duyduğu belirlenmiştir. Ayrıca bireylerin sağlıklı olarak büyüme ve gelişmesi, üretken şekilde uzun süre yaşaması için bu öğelerin her birinden günlük ne kadar olması gerektiği de belirlenmiştir. Bu öğelerin herhangi biri alınmadığında, gereğinden az ya da çok alındığında, büyüme ve gelişmenin engellendiği ve sağlığın bozulduğu bilimsel olarak ortaya konulmuştur (Baysal ve Küçükaslan, 2019: 279).

Kişiler için geliştirilen beslenmenin sağlıklı, yeterli ve dengeli olması için bireye özgü planlanması gerekmektedir. Sağlıklı beslenme, besinlerin hazırlanma ve pişirilme sırasında sağlık için zararlı hale getirilmemesi ya da içlerinde sağlığı tehdit eden öğelerin bulunmaması; yeterli beslenme, bedenin gereksinim duyduğu enerji, besin öğeleri ve diğer bioaktif maddelerin yeterli olarak alınması; dengeli beslenme ise, besin öğelerinin birbirine göre ve öğünlerde dengeli olarak tüketilmesini ifade etmektedir (Kutluay Merdol, 2018: 5).

2.2. Yiyecek Seçiminin Tanımı

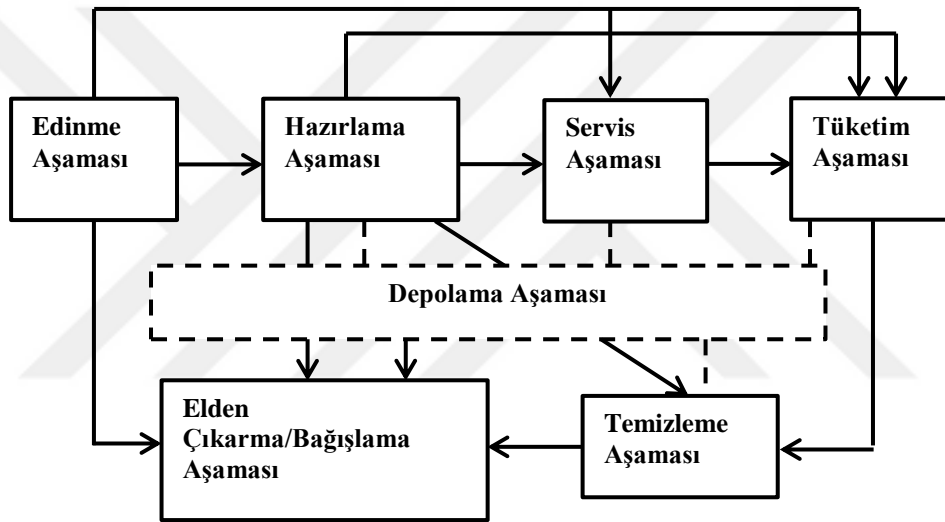
Yiyecek seçimi, bir kişinin satın alırken, tüketim sırasında veya bu iki an arasında herhangi bir durumda aldığı, bilinçli veya bilinçsiz bir dizi karar olarak tanımlanabilmektedir (Hamilton vd., 2000). Karmaşık insan davranışlarından biri olan yiyecek seçimi, hem tüketici hem de toplum sağlığı açısından oldukça önem taşımaktadır (Aşık, 2019: 2601). Gıda endüstrisinde yaşanan gelişmeler, ürünlerin pazarlanması ve erişilebilirliği, tüketicilerin çevre ve sağlık konusundaki duyarlılıklarının artması ile birlikte tüketicilerin yiyecek ve içecek seçimleri arasındaki benzerlik ve farklılıklar ortaya çıkmıştır (Öztürk ve Tekeli, 2021: 149). Birçok faktör tüketicilerin yiyecek seçimini etkilemektedir. Bu da yeni gıda ürünü teknolojileri ile birlikte, mevcut gıda seçimlerini iyileştirmek için yeni doku, tat ve aroma özelliklerine sahip gıdaların geliştirilmesine yol açmıştır (Bartkiene vd., 2019: 2).

2.2.1. Yiyecek Seçim Kararı

Gıda maddeleri neredeyse evrensel olarak, insanlar tarafından elde edilebilmektedir ve erişilebilir hale gelmiştir. Bundan dolayı hemen hemen her yerde, her zaman, herkes tarafından gıdalara ulaşmak mümkündür (Sobal, 1999). Bireyler bir günde birden fazla yeme ve içme olgusuyla karşı karşıya kalırlar (Longnecker vd., 1997) ve her bir olgu; ne, nerede, ne zaman, kimle, nasıl ve ne kadar tüketileceği dahil olmak üzere birçok türde karar gerektirmektedir. Araştırmalar, çoğu insanın günde 220'den fazla gıda kararı verdiğini tahmin etmektedir (Wansink vd., 2007). Yiyecek seçimine karar vermenin günlük yaşamın sık ve beklenen bir parçası olması, bunun dikkatli analizini gerektiren önemli bir konu olduğunu göstermektedir (Sobal ve Bisogni, 2009).

Yiyecek seçimi kararları çok yönlü bir olgudur ve çeşitli yiyecek davranışlarını içermektedir. Bu gıda davranışları, her biri farklı karar süreçlerine sahip olabilen birkaç gıda işleme aşamasını içermektedir. İlk olarak yiyeceklerin edinme aşaması, kişisel üretimden, pazarlardan, kurumlardan veya kişilerarası alışverişlerden gıda maddelerini ve yiyecekleri tedarik etmeyi ifade etmektedir (Yoo vd., 2006). Yiyecek hazırlama aşaması, yiyeceklerin şeklini, ısısını ve dokusunu değiştirmek için çeşitli teknikler kullanarak hammaddelerin yenilebilir yiyeceklere dönüştürülmesini içermektedir. Yiyeceklerin servis aşaması yemek yeme ortamını düzenlemeyi,

yiyecekleri sunmayı ve yemek yiyen kişilere dağıtımını ifade etmektedir (Gittelsohn, 1991). Tüketim aşaması, yiyecek alımını içermektedir. Yiyeceklerin elden çıkarılması ya da bağışlanması ise, gıda maddelerini paylaşmayı ifade etmektedir (Morton vd., 2008). Tüm bu aşamalar, gıda maddelerinin, bileşenlerin ve yiyeceklerin saklandığı ve aşamalar arasında korunduğu depolamayı içerir (Sobal vd., 1998). Son olarak, temizleme aşaması tipik olarak yiyecek hazırlama ve yeme davranışlarını izleyen gerekli bir davranıştır. Tüm bu süreç, gıda davranışının birbiriyle ilişkili birden çok karar içeren çok yönlü bir olgu olduğunu göstermektedir (Sobal ve Bisogni, 2009).



Şekil 3. Gıda Davranışları ve Gıda İşleme Aşamaları

Kaynak: Sobal, J., Carole A. Bisogni (2009). "Constructing Food Choice Decisions". *Annals of Behavioral Medicine*, 38(1): 38.

Yiyecek seçimi kararlarının hangi süreç üzerinden ilerlediğini açıklamak amacıyla Şekil 3'te gıda davranışları ve gıda işleme aşamaları gösterilmektedir. Bireyler modelde de gösterilen aşamaların her birinde farklı kararlar vererek gıda alımını gerçekleştirmektedirler. Bununla birlikte yiyecek seçimi kararları duruma bağlıdır. Yiyecek davranışları sadece yiyeceklerle ilgili kararları değil, aynı zamanda yiyecek davranışının meydana geldiği konum, sosyal ortam, zaman veya diğer faktörler gibi bir durumun diğer yönleri hakkındaki kararları da içermektedir (Bisogni vd., 2007).

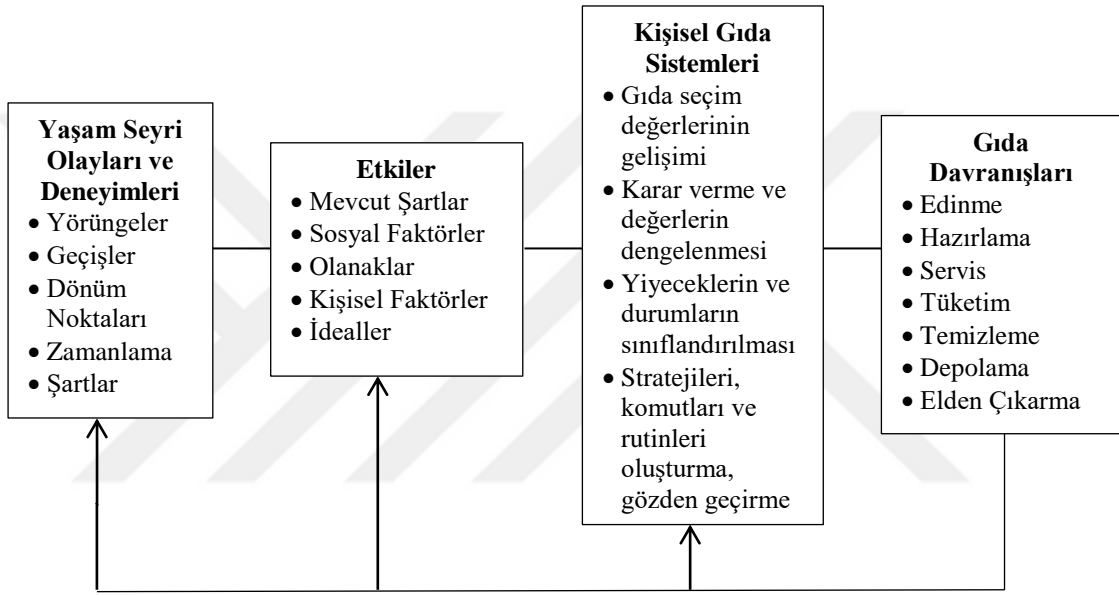
2.2.2. Yiyecek Seçim Süreci Modeli

Tüketicilerin yiyecek seçimi, satın alma öncesinde kalite beklentilerinin oluşması ve satın alma sonrası kalite deneyimi açısından çerçevelenmektedir (Grunert, 2002: 275). Herhangi bir karmaşık insan davranışı gibi yiyecek seçimi de birbiriyle ilişkili birçok faktörden etkilenmektedir. Mevcut faktörlerin etkilerini tasvir etmeye çalışan birkaç model önerilmiştir. Bu modeller, vurgu bakımından farklılık gösterse de, genel olarak benzerdir. Oluşturulan modeller çoğunlukla niceliksel değildir. Farklı faktörlerin olası etki mekanizmalarını açıklamaya, görece önemlerini veya nasıl etkileşimde bulduklarını ölçmeye çalışmazlar. Dolayısıyla, bu tür modeller gerçekte yalnızca olası etkilerin bir kategorizasyonudur. Bu nedenle, bu alandaki çalışmalarda ölçülmesi gereken değişkenlere işaret etmede yararlı olabilirler, ancak bu tür çalışmaların tasarlanacağı bir çerçeve veya insan gıda seçimi teorilerinin üzerine inşa edilecek bir temel sunmazlar (Shepherd ve Sparks, 1994: 204).

Sobal ve Bisogni'nin (2009) çalışmalarında bahsetmiş oldukları gıda seçim süreci modelinde, üç ana bileşenin etkileri tartışılmıştır. Modelde gösterilen yaşam seyri; yörüngeler, dönüm noktaları, zamanlama ve şartlar dahil olmak üzere birkaç aşamayı içeren süreci kapsamaktadır. Burada bahsedilen yörüngeler kişinin yiyecek seçimini gerçekleştirirken düşüncelerini, duygularını, stratejilerini ve eylemlerini içermektedir. Dönüm noktaları, önemli yaşam olayları nedeniyle gıda seçim yörüngelerinde meydana gelen değişikliklerdir. Göç, evlilik veya hastalık dönüm noktalarına örnek gösterilebilmektedir. Yaşam sürecinde olayların zamanlaması ise bahsedilen dönüm noktalarının ne zaman gerçekleştiğini içermektedir. Şartlar ise kişilerin içinde buldukları ortamları temsil etmektedir. Makro düzey şartları, bireylerin gıda seçim yörüngelerinde sabitliği ve değişiklikleri kolaylaştıran ve sınırlayan sosyal, kültürel, politik, ekonomik ve diğer koşulları içermektedir. Yaşam seyri kavramı ve bileşenleri, geçmiş deneyimler, mevcut durumlar ve gelecekteki beklentilerle ilgili olarak oluşturulan gıda seçimi kararlarının hem dinamik hem de sabit yönlerini kavramsallaştırmanın yollarını sağlamaktadır.

Her yeni yiyecek seçimi deneyimi, yaşam akışının bir parçası haline geldiği için bir bireyin yiyecek seçim yörüngesine katkıda bulunur ve geçmiş olaylar dikkate alınmadan hiçbir yiyecek seçimi kararı tam olarak anlaşılabilir. Modelde yiyecek

seçimini etkileyen faktörler; idealler, kişisel faktörler, olanaklar, sosyal faktörler ve mevcut şartlar olarak sıralanmaktadır. Kişisel gıda sistemleri dört ana aşamayı içermektedir. Bunlar gıda seçim değerlerinin gelişimi, karar verme ve değerlerin dengelenmesi, yiyeceklerin ve durumların sınıflandırılması ve son olarak stratejileri, komutları ve rutinleri oluşturma ve gözden geçirme olarak sıralanmaktadır. Tüm bunlar, karar verme sırasında dinamik bir süreç olarak işlemektedir ve bu da bir bireyin yaşam seyri boyunca değişmekte, durumsal olarak belirli bağlamlara ve ortamlara uyarlanmaktadır (Sobal ve Bisogni, 2009).



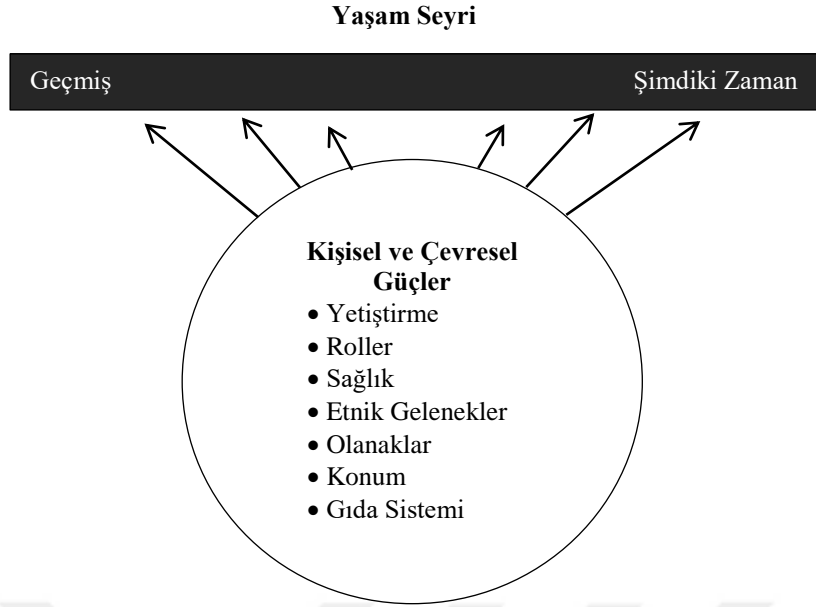
Şekil 4. Gıda Seçim Süreci Modeli

Kaynak: Sobal, J., Carole A. Bisogni (2009). "Constructing Food Choice Decisions". Annals of Behavioral Medicine, 38(1): 41.

Bireylerin yiyecek seçim süreci boyunca içinde buldukları durumları, bu süreci etkileyen faktörleri ve gıda davranışlarını açıklamak amacıyla çalışmada yer verilen Şekil 4, gıda seçim sürecini geniş kapsamlı olarak temsil etmektedir. Burada aktarılmak istenen ana düşünce ise yaşam seyri, etkiler ve kişisel gıda sistemlerinin geniş yelpazede gıda tercihlerini oluşturduğu ve bu etmenler çevresinde yaşam süresince gıda tercihlerinin şekillendiğidir.

Devine vd. (1998) bireylerin yaşam akışının yiyecek seçimlerini nasıl şekillendirdiğine dair daha derin bir anlayış geliştirmek amacıyla, meyve ve sebze kullanımı için yiyecek seçimi yörüngelerinin gelişimini incelemişlerdir. Araştırmacılar bir kişinin yaşam akışı geçişleri ve yörüngelerinin (yaşam boyu ısrarcı

düşünceler, duygular, stratejiler ve eylemler), yiyecek seçimlerini yapmak için kişisel sisteminin gelişimi üzerindeki temel etkilerini göstermek amacıyla bir model oluşturmuşlardır. Yaşam döngüsü geçişleri, özellikle rol değişiklikleri ve sağlık olayları, insanları mevcut gıda seçimlerini şekillendiren nispeten istikrarlı beslenme yörüngelerine yerleştirilmiştir. Yörünge üzerindeki temel etkiler arasında gıda yetiştirme, roller, sağlık, etnik gelenekler, olanaklar, konum ve gıda sistemi yer almaktadır. Sonuçlar geçmiş yaşam akışı olaylarının ve deneyimlerinin, meyve ve sebze seçimleri için mevcut sistemler üzerinde güçlü etkiler olduğunu ortaya koymuştur. Çalışma bulguları yaşam akışı geçişlerinin, örneğin rollerdeki, sağlıktaki veya olanaklardaki değişikliklerin, gıda seçim sistemlerinin değişebileceği ve müdahaleler için fırsatlar sunabileceği durumlar olduğunu göstermektedir. Bazı yiyecek deneyimleri ve yaşam olayları meyve ve sebzelerde olumlu tutumlara ve zevklere yol açarken, diğer kalıplar olumsuz tutumlara ve meyve ve sebzelerden zevk almamaya yol açmaktadır. Ömür boyu süren geçmiş yemek deneyimleri, yiyecek ve yemeğe, yeni yiyecekler denemeye, tat tercihlerine ve kişinin mevcut yiyecek kimliğine genel bir yönelim sağlar ve bunların hepsi mevcut yiyecek seçimlerini şekillendirmek için bir araya gelir. Meyve ve sebze yeme ve yetiştirme konusundaki erken deneyimler ise daha sonra meyve ve sebze tercihlerini şekillendirmektedir. Çalışma yaşam boyunca kişi ve çevrenin etkileşimine vurgu yapmakta ve geçmiş ortamların gıda seçim yörüngelerinin gelişimi üzerindeki kalıcı etkisinin altını çizmektedir.



Şekil 5. Gıda Seçim Yörüngeleri Modeli

Kaynak: Devine, C. M., Margaret Connors, Carole A. Bisogni, Jeffery Sobal (1998). "Life-Course Influences on Fruit and Vegetable Trajectories: Qualitative Analysis of Food Choices". *Journal of Nutrition Education*, 30(6): 363.

Bireylerin yaşam akışı boyunca içinde buldukları durumların ve olguların, yiyecek seçimleri üzerindeki temel etkilerini açıklamak amacıyla Şekil 5'te bir gıda seçim yörüngeleri modeli gösterilmektedir. Modelde geçmişten şimdiki zamana kadar süren yaşam süreci boyunca, yiyecek seçimlerini şekillendiren faktörler ele alınmaktadır.

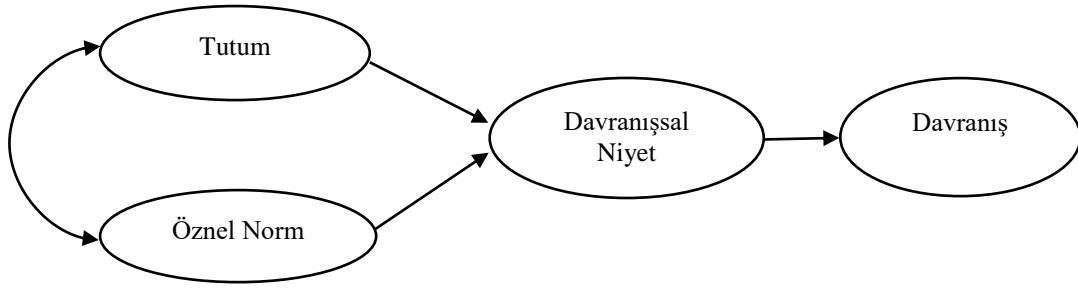
2.2.3. Yiyecek Seçimine Sosyal Psikolojik Yaklaşımlar

Önceki çalışmalar, fizyolojik süreçlerin gıda seçimini anlamak için temel olmasına rağmen, davranış üzerindeki etkilerinin muhtemelen sosyal psikolojik değişkenler tarafından aracılık edildiğini ileri sürmektedir. Diğer psikoloji dallarında olduğu gibi, gıda seçimine yönelik sosyal psikolojik araştırmaların kökleri, öğrenme teorisi üzerine hayvan araştırmalarına dayanmaktadır. Daha önce oluşturulan modeller, bazı insan yiyecek seçim davranışlarına başarıyla uygulanmış olsa da, özellikle sosyal psikologları ilgilendiren, davranışsal karar vermenin (yiyecek seçimine uygulandığı haliyle) yalnızca insan modelleridir (Conner ve Armitage, 2006: 42). Bu bölüm, gıda seçimine yönelik sosyal psikolojik araştırmalara ve sosyal psikolojik değişkenlerin seçimi nasıl etkilediğine dair modellere odaklanmaktadır.

Beklenti-Değer Teorisi: Beklenti-Değer Teorisi (Peak, 1955; Fishbein, 1967) gıda seçimini anlamak için yaygın olarak uygulanan genel bir insan karar verme modelidir. Beklenti-Değer Teorisi, bireylerin arzu edilen sonuçların ortaya çıkma şansını en üst düzeye çıkarmak ve istenmeyen sonuçların ortaya çıkma olasılığını en aza indirmek için motive olduğu varsayımına dayanmaktadır. İki nesne arasında bir seçim yapıldığında, bireyler en çok istenen sonuçla ilişkili olanı seçerler. Bu küresel değerlendirme (tutum), nesnenin, bu sonuçların değerlendirilmesi ile ağırlıklandırılan bir dizi anahtar niteliğe sahip olma olasılığından türetilmiştir.

Tutum-Davranış İlişkisi: Tutumların sosyal psikolojik incelemesi, onlarca yıldır disiplinin temel alanlarından biri olmuştur. Bu kavram, sosyal psikolojide önemli miktarda çalışma doğurmuş ve çeşitli şekillerde tanımlanmıştır (Conner ve Armitage, 2006: 44). Genel olarak Tutum-Davranış İlişkisi'ne yönelik araştırma ilgisinin miktarı ile orantılı olarak, birçok çalışma bunu gıda seçimi ile birlikte incelemiştir. Bu veriler, tutumların gıdayla ilgili davranışlar arasında güçlü bir bağlantı olduğu fikrine genellikle güçlü bir destek olarak alınmıştır.

Gerekçeli Eylem Teorisi: Davranışsal inançlar, tutum, niyet ve davranış modeli Fishbein ve Ajzen'in (1975) Gerekçeli Eylem Teorisi'nin temelini oluşturmaktadır. Ek olarak, Gerekçeli Eylem Teorisi ikinci bir davranış belirleyicisi olan öznel normlara da değinmektedir. Öznel normlar, belirli bir davranışı gerçekleştirme veya yapmama yönündeki genel sosyal baskı algıları olarak tanımlanmaktadır. Örneğin, kişiler ebeveynlerinden lahana yemeye yönelik sosyal baskı algılayabilir, ancak bu sosyal baskı sadece kişinin ebeveynlerine uymaya motive olduğu ölçüde etkili olacaktır (Conner ve Armitage, 2006: 46). Bu teori genel olarak iyi davranış öngörüsünü ortaya çıkarmakta ve inanç-değerlendirmeler ile tutum ve tutum-öznel norm ve niyetler arasındaki hipotezli yapılandırılmış ilişkiler aracılığıyla gıda seçimini etkilemede farklı faktörlerin göreceli önemini belirlemek için kullanılmaktadır. Gerekçeli Eylem Teorisinin gıda seçimi alanındaki birçok uygulamada başarılı olduğu kanıtlanmış olsa da, model çeşitli şekillerde değiştirilebilir ve genişletilebilir (Shepherd ve Sparks, 1994: 211).



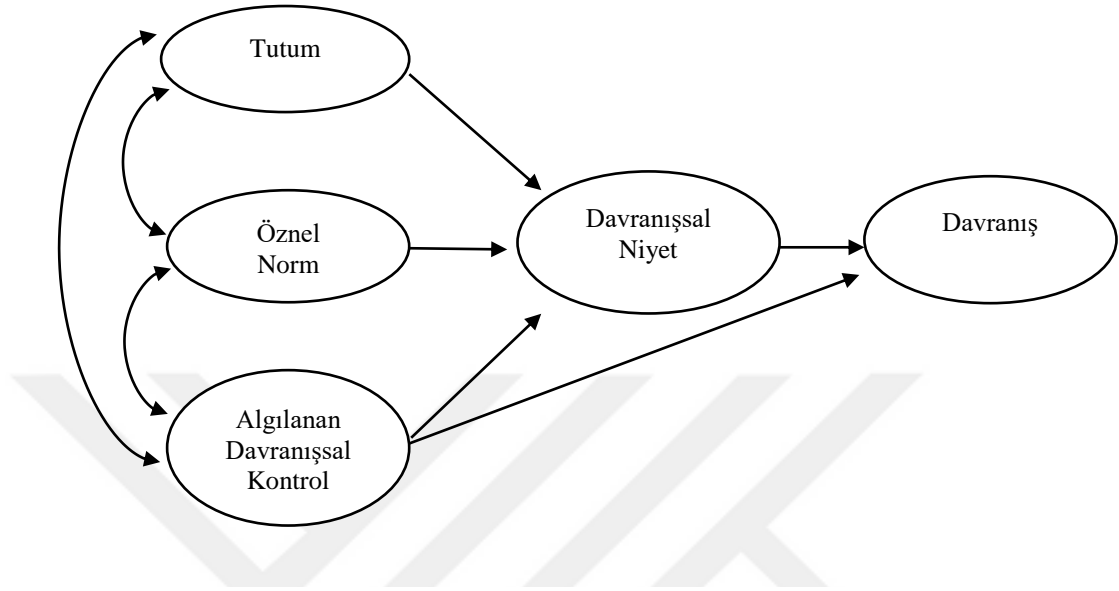
Şekil 6. Gerekçeli Eylem Teorisinin Şematik Temsili

Kaynak: Conner M., Christopher Armitage (2006). “Social Psychological Models of Food Choice”. (Ed.) Richard Shepherd, Monique Raats. The Psychology of Food Choice. Guildford: The Nutrition Society, 47.

Çeşitli faktörlerin yiyecek seçimi üzerindeki önemini açıklamak amacıyla Şekil 6’da Gerekçeli Eylem Teorisi’nin şematik bir temsili sunulmuştur. Modelin yiyecek seçimine uyarlanması durumunda, bireyin seçiminin davranışsal niyet doğrultusunda şekillendiğini söylemek mümkündür. Dolayısıyla teoriye göre bireyin yiyecek seçimi tutum ve öznel normların etkisiyle birlikte davranışsal niyetinin hangi yönde şekillendiğine bağlıdır. Böylelikle bireylerin niyetleri anlaşıldığı takdirde yiyecek seçimlerinin de anlaşılması mümkündür.

Planlı Davranış Teorisi: Planlı Davranış Teorisi, ilk olarak Ajzen (1985) tarafından ortaya konulmuştur. Teoriye göre, insan davranışı üç tür düşünce tarafından yönlendirilmektedir. Bu düşünceler; davranışla ilişkili olası sonuçlar ve deneyimler hakkındaki inançlar, normatif beklentiler ve diğer önemli kişilerin davranışları hakkındaki inançlar ve son olarak davranışın performansını kolaylaştırabilecek veya engelleyebilecek faktörlerin varlığına ilişkin inançlar şeklindedir (Ajzen, 2006). Bu teori bir ürün veya hizmetin genel değerlendirmesi veya faydaları yerine, ilgilenilen spesifik tüketici davranışına odaklanmaktadır (Ajzen, 2015). Bir dizi çalışma Planlı Davranış Teorisi’nin genel olarak davranışı tahmin etmedeki etkinliğini göstermiştir. Daha spesifik olarak, gıda üretiminde gen teknolojisinin kullanımından (Sparks vd., 1995) yağ alımına (Nguyen vd., 1996) kadar gıda seçimi niyetlerini tahmin etmek için Planlı Davranış Teorisi’nin çeşitli uygulamaları olmuştur. Örneğin Cox vd. (1998), Planlı Davranış Teorisi’nin meyve ve sebze tüketimini artırma niyetindeki varyansın %33 ila %47’sini açıkladığını, tutumun baskın öngörücü olduğunu, ardından öznel norm ve algılanan davranışsal kontrolün geldiğini ortaya koymuştur. Benzer şekilde Nguyen vd. (1996) tutum,

öznel norm ve algılanan davranışsal kontrolün, yağlı yiyecekleri yeme niyetinin tahminine bağımsız olarak katkıda bulunduğunu bulmuştur.



Şekil 7. Planlı Davranış Teorisinin Şematik Temsili

Kaynak: Conner M., Christopher Armitage (2006). “Social Psychological Models of Food Choice”. (Ed.) Richard Shepherd, Monique Raats. The Psychology of Food Choice. Guildford: The Nutrition Society, 48.

Şekil 7’de tüketici yiyecek seçiminin hangi düşünceler doğrultusunda gerçekleştiğini açıklamak amacıyla Planlı Davranış Teorisi’nin şematik bir temsili gösterilmektedir. Modelde gösterildiği üzere tutum-davranış ilişkisi, tüketicilerin yiyecek seçimlerinin iyi bir öngörücüsü olabilmektedir.

2.3. Yiyecek Seçiminin Belirleyicileri

Yiyecek seçimleri, sadece açlık veya tokluk güduları ile değil, aynı zamanda belirli besinleri yeme motivasyonu ve belirli fizyolojik mekanizmalardan da etkilenmektedir (Leng vd., 2017: 2). Yiyecek seçimi basit olarak görünse de, aslında oldukça karmaşık yapıya sahip bir süreçtir. Yiyecek seçimi araştırmalarında kullanılan “neden, neyi, ne zaman ve nerede” sorularının cevaplanması oldukça önemlidir. “Neden” sorusu bireylerin seçimlerini ve yiyecek kabulünü sorgulamakla birlikte farklı faktörlerin etkilerini ortaya koymaktadır. “Neyi” sorusu; duyuşal özelliklere, gıdaların kimyasına, besin değerine, tüketici davranışlarına, inançlara ve marka tercihinine, “ne” sorusu; algı, hafıza ve öğrenme psikolojisine ve ekonomik

değerlere anlam yüklemektedir. Bu sorulara verilecek cevaplar ise nerede ve ne zaman sorularının sonuçlarına ulaşmayı sağlamaktadır (Köster, 2009: 71).

Bireyler için yiyecek seçimi birçok belirleyiciyi içerisinde barındıran bir olgudur. Kişinin içinde bulunduğu durum, fiziksel faktörler, gıdayla ilgili faktörler yiyecek seçimini etkileyebilmektedir. Eertmans vd. (2001) ve Rozin ve Tuorila (1993) gıda seçimini belirleyen etmenleri; gıda içi uyaranlar (renk, koku, görünüm gibi yiyeceğin duyuşsal yönlerini) ve gıda dışı uyaranlar (bilişsel bilgi, fiziksel çevre, sosyal faktörler) olarak gruplandırılmaktadır. Yiyecek seçimi yaparken gıda dışı uyaranlarda kişileri etkileyen dış faktörler yer almaktadır. Bu kişisel faktörler bireylerin hoşlanmadığı veya hoşlandığı tercihlerini, demografik değişkenleri, gıda merkezli psikolojik, fizyolojik özellikleri ve ihtiyaçları içermektedir. Gıda içi uyaranları ise direkt olarak gıda maddesinden kaynaklanan faktörleri içermektedir. Bunlara, renk, koku, tat, doku, görünüm örnek verilebilmektedir.

Yiyecek seçimi, sosyal ve kültürel faktörler de dahil olmak üzere çok sayıda faktörden etkilenir. Bu faktörlerin etkisini anlamaya çalışmanın bir yolu, tutumların incelenmesidir. Tutum-davranış ilişkilerinin sosyal-psikolojik tutum modellerini, özellikle de “Planlı Davranış Teorisini” kullanan araştırmalar tanımlamaktadır. Bu yaklaşım iyi bir davranış tahmini göstermektedir, ancak bu temel modelin faydasını artırabilecek bir dizi olası uzantıları da mevcuttur. Diyet değişikliğini etkilemenin zor olduğu bilinmektedir ancak sosyal psikolojide bu zorluğa hitap edebilecek bir dizi içgörü mevcuttur. Bunlardan birincisi, bireylerin çeşitli tehlikelere karşı ortalama bir insandan daha az risk altında olduklarına inandıkları iyimser önyargı olgusudur. Diğer bir endişe de, bireylerin her zaman net tavırlara sahip olmaması, bunun yerine yiyecekler ve sağlıklı beslenme konusunda kararsız olmalarıdır. Bu nedenle, bu kararsızlık için önlemler almak ve davranışları nasıl etkileyebileceğini anlamak önemlidir (Shepherd, 1999: 807).

2.4. Yiyecek Seçimini Etkileyen Faktörler

Tüketicilerin yiyecek seçimleri içinde yaşadıkları toplumun kültürünü yansıtmakla birlikte, onların kişiliklerini ve yaşam biçimlerini de ortaya koymaktadır. Bundan dolayı her toplumda öne çıkan faktörler değişiklik göstermektedir (Girgin ve Karakaş, 2017: 426). Tüketicinin tutumlarına, farklı popülasyonlar içindeki her bir bireyin tüketim modelini belirleyen seçimlerle

sonuçlanan birkaç eşzamanlı faktörün aracılık ettiği bilinmektedir (Cabral vd., 2017). Fizyolojik, biyolojik, psikolojik ve sosyal birçok etmen tüketicilerin yiyecek ve içecek seçimini etkileyebilmektedir (Şahin ve Yazıcıoğlu, 2020: 54). Yiyecek seçiminin ana belirleyicisi açlıktır, ancak farklı seçenekler mevcutsa, tercih edilen gıda maddesi yalnızca fizyolojik veya beslenme ihtiyaçlarıyla belirlenmez (Bartkiene vd., 2019: 2). Ayrıca Steptoe vd.'nin (1995) öne sürdüğü gibi; sağlık, insanların yiyeceklerini seçerken hesaba kattığı tek faktör değildir ve sağlığa odaklanmak, birçok insan için sınırlı öneme sahiptir. Bu sonuç, insanların sağlığı diğer gıda seçim faktörlerine göre ne ölçüde önceliklendireceğini sorguladığı kadar, insanların gıda seçimlerini değiştirmek için tasarlanmış müdahaleler bağlamında kritik derecede önemlidir (Antin ve Hunt, 2012: 856). Bu nedenle, diğer etkilerin gıda seçimi üzerindeki rolünü araştırmak önemlidir. Aynı şekilde Marshall (1993) çalışmasında yiyecek seçiminin tesadüfi bir karar olmadığını ve farklı birçok faktörün dikkate alınması gerektiğini belirtmektedir. Buna göre tüketici yiyecek seçimini etkileyen faktörleri sadece sağlık perspektifinden incelemek doğru olmayacaktır. Literatürde tüketicilerin yiyecek tercihleri üzerine yapılan pek çok çalışma mevcuttur. Yiyecek tercihi konusunun multidisipliner yapısı, yapılan çalışmaların çeşitliliğini ve sayısını da artırmıştır (Altaş ve Uzun, 2017: 4436).

Tüketicilerin yiyecek seçimini etkileyen faktörlerle ilgili yapılmış önemli çalışmalardan biri, Steptoe vd. (1995) tarafından yapılan yiyecek seçim faktörlerinin sınıflandırılmasıdır. Çalışmaya göre tüketicilerin yiyecek seçimini etkileyen dokuz farklı etmen mevcuttur. Bunlar; sağlık, ruh hali, uygunluk, duyuşal çekicilik, doğal içerik, fiyat, kilo kontrolü, aşinalık ve etik endişelerdir. Araştırmacılar geliştirdikleri ölçek sonucunda, sırası ile duyuşal çekicilik, sağlık, kolaylık ve fiyat faktörlerinin en önemli etmenler olduğunu ve ayrıca bu faktörlerin gelir, cinsiyet ve yaş değişkenleri ile de ilişkili olduğunu göstermişlerdir.

Rusya'da yapılan benzer bir çalışma, yiyecek seçiminin en önemli nedenlerinin duyuşal yönler ve yiyecek bulunabilirliği olduğunu ve bunu fiyat faktörünün izlediğini ortaya koymuştur (Honkanen ve Frewer, 2009). Yapılan araştırmalar, tüketicileri yaş ve cinsiyete göre sınıflandırmış ve bu parametrelerin gıda seçimindeki etkisini doğrulamıştır. Antin ve Hunt (2012) Afro-Amerikalı kadınlar ile yaptıkları çalışmada, yiyecek seçimi için aşinalık, rahatlık, beslenme kalitesi, keyifli

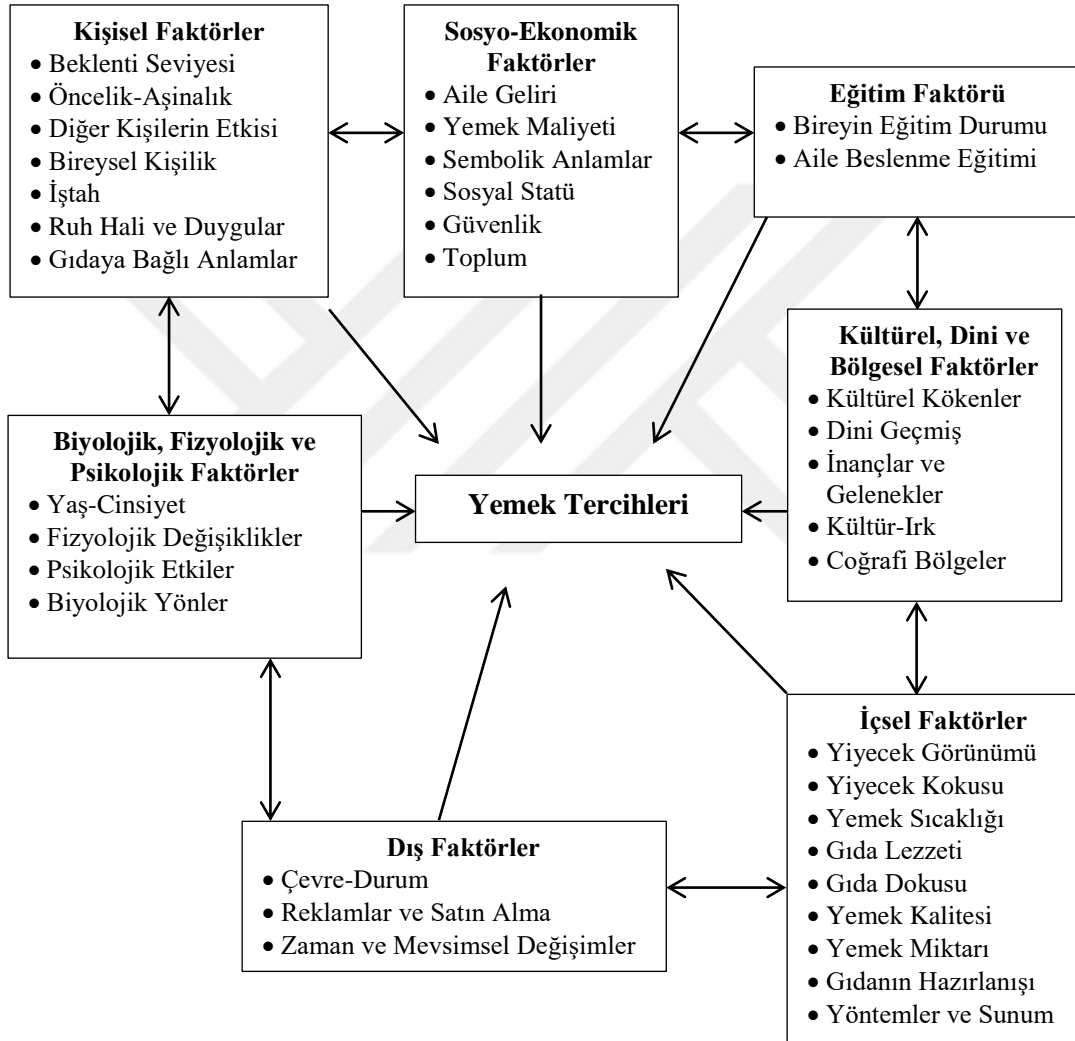
deneyimler, maliyet ve doyunluk hissi gibi kriterlerin önemini ortaya koymuşlardır. Girgin ve Karakaş (2017) tarafından, Türklerin gıda seçim faktörlerini saptamaya yönelik yapılan çalışmada ise en etkili faktörün duyuşal faktör olduğu belirlenmiştir. Çalışmada duyuşal faktörü sırasıyla; fiyat, uygunluk ve mevcudiyet, ruh hali, doğal gıda, sağlık, ekolojik, kilo, inanç, aşinalık ve politik neden faktörleri izlemektedir. Özdemir (2010) ise ilgili literatür kapsamında yemek seçimini etkileyen üç ana faktörden bahsetmektedir. Bu faktörler; kişı ile ilgili faktörler, yemekle ilgili faktörler ve çevresel faktörlerdir.

Tüketicilerin yiyecek seçiminde etkili olan faktörlerin belirlenmesi, mevcut gıda ve sağlık politikalarının geliştirilmesi bakımından önemli olmasının yanı sıra yiyecek ve içecek işletmelerinin pazarlama faaliyetlerinin de etkili ve başarılı bir şekilde yürütülebilmesi için de oldukça önemlidir. Çünkü bu tür işletmelerin hedef kitlelerinin yiyecek seçiminde etkili olan motivasyonları anlamlandırması ve üretimlerini bu doğrultuda gerçekleştirmeleri gerekmektedir. Bundan dolayı tüketicilerin bu motivasyonlarını anlamlandıramayan veya dikkate almayan işletmelerin başarıya ulaşması oldukça zordur (Girgin ve Karakaş, 2017: 426).

Tüketici yiyecek tercihini etkileyen faktörlerin öneminin demografik ve yaşam tarzı özelliklerine göre değiştii söylene de, tat ve duyuşal çekicilik gruplar arasında en önemli unsurlar arasında kabul edilir (Scheibehenne vd., 2007). Genel olarak sevdiğimiz veya sevmediğimiz yiyecekler, öncelikli olarak duyuşal özelliklerini sevdiğimiz veya beğenmediğimiz için tükettiğimiz yiyeceklerdir; bunlara güzel tatlar veya hoşnutsuzluklar adı verilmektedir. Gelenekler de, ne yediğimiz, neyi tercih ettiğimiz ve sevdiğimiz şeyler üzerinde güçlü bir etkiye sahiptir. İnsanlar, en çok tüketilen yiyecekleri tercih etmeseler bile, genellikle mevcut ve ulaşılması kolay olanı tüketmektedirler (Rozin, 1996: 89).

Belirli bir kültür içinde, belirli gıdalar için belirli duyuşal özelliklerin uygunluğu konusunda büyük ölçüde bir fikir birliği vardır. Aynı zamanda bireyler arası tercihlerde önemli farklılıklar mevcuttur, bu da kısmen farklı yiyecek seçenekleri ve diyete yol açacaktır. Tercihlerdeki ve gıda seçimindeki bu bireysel farklılıkların anlaşılması, gıda seçimi modellerini etkileyen faktörlerin belirlenmesinde büyük önem taşımaktadır (Shepherd ve Sparks, 1994: 205).

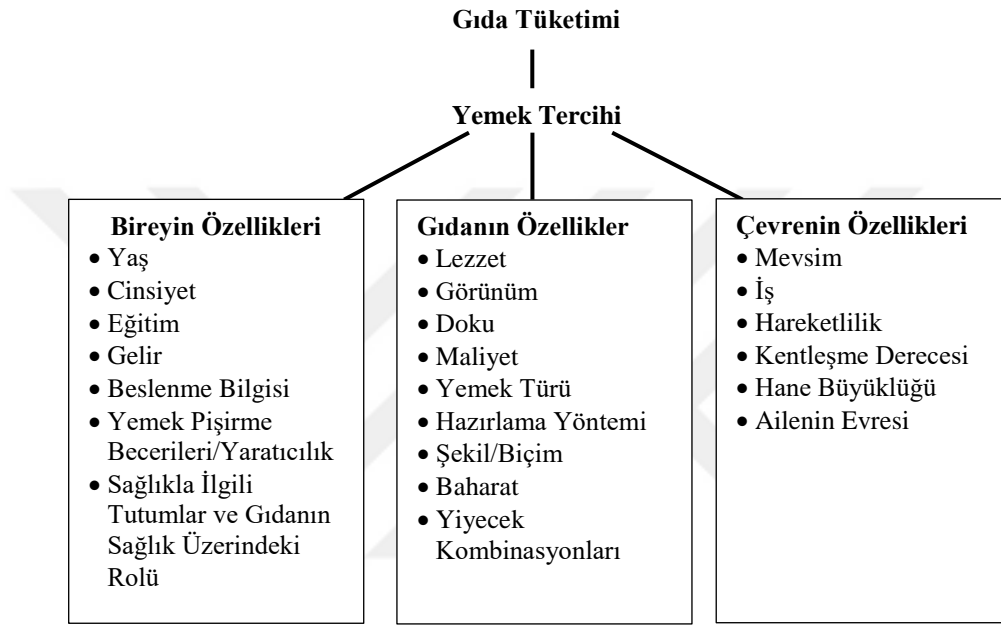
Şekil 8, Şekil 9 ve Şekil 10’da bireylerin yiyecek tercihini etkileyen faktörlerin modellenmesi gösterilmektedir. Potansiyel olarak çok sayıda değişkenin yiyecek tercihini etkilediği görülmektedir. Genel olarak bu değişkenler yemek, seçim yapan kişi ve dış çevre ile ilgili olanlara ayrılabilir. Khan ve Hackler (1981), Randall ve Sanjur (1981), Shepherd (1985) gibi araştırmacılar, yiyecek seçimini etkilemede gıda tercihleri aracılığıyla bu faktörleri göstermektedir.



Şekil 8. Gıda Tercihlerini Etkileyen Faktörler

Kaynak: Khan, M. A., L. Ross Hackler (1981). "Evaluation of Food Selection Patterns and Preferences." *Critical Reviews in Food Science & Nutrition*, 15(2): 131.

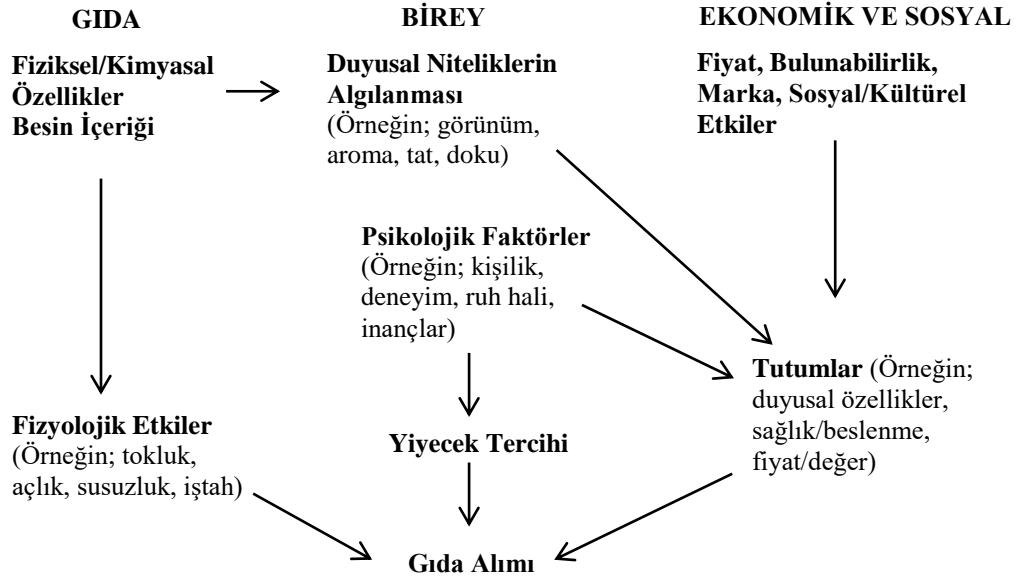
Kişisel, sosyo-ekonomik, eğitim, kültürel, dini ve bölgesel, içsel, çevresel, biyolojik, fizyolojik ve psikolojik faktörlerin kendi aralarındaki etkileşim ile birlikte yiyecek seçimi üzerindeki etkilerinin de anlaşılması amacıyla Şekil 8’de bir model sunulmuştur. Khan ve Hackler (1981) tarafından tasarlanan modelde bahsi geçen faktörler, bireylerin yiyecek seçiminin farklı yönlerini ele alarak sürecin anlamlandırılmasını kolaylaştırmaktadır.



Şekil 9. Gıda Tercihlerini Etkileyen Faktörler

Kaynak: Randall, E., Diva Sanjur (1981). “Food Preferences—Their Conceptualization and Relationship to Consumption”. Ecology of Food and Nutrition 11(3): 153.

Tüketicilerin yiyecek seçimini şekillendiren temel etmenlerin açıklanması amacıyla Şekil 9’da Randall ve Sanjur (1981) tarafından oluşturulan bir model sunulmaktadır. Modelde yiyecek seçimini etkileyen faktörler basit olarak bireyin özellikleri, gıda maddesinin özellikleri ve seçim yapılan çevreye bağlı özellikler ile ilgili olarak kategorize edilmiştir. Bu etkilerin nasıl şekilleneceğine dair bazı göstergeler de mevcuttur. Bu göstergeler bireyin yaşı, cinsiyeti, eğitimi; gıda maddesinin dokusu, görünümü, lezzeti; çevresel olarak kentleşme, aile yapısı gibi değişkenlerle açıklanmaktadır. Tüm bu göstergeler ve etmenlerle birlikte bireyin yiyecek tercihi, dolayısıyla gıda alımı şekillenmektedir.



Şekil 10. Yiyecek Seçimini ve Alımını Etkileyen Faktörler

Kaynak: Shepherd, Dick (1985). "Dietary Salt Intake". Nutrition & Food Science, 85(5): 11.

Gıdaya, bireye, ekonomik ve sosyal etmenlere bağlı olarak şekillenen ve tüketici yiyecek tercihini, dolayısıyla gıda alımını etkileyen faktörlerin açıklanması amacıyla, Shepherd (1985) tarafından oluşturulan model Şekil 10’da sunulmaktadır. Modelde mevcut faktörlerin birbirleriyle olan etkileşimi sonucunda gıda alımı üzerindeki etkileri açıklanmaktadır. Burada önemli olan ise bir faktörün oluşmasına, çeşitli faktörlerin etki ettiğidir.

2.4.1. Gıdaya Bağlı Faktörler

Pek çok gıda ürünü, gıda ürünlerinin faydacı (işlevsel) yönlerinin aksine, tüketiciye zevk veren estetik veya duygusal niteliklere sahiptir. Yiyeceklerin hedonik yönleri arasında görünüş, koku ve özellikle tat bulunmaktadır (Brunsø vd., 2002: 16). Bununla birlikte, belirli bir gıdada bu duyuşal nitelikleri algılamak, mutlaka bir bireyin o yemeği tüketmeyi seçeceği veya seçmeyeceği anlamına gelmemektedir. Daha ziyade, belirleyici faktör olacak olan, bireyin o gıdadaki niteliklerden herhangi birini sevmesidir (Shepherd, 1999: 807). Gıdanın bazı kimyasal ve fiziksel özellikleri, kişiler tarafından tat, doku veya görünüm gibi duyuşal özellikler açısından algılanacaktır. Gıdaların kimyasal bileşiminin birçok yönü algılanamaz ve bu nedenle kimyasal bileşimin her varyasyonu bu yolla seçimi etkilemeyecektir. Öte yandan, çok düşük konsantrasyonlarda algılanan ve potansiyel olarak büyük etkiye sahip olabilecek bazı kimyasallar da mevcuttur. Bununla birlikte, bu duyuşal nitelikler kendi başlarına bir kişinin bir yiyeceği seçip seçmeyeceğini belirlemez,

bunun yerine kişinin belirli bir yiyecekteki bir özelliği sevmesi belirleyici faktör olacaktır. Duyusal niteliklerden hoşlanmak genellikle gıdaya özgüdür ve muhtemelen bu tercihler deneyim yoluyla öğrenilir (Cowart ve Beauchamp, 1986).

Tatma Duyusu: Yiyecek seçiminin önemli belirleyicileri üzerine yapılan nicel araştırmalar, genellikle tat ve zevkin yiyecek seçiminin en önemli belirleyicileri arasında olduğu sonucuna varmaktadır (Roininen vd., 1999). Tatma duyusu beslenme olgusuna yönelik kimyasal bir duydur. Tat duyusu ağız boşluğuna bir gıda maddesinin alınmasıyla duyulan histir (Delwiche, 2004).

Görme Duyusu: Görme duyusu, gıda maddelerinin satın alınmasında ve seçiminde oldukça önemli bir rol oynamaktadır (Aksoy ve Kazkondu, 2020: 1309). İştah açıcı yiyeceklerin görülmesi beyin aktivitesini tutarsız şekillerde değiştirmektedir. Yiyecek maddelerine bakmak hem görsel olarak ilişkili beyin bölgelerinde hem de ödülle ilişkili bölgelerde (orbitofrontal korteks, parahipokampal girus ve insula) yetişkinlerde ve çocuklarda aktivasyonu artırmaktadır (Van Meer vd., 2015; Van Der Laan vd., 2011). Yiyeceklerle ilgili görsel uyarıcılar, kişilerin gıda maddelerini satın alma kararı, miktarı ya da tüketimiyle ilgili davranışları üzerinde etkileri bulunmaktadır (Krishna, 2012: 344). Linstrom (2006) beş duyu arasındaki en anlamlı olanının %58 oranında görme duyusu olduğunu ve yiyecek-içecek tercihlerinde en etkili duyu faktörü olduğunu belirlemiştir.

Koklama Duyusu: Koku duyusunu diğer duylardan ayıran en önemli özellik, kişilerin kokuya odaklanmadıkları zamanda bile onu algılayabilmesi ve herhangi bir tepkide bulunabilmesidir (Aksoy ve Kazkondu, 2020: 1310). Linstrom (2007) beş duyu arasında %45 oranında koklama duyusunun yiyecek seçiminde en önemli ikinci etkiyi oluşturduğunu belirtmektedir. Genellikle, belirli gıdalar için koku tercihi ve puanlanan çekicilik, duyu spesifik tokluk olarak adlandırılan tüketimden sonra azalmaktadır (Inman, 2001). Yemek yemek ya da tokluk hissi, gıdayla ilgili kokuların hoşluğunu azaltmaktadır, ancak yiyeceklerle ilgili olmayan kokular üzerinde herhangi bir etkisi yoktur (Stroebele ve Castro, 2004: 828).

İşitme Duyusu: Ses öğesinin insanların duygularını değiştirdiği ve etkilediği, insanları rahatlattığı ve stresi azalttığı bilinmektedir. Bundan dolayı ses öğelerinin hisleri ve duyguları etkileyerek kişilerin ruh halini etkilediği söylenebilmektedir

(Juslin ve Laukka, 2004). Ses öğelerinin bu tür etkilerinin bulunması, bireylerin yiyecek seçimini de etkileyecektir. Linstrom (2007) duyuşal anlamlandırmada %41 oranında işitme duyusunun yiyecek seçiminde en önemli üçüncü etkiyi oluşturduğunu belirtmektedir.

Dokunma Duyusu: Dokunma duyusu ile ilgili yapılan çalışmalar insanların dokunma duyusunun bir gıda maddesi hakkında bilgi edinmesine olanak sağladığına yöneliktir. Konuyla ilgili çalışmaların birçoğu sınırlı uygulamadan öteye geçmekte ve gıda maddesi ile ilgili olumlu bilgiler olmadığı zamanlarda bile dokunma duyusunun birey davranışını etkileyebileceğini ifade etmektedir (Aksoy ve Kazkodu, 2020: 1310). Linstrom (2007) %25 oranında dokunma duyusunun yiyecek seçiminde etkili olduğunu belirtmiştir.

2.4.2. Kişiyeye Bağlı Faktörler

Cinsiyet: Bir dizi çalışma, gıda seçiminde cinsiyete bağlı farklılıkları tutarlı bir şekilde bildirmiş ve kadınların genellikle daha sağlıklı bir gıda seçimi modeli gösterdiklerini ortaya koymuştur (Westenhoefer, 2005: 45). Örneğin, Uluslararası Sağlık ve Davranış Araştırması (IHBS) 23 farklı ülkeden toplam 19.298 üniversite öğrencisindeki bir dizi sağlık davranışını kendi kendine rapor ve anket tabanlı bir çalışma kullanarak incelemiştir (Wardle vd., 2004). 23 ülkenin hemen hemen tümünde, erkeklerden daha yüksek oranda kadın, yüksek yağlı gıdalardan kaçındığını, yüksek lifli yiyecekler yediğini, günlük meyve yediklerini ve yemeklerine asla tuz eklemediklerini bildirmiştir. Benzer şekilde, kolorektal kanserin popülasyon temelli taramasına katılan 55-64 yaş arası 1.024 yetişkin üzerinde yapılan bir çalışmada, kadınlar hem meyve hem de sebzedden daha fazla porsiyon tükettiklerini bildirmişlerdir (Baker ve Wardle, 2003). Erkekler, yiyecek seçimi davranışları da dahil olmak üzere birçok sağlık davranışını kadınlardan daha az önemli olarak değerlendirmektedir (Courtenay vd., 2002; Furnham ve Kirkcaldy, 1997; Wardle vd., 1997). Erkeklerin, yiyecek seçimlerini yaparken tat veya kolaylık gibi hususlara kıyasla sağlığa daha düşük öncelik verdiği de gösterilmiştir (Lawlor vd., 2001; Wardle ve Griffith, 2001; Wardle ve Solomon, 1994). Bu nedenle, sağlık tavsiyelerine uygun olarak beslenmenin önemi hakkındaki inanç farklılıkları, yiyecek seçiminde cinsiyet farklılıklarının açıklanmasına katkıda bulunabilmektedir (Wardle vd., 2004: 108). Beslenmede cinsiyet farklılıklarına katkıda bulunabilecek bir başka

faktör, kadınların kilo kontrolü ve daha yüksek diyet sıklığı konusundaki endişeleridir. Vücut ağırlığı veya diyetle yönelik tutumlarla ilgili hemen hemen her çalışmada, kadınlar kilo konusunda daha fazla endişe bildirmekte ve kiloyu kontrol etmek için erkeklerden daha fazla girişimde bulunmaktadır (Wardle ve Griffith, 2001).

Yaş: Yaşlanma, birçok bireyde sağlığı ve yaşam kalitesini etkileyen bir dizi fizyolojik değişikliklerle ilişkilidir. Özellikle, kemosenör sistemin hassasiyeti, yani tat ve koku alma yeteneği yaşlı insanlarda sıklıkla azalır. Bu, enerji veya besin alımlarında değişikliklere yol açan gıda seçiminde değişikliklere neden olabilir. Bu beslenme değişiklikleri daha sonra vücut ağırlığını, vücut kompozisyonunu ve beslenmeyle ilgili hastalıkları etkileyebilir (Rolls, 1999). Belirli bir yaş grubunun veya neslin özellikleri, bireylerin gıdalara karşı tutumlarını etkileyebilmektedir (Furst vd., 1996: 252). Öztürk ve Tekeli (2021) tarafından yapılan çalışmada Y ve Z kuşaklarının yiyecek tercihleri karşılaştırılmış ve Z kuşağının besin seçim güdülerinden kilo kontrolüne ilişkin görüşlerinin ortalaması Y kuşağının ortalamasından daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Tüketicilerin diğer besin seçim güdeleri (sağlık, ruh hali, duygusal çekicilik, aşinalık, doğal içerik, uygunluk, fiyat ve etik kaygılar) ise Y ve Z kuşağı arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Aşık (2019) tarafından yapılan çalışmada X ve Z kuşağı yiyecek seçimleri karşılaştırılmış ve her iki kuşağın en çok tercih ettiği yiyecek grubunun fast food, en az tercih ettiği yiyecek grubunun ise dünya mutfağı olduğu belirlenmiştir. Yine aynı çalışmada X kuşağının, yiyecek tercihinde en etkili faktörler sırasıyla, besin çeşitliği sağlaması, yağ oranının düşük olması ve düşük kalorili olmasıdır. Z kuşağının yiyecek tercihini belirleyen faktörler ise sırasıyla, yiyeceğin doyurucu olması, öznel kalite kriterleri ve kolay hazırlanmasına özen gösterdikleri belirlenmiştir.

Sağlık: Sağlık oldukça kapsamlı bir kavram olmakla birlikte; tıbbi, beslenme, sosyal ve psikolojik dahil olmak üzere farklı bilimsel bakış açılarından ele alınabilir. Tüketiciler açısından sağlık iki ana boyutu içermektedir. Bunlar; sağlıklı beslenme ve sağlıksız gıdalardan kaçınmak şeklindedir. Birinci boyut olan sağlıklı beslenme, fonksiyonel besinler, daha az yağlı yiyecekler ve sağlık ve beslenmeyle ilgili diğer faktörler gibi beslenme yönleriyle ilgilidir. Sağlıksız gıdalardan kaçınmak olan ikinci boyut ise, gıda güvenliği ile ilgili endişeleri içermektedir (Brunsø vd., 2002: 21).

Gıda güvenliği, gıda riskinin zıttı olarak tanımlanabilmektedir. Söz konusu gıdanın tüketilmesinden kaynaklanan bir zarar görmeme olasılığı gıda güvenliğini kapsamaktadır. Belirli bir gıdanın doğrudan bir sonucu olarak, bir sağlık tehdidi algılandığında, risk algılamaları gıda seçiminin güçlü belirleyicileridir (Brug ve Assema, 2001).

Tüketiciler için neyin sağlıklı veya neyin iyi olduğuna dair fikirler yemek seçimini etkileyebilmektedir. Bununla birlikte, sağlıklı beslenme hakkında bilgi sahibi olmak, mutlaka pratiğe dönüşmez. Sağlıklı beslenme tavsiyesinin temel ilkelerinin son yıllarda dikkate değer ölçüde sabit olmasına rağmen, insanlar diyetlerini değiştirmemenin gerekçesi olarak hızlı araştırma bulgularını kullanmaktadırlar. Dahası, gıda üreticileri bir dizi günlük gıdayı "sağlıklı" olarak yeniden tanımlayarak genel kafa karışıklığını da yol açmaktadır. Seçime yardımcı olmaktan ziyade, "sağlıklı" terimi artık bir pazarlama stratejisi olarak sıklıkla kullanılmaktadır. Bu nedenle, gıda seçimini etkileyen faktörler oldukça geniş kapsamlıdır. Birey için, öncelikler yaşam döngüsü boyunca değişirken, sosyal sınıf, etnisite ve cinsiyet yiyeceklerle ilgili kararların alındığı parametrelerdir. Yeme alışkanlıklarını değiştirmeye yönelik her adım, bu sosyal ve kültürel çerçeveyi hesaba katmalıdır (Keane ve Willetts, 1994: 17).

Kilo Kontrolü: Tüketici yiyecek seçimini etkileyen önemli faktörlerden biri de kilo kontrolüdür. ABD'de ve muhtemelen diğer birçok Batı kültüründe kadınlar, birçok kadının gerçek vücut şeklinden önemli ölçüde daha ince olan ideal bir vücut şeklini içselleştirmektedir (Fallon ve Rozin, 1985). Ayrıca vücut şekli ve beden imajı bu kadınlar için birincil öneme sahiptir (Rozin ve Fallon, 1988). Bu meşguliyet, sonuç olarak, zayıf bedenlerin değerini ve önemini teşvik eden kültürlerde kadınlarda nispeten yüksek depresyon, anoreksi ve bulimia insidansı ile bağlantılı olabilir (McCarthy, 1990). Bu gerekçe ise yiyecek seçimini önemli ölçülerde etkileyebilmektedir.

Ruh Hali: Bireylerin en önemli ihtiyaçlarından biri olan beslenmenin karşılanması, biyolojik ve fizyolojik gerekliliğinin yanı sıra psikolojik açıdan da oldukça önemlidir. Birçok bireyin öfkelenildiğinde ya da kendisini baskı altında hissettiğinde normalden daha fazla yiyecek tüketebildiği görülmektedir. Bu durumun psikolojik bir faktör olarak açıklanması doğru olacaktır. Aynı şekilde heyecanlı ya da

stresli durumlarda hiç yemek yenmemesi de duygusal durumların yemek yeme üzerinde bıraktığı etki ile ifade edilmektedir (Konttinen, 2012). Yas ya da mutluluk gibi duygular, koku ve tat algıları, içten gelen dürtüler, deneyimler ve takıntılar besin alımı ve kullanımını etkileyen faktörlerdir. Örneğin; çocuklukta besinlerle ilgili yaşanan olumsuz bir deneyim, ileri yaşlarda o besinin reddi şeklinde ortaya çıkabilir (Kutluay Merdol, 2018).

Alışkanlıklar: Alışkanlıklar geçmiş seçimlerle şekillenen tercihlerdir. Yiyecek seçimleri alışkanlık kalıplarını takip ederse, bunların nasıl ortaya çıktığını anlamak gerekmektedir. Çocukluk çağındaki bireyler genellikle ne yedikleri konusunda söz sahibi olsa da, farklı seçeneklerin maliyet ve faydalarını doğru bir şekilde değerlendiremeyebilirler. Bu bağlamda, taklitçi veya dürtüsel davranış baskın hale gelebilir, bu da onları akran baskısına ve doğrudan çevrelerinde yiyecek tedarikine karşı savunmasız hale getirebilir. Alışkanlıklar bir kez ortaya çıktığında, tercihleri ve gelecekteki seçimleri şekillendirirler (Leng vd., 2017: 3).

2.4.3. Çevreye Bağlı Faktörler

Medya Etkisi: Medya kullanımında kontrol mekanizmasının son derece zayıf olması, hemen her bireyin beslenme konusunda kanıta dayalı olmayan bilgiler vermesi de tüketicinin besin satın almasını ve gıda tercihini etkileyen önemli konulardır. Beslenme, bireye özgü bir olgudur. Her bir bireyin kendi özelliklerine göre alması gereken besin öğeleri vardır. Uzmanlar bu durumu gözardı ederek pek çok konuda çeşitli açıklamalar yapmaktadır. Örneğin, süt, içerdiği besin öğeleri, özellikle de kalsiyum ve fosfor açısından çok önemli ve yararlı bir besindir. Ancak laktoz intoleransı ya da süt alerjisi olanlar tarafından kullanılamaz (Kutluay Merdol, 2018). Bu bakımdan insanların medya etkisi ile edinmiş oldukları bilgilerin her zaman kişiye fayda sağlamayacağı söylenebilmektedir. Bu durum sağlıksız gıda tercihlerine ve yeme bozukluklarına yol açabilmektedir.

Reklamlar: Bugünün rekabet koşulları, işletmelerin potansiyel müşterilerin dikkatlerini çekmeye ve rakip işletmelerden daha fazla kar etme çalışmalarına yönlendirmektedir. Bu amaçlar doğrultusunda yapılan önemli yatırımlardan ve işletme başarısını doğrudan etkileyen unsurlardan biri reklamlardır (Shaizada, 2006). Reklam, bir ürünün tüketimini teşvikte en etkili yol olarak kullanılmaktadır. Araştırmalar, üreticilerin ürünlerinin satışı için yaptıkları reklamlara harcadıkları

para miktarının ürün maliyetinin en az beşte birini oluşturduğunu göstermektedir. Tüketiciler, sağlıklarını korumaya yönelik piyasaya sürülen ürünlere reklamlar nedeniyle yoğun ilgi göstermekte ve önemli miktarlarda paralar harcamaktadırlar. Reklamların kontrolü ve sağlığı koruyucu etki yapıp yapmadığı konusunda gerekli yasal düzenlemeler yetersizdir ve ürünün sağlık riski taşıması durumunda dahi herhangi bir yaptırım bulunmamaktadır (Kutluay Merdol, 2018).

Teknolojik Etkiler: Ülkelerin besin üretim, işleme, paketlenme ve pazarlama aşamalarında kullandığı teknoloji, besinin ulaşılabilirliği, satın alınması, saklanması ve kullanımı aşamalarında etken olan bir durumdur. Teknolojinin iyi kullanıldığı durumlarda besinleri alıp saklama ve gerektiğinde hızlı bir şekilde hazırlama ve tüketime sunma daha kolay olmaktadır. Ancak teknoloji, yeni ürün yapımı aşamasını da çok hızlandırmış ve çoğaltmış durumdadır. Her gün piyasaya yeni bir iddia ile ürün pazarlanmaktadır. Bu ürünlerin denetimi oldukça güçtür ve tüketicilerin hangi besinleri tüketebileceği, hangi besinlerin sağlığı için daha uygun olduğu konusunda kafası oldukça karışmış durumdadır (Kutluay Merdol, 2018). Buradan yola çıkıldığında ise teknoloji her ne kadar gıda maddelerine erişimi kolaylaştırırsa da, yanlış gıda tercihlerine yol açabilmektedir.

Ambiyans: Ortamın çeşitli bileşenleri, tüketicilerde gıda alımını artırabilecek veya azaltabilecek hisleri tetikleyebilmekte; başka bir deyişle, bu durumsal ve duyuşsal faktörler, davranışsal niyetleri gerçek yeme davranışına dönüştürmeye yardımcı olabilmektedir. Ortamdaki renkler, sesler, kokular ve dokular doğrudan yeme davranışına olumlu katkıda bulunan içgüdüsel reaksiyonları uyandırabilmektedir. Ambiyansın kavramsallaştırması sadece çevresel uyaranları değil, aynı zamanda gıda ile ilgili duyuşsal uyaranları da içermektedir (Stroebele ve Castro, 2004).

2.4.4. Ekonomik ve Sosyal Faktörler

Kolaylık – Uygunluk: Kolaylık veya uygunluk, yiyecek hazırlamak ve tüketmek için harcanan zamanı ve çabayı azaltma eğilimini yansıtmaktadır. Bu, çeşitli şekillerde gerçekleştirilebilir. Örnekler arasında hazır yiyecekler yemek, paket servis yemek satın almak, (fast-food) restoranlarda yemek yemek ve mutfak aletleri kullanmak sayılabilir (Brunsø vd., 2002: 30). Hazır ürünler, birçok farklı yemek türüyle ilgilidir ve olası farklı çözümlerin bazılarını açıklığa kavuşturmak için, Costa

vd. (2001), "evde yemek ikameleri" dedikleri şey için tüketici odaklı bir sınıflandırma sistemi önermiştir. Araştırmacılar ev yemeği değişimleri için dört kolaylık sınıfı önermektedirler. Bunlar; yemeye hazır (satın alındığı gibi tüketilir), ısıtmaya hazır (tüketimden önce ısıtma gerektirir), bitirmeye hazır (biraz daha pişirilmesi gerekir) ve pişirmeye hazır (pişirmeye hazır olabilir, ama yine de tam pişirilmeye ihtiyacı var) şeklindedir. Tutumsal bir yapı olan uygunluk yöneliminin, kolaylık sağlayan ürünlerin satın alınması, uygun alışveriş yerlerinin kullanılması ve dışarıda yemek yeme ve evde yemek yerine kullanılması gibi kolaylıkla ilgili davranışlar üzerinde bir etkisi olması beklenmektedir (Brunsø vd., 2002: 31). Belirli gıdaların gıda alımını ulusal bazda elde etmek oldukça kolaydır ve birçok ekonomik analizin odak noktasıdır. Yiyecek seçimi kısmen tercih ve beğeniyle motive edilse de, ölçüde bulunabilirlik, coğrafi ve ekonomik faktörler tarafından etkilenmektedir (Rozin, 2006: 24).

Fiyat: Tüketicinin yiyecek seçimi aynı zamanda 'ver' bileşenine, yani satın alma maliyetine, dolayısıyla aranan nitelikler için ödemeleri gereken fiyata bağlıdır (Brunsø vd., 2002: 40). İnsanların ne yediği ve neden yediği her zaman bir besin değeri meselesinden daha fazlası olmuştur. Bu konuda maddi faktörler belki de en acil olanıdır. Düşük gelirli insanlar, gelirlerinin orantılı olarak yüksek gelire sahip olanlara göre daha fazlasını gıdaya harcamaktadırlar. Yine de, gıda harcamaları genellikle bir hane bütçesinin en esnek kısmıdır. Yeterli depolama ve pişirme olanaklarının olmaması, daha çeşitli ve sağlıklı beslenme olanaklarını sınırlayacaktır. Çeşitli yiyecekleri yerel işletmelerden daha ekonomik olarak pazarlayan süpermarketlere erişim de bireylerin yiyecek seçimini etkilemektedir. Şehirlerin dış yerleşimlerine taşınan süpermarketlerin artan eğilimi, kendi ulaşım araçları olmayanlar, yaşlılar ve engelliler için önemli etkilere sahiptir (Keane ve Willetts, 1994: 15). Gül ve Gül (2020) tarafından, üniversite öğrencilerinin yiyecek seçimi ve beslenme alışkanlıklarına dair yapılan çalışmada, öğrencilerin aylık harcamalarının ve beslenmeye ayırdıkları harcama miktarının düşük olduğunu, öğrencilerin daha çok sosyo-ekonomik açıdan gelir düzeyi ve eğitim düzeyi düşük ailelerden geldiklerini ve bu durumun öğrenciler arasında beslenme sorunlarını arttırdığını ortaya koyulmaktadır. Aynı şekilde Altaş ve Uzun (2017) tarafından üniversite öğrencilerinin yemek tercihlerini belirlemeye yönelik yapılan çalışmada, elde edilen

veriler doğrultusunda öğrencilerin çoğunluğunun haftada bir kez dışarıda yemek yediği, hızlı servis yapan ve ucuz olan restoranları tercih ettiği belirlenmiştir.

Etik Kaygılar: Özellikle pazarlamacıların, tüketicilerin etik inançlarındaki değişikliklerin farkında olması oldukça önemli bir konudur. Bundan dolayı pazarlamacılar etik tüketici pazarını hedeflemek istiyorlarsa, etik davranışın öncüllerini derinlemesine anlamaları gerekmektedir (Honkanen vd., 2006: 421). Etik ve çevresel kaygılar Avrupa nüfusu için kilit unsurlardır (Lindeman ve Väänänen, 2000; Steptoe vd., 1995). Lindeman ve Väänänen (2000) tarafından gerçekleştirilmiş çalışmada, Steptoe vd. (1995) tarafından hazırlanmış mevcut ölçek genişletilerek ekolojik, dini ve politik boyutlar ile ilgili maddeler eklenmiştir. Çalışmada etik kaygı faktörüne çevresel koruma, hayvan hakları, din ve siyasi değer ifadeleri eklenmiş; siyasi değerlerin ve dinin yiyecek seçimi üzerindeki etkileri gösterilmiştir. Araştırmacılar çalışma sonucunda sırasıyla sağlık, duyuşal çekicilik, kolaylık ve fiyat faktörlerinin tüketicilerin yiyecek tercihi için önemli olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Öte yandan toplumların besinlerle ilgili inanç ve değerleri de onların besin seçimini etkileyen faktörlerdir. Müslüman ve Musevi toplumların domuz etini yememeleri, Hintlilerin sığır etini tüketmemeleri buna örnektir (Kutluay Merdol, 2018). Yiyecek seçimi üzerindeki etkilerin çoğu, insanların inanç ve tutumlarından kaynaklanabilmektedir. Bir gıdanın beslenme kalitesi ve sağlık üzerindeki etkileri hakkındaki inançlar, kişinin seçimini belirlemede gerçek beslenme kalitesi ve sağlık sonuçlarından daha önemli olabilmektedir (Shepherd ve Sparks, 1994: 205).

Coğrafi Etkiler: Yaşanılan bölgenin coğrafi yapısı ve bölgenin iklimi, besin kaynakları ve bulunabilirliğini beslenmeyi etkileyen durumlardır. Örneğin; bölgede yaşanacak bir kuraklığa bağlı olarak sağlık ve beslenme ciddi şekilde etkilenebilir (Kutluay Merdol, 2018: 18). Ayrıca coğrafi etkiler, dolaylı olarak fiyat, aşinalık, etik kaygılar ve gıdaya ulaşılabilirlik gibi etmenlerin oluşmasında da büyük öneme sahiptir.

Küreselleşmenin Etkisi: Küreselleşme genel anlamıyla, toplumlar arasında süregelen ekonomik, teknolojik, sosyokültürel, politik ve biyolojik etkileşim ve iletişimi içine alan bir terimdir. Her bir toplum kendi içindeki alt gruplardan ve kendi dışındaki diğer gruplardan etkilenmektedir. Son yüzyılda bilimsel çalışmaların ortaya koyduğu yeni bilgiler gelişen iletişim kanalları ile dünyanın her yerinde benzer

şekilde öğrenilmektedir. Küreselleşme ile insanlar, diğer ülke mutfaklarını tanıma fırsatı bulmuşlar, başkaları tarafından tüketilen ve kendi ülkelerinde bulunmayan ürünlerin daha sağlıklı olabileceği inancıyla bu ürünleri arama ve tüketme eğilimi içine girmişlerdir. Bunun sonucu olarak ülkelerde diğer ülkelerin mutfaklarına özgü besin ve yemek servisi yapan lokantalarda büyük bir artış yaşanmıştır (Kutluay Merdol, 2018: 22).

Kültürel Etkiler: Bireylerin yetiştirildiği kültür, yapılan seçim türleri üzerinde çok güçlü bir etkiye sahiptir ve sosyal etkileşimler, yiyecekler hakkındaki görüşler ve yeme davranışı üzerinde derin bir etkiye sahip olacaktır (Shepherd, 1999: 807). Doğrudan yemeğe dayanan kültürel gelenekler kompleksi mutfak olarak tanımlanabilmektedir. Gelişmiş dünyaya odaklanıldığında, sadece tüketilen yiyecekleri değil, aynı zamanda gıdanın yaşamdaki rolünü de etkileyen önemli kültürel farklılıklar mevcuttur (Rozin, 2006: 30). Bu ayrımlar kültürel etkilerin yiyecek seçimi üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır.

2.5. Yiyecek Seçimi İle İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar

Karmaşık tüketici davranışlarından biri olan yiyecek seçimi, bireylerin gıda maddelerini satın alma öncesi, satın alma sırasında ya da satın almadan sonrasında gösterdikleri kararlar bütünü olarak tanımlanabilmektedir. Tüketici yiyecek seçimi altında yatan nedenler, yiyecek seçim kararları, yiyecek seçim süreci gibi konular ilgili alanyazında farklı yönlerden ele alınmıştır. Tablo 3'te yiyecek seçimi ile ilgili alanyazında yer alan araştırmalar gösterilmektedir. Geçmiş çalışmalarda özellikle yiyecek seçimi altında yatan güdülerin belirlenmesi, yiyecek seçimine dair sosyal psikolojik yaklaşımların ele alınması, kültür, ülke ve bölgelere göre yiyecek seçim davranışının farklılıklar göstermesi gibi konuların üzerinde durulduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 3. Yiyecek Seçimi ile İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar

Yazar/lar	Yıl	Çalışmanın Adı	Kullanılan Ölçek/ler	Yöntem/Analiz	Sonuç
<ul style="list-style-type: none">• Steptoe A.• Pollard T. M.• Wardle J.	1995	Development of a Measure of the Motives Underlying the Selection of Food: the Food Choice Questionnaire	-Yiyecek Seçimi Anketi (FCQ)	-Doğrulayıcı Faktör Analizi -Ki Kare Analizi -MANOVA	Yiyecek Seçimi Anketi (FCQ), yaşları 18 ile 87 arasında değişen 358 yetişkinden oluşan bir örneklemden alınan yanıtların analizi ile geliştirilmiştir. Sağlık, ruh hali, uygunluk, duyuşal çekicilik, doğal içerik, fiyat, kilo kontrolü, aşinalık ve etik kaygı olmak üzere dokuz faktör elde edilmiştir. Cinsiyet, yaş ve gelir ile ilişkili yiyecek seçimi faktörlerinde farklılıklar gözlemlenmiştir.
<ul style="list-style-type: none">• Furst T.• Connors M.• Bisogni C. A.• Sobal J.• Falk L. W.	1996	Food Choice: A Conceptual Model of the Process	-	-Mülakat Tekniği -Kavram Haritalama	İnsanların yaşam boyu deneyimleri, idealleri, kişisel faktörleri, sosyal bağlamları ve yiyecek bağlamını içeren yiyecek seçimi üzerindeki büyük etkiler gözlemlenmiştir. Çalışma sonucu oluşturulan gıda seçim süreci modeli, yiyecek davranışlarının karmaşık temellerini temsil etmekte ve beslenmede araştırma ve uygulama için teorik bir çerçeve sağlamaktadır.
<ul style="list-style-type: none">• Oliver G.• Wardle J.	1999	Perceived Effects of Stress on Food Choice	-Kilo Endişesi Ölçeği -Stres Kaynaklı Yeme Ölçeği	-Ki Kare Analizi -Betimsel Analiz	Stresin yeme davranışı ve gıda üzerindeki etkileri 212 öğrencide değerlendirilmiştir. Atıştırmalık tüketiminin cinsiyet veya diyet durumuna bakılmaksızın katılımcıların çoğunda (%73) stres tarafından arttığı, buna karşılık, meyve, sebze, et ve balık tüketiminin stresli dönemlerde azaldığı bildirilmiştir.
<ul style="list-style-type: none">• Lindeman M.• Väänänen M.	2000	Measurement of Ethical Food Choice Motives	-Yiyecek Seçimi Anketi (FCQ)	-Doğrulayıcı Faktör Analizi	Yiyecek Seçimi Anketi genişletilerek ekolojik, dini ve politik boyutlar ile ilgili maddeler eklenmiştir. Çalışmada etik kaygı faktörüne çevresel koruma, hayvan hakları, din ve siyasi değer ifadeleri eklenmiş; siyasi değerlerin ve dinin yiyecek seçimi üzerindeki etkileri gösterilmiştir. Çalışma sonucunda sırasıyla sağlık, duyuşal çekicilik, uygunluk ve fiyat faktörlerinin tüketicilerin yiyecek tercihi için önemli olduğu görülmüştür.

Tablo 3. (Devam) Yiyecek Seçimi ile İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar

<ul style="list-style-type: none">• Sobal J.• Bisogni C. A.	2009	Constructing Food Choice Decisions	-	-Kavramsal Analiz	Çalışmada oluşturulan yiyecek seçimi süreci modeli; (1) geçişler, dönüm noktaları, zamanlama ve bağlamlar yoluyla yemek seçimi yörüngesi oluşturan yaşam boyu olayları ve deneyimleri; (2) kültürel idealleri, kişisel faktörleri, olanakları, sosyal faktörleri ve mevcut bağlamları içeren gıda seçimleri üzerindeki etkileri; (3) gıda seçimini geliştiren, müzakere eden, dengeleyen, gıdaları ve durumları sınıflandıran gıda seçimi stratejilerini ve rutini oluşturan/revize eden kişisel bir sistemi içermektedir.
<ul style="list-style-type: none">• Honkanen P.• Frewer L.	2009	Russian consumers' motives for food choice	-Yiyecek Seçimi Anketi (FCQ) -Gıda Sıklığı Anketi (FFQ)	-Açıklayıcı Faktör Analizi -Kümeleme Analizi -ANOVA	Rus tüketicilerin gıda tercih nedenleri, bu güdülere dayalı tüketici segmentlerini belirlemek amacıyla bir ankette incelenmiştir. Bu segmentler daha sonra tüketim, tutumsal ve demografik değişkenler kullanılarak profillenmiştir. Duyusal faktörler ve bulunabilirlik, her üç kümede de gıda seçimi için en önemli güdüler olarak gözlemlenmiştir.
<ul style="list-style-type: none">• Özdemir B.	2010	Dışarıda Yemek Yeme Olgusu: Kuramsal Bir Model Önerisi	-	-Kavramsal Analiz	Çalışmada literatürde yer alan çalışmaların bulguları ışığında dışarıda yemek yemeye ilişkin (i) dışarıda yemek yeme kararı, (ii) yemek seçimi kararı ve (iii) restoran seçimi kararı olmak üzere üç ana tüketici kararının varlığına değinilmektedir. Dışarıda yemek yemeye ilişkin üç ana karar tüketicileri bir restoranda yemek deneyimine götürmektedir.
<ul style="list-style-type: none">• Dikmen D.• İnan-Eroğlu E.• Göktaş Z.• Barut-Uyar B.• Karabulut E.	2016	Validation of a Turkish Version of the Food Choice Questionnaire	Yiyecek Seçimi Anketi (FCQ)	-Doğrulayıcı Faktör Analizi	Çalışma Yiyecek Seçimi Anketi'nin (FCQ) Türk tüketiciler için geçerliliğini ve güvenilirliğini test etmektedir. Sonuçlar, FCQ'nun Türkçe versiyonunun doğrulandığını ve güvenilir bir araştırma aracı olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. (Devam) Yiyecek Seçimi ile İlgili Alanyazında Yer Alan Araştırmalar

<ul style="list-style-type: none">• Girgin G. K.• Karakaş B.	2017	Türklerin Gıda Tercihlerinde Etkili Olan Motivasyonların Belirlenmesi	-Yiyecek Seçimi Anketi (FCQ)	-Açıklayıcı Faktör Analizi -ANOVA -T-Testi	Çalışmada Türkiye Cumhuriyeti vatandaşlarının yiyecek seçiminde önem verdikleri güdülerin belirlenmesi amaçlanmış ve Türklerin yiyecek seçimlerinde en etkili olan faktörün duyuşal çekicilik faktörü olduğu gözlemlenmiştir. Bu faktörü sırasıyla; fiyat, uygunluk, ruh hali, doğal içerik, sağlık, ekolojik, kilo kontrolü, inanç ve aşinalık, politik neden faktörleri izlemektedir.
<ul style="list-style-type: none">• Aksoy M.• Kazkondur İ.	2020	Türkiye’de Yiyecek Seçiminin Bölgelere Göre Farklılaşması	-Yiyecek Seçimi Anketi (FCQ)	-ANOVA	Çalışmanın amacı Türkiye’de yaşayan bireylerin yiyecek seçimlerini etkileyen faktörler arasındaki farklılık düzeylerini ortaya çıkarmaktır. Çalışma bulgularına bakıldığında Türkiye’deki bireyler için yiyecek seçiminde en önemli üç faktörün sırasıyla duyuşal çekicilik, uygunluk ve ruh hali; en az önemsenen faktörün ise kilo kontrolü olduğu gözlemlenmiştir.

Kaynak: Yazar tarafından ilgili kaynaklardan faydalanılarak oluşturulmuştur.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

GIDA NEOFOBİSİ DÜZEYİNİN YIYECEK SEÇİM FAKTÖRLERİ İLE İLİŞKİSİ

Çalışmanın bu bölümünde “Gıda Neofobisi Düzeyinin Yiyecek Seçim Faktörleri İle İlişkisi” adlı araştırma konusuna ilişkin bilgilere yer verilmektedir. Çalışma ile ilgili; amaç ve önem, kapsam ve sınırlılıklar, araştırmanın yöntemi ve araştırma bulguları bu bölümde incelenmektedir. Ayrıca araştırmanın yöntemi başlığı altında; araştırma hipotezleri, problemi, evren ve örnekleme, veri toplama yöntemi ve aracı ile birlikte verilerin analizlerine de değinilmektedir.

3.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Gıda neofobisi bireylerin yiyecek seçimini, dolayısıyla en temel gereksinimlerinden biri olan beslenme olgusunu etkileyen önemli bir durumdur. Buradan yola çıkıldığında ise hem pratik hem de teorik olarak her bir yönünün araştırılması gerekmektedir. Gıda neofobisinin yiyecek seçimi üzerindeki etkileri önceki çalışmalarda incelenmiş olsa da, yiyecek seçimini etkileyen faktörler ile ilişkisi oldukça az sayıda araştırmada ele alınmıştır. Yiyecek seçimini şekillendiren faktörlerin anlaşılması, bireylerin yiyecek seçimlerini sağlıklı bir şekilde yönlendirmesini de etkilemektedir. Bu bakımdan özellikle gıda neofobik olarak adlandırılan bireylerin, yiyecek seçimlerini hangi nedenler doğrultusunda gerçekleştirdiklerini anlamak, gıda neofobisi düzeyinin azaltılması ve özellikle sağlıklı yiyecek kabulünün sağlanması bakımından önemlidir.

Gıda neofobik bireylerde algılanan riskin azaltılması ve gıda kabulünün artırılması açısından, bireylerin yiyecek seçimlerinin anlamlandırılmasıyla, mevcut durumun önüne geçilebileceği düşünülmektedir. Bundan dolayı çalışmanın ana başlıklarını oluşturan kavramlar “gıda neofobisi” ve “yiyecek seçimi” olarak belirlenmiş ve ilişkilendirilmiştir. Çalışmada, tüketicilerde oluşan gıda neofobisi davranışı ve yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişki incelenerek bu duruma karşı alınabilecek çeşitli önlemlerin tartışılması amaçlanmıştır. Ele alınacak bir diğer konu ise katılımcılara ait yaş, medeni durum, cinsiyet, gelir ve eğitim değişkenlerinin gıda neofobi düzeyi üzerindeki farklılıklarının saptanmasıdır.

İlgili literatür incelendiğinde gıda neofobisi konusuna dair yapılan çalışmaların, gıda neofobisinin yiyecek seçimine etkisi, önlemlerinin belirlenmesi, hangi faktörlerden kaynaklı olarak ortaya çıktığı, çocuklarda ve yetişkinlerde gıda neofobisi ve gıda neofobisinin belirlenmesine yönelik ölçüm araçlarının geliştirilmesi üzerine olduğu görülmüştür. Fakat gıda neofobisi ile yiyecek seçim faktörlerinin ilişkisini belirlemeye yönelik yapılmış çalışmalar oldukça kısıtlı sayıdadır. Yapılan literatür taramasında, Jaeger vd. (2017, 2021) ve Eertmans vd. (2005) tarafından yapılmış çalışmalarda gıda neofobisi ve yiyecek seçim faktörlerinin ilişkilendirildiği görülmektedir.

Bu bağlamda araştırmanın ana amacı; gıda neofobi düzeyi ile yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişkileri saptamak ve bu doğrultuda gıda neofobisi düzeyini azaltmaya yönelik önerilerde bulunmaktır. Ana amaç doğrultusunda belirlenen alt amaç ise; kişilere ait demografik faktörlerin gıda neofobisi düzeyi üzerindeki farklılıklarını belirlemek şeklindedir.

Çalışmanın asıl amacı olan gıda neofobi düzeyi ve yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişkinin saptanması kapsamında hazırlanan araştırma problem şu şekildedir;

“Bireylerin gıda neofobi düzeyi ile yiyecek seçimi altında yatan faktörler arasındaki ilişki hangi yönde şekillenmektedir?”

Çalışmanın alt amacı doğrultusunda hazırlanan alt problem ise şu şekildedir;

“Bireylere ait cinsiyet, yaş, medeni durum, gelir ve eğitim düzeyi faktörleri, gıda neofobisi düzeyi üzerinde anlamlı farklılıklar göstermekte midir?”

3.2. Araştırmanın Sınırlılıkları

Hazırlanan tez çalışmasında “gıda neofobisi” ve “yiyecek seçim faktörleri” kavramları üzerine detaylı bir inceleme yapılmıştır. İlgili literatür incelendiğinde mevcut kavramlar arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmaların oldukça az olduğu gözlemlenmiştir. Bu nedenden dolayı gıda neofobisi ve yiyecek seçimini şekillendiren faktörler arasındaki ilişkilerin açıklanması konusunda zorluklar yaşanmıştır.

Çalışmada anket tekniğinden faydalanılmıştır. Çalışmanın en önemli sınırlılığı belirlenen birimlere ulaşımın ve mevcut tekniklerin uygulanmasının zorluğu olmuştur. Bu bakımdan katılımcılar tarafında geri dönüş alınamaması, anket formuna verilen cevapların eksik veya özensiz olması mevcut tekniğin uygulanmasında zorluklara yol açmıştır.

3.3. Araştırmanın Yöntemi

Çalışmada nicel araştırma yöntemi ve veri toplama aracı olarak anket tekniği (web anketi) kullanılmıştır. Çalışma kapsamında kullanılan anketler, Pliner ve Hobden (1992) tarafından tasarlanan “Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)” ve Steptoe vd. (1995) tarafından hazırlanmış “Yiyecek Seçim Anketi (FCQ)” dir. Anket formları, orijinal dillerinden, Türkçe’ye çevirilerek katılımcılara sunulmuştur. Gıda Neofobi Ölçeği, her biri 5’li Likert tipi ölçekte ölçülen 10 öneriden oluşmaktadır. Yiyecek Seçim Anketi’nde ise katılımcıların günlük yemek seçimlerinde önem verdiği unsurları belirlemeye yönelik 5’li Likert ölçeğine uygun 36 ifade bulunmaktadır. Likert tipi yanıtlar, kişilerin belirli bir fikri, düşünceyi veya eylemi hangi düzeyde desteklediklerini ya da desteklemediklerini belirlemektedir (Sevinç, 2017: 250).

3.3.1. Araştırmanın Hipotezleri

Çalışmanın değişkenleri gıda neofobi düzeyi ve yiyecek seçimi altında yatan faktörler olarak belirlenmiş olup, mevcut değişkenlerle ilgili kavramsal çerçeve öncelikle oluşturulmuştur. Bu aşamada mevcut kavramlar ile ilgili literatür derinlemesine incelenmiştir. Yapılan literatür taraması sonucu, gıda neofobi düzeyi ile ilişkili olarak, yiyecek seçim faktörlerinin önem değişimini belirlemek ve demografik değişkenlerin gıda neofobisi düzeyi üzerindeki farklılıklarını saptamak amacıyla hipotezler kurulmuştur.

Gıda neofobisinin tüketicilerin yiyecek seçim kararlarına rehberlik eden faktörlerle ilişkili olup olmadığını ve nasıl ilişkili olduğunu keşfetmenin değerini tartıştıktan sonra, muhtemelen Gıda Neofobi Ölçeği ve Yiyecek Seçim Anketi birlikleri dikkate alınmaktadır (Jaeger vd., 2021). Gıda neofobisinin tüketici yiyecek kararı üzerindeki etkilerini saptamak için öncelikle yiyecek seçim faktörlerini anlamak önemlidir. Buradan yola çıkıldığında gıda neofobisinin yiyecek seçimi altında yatan faktörlerle olumlu veya olumsuz ilişkilerini tespit etmek, gıda neofobisinin yiyecek seçimine etkisini anlamlandırmaya yardımcı olacaktır.

Tüketiciler için neyin sağlıklı veya neyin iyi olduğuna dair fikirler, yiyecek seçimini etkileyebilmektedir (Keane ve Willetts, 1994: 17). Her ne kadar yiyecek seçimini etkileyen en önemli faktörün sağlık olduğu düşünülmesede yiyecek seçim sürecinde kayda değer etkilere yol açtığı varsayılmaktadır. Gıda neofobik bireylerin özellikle fonksiyonel gıdalara karşı temkinli yaklaşması algılanan risk ve karmaşıklıktan dolayı ortaya çıkabilmektedir. Risk ve karmaşıklık, fonksiyonel ürünlerin tüketiciler tarafından kabul edilmemesinden (Siro vd., 2008) ve sonrasında piyasa başarısızlıklarından (Onwezen ve Bartels, 2011) sorumlu nedenlerden biri olarak gösterilen fonksiyonel gıdalarda güven eksikliğine yol açmaktadır. Fonksiyonel gıdalardaki algılanan yenilik ise gıda maddelerine eklenen yeni işlevsel özelliklerden kaynaklanmaktadır (Urala ve Lâhteenmâki, 2004). Bununla birlikte sanayileşme ve teknolojinin de etkisiyle insanlar doğal olanı arama çabasına girmişlerdir. Doğal içerik faktörü dolaylı olarak sağlık faktörünü insanlara çağrıştırmakta ve bu faktörlere verilen önem birbirleri ile ilişkili olarak görülmektedir. Sonuç olarak gıda neofobik bireylerin kendilerini zararlı olandan koruma içgüdüsünden kaynaklı olarak, gıda neofobisi ile sağlık ve doğal içerik faktörleri arasında anlamlı ilişkilerin olduğu beklenmektedir.

Sağlık faktörüne bağlı olarak şekillenen bir diğer önemli faktör ise kilo kontrolüdür. Özellikle kadın tüketicilerin standartlaşmış beden algılarının etkisiyle birlikte bu faktöre verdikleri önemin daha fazla olduğu düşünülmektedir. Wardle vd.'nin (2004) 23 ülke kapsamında yaptıkları çalışmada, ülkelerin neredeyse tamamında kadın tüketicilerin yüksek yağlı gıdalardan kaçınma, meyve ve lif tüketme ve tuz (daha az ölçüde) kullanımını sınırlama konusunda erkek tüketicilerden daha dikkatli olduğu rapor edilmiştir. Geçmiş çalışmalarda (Tuorila vd., 2001; Hursti ve Sjöden, 1997; Meiselman vd., 2010) gıda neofobisinin cinsiyet değişkeni üzerinde farklılık göstermesi de göz önüne alındığında, yine kişilerin kendilerini zararlı olandan koruma içgüdüğü nedeniyle gıda neofobi düzeyi ile kilo kontrolü faktörü arasında anlamlı bir ilişkinin mevcut olduğu varsayılmaktadır.

İnsanların ruh hali yiyecek seçimini doğrudan etkileyerek obezite ve malnütrisyon gibi yeme bozuklukları sonuçlarına yol açabilmektedir. Hem tüketilen gıdaların duygusal durum üzerindeki etkisi hem de duyguların gıda seçimi üzerindeki etkisi gösterilmiştir. Neofobi, hem fizyolojik hem de duygusal durumlarla güçlü bir

şekilde ilişkilidir. Pliner vd. (1995) daha az çekingen kişilerin en düşük neofobi derecesi ile karakterize edildiği gösterilmiştir. Pliner ve Loewen (1997) çocuklar arasındaki neofobiyi, onların mizaçlarıyla ilişkilendirmiştir. Ayrıca yetişkin bireyler, reklam, moda ve diğer kişilerin tavsiyeleri gibi çeşitli faktörlerden etkilenecek yeni gıdalara karşı tutumlarını değiştirmektedirler. Neofobi ile çekingenlik, duygusal dengesizlik ve yemeğe karşı olumsuz tepkiler arasında ilişkiler de gözlemlenmiştir (BabicZ-Zielińska, 2006). Gıda neofobisinin duygusal durum ile ilişkisine dayanarak, ruh hali faktörü ile anlamlı ilişkilere sahip olduğu varsayılmaktadır.

Eertmans vd. (2005) tarafından gıda neofobisi ile uygunluk faktörünün önemi arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki kurulmuştur. Aynı şekilde Jaeger vd. (2017) tarafından yürütülmüş çalışmada da uygunluk faktörünün önemi gıda neofobi düzeyinin artmasıyla birlikte artış göstermiştir. Ayrıca gıda neofobisi üzerine yapılan önceki çalışmalarda ulaşılabilirlik ve mevcudiyetin etkisi gözlemlenmiş, özellikle kentleşme ile gıda neofobisi düzeyinin azaldığına dair kanıtlar sunulmuştur (Tuorila vd., 2001; Siegrist vd., 2013; Flight vd., 2003; Olabi vd., 2009; Ritchey vd., 2003). Buradan yola çıkıldığında gıda neofobi düzeyinin uygunluk faktörü ile anlamlı bir ilişkide olduğu varsayılmaktadır.

Tuorila vd. (1994) tarafından yapılmış çalışmada gıda neofobisi oluşumunu etkileyen faktörlerden ilki yiyeceğin duygusal analizi olarak belirtilmiştir. Kişiler yeni karşılaştıkları bir gıda maddesinin, ilk olarak duygusal analizini yaparak değerlendirmektedirler. Bu değerlendirme yiyeceğe karşı oluşan olumlu veya olumsuz düşüncelerin ortaya çıkmasını sağlamaktadır. Martins ve Pliner (2005), genellikle hoşnutsuzluğa dayalı red olarak adlandırılan duygusal redlerin, potansiyel yiyeceğin hoş olmayan bir tadı, kokusu, dokusu veya görünümü olduğu inancına veya bilgisine atıfta bulunduğunu vurgulamaktadır. Rozin ve Fallon (1987), gıda reddinin altında yatan güdülerin bir sınıflandırılmasını geliştirmiş ve iki motivasyon boyutunun negatif kutuplarının, gıda kabulünün altında yatan birincil faktörlerin kutupsal zıtları olduğunu ortaya koymuştur. Başka bir deyişle, gıdalar olumsuz duygusal özelliklere (tat, koku, görünüm) sahip olduklarına inanılır ve bilinirse veya kısa veya uzun vadede zararlı sonuçlara yol açtığı düşünülürse kişiler tarafından reddedilir. Honkanen ve Frewer (2009) tarafından yapılan çalışmada, yiyecek seçiminin en önemli nedenlerinin duygusal yönler ve yiyecek bulunabilirliği olduğunu

ve bunu fiyat faktörünün izlediğini ortaya koymuştur. Kişiler yeni karşılaştıkları gıda maddelerini öncelikle duyuşal olarak değerlendirdikleri için, gıda neofobisi ile duyuşal çekicilik faktörü arasında anlamlı ilişkiler olduğu varsayılmaktadır.

Düşük gelirlili ve daha az eğitimsel kazanıma sahip bireyler arasında gıda neofobisi düzeyinin daha yüksek olduğu yönündeki raporlar göz önüne alındığında, gıda neofobisi ve fiyat faktörünün olumlu yönde ilişkili olması beklenmektedir (Siegrist vd., 2013; Meiselman vd., 2010; Hursti ve Sjöden, 1997; Jaeger vd., 2021). Bu varsayım düşük, orta ve yüksek gelirlili tüketici gruplarını karşılaştıran ve fiyat faktörü için düşen ortalama önem puanlarını ortaya koyan Steptoe vd. (1995) tarafından da desteklenmiştir. Gelir düzeyi ile gıda neofobisinin ilişkili olduğu varsayımına dayanarak, gıda neofobisi düzeyi ile fiyat faktörü arasında anlamlı bir ilişki olduğu beklenmektedir.

Geçmiş araştırmalar, gıda neofobisinin aşinalık faktörü ile ilişkisini ortaya koymaktadır (Pliner ve Hobden, 1992; Tuorila vd., 2001; Siegrist vd., 2013). Araştırmalara göre gıda neofobisi düzeyinin artmasıyla birlikte aşinalık faktörüne verilen önem de artmaktadır. Aşinalık faktörü ve gıda neofobisi arasındaki ilişki Schlup ve Brunner (2018) tarafından İsviçreli yetişkinlerle yapılan çalışmada, Eertmans vd. (2005) tarafından Belçikalılı öğrencilerden oluşan bir örneklem ile gerçekleştirdikleri çalışmada ve Jaeger vd. (2017) tarafından gerçekleştirilmiş Yeni Zelandalılı yetişkin gruplarını karşılaştıran çalışmada kanıtlanmıştır. Çalışmalarda gıda neofobisi düzeyi aşinalık faktörünün önemini olumlu yönde etkilemiştir. Gıda neofobisinin aşına olunmayan yeni yiyeceklere karşı gösterilen bir davranış olduğu göz önüne alındığında, gıda neofobisi düzeyi ile aşinalık faktörü arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu varsayılmaktadır.

Etik ve çevresel kaygılar Avrupa tüketicileri için oldukça önemli unsurlardır (Lindeman ve Väänänen, 2000; Steptoe vd., 1995). Lindeman ve Väänänen (2000) tarafından gerçekleştirilmiş çalışmada, Steptoe vd. (1995) tarafından hazırlanmış mevcut ölçek genişletilerek ekolojik, dini ve politik boyutlar ile ilgili maddeler eklenmiştir. Çalışma sonuçlarına göre toplumların besinlerle ilgili inanç ve değerleri onların besin seçimini etkileyen faktörlerdir. Müslüman ve Musevi toplumların domuz eti, Hintlilerin sığır etini tüketmemeleri buna örnektir (Kutluay Merdol, 2018). Bir gıdanın beslenme kalitesi ve sağlık üzerindeki etkileri hakkındaki

inançlar, kişinin seçimini belirlemede gerçek beslenme kalitesi ve sağlık sonuçlarından daha önemli olabilmektedir (Shepherd ve Sparks, 1994: 205). Bundan dolayı kişilerin inançları gıda neofobi düzeyini de etkileyebilmekte ve kişilere ait etik kaygıların neofobik ve neofilik bireylerin yiyecek seçimini farklı yönlerde şekillendirebilmektedir. Buradan yola çıkıldığında ise gıda neofobisi ile etik kaygı faktörü arasında anlamlı bir ilişkinin varlığı beklenmektedir.

Bireylere ait cinsiyet, yaş, medeni durum, gelir ve eğitim düzeyi değişkenleri, kişilerin davranışlarını etkileyen önemli faktörlerdir. Daha önceki araştırmalar bu faktörlerin, bir kişinin gıda neofobi ölçeğine verdiği yanıtlarla ilişkili olduğunu öne sürmektedir.

21. yüzyıl dünyasında, önceki yıllara nazaran gıda maddelerine ulaşım imkanının artması, kentleşme ve globalleşme gibi etkiler nedeniyle genç insanlar, yaş ortalaması yüksek olanlara kıyasla yeni ve farklı yiyeceklerle erken yaşta tanışmaktadırlar. Bundan dolayı yaş değişkeni ile gıda neofobisi düzeyi arasında pozitif bir ilişki olması beklenmektedir. Bu ilişki çeşitli çalışmalarda kanıtlanmıştır. Tuorila vd.'nin (2001) yapmış oldukları araştırmada yaş ortalaması yüksek katılımcılar, diğer yaş gruplarına göre daha neofobik olarak gözlemlenmiştir. Meiselman vd. (2010) yapmış olduğu çalışmada ise yaşın gıda neofobisi üzerindeki etkisine bakıldığında çocuklarda ve muhtemelen orta/ileri yaşlarda etkili olduğu görülmektedir. Okumus vd. (2021), yeni gıda tüketiminin cinsiyet ve kuşak değişkenleri ile hangi yönde şekillendiğini araştırmış ve Z kuşağının Y kuşağına göre yeni yiyeceklere daha açık olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuçlardan yola çıkılarak, yaş değişkeninin gıda neofobisi üzerinde anlamlı bir farklılığa sahip olması beklenmektedir.

Medeni durum değişkeni ile gıda neofobisi düzeyinin ilişkili olması, bireylerin “evlilik” ve “bekarlık” dönemlerinde yeme davranışı ve alışkanlıklarında farklılıklar görülmesinden kaynaklanabilmektedir. Yiğit (2018) etnik mutfak ürünlerinin tercihinde yeni yiyecek deneme korkusunun etkisini incelediği çalışmasında evli ve bekar katılımcıların gıda neofobisi düzeyinde anlamlı farklılıkların mevcut olduğunu rapor etmiştir. Çalışma sonuçlarına bakıldığında evli katılımcıların bekar katılımcılara göre daha fazla gıda neofobisi düzeyine sahip olduğu görülmektedir. Muhammad vd. (2015) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise, gıda neofobi düzeyi

ile medeni durum değişkeni arasındaki ilişki incelenmiş ve evli katılımcıların neofobi düzeylerinin bekar katılımcılara göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bu durumun nedeni ise evli bireylerin birbirlerini etkilemesi olarak açıklanmıştır. İnsanoğlunun sosyal bir varlık olarak çevresindeki kişilerden etkilenmesiyle birlikte, medeni durum değişkeninin bireylerde görülen gıda neofobisi düzeyine göre anlamlı bir farklılığa sahip olması beklenmektedir.

Cinsiyet değişkeni kişilerin yeme davranışını etkileyebilen bir diğer demografik özelliktir. Geçmiş araştırmalar, cinsiyet değişkeninin gıda neofobisi düzeyi üzerinde anlamlı farklılıklara sahip olabileceğini kanıtlamaktadır. Tuorila vd. (2001) erkek katılımcılarda, kadın katılımcılara kıyasla daha yüksek neofobi skorları bildirmişlerdir. Benzer şekilde Hursti ve Sjöden (1997) gıda neofobi puanlarının erkeklerde, kadınlara göre daha yüksek olduğu göstermektedir. İflazoğlu ve Birdir (2020) tarafından, Gaziantep ve Hatay şehirlerinde gerçekleştirilen çalışmada ise, benzer şekilde erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha fazla gıda neofobisine sahip olduğu belirlenmiştir. Buradan yola çıkıldığında ise cinsiyet değişkeninin katılımcıların gıda neofobisi düzeyi üzerinde anlamlı bir farklılığa sahip olduğu varsayılmaktadır.

Eğitim düzeyi, kişilerin gıda maruziyetini doğrudan etkileyebilmektedir. Örneğin kişilerin eğitim amaçlı farklı ülke ya da şehirlere göç etmesi gıda maruziyetini, dolayısıyla aşinalığı artırabilmektedir. Tuorila vd. (2001), eğitim seviyesi arttıkça gıda neofobi puanlarının düştüğünü, düşük, orta ve yüksek eğitim seviyelerinin gıda neofobisi için önemli değişimler gösterdiğini kanıtlamıştır. Gıda neofobisinin alışılmadık yiyeceklere maruz kalmaya göre değiştigi düşünüldüğünde ise eğitim seviyesinin gıda neofobisi üzerinde anlamlı bir farklılık göstermesi beklenmektedir.

Bireylerin gelir düzeyi doğrudan gıda maddesine ulaşımı etkilemektedir. Yüksek gelir sahibi bireylerin gıda maddelerine ulaşmasının kolay olması beklenirken; düşük gelirliler için bu durum tam tersidir. Flight vd. (2003), yüksek sosyo-ekonomik statüye sahip olmanın, yiyecekler de dahil olmak üzere çok çeşitli uyaranlara ilişkin mevcut bilgileri artırabileceğini ve gıda neofobisiyle olumsuz bir şekilde ilişkili olabileceğini ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde, MacNicol vd.'nin (2003) bulguları, düşük sosyo-ekonomik statünün, yemeğe karşı

telaşlı/seçici bir tavır ve daha yüksek gıda neofobi seviyelerine sahip olma eğiliminin artmasıyla ilişkili olduğunu göstermiştir. Olabi vd. (2009) tarafından yapılan çalışmada ikamet edilen ülke dışına yapılan seyahatlerin sayısının, gıda neofobi düzeyini etkilediği sonucuna varılmış ve bu sonucun kültürel çeşitliliğe maruz kalma düzeyinin bir göstergesi olduğu savunulmuştur. Buna göre gelir değişkeninin kişilerde görülen gıda neofobisi düzeyi üzerinde anlamlı bir farklılık göstermesi beklenmektedir.

Yukarıda belirtilen tartışmalara dayanarak geliştirilen Hipotez 1, Hipotez 2 ve alt hipotezleri Tablo 4’te gösterilmektedir.

Tablo 4. Hipotez 1, Hipotez 2 ve Bunlara Bağlı Alt Hipotezler

H1: Gıda neofobi düzeyi ve yiyecek seçim faktörleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
H1a: Gıda neofobi düzeyi ile sağlık faktörü arasında anlamlı bir ilişki vardır.
H1b: Gıda neofobi düzeyi ile ruh hali faktörü arasında anlamlı bir ilişki vardır.
H1c: Gıda neofobi düzeyi ile uygunluk faktörü arasında anlamlı bir ilişki vardır.
H1d: Gıda neofobi düzeyi ile duygusal çekicilik faktörü arasında anlamlı bir ilişki vardır.
H1e: Gıda neofobi düzeyi ile doğal içerik faktörü arasında anlamlı bir ilişki vardır.
H1f: Gıda neofobi düzeyi ile fiyat faktörü arasında anlamlı bir ilişki vardır.
H1g: Gıda neofobi düzeyi ile kilo kontrolü faktörü arasında anlamlı bir ilişki vardır.
H1h: Gıda neofobi düzeyi ile aşinalık faktörü arasında anlamlı bir ilişki vardır.
H1i: Gıda neofobi düzeyi ile etik kaygı faktörü arasında anlamlı bir ilişki vardır.
H2: Katılımcılara ait demografik değişkenler, gıda neofobisi düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
H2a: Katılımcılara ait cinsiyet değişkeni, gıda neofobisi düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
H2b: Katılımcılara ait yaş değişkeni, gıda neofobisi düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
H2c: Katılımcılara ait medeni durum değişkeni, gıda neofobisi düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
H2d: Katılımcılara ait eğitim değişkeni, gıda neofobisi düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
H2e: Katılımcılara ait gelir değişkeni, gıda neofobisi düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

3.3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Bilimsel bir çalışma için evren; verilerin toplandığı öğelerin yer aldığı ve o öğelerden oluşan örnek grubun temsil ettiği gruplardır (Böke, 2017). Evren; ortak özelliklere sahip, canlı veya cansız her türlü birimi içerebilmektedir. Çoklu birimlerden oluşan grup için kullanılan evren terimi, tekli birimlerde “örnek olay”, küçük çoklular için ise “araştırma grubu” deyimini almaktadır (Özen ve Abdulkadir, 2007). Örnek ise; üzerinde çalışma yürütülen hedef çalışma evreni hakkında fikir sahibi olmak ve çalışma sonucunu tüm çalışma evrenine genelleme yapmak için o evrendeki öğelerden oluşması hedeflenen gruptur. Çalışma evreninden, araştırma amacına uygun örnek grubun belirlenmesi sürecine veya yöntemine örnekleme adı verilmektedir (Böke, 2017).

Çalışmanın amacı, yetişkin bireylerdeki gıda neofobisi düzeyi ile yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişkiyi saptamak olduğundan evren seçimindeki kriter, katılımcıların 20 yaş üzerinde olmasıdır. Dolayısıyla çalışma evrenini 20 yaş üzeri tüketiciler oluşturmaktadır. Çalışmada hedeflenen evrenin tümüne ulaşımın oldukça zor olmasından dolayı örnekleme yöntemine gidilmiştir.

Araştırmada örnekleme yöntemi olarak, tesadüfi olmayan örnekleme yöntemlerinden biri olan kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Kolayda örnekleme yönteminde araştırmacı kendisine yakın ve kolayca ulaşabileceği birimleri araştırmaya dahil etmektedir. Bu yöntemde ilgili birimler seçilme olasılıklarını bilmeden örnekleme dahil edilmektedir (Baştürk ve Taştepe, 2013: 145). Bundan dolayı belirlenen evrene uygun biçimde ulaşılması mümkün birimler örnekleme olarak seçilmiştir. Çalışma kapsamında hazırlanan anket formu 522 kişiye ulaştırılmış ve gerekli elemeler yapılarak 464 kişinin verdiği cevaplar esas alınmıştır.

3.3.3. Veri Toplama Yöntemi ve Aracı

Çalışma kapsamında veri toplama aracı olarak anket tekniği kullanılmıştır. Bireylerin ankete katılımı elektronik ortam aracılığıyla ve gönüllülük esasına bağlı kalınarak sağlanmıştır. Araştırma kapsamında hazırlanan anket formu üç bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde katılımcıların demografik özelliklerini (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, aylık gelir) saptamaya yönelik 5 ifadeden oluşan bir soru dizini yer almaktadır. İkinci bölümde Pliner ve Hobden (1992) tarafından geliştirilen “Gıda Neofobi Ölçeği” , üçüncü bölümde ise Steptoe vd. (1995)

tarafından geliştirilen “Yiyecek Seçim Anketi” nin Türkçe diline çevrilmiş halleri bulunmaktadır.

Gıda Neofobi Ölçeği, gıda neofobisini belirlemeye yönelik 10 önermeden oluşmaktadır. 5’li Likert tipi ölçeğe uyarlanmış olan anket formu; “Kesinlikle Katılmıyorum”, “Katılmıyorum”, “Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum”, “Kesinlikle Katılıyorum” ve “Katılıyorum” olmak üzere 5 yargıdan oluşmaktadır. Çalışma kapsamında gıda neofobi grupları “neofobik” ve “neofilik” olmak üzere iki ayrı kategoriye ayrılmıştır.

Yiyecek Seçim Anketi ise katılımcıların günlük yemek seçimlerinde önem verdiği unsurları belirlemeye yönelik 5’li Likert ölçeğine (1: Hiç Önemli Değil, 2: Az Önemli, 3: Orta Derecede Önemli, 4: Önemli, 5: Çok Önemli) uygun 36 ifadeden oluşmaktadır. Yiyecek Seçim Anketi genel olarak gıda seçiminin altında yatan dokuz farklı faktörün (sağlık, ruh hali, uygunluk, duyuşal çekicilik, doğal içerik, fiyat, kilo kontrolü, aşinalık, etik kaygı) önemini değerlendirmektedir.

Tablo 5. Anket Formunda Kullanılan Ölçekler

Ölçek Adı	İfade Sayısı	Ölçek Kaynağı
Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	10	Pliner ve Hobden (1992)
Yiyecek Seçim Anket (FCQ)	36	Steptoe ve diğerleri (1995)

Çalışma kapsamında kullanılan anket formu, 01.04.2021 – 25.04.2021 tarihleri arasında katılımcılara ulaştırılmış ve 522 katılımcı anket formuna katılım sağlamıştır. Gerekli elemeler yapıldıktan sonra 464 katılımcı tarafından verilen cevaplar esas alınarak, analizlere tabi tutulmuştur.

3.3.4. Verilerin Analizi

Araştırmanın verileri internet ortamı aracılığıyla toplanmıştır. Araştırmada kullanılan anket formu 464 katılımcıya ulaştırılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde ve analizinde SPSS 22.0 istatistik programından faydalanılmıştır. Araştırma verilerinin elde edilmesinden sonra ilk olarak, verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek amacıyla normallik analizi uygulanmıştır. Elde edilen verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1,5 ile 1,5 arasında normal dağılım göstermediği durumlarda

parametrik olmayan testler; normal dağılım gösterdiği durumlarda ise parametrik testler uygulanmıştır.

Verilerin güvenilirlik ve geçerliliklerinin sağlanması amacıyla Cronbach alfa değerleri saptanmış ve faktör analizi uygulanmıştır. Katılımcılarının demografik özelliklerinin gıda neofobi düzeyi üzerindeki farklılaşmalarını saptamak amacıyla, nominal değişkenler üzerine Mann-Whitney U testi; ordinal değişkenler üzerine ise Kruskal Wallis Testi uygulanmıştır.

Gıda neofobisi düzeyi ve yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişkilerin anlamlılığı Korelasyon Analizi ile belirlenmiştir. Korelasyon Analizi, 10 ila 50 puan aralığındaki gıda neofobi skorunun her bir değeri için hesaplanan Yiyecek Seçim Anketi faktör ortalamaları üzerinden gerçekleştirilmiştir. Yiyecek Seçim Anketi ve Gıda Neofobi Ölçeği'ndeki maddeler arasındaki korelasyon tek tek hesaplanmıştır. Gıda neofobi skorlarına göre neofilik ve neofobik olarak 2 gruba ayrılan katılımcılar, Yiyecek Seçim Anketi faktör önemi açısından karşılaştırılmıştır. Çalışma sonucunda Gıda Neofobi Ölçeği ve Yiyecek Seçim Anketi'nde bulunan ifadeler pozitif/negatif ve anlamlı/anlamsız olacak şekilde ilişkilendirilmiştir.

3.3.5. Araştırma Ölçeğinin Güvenilirlik ve Geçerliliği

Güvenilirlik (reliability) benzer şartlar altında, ölçme aracının ilgili fenomeni ölçmek için her kullanılışında, aynı ya da benzer sonuçlar verip vermediği ile ilgilidir. Aynı fenomene ya da kavrama yönelik tekrarlanan ölçümler birbirinin aynı olmasa da, belli bir tutarlılık ve kararlılık ortaya koyarlar. En çok kullanılan güvenilirlik test yöntemleri; test-tekrar test, alternatif form, ikiye ayırma, iç tutarlılık ve gözlemciler arası güvenilirlik yöntemleridir (Gürer vd., 2017: 84). Esas olarak bir güvenilirlik indeks değeri olan Cronbach alfa ölçeğinin içerdiği maddelerin birbiriyle ne ölçüde tutarlı olduğu ve arka planda bulunan gizli, hipotetik değişkeni ne ölçüde temsil ettiği hakkında bilgi vermektedir. Alfa değerinin esas işlevi iç tutarlılığın saptanmasıdır (Şencan, 2005). Nunnally'e (1998) göre, alfa güvenilirlik değeri 0,70'den büyük olmalıdır. George ve Mallery'e (2003) göre ise alfa değerinin > 0,90 olması mükemmel; 0,80-0,90 arasında olması iyi; 0,70-0,80 arasında olması kabul edilebilir; 0,60-0,70 arasında olması kuşku; 0,50-0,60 arasında olması zayıf ve, 0,50 değerinin altında olması kabul edilemez olarak değerlendirilmektedir (Şencan, 2005). Araştırma kapsamında kullanılan ölçüm araçlarının güvenilirliğini belirlemek

amacıyla her iki ölçek için Cronbach alfa değerleri hesaplanmış, Yiyecek Seçim Anketi'nde bulunan 9 faktör için bu değer ayrı ayrı olacak şekilde değerlendirilmiştir. Gıda Neofobi Ölçeği'nin Cronbach alfa değeri 0,791 oranında, Yiyecek Seçim Anketi sağlık faktörü 0,889, ruh hali faktörü 0,900, uygunluk faktörü 0,898, duyuşal çekicilik faktörü 0,801, doğal içerik faktörü 0,903, fiyat faktörü 0,711, kilo kontrolü faktörü 0,908, aşinalık faktörü 0,843, etik kaygı faktörü ise 0,664 oranında güvenilirlik sağlamıştır.

Tablo 6. Anket Formunda Kullanılan Ölçeklerin Güvenilirlik Değerleri

Gıda Neofobi Ölçeği (FNS)	İfade Sayısı	Cronbach Alfa Katsayısı	Ortalama	Standart Sapma
	10	0,791	28,18	7,98
Yiyecek Seçim Anketi (FCQ)	İfade Sayısı	Cronbach Alfa Katsayısı	Ortalama	Standart Sapma
Sağlık Faktörü	6	0,889	22,86	5,43
Ruh Hali Faktörü	6	0,900	23,65	5,85
Uygunluk Faktörü	5	0,898	18,53	5,54
Duyusal Çekicilik Faktörü	4	0,801	17,56	2,93
Doğal İçerik Faktörü	3	0,903	11,90	3,31
Fiyat Faktörü	3	0,711	11,70	2,59
Kilo Kontrolü Faktörü	3	0,908	10,26	3,74
Aşinalık Faktörü	3	0,843	9,84	3,34
Etik Kaygı Faktörü	3	0,664	9,73	3,28

İç tutarlılık analizinin bir diğerk şekli, keşfedici (açıklayıcı) faktör analizi sonucunda hesaplanan faktör yüklerinden yararlanmaktır. Maddeler eğer tek bir faktörü ölçüyorsa söz konusu faktörü temsil etme ağırlığı 0,40 ila 0,80 arasında değışebilmektedir. Örneğın, bir ölçekte faktör analizi sonucunda iki bağımsız faktör ortaya çıkmışsa maddelerin yaklaşık yarısı birinci faktörde en az 0,40 faktör yükü ağırlığına sahip olmalı ve aynı maddelerin ikinci katördeki ağırlıkları ise sıfıra yakın veya negatif değerler olmalıdır. Öte yandan, diğerk maddeler birinci faktörle ilgili olmamalı, büyük ölçüde ikinci faktöre ait ağırlık değerlerine veya faktör yüklerine sahip olmalıdır (Şencan, 2005).

Tablo 7. Kaiser-Meyer-Olkin ve Bartlett Testi Sonuçları (Gıda Neofobi Ölçeği)

Kaiser-Meyer-Olkin Örnekleme Yeterlilik Ölçüsü		,848
Bartlett'in Küresellik Testi	Ki-kare (Approx. Chi-Square)	1074,944
	Serbestlik derecesi (df)	28
	Anlamlılık (Sig.)	,000

Gıda Neofobi Ölçeği'nin faktör yapısı ve sayısını belirlemek, yapı geçerliliğini analiz etmek amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Faktör Analizi yapılmadan önce Kaiser Meyer Olkin (KMO) testi ve Bartlett'in Küresellik Testi aracılığıyla verilerin Faktör Analizine uygunluğu kontrol edilmiştir. Bu değer çalışmada 0,848 olarak bulunmuş olup örneklem büyüklüğünün yeterli olduğu gözlemlenmiştir. Çalışmada Bartlett'in Küresellik Testinin anlamlılık (p) düzeyi 0,05'in altında bulunmuştur.

Tablo 8. Gıda Neofobi Ölçeği'ne Ait Faktör Analizi Sonuçları

Madde	Faktör Ortak Varyansı	Faktör-1 Yük Değeri	Faktör-1	Faktör-2
M1. Sürekli farklı ve yeni yiyecekler denerim. (R)	0,661	0,692	0,230	0,780
M2. Yeni yiyeceklere güvenmem.	0,496	0,609	0,689	0,145
M3. Bir yiyeceğin ne olduğunu bilmiyorsam denemem.	0,570	0,560	0,755	-0,001
M4. Farklı ülkelere ait yiyecekleri denemeyi severim. (R)	0,588	0,763	0,517	0,566
M5. Farklı ülke ve kültürlere ait etnik yiyecekleri denemeye çekinirim.	0,604	0,744	0,704	0,330
M6. Akşam öğünlerinde farklı yiyecekler denemeyi planlarım. (R)	0,600	0,530	0,016	0,774
M7. Daha önce denemediğim yiyecekleri yemekten korkarım.	0,645	0,760	0,738	0,317
M10. Etnik restoranlarda yemek yemeyi severim. (R)	0,507	0,627	0,241	0,670

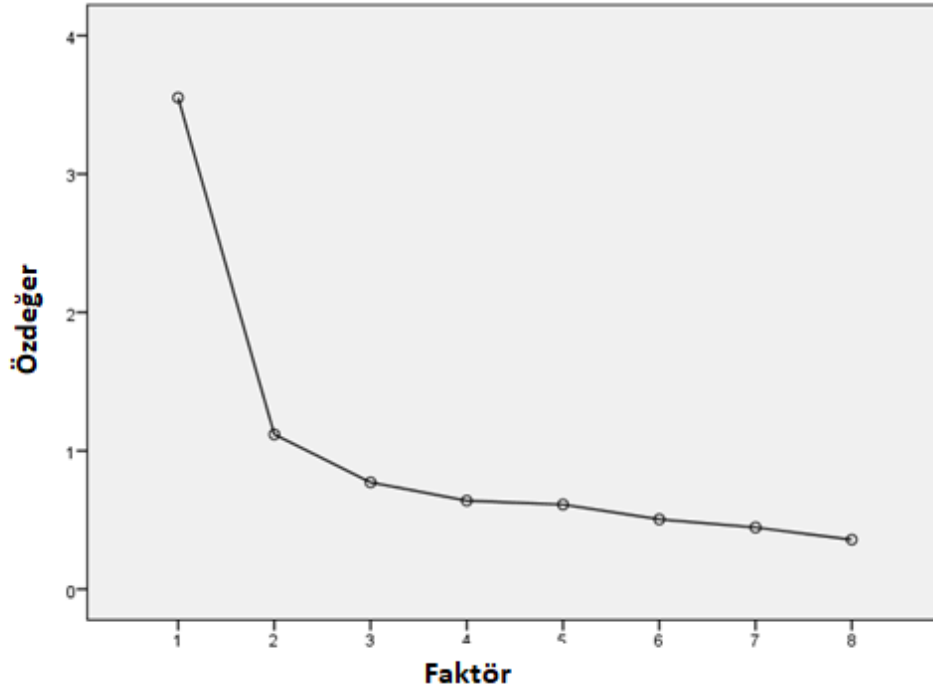
R: Reverse (ters kodlanan maddeler)

Yapılan Açıklayıcı Faktör Analizine göre, ölçekte bulunan 8. ve 9. maddelerin faktör yük değeri 0,4'ün altında olduğu için ölçekten çıkarılıp analiz tekrarı yapılmıştır. Ölçekten çıkarılan ifadeler Tablo 9'da gösterilmektedir.

Tablo 9. Açıklayıcı Faktör Analizi Sonucunda Ölçekten Çıkarılan Maddeler (Gıda Neofobi Ölçeği)

Madde 8	Yiyeceğim yemekler konusunda oldukça titizim.
Madde 9	Yiyeceğim yemekler konusunda ayırt edici değilim.

Şekil 11’de Gıda Neofobi Ölçeği maddelerinin eğim grafiği gösterilmektedir. Analiz sonuçlarına göre, ölçeğin 2 faktör altında birleştiği ve birinci faktörü 2, 3, 5, 7 numaralı maddelerin; ikinci faktörü 1, 4, 6, 10 numaralı maddelerin oluşturduğu görülmüştür. Buna göre birinci faktör “yeni yiyeceklere güvenmeme”, ikinci faktör ise “yeni yiyecekleri denemeye isteklilik” olarak adlandırılmıştır. Bu 2 faktörün ölçeğe ilişkin açıkladıkları varyans %44,394’tür.



Şekil 11. Gıda Neofobi Ölçeği Maddelerinin Eğim Grafiği

Yiyecek Seçim Anketi’nin faktör yapısı ve sayısını belirlemek, yapı geçerliliğini analiz etmek amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Faktör Analizini yapılmadan önce Kaiser Meyer Olkin (KMO) testi ve Barlett’in Küresellik Testi aracılığıyla verilerin Faktör Analizine uygunluğu kontrol edilmiştir.

Tablo 10. Kaiser-Meyer-Olkin ve Bartlett Testi Sonuçları (Yiyecek Seçim Anketi)

Kaiser-Meyer-Olkin Örnekleme Yeterlilik Ölçüsü		,910
Bartlett'in Küresellik Testi	Ki-kare (Approx. Chi-Square)	11732,696
	Serbestlik derecesi (df)	630
	Anlamlılık (Sig.)	,000

KMO örnekleme yeterlilik ölçüsü çalışmada 0,910 olarak bulunmuş olup örnekleme büyüklüğünün yeterli olduğu gözlemlenmiştir. Çalışmada Bartlett'in Küresellik Testinin anlamlılık (p) düzeyi 0,05'in altında bulunmuştur. Tablo 11'de Yiyecek Seçim Anketi'ne ait faktör analizi sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 11. Yiyecek Seçim Anketi'ne Ait Faktör Analizi Sonuçları

Faktör / Madde	Faktör Ortak Varyansı	Faktör Yük Değeri
Faktör 1 – Sağlık		
M1. Çok fazla vitamin ve mineral içermelidir.	0,649	0,615
M2. Beni sağlıklı tutmalıdır.	0,769	0,656
M3. Besleyici olmalıdır.	0,772	0,664
M4. Protein bakımından yüksek olmalıdır.	0,606	0,628
M5. Cildim, dişlerim, saçlarım, tırnaklarım vb. için iyi olmalıdır.	0,673	0,781
M6. Lif oranı yüksek olmalıdır.	0,665	0,712
Faktör 2 – Ruh hali		
M7. Stresle baş etmeye yardımcı olmalıdır.	0,746	0,713
M8. Yaşamla baş etmeye yardımcı olmalıdır.	0,747	0,685
M9. Rahatlamama yardımcı olmalıdır.	0,820	0,636
M10. Beni zinde tutmalıdır.	0,732	0,733
M11. Beni neşelendirmelidir.	0,699	0,519
M12. Kendimi iyi hissettirmelidir.	0,724	0,488
Faktör 3 – Uygunluk		
M13. Hazırlanması kolay olmalıdır.	0,866	0,459
M14. Çok basit pişirilebilmelidir.	0,903	0,448
M15. Hazırlanması zaman almamalıdır.	0,863	0,400
M17. Mağazalarda, süpermarketlerde kolayca bulunabilmelidir.	0,710	0,480
Faktör 4 – Duyusal Çekicilik		
M19. Güzel görünmelidir.	0,722	0,466

Tablo 11. (Devam) Yiyecek Seçim Anketi'ne Ait Faktör Analizi Sonuçları

M20. Hoş bir dokuya sahip olmalıdır.	0,711	0,453
Faktör 5 – Doğal İçerik		
M22. Hiçbir katkı maddesi içermemelidir.	0,740	0,670
M23. Doğal içerikler içermelidir.	0,766	0,754
M24. Yapay içerik içermemelidir.	0,739	0,677
Faktör 6 – Fiyat		
M25. Pahalı olmamalıdır.	0,780	0,402
Faktör 7 – Kilo Kontrolü		
M28. Düşük kalorili olmalıdır.	0,814	0,681
M29. Kilomu kontrol etmeme yardımcı olmalıdır.	0,829	0,743
M30. Yağ oranı düşük olmalıdır.	0,820	0,725
Faktör 8 – Aşinalık		
M31. Genelde yediğim yiyecekler gibi olmalıdır.	0,820	0,476
M32. Bildiğim bir yiyecek olmalıdır.	0,840	0,416
M33. Çocukken yediğim yiyecekler gibi olmalıdır.	0,684	0,501
Faktör 9 – Etik Kaygı		
M35. Menşei ülkesi açıkça belirtilmelidir.	0,685	0,551
M36. Çevreye zarar vermeyecek şekilde üretilmiş olmalıdır.	0,661	0,639

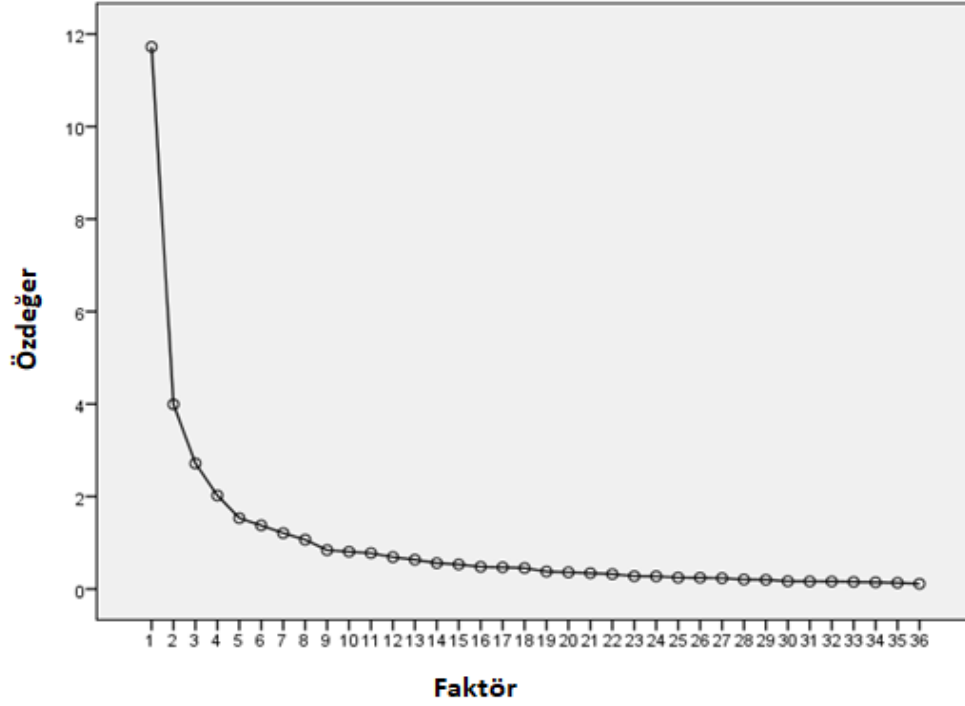
Yapılan Açıklayıcı Faktör Analizine göre, ölçekte bulunan 16, 18, 21, 26, 27 ve 34 numaralı maddelerin faktör yük değeri 0,4'ün altında olduğu için ölçekten çıkarılıp analiz tekrarı yapılmıştır. Ölçekten çıkarılan ifadeler Tablo 12'de gösterilmektedir.

Tablo 12. Açıklayıcı Faktör Analizi Sonucunda Ölçekten Çıkarılan Maddeler (Yiyecek Seçim Anketi)

Madde 16	Yaşadığım, çalıştığım yere yakın dükkanlardan satın alınabilmelidir.
Madde 18	Güzel kokmalıdır.
Madde 21	Tadı güzel olmalıdır.
Madde 26	Ucuz olmalıdır.
Madde 27	Fiyatına değer olmalıdır.
Madde 34	Siyasi olarak onayladığım ülkelerden ithal edilmiş olmalıdır.

Yiyecek Seçim Anketi maddelerinin eğim grafiği Şekil 12'de gösterilmektedir. Analiz sonuçlarına göre, ölçeğin 9 faktör altında birleştiği görülmektedir. Bu faktörler; sağlık, ruh hali, uygunluk, doğal içerik, duyuşal çekicilik, fiyat, kilo

kontrolü, aşinalık ve etik kaygı şeklindedir. Faktörlerin ölçeğe ilişkin açıkladıkları varyans %73,554'tür.



Şekil 12. Yiyecek Seçim Anketi Maddelerinin Eğim Grafiği

3.4. Araştırmanın Bulguları

Çalışmanın bu bölümünde, araştırma kapsamında hazırlanmış ve katılımcılara ulaştırılmış anket formundan elde edilen verilere ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

3.4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Sonuçlar

Çalışma verilerinin toplanmasından sonra elde edilen verilere öncelikle betimleyici analiz uygulanmıştır. Araştırma kapsamında hazırlanmış olan anket formuna katılan 464 katılımcıya ilişkin demografik özellikler Tablo 13'te gösterilmektedir.

Tablo 13. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Ait Sonuçlar

		Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	272	58,6
	Erkek	192	41,4
	Toplam	464	100,0
Yaş	21-33	219	47,2
	34-41	76	16,4
	42-49	81	17,4
	50 ve üstü	88	19,0
	Toplam	464	100,0

Tablo 13. (Devam) Katılımcıların Demografik Özelliklerine Ait Sonuçlar

Medeni Durum	Evli	250	53,9
	Bekar	214	46,1
	Toplam	464	100,0
Eğitim	İlkokul	6	1,3
	Ortaokul	8	1,7
	Lise	57	12,3
	Önlisans	61	13,1
	Lisans	266	57,3
	Lisansüstü	66	14,3
	Toplam	464	100,0
Gelir	2.825 TL ve altı	111	23,9
	2.826-5.000 TL	124	26,7
	5.001-7.000 TL	133	28,7
	7.001-9.000 TL	27	5,8
	9.001 TL ve üstü	69	14,9
	Toplam	464	100,0

Analiz sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyet değişkenine bakıldığında 272'sini (%58,6) kadın, 192'sinin (%41,4) ise erkek olduğu görülmüştür. Yaş değişkenine bakıldığında 219 katılımcı (%47,2) 21-33, 76 katılımcı (%16,4) 34-41, 81 katılımcı (% 17,4) 42-49 ve 88 katılımcı (%19,0) 50 yaş ve üzeri aralığındadır. Katılımcıları 250'si (%53,9) evli, 214'ü (%46,1) ise bekindir. Katılımcıların 6'sı (%1,3) ilkokul, 8'i (%1,7) ortaokul, 57'si (%12,3) lise, 61'i (%13,1) önlisans, 266'sı (%57,3) lisans, 66'sı (%14,3) lisansüstü düzeyde eğitim görmüştür. Son olarak katılımcıların 111'i (%23,9) 2.825 TL ve altı, 124'ü (%26,7) 2.826-5.000 TL, 133'ü (%28,7) 5.001-7.000 TL, 27'si (%5,8) 7.001-9.000 TL, 69'u (%14,9) 9.001 TL ve üzeri miktarda gelir sahibidir.

3.4.2. Katılımcıların Gıda Neofobi Düzeylerine İlişkin Bulgular

Gıda neofobisine ilişkin ifadelerle yapılan betimsel analizin sonuçları incelendiğinde 3,64 aritmetik ortalamayla gıda neofobisi düzeyiyle orantılı şekilde “Yiyeceğim yemekler konusunda oldukça titizim” ifadesi en yüksek katılımın gözlendiği ifade olmuştur. Bu ifadeden sonra “Bir yiyeceğin ne olduğunu bilmiyorsam denemem” ifadesi 3,20 aritmetik ortalama ile en çok katılımın gözlendiği ikinci ifade; “Yiyeceğim yemekler konusunda ayırt edici değilim” ifadesi ise 2,90 aritmetik ortalamayla en çok katılımın gözlendiği üçüncü ifade olmuştur. Gıda neofobisine ilişkin sıklık analizi sonuçları Tablo 14'te gösterilmektedir.

Tablo 14. Gıda Neofobi Ölçeği'ne İlişkin Betimsel Analiz Bulguları

Maddeler	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma
Sürekli farklı ve yeni yiyecekler denerim. (R)	2,80	1,24
Yeni yiyeceklere güvenmem.	2,48	1,23
Bir yiyeceğin ne olduğunu bilmiyorsam denemem.	3,20	1,48
Farklı ülkelere ait yiyecekleri denemeyi severim. (R)	2,49	1,38
Farklı ülke ve kültürlerle ait etnik yiyecekleri denemeye çekinirim.	2,82	1,46
Akşam öğünlerinde farklı yiyecekler denemeyi planlarım. (R)	2,63	1,29
Daha önce denemediğim yiyecekleri yemekten korkarım.	2,54	1,32
Yiyeceğim yemekler konusunda oldukça titizim.	3,64	1,24
Yiyeceğim yemekler konusunda ayırt edici değilim. (R)	2,90	1,49
Etnik restoranlarda yemek yemeyi severim. (R)	2,63	1,34

R: Reverse (ters kodlanan maddeler)

Gıda Neofobi Ölçeği'nin skorlanması, 5'li Likert Ölçeği kullanılması dolay 10 ila 50 puan arasında gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar “neofilik” ve “neofobik” olmak üzere iki ayrı gruba ayrılmıştır. Gıda Neofobi Ölçeği'nden elde edilen yüksek puanlar gıda neofobisini, düşük puanlar ise gıda neofilisini temsil etmektedir. Pliner ve Hobden'a (1992) göre, neofobik ve neofilik olmak üzere iki grup; Gıda Neofobisi (FN) \leq Ortalama (M) – Standart Sapma (SD) ise “neofilik” ve Gıda Neofobisi (FN) \geq Ortalama (M) + Standart Sapma (SD) ise “neofobik” olarak tanımlanmıştır.

Tablo 15. Gıda Neofobi Gruplarının Skor Aralığı

		Neofilik	Nötr	Neofobik
Gıda Neofobisi	Frekans (N)	180	143	141
	Ortalama (M)	19,51	28,99	37,52
	Gıda Neofobisi Skor Aralığı	10-25	26-32	33-50

Katılımcıların gıda neofobi düzeylerine göre dağılımı Tablo 15'te gösterilmektedir. “Neofilik” katılımcıların ortalama gıda neofobisi skoru 19,51; “nötr” katılımcıların ortalama gıda neofobisi skoru 28,99; “neofobik” katılımcıların ortalama gıda neofobisi skoru ise 37,52 şeklindedir. Yapılacak olan Korelasyon Analizinde “neofilik” ve “neofobik” katılımcılar esas alınmıştır.

3.4.3. Yiyecek Seçim Faktörlerine Dair Araştırma Bulguları

Yiyecek seçim faktörlerine dair katılımın belirlenmesi amacıyla ilgili mevcut verilere betimsel analiz uygulanmıştır. Steptoe vd. (1995) tarafından hazırlanan Yiyecek Seçim Anketi'nde bulunan 9 faktör (sağlık, ruh hali, uygunluk, duyuşal

çekicilik, doğal içerik, fiyat, kilo kontrolü, aşinalık, etik kaygı) esas alınarak, her bir faktör betimsel analizler aracılığıyla yorumlanmıştır.

İlk olarak Yiyecek Seçim Anketi'nde yer alan sağlık faktörüne ilişkin analizler yapılmış ve 4,22 ortalama ile günlük tüketilen yiyeceklerde “besleyici olmalıdır” seçeneği en çok önem arz eden ifade olmuştur. Bir diğer faktör olan ruh hali faktörüne dair yapılan betimsel analizde 4,39 ortalama ile günlük tüketilen yiyeceklerde “kendimi iyi hissettirmelidir” ifadesi en çok katılıma sahiptir. Uygunluk faktörüne en çok katılım 3,88 ortalama ile, “mağaza ve süpermarketlerde kolayca bulunabilmelidir” ifadesi; duyusal çekicilik faktörüne dair yapılan betimsel analiz sonuçlarına bakıldığında ise günlük tüketilen yiyeceklerin duyusal çekiciliğinde “tadı güzel olmalıdır” ifadesi 4,76 ortalama ile en çok katılımın sağlandığı ifadedir. Doğal içerik faktörüne dair yapılan betimsel analiz sonuçlarına göre 4,08 ortalama ile en çok katılımın gözlendiği madde “doğal içerikler içermelidir” ifadesi olmuş; fiyat faktörüne bakıldığında ise katılımcıların günlük olarak tükettikleri yiyeceklerde en fazla önem verdikleri ifadenin 4,60 ortalama ile “fiyatına değer olmalıdır” olduğu gözlemlenmiştir. Yiyecek Seçim Anketi'nde bulunan bir diğer faktör ise kilo kontrolü faktörüdür. Kilo kontrolü faktörüne dair yapılan betimsel analiz sonuçlarına göre en çok katılım gösterilen ifadenin “yağ oranı düşük olmalıdır” olduğu gözlemlenmiştir. Aşinalık faktörü altında bulunan “genelde yediğim yiyecekler gibi olmalıdır” ifadesi 3,45 ortalama ile; etik kaygı faktörü altında bulunan “Çevreye zarar vermeyecek şekilde üretilmiş olmalıdır” ifadesi ise 4,15 ortalama ile en çok katılımın sağlandığı ifadeler olmuştur. Tablo 16'da Yiyecek Seçim Anketi'ne dair yapılmış betimsel analiz sonucunda her bir ifade için elde edilen aritmetik ortalama ve standart sapma değerlerine yer verilmiştir.

Tablo 16. Yiyecek Seçim Anketi'ne İlişkin Betimsel Analiz Bulguları

Maddeler	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma
Günlük yediğim yemeklerde şu unsurların olması benim için önemlidir:		
Çok fazla vitamin ve mineral içermelidir.	3,37	1,15
Beni sağlıklı tutmalıdır	4,02	1,07
Besleyici olmalıdır	4,22	0,99
Protein bakımından yüksek olmalıdır	3,85	1,04
Cildim, dişlerim, saçlarım, tırnaklarım vb. için iyi olmalıdır	3,74	1,23
Lif oranı yüksek olmalıdır	3,64	1,25
Stresle baş etmeme yardımcı olmalıdır	3,49	1,40
Yaşamla baş etmeme yardımcı olmalıdır	3,68	1,29

Tablo 16. (Devam) Yiyecek Seçim Anketi'ne İlişkin Betimsel Analiz Bulguları

Rahatlamama yardımcı olmalıdır	3,87	1,24
Beni zinde tutmalıdır	4,09	1,10
Beni neşelendirmelidir	4,10	1,14
Kendimi iyi hissettirmelidir	4,39	0,90
Hazırlanması kolay olmalıdır	3,79	1,28
Çok basit pişirilebilmelidir	3,59	1,36
Hazırlanması zaman almamalıdır	3,55	1,38
Yaşadığım, çalıştığım yere yakın dükkanlardan satın alınabilmelidir	3,69	1,32
Mağazalarda, süpermarketlerde kolayca bulunabilmelidir	3,88	1,20
Güzel kokmalıdır	4,39	0,91
Güzel görünmelidir	4,27	1,05
Hoş bir dokuya sahip olmalıdır	4,12	1,05
Tadı güzel olmalıdır	4,76	0,60
Hiçbir katkı maddesi içermemelidir	3,76	1,31
Doğal içerikler içermelidir	4,08	1,11
Yapay içerik içermemelidir	4,05	1,17
Pahalı olmamalıdır	3,73	1,17
Ucuz olmalıdır	3,36	1,26
Fiyatına değer olmalıdır	4,60	0,73
Düşük kalorili olmalıdır	3,23	1,34
Kilomu kontrol etmeme yardımcı olmalıdır	3,51	1,42
Yağ oranı düşük olmalıdır	3,51	1,29
Genelde yediğim yiyecekler gibi olmalıdır	3,45	1,21
Bildiğim bir yiyecek olmalıdır	3,35	1,26
Çocukken yediğim yiyecekler gibi olmalıdır	3,03	1,34
Siyasi olarak onayladığım ülkelerden ithal edilmiş olmalıdır	2,12	1,41
Menşei ülkesi açıkça belirtilmelidir	3,46	1,58
Çevreye zarar vermeyecek şekilde üretilmiş olmalıdır	4,15	1,22

3.4.4. Katılımcıların Demografik Özellikleri ile Gıda Neofobi Düzeyine Dair İlişkilere Yönelik Bulgular

Katılımcıların demografik özelliklerinden cinsiyet ve medeni durum değişkenlerinin gıda neofobi düzeyi üzerindeki farklılıkların belirlenmesi amacıyla ilişkisiz ölçümler için Mann-Whitney U Testi uygulanmıştır.

Mann-Whitney U Testi bulgularına bakıldığında, cinsiyet değişkeninin anlamlılık (p) değeri 0,813 olarak elde edilmiştir. Anlamlılık değerinin 0,05'ten küçük olması gruplar arasında anlamlı bir farkın olduğunu göstermektedir. Buna göre bulunan değer (p>0,05) gıda neofobi düzeyinin cinsiyetler arasında herhangi bir farklılık göstermediğini işaret etmektedir. Bu durumun kadın ve erkek katılımcıların gıda neofobi düzeylerinin benzerlik göstermesinden kaynaklandığı söylenebilmektedir. Ayrıca çalışma örnekleminin büyüklüğünün ve eşit dağılım göstermemesinin de elde edilen bulguya yol açtığı düşünülmektedir. Çalışma kapsamında hazırlanan **H2a**

hipotezi desteklenmemiştir. Tablo 17’de cinsiyet ve gıda neofobisi düzeyine dair Mann-Whitney U Testi bulguları gösterilmektedir.

Tablo 17. Cinsiyet ve Gıda Neofobisi Düzeyine Dair Mann-Whitney U Testi Bulguları

Cinsiyet	Frekans (n)	Sıra Ortalaması	Mann-Whitney U	Z	Anlamlılık (p)
Kadın	272	233,74	25775,00	-,237	,813
Erkek	192	2230,74			

Mann-Whitney U Testi sonucuna göre medeni durum değişkeninin anlamlılık (p) değerinin 0,404 oranında elde edildiği ve bu değer 0,05’ten büyük olmasından dolayı iki grup arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir. Elde edilen bulguya dayanarak evli ve bekar katılımcıların gıda neofobisi düzeyi bakımından farklılığa sahip olmadığı söylenebilmektedir. Evli ve bekar katılımcılar arasında gıda neofobisi düzeyi bakımından anlamlı farklılığın görülmemesi, mevcut katılımcıların çevrelerindeki kişilerden yüksek düzeyde etkilenmemesinden ve evlilik durumunda gıda seçimlerinde önemli değişimler olmamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Buna göre çalışma kapsamında hazırlanan **H2c** hipotezi desteklenmemiştir. Tablo 18’de medeni durum ve gıda neofobisi düzeyine dair Mann-Whitney U Testi bulguları gösterilmektedir.

Tablo 18. Medeni Durum ve Gıda Neofobisi Düzeyine Dair Mann-Whitney U Testi Bulguları

Medeni Durum	Frekans (n)	Sıra Ortalaması	Mann-Whitney U	Z	Anlamlılık (p)
Evli	250	237,30	25550,00	-,834	,404
Bekar	214	226,89			

Yaş, eğitim ve gelir gibi ordinal değişkenlerin gıda neofobisi üzerinde anlamlı farklılıklarının olup olmadığını belirlemeye yönelik Kruskal Wallis Testi yapılmıştır. Öncelikle yaş değişkeninin, gıda neofobisi düzeyinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemeye yönelik Kruskal Wallis Testi uygulanmış ve elde edilen verilere göre anlamlılık (p) değeri 0,074 oranında elde edilerek, istatistiksel açıdan anlamlı farklılık görülmemiştir. Buna göre dört farklı yaş aralığındaki katılımcıların gıda neofobisi düzeylerinin benzer olduğu söylenebilmektedir. Bu durumun çalışmada yetişkin bireylerin esas alınmasından, dolayısıyla çalışma örnekleminin

kısıtlı tutulmasından kaynaklandığı, bununla birlikte belirlenen yaş aralıklarının eşit dağılım göstermemesinin de bu duruma yol açtığı düşünülmektedir. Çalışma kapsamında hazırlanan *H2b* hipotezi desteklenmemiştir. Yaş aralığı ve gıda neofobisi düzeyine dair Kruskal Wallis Testi bulguları Tablo 19’da gösterilmektedir.

Tablo 19. Yaş Aralığı ve Gıda Neofobisi Düzeyine Dair Kruskal Wallis Testi Bulguları

Yaş Aralığı	Frekans (n)	Sıra Ortalaması	X ²	Serbestlik Derecesi (df)	Anlamlılık (p)
21-33	219	218,00	6,925	3	0,074
34-41	76	256,17			
42-49	81	228,09			
50 ve üstü	88	252,19			
Toplam	464				

Eğitim değişkeninin, gıda neofobisi düzeyinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemeye yönelik Kruskal Wallis Testi sonuçlarına bakıldığında, anlamlılık (p) değeri 0,113 oranında elde edilerek, istatistiksel açıdan anlamlı farklılık görülmemiştir. Buna göre dört farklı eğitim düzeyine sahip katılımcıların gıda neofobi düzeylerinin benzer nitelikte olduğu söylenebilmektedir. Bu durumun dört farklı eğitim düzeyine sahip birimlerin eşit dağılım göstermemesinden ve örneklem büyüklüğünün kısıtlı olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Çalışma kapsamında hazırlanan *H2d* hipotezi desteklenmemiştir. Eğitim durumu ve gıda neofobisi düzeyine dair Kruskal Wallis Testi bulguları Tablo 20’de gösterilmektedir.

Tablo 20. Eğitim Durumu ve Gıda Neofobisi Düzeyine Dair Kruskal Wallis Testi Bulguları

Eğitim Durumu	Frekans (n)	Sıra Ortalaması	X ²	Serbestlik Derecesi (df)	Anlamlılık (p)
Ortaöğretim	71	189,31	7,155	5	0,209
Önlisans	61	265,04			
Lisans	266	233,23			
Lisansüstü	66	224,39			
Toplam	464				

Gelir değişkeninin, gıda neofobisi düzeyinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemeye yönelik Kruskal Wallis Testi sonuçlarına bakıldığında, anlamlılık (p) değeri 0,921 oranında elde edilerek, istatistiksel açıdan anlamlı farklılık görülmemiştir. Buna göre dört farklı gelir aralığına sahip katılımcıların gıda neofobi düzeylerinin benzerlik gösterdiği söylenebilmektedir. Bu durumun benzer şekilde

örneklem büyüklüğünden kaynaklandığı ve daha geniş örneklerde farklılıklara rastlanılacağı düşünülmektedir. Çalışma kapsamında hazırlanan *H2e* hipotezi desteklenmemiştir. Gelir aralığı ve gıda neofobisi düzeyine dair Kruskal Wallis Testi bulguları Tablo 21’de gösterilmektedir.

Tablo 21. Gelir Aralığı ve Gıda Neofobisi Düzeyine Dair Kruskal Wallis Testi Bulguları

Gelir Aralığı	Frekans (n)	Sıra Ortalaması	X ²	Serbestlik Derecesi (df)	Anlamlılık (p)
2.825 TL ve altı	111	234,32	,489	3	0,921
2.825 - 5.000 TL	124	237,29			
5.001 – 7.000 TL	133	226,05			
7.001 TL ve üzeri	96	233,14			
Toplam	464				

3.4.5. Gıda Neofobisi Düzeyi ve Yiyecek Seçim Faktörlerine Dair Korelasyon Analizi Bulguları

Korelasyonel bir ilişki, iki değişkenin senkronize bir şekilde gerçekleştiğini ifade etmektedir. İki değişken arasında bir korelasyon yoksa aralarında nedensel bir ilişkinin varlığından söz edilemez (Trochim ve Donnelly, 2001). İki değişken arasında gözlenebilir korelasyon olması aralarında nedensel bir ilişki kurulabilmesi için gerekli bir şart olmakla beraber, tek başına yeterli değildir. Daha genel bir ifadeyle korelasyon tek başına bir nedenselliği kanıtlamamaktadır. İki değişken arasında pozitif, negatif veya kavisli bir ilişki söz edilebilir. Pozitif bir ilişkide bağımlı ve bağımsız değişkenler aynı yönde değişmektedir; birisi arttıkça diğeri de artmakta, birisi azaldıkça diğeri de azalmaktadır. Negatif korelasyonda ise bağımsız değişkenin değerleri arttıkça bağımlı değişkenin değerleri azalmakta veya bağımsız değişkenin değerleri azaldıkça bağımlı değişkenin değerleri artmaktadır. İki değişken arasında korelasyon olması aralarında nedensellik bağı olduğunu göstermediği gibi, korelasyon olmadan da bu değişkenler arasında nedensel bir ilişki bahsedilememektedir. İki değişken arasındaki korelasyon ampirik gözlemlere dayanarak tespit edilebilmektedir (Durna, 2017: 164).

Yapılan çalışmada değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizi 10 ila 50 puan aralığında Gıda

Neofobi Ölçeği skorları ortalamaları ile Yiyecek Seçim Anketi faktör ortalamaları üzerinden gerçekleştirilmiştir. Normallik analizi sonucu, verilerin normal dağılmadığı varsayılarak Spearman katsayısı kullanılmıştır. Katılımcıların Gıda Neofobi Ölçeği ve Yiyecek Seçim Anketi ortalamaları arasındaki ilişki; pozitif/negatif, anlamlı/anlamsız olacak şekilde değerlendirilmiştir.

Tablo 22. Yiyecek Seçim Faktörleri - Gıda Neofobisi Düzeyi Korelasyon Analizi Bulguları

Yiyecek Seçim Faktörü	Gıda Neofobisi		
	Korelasyon Katsayısı	Anlamlılık (p)	Frekans (n)
Sağlık	-,008	,885	320
Ruh Hali	-,150**	,007	
Uygunluk	,114*	,042	
Duyusal Çekicilik	,034	,540	
Doğal İçerik	-,008	,888	
Fiyat	,096	,086	
Kilo Kontrolü	-,060	,288	
Aşinalık	,427**	,000	
Etik Kaygı	,045	,422	

** korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlı; * korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlı

Yapılan korelasyon analizi sonucunda gıda neofobisi düzeyi (Ort.=27,88, SS=9,46) ile sağlık (Ort.=22,57, SS=5,52), duyuşal çekicilik (Ort.=17,52, SS=3,01), doğal içerik (Ort.=11,75, SS=3,45), fiyat (Ort.=11,75, SS=2,50), kilo kontrolü (Ort.=10,13, SS=1,25) ve etik kaygı (Ort.=9,68, SS=3,30) faktörleri arasında anlamlı ilişkilere rastlanmamıştır. Gıda neofobisi düzeyi ile sağlık faktörü arasındaki korelasyon katsayısı -0,008, anlamlılık (p) değeri 0,885 oranında; duyuşal çekicilik faktörü ile korelasyon katsayısı 0,034, anlamlılık (p) değeri 0,540 oranında; doğal içerik faktörü ile korelasyon katsayısı -0,008, anlamlılık (p) değeri 0,888 oranında; fiyat faktörü ile korelasyon katsayısı 0,096, anlamlılık (p) değeri 0,086 oranında; kilo kontrolü faktörü ile korelasyon katsayısı -0,060, anlamlılık (p) değeri 0,288 oranında ve etik kaygı faktörü ile korelasyon katsayısı 0,045, anlamlılık (p) değeri ise 0,422 oranında gözlemlenmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında gıda neofobisinin sağlık, duyuşal çekicilik, doğal içerik, fiyat, kilo kontrolü ve etik kaygı faktörleri ile korelasyonda olmadığı ve katılımcıların gıda neofobisi düzeylerinin bahsedilen

faktörlere göre şekillenmediği söylenebilmektedir. Çalışma kapsamında geliştirilen **H1** hipotezinin alt hipotezlerinden **H1a, H1d, H1e, H1f, H1g, H1i** hipotezleri desteklenmemiştir.

Elde edilen bulgulara göre ruh hali faktörü (Ort.=23,53, SS=6,07) ile gıda neofobisi düzeyi (Ort.= 27,88, SS=9,46) arasında 0.01 düzeyinde negatif yönde anlamlı bir ilişki gözlemlenmektedir. Ruh hali faktörü ile gıda neofobisi düzeyi arasındaki korelasyon katsayısı -0,150**, anlamlılık (p) değeri ise 0,007 oranında bulunmuştur. Buna göre gıda neofobi düzeyi azaldıkça ruh hali faktörüne verilen önem artmakta; gıda neofobi düzeyi arttıkça ruh hali faktörüne verilen önem azalmaktadır. Çalışma kapsamında hazırlanan **H1b** desteklenmiştir. Uygunluk faktörü (Ort.=18,41, SS=5,63) ile gıda neofobisi düzeyi (Ort.=27,88, SS=9,46) arasında 0.05 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlemlenmiş olup, uygunluk faktörü ile gıda neofobisi düzeyi arasındaki korelasyon katsayısı 0,114*, anlamlılık (p) değeri ise 0,042 oranındadır. Buna göre gıda neofobi düzeyi arttıkça uygunluk faktörünün önemi artmakta; gıda neofobi düzeyi azaldıkça uygunluk faktörünün önemi azalmaktadır. Çalışma kapsamında hazırlanan **H1c** hipotezi desteklenmiştir. Aşinalık faktörü ile gıda neofobisi düzeyi (Ort.=27,88, SS=9,46) arasında 0.01 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir. Aşinalık faktörü ile gıda neofobisi düzeyi arasındaki korelasyon katsayısı 0,427**, anlamlılık (p) değeri ise 0,000 oranında bulunmuştur. Buna göre gıda neofobi düzeyi azaldıkça aşinalık faktörünün önemi de azalmakta; gıda neofobi düzeyi arttıkça aşinalık faktörünün önemi de artmaktadır. Çalışma kapsamında hazırlanan **H1h** hipotezi desteklenmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

İnsanoğlu yeryüzünde yaşamaya başladığından beri kendisine gıda temini için zaman ve emek harcamış, bunun için savaşmış ve gıda temini, saklanması, dağıtımı ve tüketimi için pek çok keşif ve icatlar yapmıştır. Bunun yanında çağlar boyunca insanlar, sağlığın yenilen içilen besinler ile doğrudan ya da dolaylı olarak ilgili olduğu üzerinde çeşitli tezler ileri sürmüşler ve çalışmalar yapmışlardır. Bugün sağlığın korunması ve çeşitli hastalıkların tedavisinde beslenmenin önemli bir yeri olduğu bilinmektedir (Kutluay Merdol, 2018).

Yeme-içme davranışı kişiden kişiye değişim gösteren bir olgudur. Bu noktada önemli olan ise kişilerin yiyecek seçimidir. Yiyecek seçimi, insanların neyi, nasıl, ne zaman, nerede ve kiminle yediklerini ve yeme davranışlarının diğer yönlerini göz önünde bulundurarak yiyecek ve içeceklerin seçimini ve tüketimini içermektedir. Yemek seçimleri; tercihleri, kimlikleri ve kültürel anlamları ifade ederek hayatın sembolik, ekonomik ve sosyal yönlerinde önemli bir rol oynamaktadır. Yiyecek seçimleri ayrıca hangi besinlerin vücuda girdiğini ve daha sonra sağlık, hastalık ve ölüm oranlarını etkilediğini belirler. Biyolojik, psikolojik, ekonomik, sosyal, kültürel ve epidemiyolojik önemi nedeniyle, birçok araştırmacı ve uygulayıcı bireylerin gıda seçimlerine dikkat etmektedir (Sobal vd., 2006). Birçok farklı araştırmada yiyecek seçimini etkileyen faktörler ele alınmış ve konuyla ilgili farklı modeller oluşturulmuştur. Yapılan bu çalışmada ise Steptoe vd. (1995) tarafından gerçekleştirilen çalışmadan esinlenerek, yiyecek seçimini etkileyen dokuz farklı faktör ele alınmıştır. Bu faktörler; sağlık, ruh hali, uygunluk, duyuşal çekicilik, doğal içerik, fiyat, kilo kontrolü, aşinalık ve etik kaygı faktörleridir.

Küreselleşmenin de etkisiyle birlikte bugün birçok sektör standardizasyon ve tekdüzelik üzerine odaklanmışken, gıda sektörü tüketicilerin yeni deneyimler kazanma ihtiyacına karşılık olarak yeni akımlar, yeni pişirme teknikleri ve farklı kültürleri tanıtmaya eğilimindedir. Bu eğilime karşın toplumun bazı kesimlerinde ya da bireylerinde yeni gıda maddelerine karşı çekimserlik davranışının görülmesi muhtemeldir. Bu davranışın altında yatan en önemli nedenlerden bir tanesi yiyecekte yenilik korkusu, bir diğer adıyla gıda neofobisidir. Gıda neofobisi, yeni ya da alışılmadık gıda maddelerine karşı gösterilen korku ya da çekinme hali olarak tanımlanabilmektedir. Yaşamın her döneminde ortaya çıkabilen bu olgu, bireylerin

yiyecek seçimini doğrudan etkileyebilmektedir. Farklı faktörlerden kaynaklı olarak ortaya çıkabilen gıda neofobisinin temelinde, insanoğlunun hepçil beslenme davranışı yatmaktadır. Hayvanlarda da görülen bu davranış, canlıların toksik gıda maddelerinden kaçınmasını, potansiyel zehirlenmelerin önüne geçme güdüsünü ifade etmektedir. Gıda neofobisinin belirlenmesi amacıyla birçok farklı ölçme aracı geliştirilmiştir. Bu ölçeklerin kullanımı sonucunda bireylerdeki gıda neofobisi düzeyi genel olarak düşük, orta ve yüksek düzey olarak gruplandırılmaktadır.

Gıda neofobisinin yiyecek seçimi üzerindeki etkileri daha önce yapılan çalışmalarda ortaya konulmuştur. Fakat gıda neofobisinin yiyecek seçimini etkileyen faktörler ile ilişkisi sınırlı sayıda çalışmada incelenmiştir. Yapılan bu çalışmada gıda neofobisi düzeyi ile yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişkinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda Pliner ve Hobden (1992) tarafından geliştirilen Gıda Neofobi Ölçeği ve Steptoe vd. (1995) tarafından geliştirilen Yiyecek Seçim Anketi (FCQ) kullanılarak ilgili katılımcıların gıda neofobisi düzeyi ile yiyecek seçim faktörlerine verdikleri ortalama önem belirlenmiştir. Araştırma evrenini 20 yaş üzeri tüketiciler oluşturmaktadır. Çalışma kapsamında 522 katılımcıya ulaştırılan anket formundan, gerekli elemeler yapılarak 464 katılımcının cevapları esas alınmıştır. Elde edilen veriler, çalışma amacı doğrultusunda SPSS 22.00 programına aktarılarak gerekli analizlere tabi tutulmuştur.

Çalışma kapsamında kullanılan ölçeklerin güvenilirlik ve geçerliliğinin belirlenmesi amacıyla gerekli maddeler ters kodlanarak ilgili ölçeklerin Cronbach alfa katsayıları belirlenmiş ve faktör analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre her iki ölçeğin de güvenilir olduğu; Gıda Neofobi Ölçeği'nin iki, Yiyecek Seçim Anketi'nin ise dokuz faktör altında toplandığı görülmüştür.

Katılımcıların demografik özelliklerine dair yapılan betimsel analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılım gösteren bireylerin çoğunluğunun kadın, 21-33 yaş aralığında, evli, lisans düzeyinde eğitim görmüş ve 5001 – 7000 TL aralığında gelir sahibi olduğu gözlemlenmiştir.

Gıda Neofobi Ölçeği'ne katılım sıklıklarının belirlenmesi amacıyla ilgili ölçekten elde edilen sonuçlara sıklık analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına bakıldığında, 10 ifadeden oluşan Gıda Neofobi Ölçeği'nde en çok katılımın

görüldüğü ifade, gıda neofobisi düzeyiyle orantılı şekilde “Yiyeceğim yemekler konusunda oldukça titizim” ifadesi olmuştur. Bu ifadeyi takiben “Bir yiyeceğin ne olduğunu bilmiyorsa denemem” ifadesi en çok katılımın gözlendiği ikinci ifade; “Yiyeceğim yemekler konusunda ayırt edici değilim” ifadesi ise en çok katılımın gözlendiği üçüncü ifade olmuştur. Toplamda 464 katılımcının bulunduğu veri sonuçlarına bakıldığında, 180 katılımcının neofilik, 143 katılımcının nötr, 141 katılımcının ise neofobik olduğu görülmüştür. Neofilik katılımcıların ortalama gıda neofobisi skoru 19,51; nötr katılımcıların ortalama gıda neofobisi skoru 28,99; neofobik katılımcıların ortalama gıda neofobisi skoru ise 37,52 şeklindedir.

Katılımcıların demografik özelliklerinin gıda neofobi düzeyleri üzerindeki etkilerini belirlemek amacıyla gerekli analizler uygulanmış ve analiz sonuçlarına bakıldığında herhangi bir demografik değişkenin gıda neofobi düzeyi üzerinde anlamlı farklılıklar göstermediği görülmüştür. Geçmiş çalışmalara bakıldığında yaş (Meiselman vd., 2010; Okumus vd., 2021), cinsiyet (Hursti ve Sjöden, 1997), medeni durum (Muhammad vd., 2015; Yiğit, 2018), eğitim (Turila vd., 2001) ve gelir düzeyi (Flight vd., 2003; MacNicol vd., 2003; Olabi vd., 2009) değişkenlerinin gıda neofobisi üzerinde anlamlı farklılıklara sahip olduğu görülmektedir. Bu çalışmada demografik özelliklerin gıda neofobisi üzerinde farklılıklar göstermemesinin, seçilen örneklemin kısıtlı bir popülasyondan oluşması ve birimlerin eşit dağılım göstermemesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Yiyecek Seçim Anketi’ne katılım sıklığının belirlenmesi amacıyla elde edilen veriler betimsel analiz uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına bakıldığında, katılımcıların günlük tükettikleri yiyeceklerde; sağlık faktörüne ilişkin “besleyici olmalıdır” ifadesi, ruh hali faktörüne ilişkin “kendimi iyi hissettirmelidir” ifadesi, uygunluk faktörüne ilişkin “mağaza ve süpermarketlerde kolayca bulunabilmelidir” ifadesi, duyuşal çekicilik faktörüne ilişkin “tadı güzel olmalıdır” ifadesi, doğal içerik faktörüne ilişkin “doğal içerikler içermelidir” ifadesi, fiyat faktörüne ilişkin “fiyatına değer olmalıdır” ifadesi, kilo kontrolü faktörüne ilişkin “yağ oranı düşük olmalıdır” ifadesi, aşinalık faktörüne ilişkin “genelde yediğim yiyecekler gibi olmalıdır” ifadesi ve son olarak etik kaygı faktörüne ilişkin “Çevreye zarar vermeyecek şekilde üretilmiş olmalıdır” ifadesi en çok katılımın gözlendiği ifadeler olmuştur.

Gıda neofobi düzeyi ile yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla elde edilen verilere korelasyon analizi uygulanmıştır. Yapılan korelasyon analizinde katılımcıların neofobik ve neofilik gruplarda yer alanları esas alınmıştır. Korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında gıda neofobi düzeyinin ruh hali faktörü ile 0.01 düzeyinde negatif anlamlı bir ilişkide olduğu, uygunluk faktörü ile 0.05 düzeyinde pozitif anlamlı bir ilişkide olduğu ve aşinalık faktörü ile 0.01 düzeyinde pozitif anlamlı bir ilişkide olduğu gözlemlenmiştir. Buna göre gıda neofobi düzeyi arttıkça ruh hali faktörüne verilen önemin azaldığını, gıda neofobi düzeyi azaldıkça ruh hali faktörüne verilen önemin arttığını söylemek mümkündür. Zıt bir şekilde gıda neofobi düzeyi arttıkça uygunluk ve aşinalık faktörlerine verilen önemin de arttığı ve gıda neofobi düzeyi azaldıkça uygunluk ve aşinalık faktörlerine verilen önemin de azaldığı söylenebilmektedir.

Yeme-içme olgusu, gastronomi biliminin gelişmesi ile birlikte temel ihtiyaçların giderilmesi için bir araç olarak görülmesinin yanında, en önemli sosyal aktivitelerden biri haline gelmiştir. Bu durumun bir sonucu olarak tüketici profili çeşitli değişimler göstermiştir, yeni ve farklı yiyeceklerin deneyimlenmesi önem kazanmıştır. Diğer bir deyişle tüketicilerin farklı tatlar araması, yeni gıda maddelerini denemeye istekli olması beklenen bir sonuçtur. Bununla birlikte bazı tüketici segmentlerinin bu durumun tam tersi olarak yeni gıda maddelerine karşı temkinli yaklaşması, hem kişisel olarak diyet çeşitliliğini sınırlamakta hem de toplumların mutfak kültürü gelişiminin karşısında büyük bir engel oluşturmaktadır.

Yapılan çalışmada gıda neofobisi düzeyinin ruh hali faktörü ile negatif anlamlı ilişkide, aşinalık ve uygunluk faktörleri ile pozitif anlamlı ilişkide olduğu gözlemlenmiştir. Ruh hali faktörü, kişilerin yiyeceklerden beklediği hedonik zevkleri ifade etmektedir. Bununla birlikte yüksek stres durumunda az ya da fazla yeme davranışı gibi kişilerin duygusal koşullara duyarlılığı da ruh hali faktörü kapsamında gözlemlenebilmektedir. Elde edilen bulgulara dayanarak, gıda neofobi düzeyi yüksek olan kişilerin tüketecekleri gıda maddelerinden yüksek hedonik beklentilerinin olmadığı; bununla beraber olağandışı duygudurum halinde bile diyet tipini değiştirme olasılığının düşük olduğu sonuçlarına varılabilmektedir.

Aşinalık faktörü yiyeceğin bilindik ve tanıdık olmasını ifade etmektedir. Gıda neofobisini etkileyen asıl faktörün aşinalık olduğunu söylemek mümkündür. Tipik

bir gıda neofobik birey her zaman diyetinde bulundurduğu, herhangi bir toksik etkisini görmediği ve hakkında bilgi sahibi olduğu gıda maddesine yönelecektir. Bu durum kısıtlı bir diyet tipini işaret etmektedir. Bunun tam tersi şekilde gıda neofilik bir bireyin ise yeni gıda maddelerine her zaman açık ve denemeye istekliliğinin yüksek düzeyde olduğunu söylemek de mümkündür.

Uygunluk faktörü gıda maddesinin ulaşılabilirliğini ve kolayca bulunabilirliğini temsil etmektedir. Geçmiş araştırmalarda özellikle kentleşmenin gıda neofobisi üzerine etkisi, bu durumu destekler niteliktedir. Kentleşme ile gıda bulunabilirliği doğru orantılı şekillenmekte ve artan kentleşme derecesi ile gıda neofobisi düzeylerinin azaldığı gözlemlenmektedir (Tuorila vd., 2001: 29; Bäckström vd., 2004; Flight vd., 2003). Buna göre gıda neofobik bireylerin kolayca ulaşabildiği ve elde ederken zorlanmadığı gıda maddelerini tercih etmeleri muhtemeldir.

Elde edilen bulgulara dayanarak gıda neofobik bireylerin kolayca ulaşabildiği ve tanıdık yiyecekleri tüketme eğilimde oldukları, bununla birlikte bir yiyecekten hedonik beklentilerinin olmadığı, farklı duygudurumlarının yiyecek seçimini önemli düzeyde etkilemediği ve yeme-içme olgusunu çoğunlukla fizyolojik bir ihtiyaç olarak gördükleri sonuçlarına varılabilmektedir. Bu sonuç gıda neofobisinin kişilerin diyet çeşitliliğini kısıtladığını ve yeme-içme olgusundan yeterli verimi alamadıklarını destekler durumdadır.

Yapılan bu çalışmaya benzer çalışmalara bakıldığında; Jaeger vd. (2021) tarafından gıda neofobisi ve yiyecek seçim faktörleri ilişkilendirilmiş ve aşinalık, uygunluk ve fiyat faktörlerinin gıda neofobisiyle pozitif korelasyonda olduğu; sağlık, doğal içerik ve etik kaygı faktörlerinin ise negatif korelasyonda olduğu gözlemlenmiştir. Çalışmada gıda neofobisiyle korelasyonda olmayan faktörler ise duysal çekicilik, ruh hali ve kilo kontrolü faktörleri olarak belirlenmiştir.

Eertmans vd. (2005) tarafından yapılan çalışmada ise gıda neofobisinin uygunluk, kilo kontrolü ve aşinalık faktörleri ile pozitif ilişkili olduğu gözlemlenmiştir. Aynı şekilde Jaeger vd. (2017) tarafından yapılan çalışmada da gıda neofobisi ile uygunluk, aşinalık ve düşük düzeyde etik kaygı faktörünün pozitif anlamlı bir ilişkide olduğu sonucuna varılmıştır. Buna göre çalışma sonuçlarına

bakıldığında önceki araştırmalarda benzer sonuçların elde edildiği söylenebilmektedir.

Yapılan çalışma sonuçlarına bakıldığında gıda neofobisi düzeyi ile yiyecek seçim faktörlerinin kısmen anlamlı ilişkilerinin mevcut olduğunu söylemek mümkündür. Elde edilen bulgulara dayanarak gıda neofobisi ve yiyecek seçim faktörleri ilişkisine dair ileride çalışmalar gerçekleştirecek olan araştırmacılara, yiyecek ve içecek işletmecilerine, tüketicilere ve kamuya yönelik çeşitli öneriler sunulmuştur;

Gelecekte Çalışmalar Gerçekleştirecek Olan Araştırmacılara Öneriler

- Çalışmada ele alınan yiyecek seçim faktörlerinin gıda neofobisi düzeyiyle ilişkisinin farklı ortam, durum ve yaşam evresinde değişim gösterip göstermediğinin anlaşılması amacıyla, belirli aralıklarla ve farklı gruplar arasında ölçümleri gerçekleştirilebilir.
- Gıda neofobisi ile yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişki bu çalışmada anket tekniği ile belirlenmiştir. Benzer çalışmalarda farklı araştırma tekniklerinin kullanılması elde edilen sonuçların değişimine yol açabilir. Deneysel desen ile bu ilişki farklı bir yoldan belirlenebilir.
- Aşınalık faktörünün etkisinin belirlenmesi amacıyla özellikle gıda neofobik bireylerin gıdaya maruz kalması ile gıda neofobisi düzeyinin değişimi incelenebilir.
- Uygunluk faktörünün belirlenmesi amacıyla özellikle gıda neofobik bireylerin denemekten çekindikleri gıda maddelerine ulaşımın kolaylaştırılmasıyla değişen sonuçlar gözlemlenebilir.
- Yapılan çalışmada yiyecek seçim faktörlerinin belirlenmesi amacıyla Yiyecek Seçim Anketi (FCQ) kullanılmıştır. Gelecekte yapılan çalışmalarda yiyecek seçimini etkileyen diğer faktörlerin belirlenmesi amacıyla farklı ölçüm araçları geliştirilebilir.
- Mevcut çalışmada yetişkin bireyler esas alınmıştır. Gelecekte gıda neofobisinin yiyecek seçim faktörleri ile ilişkilerinin saptamaya yönelik yapılacak araştırmalarda, daha geniş örneklemin esas alınması ve kültürlerarası çalışmaların tasarlanması faydalı olacaktır.

Yiyecek ve İçecek İşletmelerine Öneriler

- Yapılan çalışma sonucunda aşinalık ve uygunluk faktörlerinin gıda neofobisi düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Yiyecek ve içecek işletmelerinin özellikle kişilerin aşına olmadıkları yiyecekleri menülerinde bulundurmaları ve bu yiyeceklere ulaşımın kolaylaştırılması ile gıda neofobik bireylerde algılanan risk ve korkuyu azaltacağı düşünülmektedir.
- Yeni yiyeceklere maruz kalmanın gıda neofobisi üzerindeki etkisi bilinmektedir. Buradan yola çıkıldığında aşına olunmayan farklı kültürlerle ait etnik mutfak konseptli yiyecek-içecek işletmelerinin çoğaltılması, özellikle girişimcilerin bu yönde ilerlemesi önerilmektedir.
- Yiyecek-içecek işletmelerinin ve girişimcilerin yeni ürün geliştirme stratejilerine yönelmelerinin, tüketicilerin dikkatini çekerek gıda neofobisinin önlenmesine veya azaltılmasına yardımcı olacağı düşünülmektedir.
- Kentleşmenin gıda neofobisi üzerindeki etkisi bilinmektedir. Uygunluk faktörünün etkisi de göz önüne alındığında, farklı tatlar sunan yiyecek ve içecek işletmelerinin henüz gelişmemiş veya gelişmekte olan bölgelerde çoğaltılması önerilmektedir.
- Yiyecek-içecek işletmecilerinin, pazarlamacıların ve girişimcilerin medya aracılığıyla, yeni ürün tanıtımı üzerine yoğunlaşmaları önerilmektedir.
- Gıda sektörü bünyesindeki işletmelerin, yerel yönetimin desteği ile birlikte uluslararası pazara girişi ve mevcut pazarın geliştirilmesi, tüketicilerdeki gıda neofobisinin azaltılmasına yardımcı olacaktır.

Tüketicilere ve Kamuya Öneriler

- Yüksek gıda neofobi düzeyine sahip bireylerin, bu korku ve çekinme halinin hangi gıda maddesine karşı olduğunu belirlemesi ve gıda maruziyetini artırarak yeniliklere açık olması gıda neofobi düzeyinin azalmasına yardımcı olacaktır.
- Tüketicilerin daha çok gastronomi turizmine katılımı ve gastronomiye dair düzenlenen etkinlikleri takip etmesi de gıda neofobi düzeyinin azalmasına yol açabilir. Bununla birlikte yerel yönetimin bu tür festival ve etkinliklerin

düzenlenmesine katkı sağlaması da gıda neofobisine karşı bir önlem arz edecektir.

- Bireylerin gıda maddelerine dair sahip oldukları bilgi düzeyi gıda neofobisini doğrudan etkilemektedir. Buradan yola çıkıldığında kişilerin yeni gıda maddelerini deneme şansı olmasa bile, bunlara dair bilgi seviyesini artırması gıda neofobi düzeyinin azalmasına yardımcı olacaktır.

Yapılan çalışmada gıda neofobisinin uygunluk ve aşinalık faktörleri ile pozitif ilişkide; ruh hali faktörü ile negatif ilişkide olduğu sonucuna varılmıştır. Konu ile ilgili gelecekte çalışmalar gerçekleştirecek olan araştırmacılara, yiyecek ve içecek işletmelerine, tüketicilere ve kamuya yönelik önerilerde bulunulmuş olup, özellikle deneysel çalışmalar tasarlamının gıda neofobisi konusuna daha fazla açıklık getirebileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Kitaplar

- Baştürk, Savaş, Mehtap Taştepe (2013). "Evren ve Örneklem." (Ed.) Savaş Baştürk. Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Vize Yayıncılık, 129-159.
- Baysal, Ayşe, Nazife Küçükaslan (2019). Beslenme İlkeleri ve Menü Planlaması. Bursa: Ekin Yayınevi.
- Böke, Kaan (2017). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Büyüköztürk, Şener (2020). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı. Ankara: Pegem Akademi.
- Conner Mark, Christopher Armitage (2006). "Social Psychological Models of Food Choice". (Ed.) Richard Shepherd, Monique Raats. The Psychology of Food Choice. Guildford: The Nutrition Society, 41-57.
- Durna, Tuncay (2017). "Nedensellik ve Araştırma Tasarımları". (Ed.) Kaan Böke. Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. İstanbul: Alfa Yayınları, 150-193.
- Gürer, Cüneyt, Osman Dolu, Serhat Demir, Tamer Köksal (2017). "Kavram Oluşturma ve Ölçüm." (Ed.) Kaan Böke. Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. İstanbul: Alfa Yayınları, 61-102.
- Kutluay Merdol, Türkan (2018). Beslenme Antropolojisi-1. Ankara: Hatiboğlu Yayınları.
- Pliner, Patricia, Sarah-Jeanne Salvy (2006). "Food Neophobia in Humans." (Ed.) Richard Shepherd, Monique Raats. The Psychology of Food Choice. Guildford: The Nutrition Society, 75-92.
- Rozin, Paul, Jonathan Haidt, Clark McCauley (1993). "Disgust". (Ed.) Lewis M., Haviland J.M. Handbook Of Emotions, New York: Guilford Press, 575-594.
- Rozin, Paul (2006). "The Integration of Biological, Social, Cultural and Psychological Influences on Food Choice". (Ed.) Richard Shepherd, Monique Raats. The Psychology of Food Choice. Guildford: The Nutrition Society, 19-39.
- Sevinç, Bilal (2017). "Survey Araştırması Yöntemi". (Ed.) Kaan Böke. Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. İstanbul: Alfa Yayınları, 245-283.
- Shepherd, Richard, Paul Sparks (1994). "Modelling Food Choice". (Ed.) Halliday J. H. MacFie, David M. H. Thomson. Measurement of Food Preferences. Boston: Chapman & Hall, 202-226.
- Shepherd, Richard, Monique Raats (2006). The Psychology of Food Choice. Guildford: The Nutrition Society.

Makaleler, Bildiriler, Diğer Basılı Yayınlar

- Adams, E. L., Laura J. Caccavale, Danyel Smith, Melanie K. Bean (2020). "Food Insecurity, the Home Food Environment, and Parent Feeding Practices in the Era of COVID-19". *Obesity*, 28(11): 2056-2063.
- Ajzen, Icek (2006). "Constructing a Theory of Planned Behavior Questionnaire: Conceptual and Methodological Considerations". Retrieved September; 15: 2015.
- Aksoy, M., İhsan Kazkondur (2020). "Türkiye’de Yiyecek Seçiminin Bölgelere Göre Farklılaşması". *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 8(2): 1306-1333.
- Altaş, A., Funda Varnacı Uzun (2017). "Üniversite Öğrencilerinin Yemek Tercihleri: Aksaray Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Bir Çalışma". *Journal of Human Sciences*, 14(4): 4435-4452.
- Antin, T. M.J., Geoffrey Hunt (2012). "Food Choice as a Multidimensional Experience. A Qualitative Study With Young African American Women". *Appetite*, 58(3): 856-863.
- Appleton, K. M., Caterina Dinnella, Sara Spinelli, David Morizet, Laure Saulais, Ann Hemingway, Erminio Monteleone, Laurence Depezay, Federico J. A. Perez-Cueto, Heather Hartwell (2017). "Consumption of a High Quantity and a Wide Variety of Vegetables are Predicted by Different Food Choice Motives in Older Adults From France, Italy and The UK". *Nutrients*, 9(9): 923.
- Arvola, A., Liisa Lähteenmäki, Hely Tuorila (1999). "Predicting The Intent to Purchase Unfamiliar and Familiar Cheeses: The Effects of Attitudes, Expected Liking and Food Neophobia". *Appetite*, 32(1): 113-126.
- Aşık, Nuran Akşit (2019). "X ve Z Kuşağı Tüketicilerin Yiyecek Tercihlerini Etkileyen Faktörler". *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 7(4): 2599-2611.
- Babic-Zielińska, Ewa (2006). "Role of Psychological Factors in Food Choice—a Review". *Polish Journal of Food and Nutrition Sciences*, 15(56): 4.
- Bäckström, A., Pirttilä-Backman, Hely Tuorila (2004). "Willingness to Try New Foods as Predicted by Social Representations and Attitude and Trait Scales". *Appetite*, 43(1): 75-83.
- Baker, A. H., Jane Wardle (2003). "Sex Differences in Fruit and Vegetable Intake in Older Adults". *Appetite*, 40(3): 269-275.
- Barcellos, M. D. D., Luis K. Aguiar, Gabriela C. Ferreira, Luciana M. Vieira (2009). "Willingness to Try Innovative Food Products: a Comparison Between British and Brazilian Consumers". *Bar-Brazilian Administration Review*, 6(1): 50-61.
- Barcellos, M. D. D., Luís Kluwe Aguiar, Gabriela Cardozo Ferreira, Luciana Marques Vieira (2009). "Willingness to Try Innovative Food Products: A Comparison Between British and Brazilian Consumers". *Bar-Brazilian Administration Review*, 6(1): 50-61.

- Bartkiene, E., Vesta Steibliene, Virginija Adomaitiene, Grazina Juodeikiene, Darius Cernauskas, Vita Lele, Dovile Klupsaite, Daiva Zadeike, Laura Jarutiene, Raquel P. F. Guiné (2019). "Factors Affecting Consumer Food Preferences: Food Taste and Depression-Based Evoked Emotional Expressions with the Use of Face Reading Technology". *BioMed Research International*, 2019: 1-10.
- Birch, L. L., Linda McPhee, B. C. Shoba, Edna Pirok, Lois Steinberg (1987). "What Kind of Exposure Reduces Children's Food Neophobia?: Looking vs. Tasting". *Appetite*, 9(3): 171-178.
- Birch, L. L., Lisa Gunder, Karen Grimm-Thomas, David G. Laing (1998). "Infants' Consumption of a New Food Enhances Acceptance of Similar Foods". *Appetite*, 30(3): 283-295.
- Birdir, S. S., Nurhayat İflazoğlu, Kemal Birdir (2020). "Food Neophobia Among Tourism Students". *Çukurova Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24(2): 349-362.
- Bisogni, C. A., Laura Winter Falk, Elizabeth Madore, Christine E. Blake, Margaret Jastran, Jeffery Sobal, Carol M. Devine (2007). "Dimensions of Everyday Eating and Drinking Episodes". *Appetite*, 48(2): 218-231.
- Brown, Steven Daniel (2010). *The Rejection of Known and Previously Accepted Foods in Early Childhood*. PhD Thesis, College of Life and Environmental Sciences The University of Birmingham, Birmingham.
- Brug, J., Patricia Van Assema (2001). "Beliefs About Fat Why Do We Hold Beliefs About Fat and Why and How Do We Study These Beliefs?". *Food, People and Society*, Springer, Berlin, Heidelberg, 39-54.
- Cabral, D., Maria Daniel Vaz De Almeida, Luís Miguel Cunha (2017). "Food Choice Questionnaire in an African Country—Application and Validation in Cape Verde". *Food Quality and Preference* 62: 90-95.
- Capiola, A., Bryan Raudenbush (2012). "The Effects of Food Neophobia and Food Neophilia on Diet and Metabolic Processing". *Food and Nutrition Sciences*, 3(10): 1397-1403.
- Ceylan, V., Semra Akar Şahingöz (2019). "Yetişkin Bireylerde Gıda Neofobi Düzeyinin Belirlenmesi". *Determination of Food Studies*, 7(2): 772-784.
- Choe, J. Y., Mi Sook Cho (2011). "Food Neophobia and Willingness to Try Non-traditional Foods for Koreans". *Food Quality and Preference*, 22(7): 671-677.
- Cooke, L. J., Claire Ma Haworth, Jane Wardle (2007). "Genetic and Environmental Influences on Children's Food Neophobia". *The American Journal of Clinical Nutrition*, 86(2): 428-433.
- Cooke, L., Jane Wardle, E. Leigh Gibson (2003). "Relationship Between Parental Report of Food Neophobia and Everyday Food Consumption in 2–6-Year-Old Children". *Appetite*, 41(2): 205-206.

- Costa, A. I. A., Matthijs Dekker, Rijkelt R. Beumer, Frank M. Rombouts, Wim M. F. Jongen, (2001). "A Consumer-Oriented Classification System For Home Meal Replacements". *Food Quality and Preference*, 12(4): 229-242.
- Costa, A., Cláudia Silva, Andreia Oliveira (2020). "Food Neophobia and its Association with Food Preferences and Dietary Intake of Adults". *Nutrition & Dietetics*, 77(5): 542-549.
- Courtenay, W. H., Donald R. McCreary ve Joseph R. Merighi (2002). "Gender and Ethnic Differences in Health Beliefs and Behaviors". *Journal of Health Psychology*, 7(3): 219-231.
- Cowart, B. J., Gary K. Beauchamp (1986). "Factors Affecting Acceptance of Salt By Human Infants and Children". *Interaction of the Chemical Senses with Nutrition*, Academic Press, Orlando, 25-44.
- Cox, D. N., Annie S. Anderson, Michael E. Lean, David J. Mela (1998). "UK Consumer Attitudes, Beliefs and Barriers to Increasing Fruit and Vegetable Consumption". *Public Health Nutrition*, 1(1): 61-68.
- Cox, D. N., Greg Evans (2008). "Construction and Validation of a Psychometric Scale to Measure Consumers' Fears of Novel Food Technologies: The Food Technology Neophobia Scale". *Food Quality and Preference*, 19(8): 704-710.
- Çakıcı, A. C., Erşan Yıldız (2019). "Yiyecekle İlgili Kişilik Özelliklerinin Lezzet Davranışına Etkisi". *The Impact Of Food Studies*, 7(2): 898-917.
- Damsbo-Svendsen, M., Michael Bom Frøst, Annemarie Olsen (2017). "A Review of Instruments Developed to Measure Food Neophobia". *Appetite*, 113: 358-367.
- Damsbo-Svendsen, M., Michael Bom Frøst, Annemarie Olsen (2017). "Development of Novel Tools to Measure Food Neophobia in Children". *Appetite*, 113: 255-263.
- De Almeida, P. C., Beatriz P. Rosane, Eduardo Y. Nakano, Ivana A. L. Vasconcelos, Renata P. Zandonadi, Raquel B. A. Botelho (2020). "Instrument to Identify Food Neophobia in Brazilian Children by Their Caregivers". *Nutrients*, 12(7): 1943.
- Delwiche, Jeannine (2004). "The Impact of Perceptual Interactions on Perceived Flavor". *Food Quality and Preference*, 15(2): 137-146.
- Devine, C. M., Margaret Connors, Carole A. Bisogni, Jeffery Sobal (1998). "Life-Course Influences on Fruit and Vegetable Trajectories: Qualitative Analysis of Food Choices". *Journal of Nutrition Education*, 30(6): 361-370.
- Doğdubay, M., Serkan Yiğit (2017). "Gastronomi Eğitimi Alan Öğrencilerde Yiyecekte Yenilik Korkusu (Food Neophobia): Balıkesir Üniversitesi Örneği". *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 5(2): 162-168.
- Dovey, T. M., Paul A. Staples, E. Leigh Gibson, Jason C. G. Halford (2008). "Food Neophobia and 'Picky/Fussy' Eating in Children: a Review". *Appetite*, 50(2-3): 181-193.

- Eertmans, A., An Victoir, Greet Vansant, Omer Van Den Bergh (2005). "Food-Related Personality Traits, Food Choice Motives and Food Intake: Mediator and Moderator Relationships". *Food Quality and Preference*, 16(8): 714-726.
- Eertmans, A., Frank Baeyens, Omer Van Den Bergh (2001). "Food Likes and Their Relative Importance in Human Eating Behavior: Review and Preliminary Suggestions for Health Promotion". *Health Education Research*, 16(4): 443-456.
- Eftimov, T., Gorjan Popovski, Matej Petković, Barbara K. Seljak, Dragi Kocev (2020). "COVID-19 Pandemic Changes the Food Consumption Patterns". *Trends in Food Science & Technology*, 104: 268-272.
- Evans, G., Christophe. Kermarrec, Thibaut de Sable, David N. Cox (2010). "Reliability and Predictive Validity of The Food Technology Neophobia Scale". *Appetite*, 54(2): 390-393.
- Falciglia, G. A., Sarah C. Couch, Laura Siem Gribble, Stephanie M. Pabst, Robert Frank (2000). "Food Neophobia in Childhood Affects Dietary Variety". *Journal of The American Dietetic Association*, 100(12): 1474-1481.
- Fallon, A. E., Paul Rozin (1983). "The Psychological Bases of Food Rejections by Humans". *Ecology of Food And Nutrition*, 13(1): 15-26.
- Fallon, A. E., Paul Rozin (1985). "Sex Differences in Perceptions of Desirable Body Shape". *Journal of Abnormal Psychology*, 94(1): 102-105.
- Fallon, A. E., Paul Rozin, Patricia Pliner (1984). "The Child's Conception of Food: The Development of Food Rejections with Special Reference to Disgust and Contamination Sensitivity". *Child Development*, 55(2): 566-575.
- Fernández-Ruiz, V., Anna Claret, Carolina Chaya (2013). "Testing a Spanish-version of the Food Neophobia Scale". *Food Quality and Preference*, 28(1): 222-225.
- Finistrella, V., Melania Manco, Anna Ferrara, Carmela Rustico, Fabio Presaghi, Giuseppe Morino (2012). "Cross-sectional Exploration of Maternal Reports of Food Neophobia and Pickiness in Preschooler-Mother Dyads". *Journal of the American College of Nutrition*, 31(3): 152-159.
- Fishbein, Martin (1967). "A Behavior Theory Approach to The Relations Between Beliefs About an Object and The Attitude Toward The Object". *Mathematical Models in Marketing*, Springer, Berlin, Heidelberg, 87-88.
- Flight, I., Phillip Leppard, David N. Cox (2003). "Food Neophobia and Associations with Cultural Diversity and Socio-economic Status Amongst Rural and Urban Australian Adolescents". *Appetite*, 41(1): 51-59.
- Frank, R. A., Nicolette J. van der Klaauw (1994). "The Contribution of Chemosensory Factors to Individual Differences in Reported Food Preferences". *Appetite*, 22(2): 101-123.
- Furnham, A., ve Bruce Kirkcaldy (1997). "Age and Sex Differences in Health Beliefs and Behaviours". *Psychological Reports*, 80(1): 63-66.

- Furst, T., Margaret Connors, Carole A. Bisogni, Jeffery Sobal, Laura Winter Falk, (1996). "Food Choice: A Conceptual Model Of The Process". *Appetite*, 26(3): 247-266.
- Galloway, A. T., Yoonna Lee, Leann L. Birch (2003). "Predictors and Consequences of Food Neophobia and Pickiness in Young Girls." *Journal of The American Dietetic Association*, 103(6): 692-698.
- Girgin, G. K., Berna Karakaş (2017). "Türklerin Gıda Tercihlerinde Etkili Olan Motivasyonların Belirlenmesi". *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(38): 425-448.
- Gittelsohn, Joel (1991). "Opening The Box: Intrahousehold Food Allocation In Rural Nepal." *Social Science & Medicine*, 33(10): 1141-1154.
- Goldsmith, R. E., Charles F. Hofacker (1991). "Measuring Consumer Innovativeness". *Journal of The Academy of Marketing Science*, 19(3): 209-221.
- Grunert, Klaus G. (2002). "Current Issues in The Understanding of Consumer Food Choice". *Trends in Food Science & Technology*, 13(8): 275-285.
- Gül, K., Gül, Melike (2020). "Üniversite Öğrencilerinin Yiyecek Seçimi ve Beslenme Alışkanlıkları: Balıkesir Üniversitesi Örneği". *Journal of Recreation and Tourism Research*, 7(4): 551-574.
- Günlü, Z., Didem Derin (2012). "Televizyon Reklamlarının Okul Çağı Çocuklarının Besin Seçimi Üzerine Etkilerinin Bir İncelemesi". *Selçuk İletişim*, 7(3): 62-77.
- Haidt, J., Clark McCauley, Paul Rozin (1994). "Individual Differences in Sensitivity to Disgust: A Scale Sampling Seven Domains of Disgust Elicitors". *Personality and Individual Differences*, 16(5): 701-713.
- Hamilton, J., Heather McIlveen, Christopher Strugnell (2000). "Educating Young Consumers—a Food Choice Model". *Journal of Consumer Studies & Home Economics*, 24(2): 113-123.
- Harper, L. V., Karen M. Sanders (1975). "The Effect of Adults' Eating on Young Children's Acceptance of Unfamiliar Foods". *Journal of Experimental Child Psychology*, 20(2): 206-214.
- Hendy, H. M., Bryan Raudenbush (2000). "Effectiveness Of Teacher Modeling To Encourage Food Acceptance in Preschool Children". *Appetite*, 34(1): 61-76.
- Hendy, Helen M. (2002). "Effectiveness of Trained Peer Models To Encourage Food Acceptance in Preschool Children". *Appetite* 39(3): 217-225.
- Hobden, K., Patricia Pliner (1995). "Effects of a Model on Food Neophobia in Humans". *Appetite*, 25(2): 101-113.
- Hollar, D., Amy Paxton-Aiken, Phyllis Fleming (2013). "Exploratory Validation of The Fruit and Vegetable Neophobia Instrument Among Third-To Fifth-Grade Students". *Appetite*, 60: 226-230.

- Honkanen, P., Bas Verplanken, Svein Ottar Olsen (2006). "Ethical Values and Motives Driving Organic Food Choice". *Journal of Consumer Behaviour: An International Research Review*, 5(5): 420-430.
- Honkanen, P., Lynn Frewer (2009). "Russian Consumers' Motives For Food Choice". *Appetite*, 52(2): 363-371.
- Hui, D. S., Esam I. Azhar, Tariq A. Madani, Francine Ntoumi, Richard Kock, Osman Dar, Giuseppe Ippolito, Timothy D. Mchugh, Ziad A. Memish, Christian Drosten, Alimuddin Zumla, Eskild Petersen (2020). "The Continuing 2019-Ncov Epidemic Threat Of Novel Coronaviruses to Global Health—The Latest 2019 Novel Coronavirus Outbreak in Wuhan, China". *International Journal Of Infectious Diseases*, 91: 264-266.
- Hursti, U. K. K., Per-Olow Sjöden (1997). "Food and General Neophobia and Their Relationship With Self-Reported Food Choice: Familial Resemblance in Swedish Families with Children of Ages 7–17 Years". *Appetite*, 29(1): 89-103.
- Inman, J. Jeffrey (2001). "The Role of Sensory-Specific Satiety in Attribute-Level Variety Seeking". *Journal of Consumer Research*, 28(1): 105-120.
- İflazoğlu, N., Sevda Sahilli Birdir (2020). "Interest of Local People in Gastronomy Tourism and Their Food Neophobia: Cases of Hatay and Gaziantep". *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 8(4): 2444-2461.
- Jaeger, S. R., Christina M. Roigard, Denise C. Hunter, Thierry Worch (2021). "Importance of Food Choice Motives Vary With Degree of Food Neophobia". *Appetite*, 159: 105056.
- Jaeger, S. R., Morten A. Rasmussen, John Prescott (2017). "Relationships Between Food Neophobia and Food Intake and Preferences: Findings From a Sample of New Zealand Adults". *Appetite*, 116: 410-422.
- Juslin, P. N., Petri Laukka (2004). "Expression, Perception, and Induction of Musical Emotions: a Review and a Questionnaire Study of Everyday Listening". *Journal of New Music Research*, 33(3): 217-238.
- Kaiser, L. L., Constance Schneider, Concepcion Mendoza, Gretchen George, Marisa Neelon, Brenda Roche, David Ginsburg (2012). "Development and Use of an Evaluation Tool For Taste-Testing Activities by School-Aged Children". *Journal of The Academy of Nutrition and Dietetics*, 112(12): 2028-2034.
- Kalat, J. W., Paul Rozin (1973). "'Learned Safety' as A Mechanism in Long-Delay Taste-Aversion Learning in Rats". *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 83(2): 198-207.
- Kaplan, Arzu (2018). "Gastronomi Turistlerin Gıda Seçiminde Neofobi – Neofili Etkisi". *Yüksek Lisans Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın*.
- Keane, A., Anna Willetts (1994). "Factors That Affect Food Choice". *Nutrition & Food Science*, 94(4): 15-17.

- Khan, M. A., L. Ross Hackler (1981). "Evaluation of Food Selection Patterns and Preferences." *Critical Reviews in Food Science & Nutrition*, 15(2): 129-153.
- Knaapila A., Karri Silventoinen, Ulla Broms, Richard J. Rose, Markus Perola, Jaakko Kaprio, Hely M. Tuorila (2011). "Food Neophobia in Young Adults: Genetic Architecture and Relation to Personality, Pleasantness and Use Frequency of Foods, and Body Mass Index - a Twin Study". *Behavior Genetics*, 41(4): 512-521.
- Knaapila, A. J., Mari A. Sandell, Jenni Vaarno, Ulla Hoppu, Tuuli Puolimatka, Anne Kaljonen, Hanna Lagström, (2015). "Food Neophobia Associates with Lower Dietary Quality and Higher BMI in Finnish Adults". *Public Health Nutrition*, 18(12): 2161-2171.
- Koivisto, U. K., Per-Olow Sjödén (1996). "Food and General Neophobia in Swedish Families: Parent-Child Comparisons and Relationships with Serving Specific Foods". *Appetite*, 26(2): 107-118.
- Konttinen, Hanna (2012). "Dietary Habits and Obesity: The Role of Emotional and Cognitive Factors". *Academic Dissertation*, Helsinki, Helsinki University.
- Köster, Egon P. (2009). "Diversity in The Determinants of Food Choice: A Psychological Perspective". *Food Quality and Preference*, 20(2): 70-82.
- Krishna, Aradhna (2012). "An Integrative Review of Sensory Marketing: Engaging The Senses To Affect Perception, Judgment and Behavior". *Journal of Consumer Psychology*, 22(3): 332-351.
- La Barbera, F., Fabio Verneau, Mario Amato, Klaus Grunert (2018). "Understanding Westerners' Disgust for the Eating of Insects: The Role of Food Neophobia and Implicit Associations". *Food Quality and Preference*, 64: 120-125.
- Lafraire, J., Camille Rioux, Agnès Giboreau, Delphine Picard (2016). "Food Rejections in Children: Cognitive and Social/Environmental Factors Involved in Food Neophobia and Picky/Fussy Eating Behavior". *Appetite*, 96: 347-357.
- Laureati, M., Valentina Bergamaschi, Ella Pagliarini (2015). "Assessing Childhood Food Neophobia: Validation of a Scale in Italian Primary School Children". *Food Quality and Preference* 40: 8-15.
- Lawlor, D. A., Shah Ebrahim ve G. Davey Smith (2001). "Sex Matters: Secular and Geographical Trends in Sex Differences in Coronary Heart Disease Mortality". *Bmj*, 323(7312): 541-545.
- Leng, G., Roger Adan, Michele Belot, Jeffrey Brunstrom, Kees De Graaf, Suzanne Dickson, Todd Hare, Silvia Maier, John Menzies, Hubert Preissl, Lucia Reisch, Peter Rogers, Paul Smeets (2017). "The Determinants of Food Choice". *Proceedings of The Nutrition Society*, 76(3): 316-327.
- Lindeman, M., Minna Väänänen (2000). "Measurement of Ethical Food Choice Motives". *Appetite*, 34(1): 55-59.

- Lindstrom, Martin (2006). "Brand Sense: How To Build Powerful Brands Through Touch, Taste, Smell, Sight and Sound". *Strategic Direction*, 3(2): 15-18.
- Loewen, R., Patricia Pliner (1999). "Effects of Prior Exposure to Palatable and Unpalatable Novel Foods on Children's Willingness to Taste Other Novel Foods". *Appetite*, 32(3): 351-366.
- Loewen, R., Patricia Pliner (2000). "The Food Situations Questionnaire: A Measure of Children's Willingness To Try Novel Foods in Stimulating and Non-Stimulating Situations". *Appetite*, 35(3): 239-250.
- Longnecker, M. P., Janice M. Harper, Seonhee Kim (1997). "Eating Frequency in The Nationwide Food Consumption Survey (USA), 1987–1988". *Appetite*, 29(1): 55-59.
- MacNicol, S. A., Suzanne M. Murray, Elizabeth J. Austin (2003). "Relationships Between Personality, Attitudes and Dietary Behaviour in a Group of Scottish Adolescents". *Personality and Individual Differences*, 35(8): 1753-1764.
- Marshall, David (1993). "Appropriate Meal Occasions: Understanding Conventions and Exploring Situational Influences on Food Choice". *International Review of Retail, Distribution and Consumer Research*, 3(3): 279-301.
- Martins, Y., Marcia L. Pelchat, Patricia Pliner (1997). "'Try It; It's Good And It's Good For You': Effects of Taste and Nutrition Information on Willingness To Try Novel Foods". *Appetite*, 28(2): 89-102.
- Martins, Y., Patricia Pliner (2005). "Human Food Choices: an Examination of the Factors Underlying Acceptance/Rejection of Novel and Familiar Animal and Nonanimal Foods". *Appetite*, 45(3): 214-224.
- McCarthy, Mandy (1990). "The Thin Ideal, Depression and Eating Disorders in Women". *Behaviour Research and Therapy*, 28(3): 205-214.
- McFarlane, T., Patricia Pliner (1997). "Increasing Willingness To Taste Novel Foods: Effects of Nutrition and Taste Information". *Appetite*, 28(3): 227-238.
- Meiselman, H. L., Silvia C. King, Marianne H. Gillette (2010). "The Demographics of Neophobia in a Large Commercial Us Sample". *Food Quality and Preference*, 21(7): 893-897.
- Mennella, J. A., Sophie Nicklaus, Amanda L. Jagolino, Lauren M. Yourshaw (2008). "Variety is the Spice of Life: Strategies for Promoting Fruit and Vegetable Acceptance During Infancy". *Physiology & Behavior*, 94(1): 29-38.
- Mignon, Jacques (2002). "L'entomophagie: Une Question De Culture?". *Tropicultura*, 20(3): 151-155.
- Morton, L. W., Ella Annette Bitto, Mary Jane Oakland, Mary Sand (2008). "Accessing Food Resources: Rural and Urban Patterns of Giving and Getting Food". *Agriculture and Human Values*, 25(1): 107-119.

- Muhammad, R., Khairunnisa Modamad Abdullah, Mohd Salehuddin Zahari, Mohd Shazali Sharif (2015). "Revealing The Scenario of Food Neophobia Among Higher Learning Institution Students From Klang Valley, Malaysia". *Procedia-Social And Behavioral Sciences*, 170: 292-299.
- Muhammad, R., Mohd Aizuddin Ibrahim, Roslina Ahmad, Firdaus Hanan (2016). "Psychological Factors on Food Neophobia Among the Young Culinarian in Malaysia: Novel Food Preferences". *Social and Behavioral Science*, 222: 358-366.
- Nezlek, J. B., Catherine A. Forestell (2019). "Food Neophobia and the Five Factor Model of Personality". *Food Quality and Preference*, 73: 210-214.
- Nguyen, M. N., Joanne Otis, Louise Potvin (1996). "Determinants of Intention to Adopt a Low-Fat Diet in Men 30 to 60 Years Old: Implications For Heart Health Promotion". *American Journal of Health Promotion*, 10(3): 201-207.
- Nordin, S., Daniel A. Broman, Jörgen Garvill, Mikaela Nyroos (2004). "Gender Differences in Factors Affecting Rejection of Food in Healthy Young Swedish Adults". *Appetite*, 43(3): 295-301.
- Okumus, B., Bekir Bora Dedeoğlu, Fangfang Shi (2021). "Gender and Generation as Antecedents of Food Neophobia and Food Neophilia." *Tourism Management Perspectives*, 37: 1-8.
- Okumus, B., Suja Chaulagain, Ibrahim Giritlioglu (2019). "Examining The Impacts of Job Stress and Job Satisfaction on Hotel Employees' Eating Behavior." *Journal of Hospitality Marketing & Management*, 28(5): 558-575.
- Olabi, A., Nour El Ouyoun Najm, Omar Kebbe Baghdadi, Jessica M. Morton (2009). "Food Neophobia Levels of Lebanese and American College Students". *Food Quality And Preference*, 20(5): 353-362.
- Onwezen, M. C., Jos Bartels (2011). "Which Perceived Characteristics Make Product Innovations Appealing to the Consumer? A Study on the Acceptance of Fruit Innovations Using Cross-Cultural Consumer Segmentation". *Appetite*, 57(1): 50-58.
- Özdemir, Bahattin (2010). "Dışarıda Yemek Yeme Olgusu: Kuramsal Bir Model Önerisi". *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 21(2): 218-232.
- Özgen, L., Fatih Türkmen (2018). "Yeni Yiyeceklere Yaklaşım Ölçeğinin Geçerlenmesi". *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 6(2): 229-243.
- Öztürk, E., Sena Tekeli (2021). "Tüketicilerin Besin Seçim Güdüleri: Y ve Z Kuşaklarının Karşılaştırılması". *Pazarlama ve Pazarlama Araştırmaları Dergisi* 14(1): 147-182.
- Peak, Helen (1955). "Attitude and Motivation". (Ed.) Marshall R. Jones. *Nebraska Symposium on Motivation*, University of Nebraska Press: 149-189.
- Pliner, P., Alan Eng, Krishnamurthy Krishnan (1995). "The Effects of Fear and Hunger on Food Neophobia in Humans". *Appetite*, 25(1): 77-87.

- Pliner, P., E. Ruth Loewen (1997). "Temperament and Food Neophobia in Children and Their Mothers". *Appetite*, 28(3): 239-254.
- Pliner, P., Karen Hobden (1992). "Development of a Scale to Measure the Trait of Food Neophobia in Humans". *Appetite* 19(2): 105-120.
- Pliner, P., Marcia L. Pelchat (1991). "Neophobia in Humans and the Special Status of Foods of Animal Origin." *Appetite*, 16(3): 205-218.
- Pliner, P., Marcia Pelchat, Marius Grabski (1993). "Reduction of Neophobia in Humans by Exposure to Novel Foods". *Appetite*, 20(2): 111-123.
- Pliner, Patricia (1994). "Development of Measures of Food Neophobia in Children". *Appetite*, 23(2): 147-163.
- Proserpio, C., Monica Laureati, Cecilia Invitti, Ella Pagliarini (2018). "Reduced Taste Responsiveness and Increased Food Neophobia Characterize Obese Adults". *Food Quality and Preference*, 63: 73-79.
- Randall, E., Diva Sanjur (1981). "Food Preferences—Their Conceptualization and Relationship to Consumption". *Ecology of Food and Nutrition* 11(3): 151-161.
- Raudenbush, B., August Capiola (2012). "Physiological Responses of Food Neophobics and Food Neophilics to Food and Non-food Stimuli". *Appetite*, 58(3): 1106-1108.
- Raudenbush, B., Forrest Schroth, Sean Reilley, Robert A. Frank (1998). "Food Neophobia, Odor Evaluation and Exploratory Sniffing Behavior". *Appetite*, 31(2): 171-183.
- Raudenbush, B., Robert A. Frank (1999). "Assessing Food Neophobia: The Role of Stimulus Familiarity". *Appetite* 32(2): 261-271.
- Raudenbush, Bryan, Nicolette J. van der Klaauw, Robert A. Frank (1995). "The Contribution of Psychological and Sensory Factors to Food Preference Patterns as Measured by the Food Attitudes Survey (FAS)". *Appetite*, 25(1): 1-15.
- Rızaoğlu, B., Reyhan A. Ayazlar, Kansu Gençer (2013). "Yiyecek Deneyimiyle İlgili Bireysel Eğilimlerin Sosyo-Demografik Özellikler Açısından Değerlendirilmesi: Kuşadası'na Gelen Yabancı Turistler Örneği". 14. Ulusal Turizm Kongresi Bildiri Kitabı, 669-687.
- Ristic, R., Trent E. Johnson, Herbert L. Meiselman, Annet C. Hoek, Susan E. Bastian (2016). "Towards Development of a Wine Neophobia Scale (WNS): Measuring Consumer Wine Neophobia Using an Adaptation of the Food Neophobia Scale (FNS)". *Food Quality and Preference*, 49: 161-167.
- Ritchey, P. N., Robert A. Frank, Ulla-Kaisa Hursti, Hely Tuorila (2003). "Validation and Cross-National Comparison of The Food Neophobia Scale (FNS) Using Confirmatory Factor Analysis". *Appetite*, 40(2): 163-173.

- Roininen, K., Liisa Lähteenmäki, Hely Tuorila (1999). "Quantification of Consumer Attitudes to Health and Hedonic Characteristics of Foods". *Appetite*, 33(1): 71-88.
- Rolls, Barbara J. (1999). "Do Chemosensory Changes Influence Food Intake in The Elderly?". *Physiology & Behavior*, 66(2): 193-197.
- Rozin, P., April Fallon (1988). "Body Image, Attitudes to Weight, and Misperceptions of Figure Preferences of The Opposite Sex: a Comparison of Men and Women in Two Generations". *Journal of Abnormal Psychology*, 97(3): 342-345.
- Rozin, P., Hely Tuorila (1993). "Simultaneous and Temporal Contextual Influences on Food Acceptance". *Food Quality and Preference*, 4(1-2): 11-20.
- Rozin, P., Linda Millman, Carol Nemeroff (1986). "Operation of The Laws of Sympathetic Magic in Disgust and Other Domains." *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(4): 703.
- Rozin, Paul (1996). "The Socio-Cultural Context of Eating and Food Choice". *Food Choice, Acceptance and Consumption*, 83-104.
- Rubio, B., Natalie Rigal, Nathalie Boireau-Ducept, Pascal Mallet, Thierry Meyer (2008). "Measuring Willingness to Try New Foods: A Self-Report Questionnaire For French-Speaking Children". *Appetite*, 50(2-3): 408-414.
- Scheibehenne, B., Linda Miesler, Peter M. Todd (2007). "Fast and Frugal Food Choices: Uncovering Individual Decision Heuristics". *Appetite*, 49(3): 578-589.
- Schlup, Y., Thomas Brunner (2018). "Prospects For Insects as Food in Switzerland: a Tobit Regression". *Food Quality and Preference*, 64: 37-46.
- Shaizada, Janbolat (2006). "Reklamın Tüketici Davranışlarında Tutuma Etkisi ve Bir Uygulama". Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Shepherd, Dick (1985). "Dietary Salt Intake". *Nutrition & Food Science*, 85(5): 10-11.
- Shepherd, Richard (1999). "Social Determinants of Food Choice". *Proceedings of The Nutrition Society*, 58(4): 807-812.
- Siegrist, M., Christina Hartmann (2020). "Perceived Naturalness, Disgust, Trust and Food Neophobia as Predictors of Cultured Meat Acceptance in Ten Countries". *Appetite*, 155: 104814.
- Siegrist, M., Christina Hartmann, Carmen Keller (2013). "Antecedents of Food Neophobia and its Association With Eating Behavior and Food Choices". *Food Quality And Preference* 30(2): 293-298.

- Siegrist, M., Nathalie Stampfli, Hans Kastenholtz (2008). "Consumers' Willingness to Buy Functional Foods. The Influence of Carrier, Benefit and Trust." *Appetite*, 51(3): 526-529.
- Siro, I., Emese Kápolna, Beáta Kápolna, Andrea Lugasi (2008). "Functional Food. Product Development, Marketing and Consumer Acceptance—a Review". *Appetite*, 51(3): 456-467.
- Skinner, J. D., Betty Ruth Carruth, Wendy Bounds, Paula Ziegler, Kathleen Reidy (2002). "Do Food-Related Experiences in The First 2 Years of Life Predict Dietary Variety in School-Aged Children?". *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 34(6): 310-315.
- Sobal, J., Carole A. Bisogni (2009). "Constructing Food Choice Decisions". *Annals of Behavioral Medicine*, 38(1): 37-46.
- Sobal, J., Laura Kettel Khan, Carole Bisogni (1998). "A Conceptual Model of The Food and Nutrition System". *Social Science & Medicine*, 47(7): 853-863.
- Sobal, Jeffery (1999). "Food System Globalization, Eating Transformations, and Nutrition Transitions". *Food in Global History*, 171-93.
- Sparks, P., Richard Shepherd, Lynn J. Frewer (1995). "Assessing and Structuring Attitudes Toward The Use of Gene Technology in Food Production: The Role of Perceived Ethical Obligation". *Basic Aand Applied Social Psychology*, 16(3): 267-285.
- Steptoe, A., Jane Wardle (1999). "Motivational Factors as Mediators of Socioeconomic Variations in Dietary Intake Patterns". *Psychology & Health* 14(3): 391-402.
- Steptoe, A., Tessa M. Pollard, Jane Wardle (1995). "Development of a Measure of The Motives Underlying The Selection of Food: The Food Choice Questionnaire". *Appetite*, 25(3): 267-284.
- Stratton, L. M., Meagan N. Vella, Judy Sheeshka, Alison M. Duncan (2015). "Food Neophobia is Related to Factors Associated with Functional Food Consumption in Older Adults". *Food Quality and Preference*, 41: 133-140.
- Stroebele, N., John M. De Castro (2004). "Effect of Ambience on Food Intake and Food Choice". *Nutrition*, 20(9): 821-838.
- Szakály, Z., Enikő Kontor, Sándor Kovács, József Popp, Károly Pető, Zsolt Polereczki (2018). "Adaptation of The Food Choice Questionnaire: The Case Of Hungary". *British Food Journal*, 120(7): 1474-1488.
- Şahin, E., İrfan Yazıcıoğlu (2020). "Restoran Aydınlatmasının Menüden Yemek Seçimine Etkisi". *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 6(1): 54-66.
- Thomson, J. L., Beverly McCabe-Sellers, Earline Strickland, Dalia Lovera, Henry J. Nuss, Kathleen Yadrick, Sara Duke, Margaret L. Bogle (2010). "Development

- and Evaluation of WillTry. An Instrument For Measuring Children's Willingness to Try Fruits and Vegetables". *Appetite*, 54(3): 465-472.
- Tuorila, H., Herbert L. Meiselman, Rick Bell, Armand V. Cardello, W. Johnson (1994). "Role of Sensory and Cognitive Information in The Enhancement Of Certainty and Linking For Novel and Familiar Foods". *Appetite*, 23(3): 231-246.
- Tuorila, H., Liisa Lähteenmäki, Leena Pohjalainen, Leila Lotti (2001). "Food Neophobia Among The Finns and Related Responses to Familiar and Unfamiliar Foods". *Food Quality and Preference*, 12(1): 29-37.
- Uçar, Enes Mustafa (2018). "Yetişkin Bireylerde Yeni Besin Korkusu ve Diyet Kalitesinin Değerlendirilmesi". Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Urala, N., Liisa Lähteenmäki (2004). "Attitudes Behind Consumers' Willingness to Use Functional Foods". *Food Quality and Preference*, 15(7-8): 793-803.
- Urala, N., Liisa Lähteenmäki (2007). "Consumers' Changing Attitudes Towards Functional Foods". *Food Quality and Preference*, 18(1): 1-12.
- Üzülmez, M., Gürkan Akdağ (2020). "Analysis of Motivations of Foreign Tourists Behind Their Choice of Turkish Cuisine Based on Their Neophobic And Neophilic Tendencies: a Research in Istanbul". *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 17(3): 540-552.
- Van den Heuvel, E., Annie Newbury, Katherine M. Appleton (2019). "The Psychology of Nutrition with Advancing Age: Focus on Food Neophobia." *Nutrients*, 11(1): 151.
- Van Der Laan L. N., Denise Ridder, Max Viergever, Paul Smeets (2011). "The First Taste is Always with The Eyes: a Meta-Analysis on The Neural Correlates of Processing Visual Food Cues". *NeuroImage*, 55(1): 296-303.
- Van Meer F., Laura Van Der Laan, Roger Adan, Max Viergever, Paul Smeets (2015). "What You See in What You Eat: an ALE Meta-Analysis of The Neural Correlates of Food Viewing in Children and Adolescents". *NeuroImage*, 104: 35-43.
- Van Trijp, H.C.M., Jan-Benedict E.M. Steenkamp (1992). "Consumers' Variety Seeking Tendency With Respect to Foods: Measurement and Managerial Implications". *European Review of Agricultural Economics*, 19(2): 181-195.
- Wansink, B., Jeffery Sobal (2007). "Mindless Eating: The 200 Daily Food Decisions We Overlook." *Environment and Behavior* 39(1): 106-123.
- Wardle, J., Andrew Steptoe, France Bellisle, Bettina Davou, Konrad Reschke, Raimo Lappalainen, Mats Fredrikson (1997). "Health Dietary Practices Among European Students". *Health Psychology*, 16(5): 443-450.
- Wardle, J., Anne M. Haase, Andrew Steptoe, Maream Nillapun, Kiriboon Jonwutiwes, France Bellisle (2004). "Gender Differences in Food Choice: The

- Contribution of Health Beliefs and Dieting". *Annals of Behavioral Medicine*, 27(2): 107-116.
- Wardle, J., Carol Ann Guthrie, Saskia Sanderson, Lorna Rapoport (2001). "Development of The Children's Eating Behaviour Questionnaire". *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42(7): 963-970.
- Wardle, J., John Griffith (2001). "Socioeconomic Status and Weight Control Practices in British Adults". *Journal of Epidemiology & Community Health*, 55(3): 185-190.
- Wardle, J., Wendy Solomons (1994). "Naughty But Nice: A Laboratory Study of Health Information and Food Preferences in a Community Sample". *Health Psychology*, 13(2): 180-183.
- Wardle, Jane (2007). "Eating Behaviour and Obesity." *Obesity Reviews*, 8(1): 73-75.
- Westenhoefer, Joachim (2005). "Age and Gender Dependent Profile of Food Choice". *Diet Diversification and Health Promotion*, 57: 44-51.
- Yener, Ö., Gül Abdulkadir (2007). "Sosyal ve Eğitim Bilimleri Araştırmalarında Evren-Örneklem Sorunu". *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15: 394-422.
- Yiğit, S., Murat Doğdubay (2020). "Tüketicilerin Yiyecekte Yenilik Korkusu Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma." *Gastroia: Journal of Gastronomy and Travel Research* 4(1): 1-16.
- Yiğit, Serkan (2018). "Etnik Mutfak Ürünlerinin Tercihinde Neofobinin Etkisi (Karşılaştırmalı Bir Uygulama)". *Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir*.
- Yoo, S., Tom Baranowski, Mariam Missaghian, Janice Baranowski, Karen Cullen, Jennifer O, Fisher, Kathy Watson, Issa F. Zakeri, Theresa Nicklas (2006). "Food-Purchasing Patterns For Home: A Grocery Store-Intercept Survey". *Public Health Nutrition*, 9(3): 384-393.
- Yücel, Ezgi Karataş (2020). "Neofobinin (Yenilik Korkusunun) Hedonik Tüketim Üzerine Etkisi". *Dokuz Eylül Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 21(1): 31-45.

Elektronik Kaynaklar

- Brunso, K., Klaus G. Grunert, Thomas Ahle Fjord (2002). Consumers' Food Choice and Quality Perception [Elektronik Sürüm]. Mapp, Center For Markedsovervågning,-Vurdering Og-Bearbejdning Til Fødevaresektoren. https://www.researchgate.net/profile/Klaus-G-Grunert/publication/5092936_Consumers%27_Food_Choice_and_Quality_Perception/links/00b7d5256e24280d1e000000/Consumers-Food-Choice-and-Quality-Perception.pdf / 15.03.2021.

Maslow, Abraham H. (1954). Personality and Motivation. Harper & Row, Publishers, Inc. <https://holybooks-lichtenbergpress.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/Motivation-andPersonality-Maslow.pdf> / 11.04.2021.

Şencan, Hüner (2005). Sosyal ve Davranışsal Ölçümlerde Güvenilirlik ve Geçerlilik [Elektronik Sürüm]. Ankara: Seçkin Yayınevi. https://play.google.com/books/reader?id=_AdLDwAAQBAJ&hl=tr&pg=GBS.PR4 / 02.05.2021.

Trochim, William M.K., James P. Donnelly (2001). Research Methods Knowledge Base [Elektronik Sürüm]. Vol. 2. Atomic Dog Pub. <https://www.educationdissertation.com/wp-content/uploads/2019/10/Research-Methods-Knowledge-Base.pdf> / 02.05.2021.



EKLER

Sayın Katılımcı,

Elinizdeki bu soru formu, yetişkin bireylerde gıda neofobisi düzeyi ile yiyecek seçim faktörleri arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamaktadır. Bu amaçla yapılacak olan anket çalışmasında size konuyla ilgili 51 adet soru yöneltilecektir. Anket formunun doldurulması tahminen 10-15 dakika sürecektir. Elde edilecek veriler Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Programında devam etmekte olan yüksek lisans tez çalışması için bir veri tabanı oluşturacaktır. Akademik çalışmamız için hazırladığımız ankete zaman ayırıp yanıtladığınız için teşekkür ederiz.

Yüksek Lisans Öğrencisi
Merve GENÇEL

Prof. Dr. Emrah Özkul

1. Cinsiyetiniz

Kadın Erkek

2. Yaşınız

20 ve altı 21-33 34-41 42-49 50 ve üstü

3. Medeni Durumunuz

Evli Bekar

4. Eğitim Durumunuz

İlkokul Ortaokul Lise Ön Lisans Lisans Lisansüstü

5. Aylık Geliriniz (TL)

2.825 TL ve altı 2.826-5.000 TL 5.001-7.000 TL 7.001-9.000 TL
9.001 TL ve üzeri

Gıda Neofobi Ölçeği					
	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Sürekli farklı ve yeni yiyecekler denerim.					
2. Yeni yiyeceklere güvenmem.					
3. Bir yiyeceğin ne olduğunu bilmiyorsa denemem.					
4. Farklı ülkelere ait yiyecekleri denemeyi severim.					
5. Farklı ülke ve kültürlere ait etnik yiyecekleri denemeye çekinirim.					
6. Akşam öğünlerinde farklı yiyecekler denemeyi planlarım.					
7. Daha önce denemediğim yiyecekleri yemekten korkarım.					
8. Yiyeceğim yemekler konusunda oldukça titizim.					
9. Yiyeceğim yemekler konusunda ayırt edici değilim.					
10. Etnik restoranlarda yemek yemeyi severim.					

Yiyecek Seçim Anketi					
Günlük yediğim yemeklerde şu unsurların olması benim için önemlidir:	Hiç Önemli Değil	Biraz Önemli	Orta Derecede Önemli	Önemli	Çok Önemli
1. Çok fazla vitamin ve mineral içermelidir					
2. Beni sağlıklı tutmalıdır					
3. Besleyici olmalıdır					
4. Protein bakımından yüksek değildir					
5. Cildim, dişlerim, saçlarım, tırnaklarım vb. için iyi olmalıdır					
6. Lif oranı yüksek olmalıdır					
7. Stresle baş etmeme yardımcı olmalıdır					
8. Yaşamla baş etmeme yardımcı olmalıdır					
9. Rahatlamama yardımcı olmalıdır					
10. Beni zinde tutmalıdır					
11. Beni neşelendirmelidir					
12. Kendimi iyi hissettirmelidir					
13. Hazırlanması kolay olmalıdır					

14. Çok basit pişirilebilmelidir					
15. Hazırlanması zaman almamalıdır					
16. Yaşadığım, çalıştığım yere yakın dükkanlardan satın alınabilmelidir					
17. Mağazalarda, süpermarketlerde kolayca bulunabilmelidir					
18. Güzel kokmalıdır					
19. Güzel görünmelidir					
20. Hoş bir dokuya sahip olmalıdır					
21. Tadı güzel olmalıdır					
22. Hiçbir katkı maddesi içermemelidir					
23. Doğal içerikler içermelidir					
24. Yapay içerik içermemelidir					
25. Pahalı olmamalıdır					
26. Ucuz olmalıdır					
27. Fiyatına değer olmalıdır					
28. Düşük kalorili olmalıdır					
29. Kilomu kontrol etmeme yardımcı olmalıdır					
30. Yağ oranı düşük olmalıdır					
31. Genelde yediğim yiyecekler gibi olmalıdır					
32. Bildiğim bir yiyecek olmalıdır					
33. Çocukken yediğim yiyecekler gibi olmalıdır					
34. Siyasi olarak onayladığım ülkelerden ithal edilmiş olmalıdır					
35. Menşei ülkesi açıkça belirtilmelidir					
36. Çevreye zarar vermeyecek şekilde üretilmiş olmalıdır					

ÖZGEÇMİŞ			
Adı, Soyadı	Merve GENÇEL		
Eğitim Durumu	Başlama - Bitirme Yılı	Kurum Adı	
Lise	2011	2015	Kurtuluş Anadolu Lisesi
Lisans/Bölüm	2015	2019	Kocaeli Üniversitesi/Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü
Yüksek Lisans/Bölüm	2019	2021	Kocaeli Üniversitesi/Gastronomi ve Mutfak Sanatları Yüksek Lisans Programı
Çalıştığı Kurum/lar	Başlama - Ayrılma Yılı	Pozisyon	
1. Sardunya Catering	Haziran 2017	Eylül 2017	Aşçı
2. Atalar Turizm Ltd. Şti.	Haziran 2018	Ağustos 2018	Stajyer