

Yeme Davranışı: Gastronomi ve Mutfak Sanatları Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma (Eating Behavior: An Investigation on Gastronomy and Culinary Arts Pupils)

*Bilal DEVECİ^a, Bahar DEVECİ^b, Cevdet AVCIKURT^c

^a Kırklareli University, Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Kırklareli/Turkey

^b Balıkesir University, Institute of Social Sciences, Department of Tourism Management, Balıkesir/Turkey

^c Balıkesir University, Faculty of Tourism, Department of Tourism Management, Balıkesir/Turkey

Makale Geçmişi

Gönderim

Tarihi:29.06.2017

Kabul Tarihi:20.09.2017

Anahtar Kelimeler

Yeme Davranışı

Bilişsel Kısıtlama

Duygusal Yeme

Kontrolsüz Yeme

Turizm

Keywords

Eating Behavior

Cognitive Constraint

Emotional Eating

Uncontrolled Eating

Tourism

Öz

Bu çalışmada gastronomi ve mutfak sanatları bölümü öğrencilerinin yeme davranışlarının belirlenmesi için Türk kültürüne uyarlanan üç faktörlü yeme davranışı ölçeği kullanılmıştır. Bilişsel kısıtlama, duygusal yeme ve kontrolsüz yeme davranışlarından hangisini alışkanlık haline getirmiş olduklarını keşfetmek, yeme davranışı ölçek alt boyutlarının birbirleriyle olan ilişkisini ortaya çıkarmak ve alt boyutlardan hangisinin ölçeği en yüksek düzeyde açıkladığını belirlemek amacıyla bir araştırma yapılmıştır. Araştırmada anket tekniği kullanılmış ve elde edilen veriler istatistiki analizlere tabi tutulmuştur.

Araştırma sonuçlarına göre; gastronomi ve mutfak sanatları bölümü öğrencilerinin, kontrolsüz yeme davranışı sergiledikleri ortaya çıkarılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeğin açıklayıcı faktör analizi (AFA) ve keşfedilen yapıya uygunluğunu belirlemek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmış ve yapıya uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır. 'Duygusal yeme'nin yeme davranışı ölçeğini en fazla açıklayan boyut olduğu ortaya çıkarılmıştır.

Abstract

In this study in order to determine the eating behaviors of the gastronomy and culinary arts department pupils, three factor eating behavior scale adapted to Turkish culture has been used. A study has been conducted to find out which of the cognitive restriction, emotional eating and uncontrolled eating behaviors have made habit, to reveal the relation of eating behavior scale sub-dimensions to each other and to determine which of the sub dimensions reveals the scale at the highest level. Survey technique has been used in the research and the obtained data has been analyzed statistically.

According to research results; it has been revealed that gastronomy and culinary arts department pupils exhibit uncontrolled eating behaviors. In the research, Exploratory Factor Analysis (EFA) and Confirmatory Factor Analysis (CFA) has been used to determine appropriateness of the discovered structure and it has been achieved as the result that the structure is suitable. It has been revealed that emotional eating which is the dimension most explain the eating behavior scale.

* Sorumlu Yazar.

E-posta: bilaldeveci@gmail.com (B. Deveci),

GİRİŞ

Bir ülkenin sosyal ve ekonomik bakımdan istenen uygarlık seviyesine ulaşabilmesi; bedensel ve zihinsel açıdan güçlü, sağlıklı ve yetenekli bireylerin varlığına bağlıdır. Bu olguya göre, teknolojik toplumsal kalkınmada insan gücü temel unsur olarak kabul edilmektedir. İnsan gücünün fiziksel ve mental fonksiyonlar bakımından en üst seviyede tutulabilmesi, insanın beslenme durumu ile ilişkilendirilmektedir (Sabbağ ve Sürücüoğlu, 2011: 2; Oran, Toz, Küçük ve Uçar 2017: 2).

Beslenme; sağlığı korumak, geliştirmek ve yaşam kalitesini yükseltmek için vücudun ihtiyacı olan besin öğelerini yeterli miktarlarda ve uygun zamanlarda almak için bilinçli yapılması gereken bir eylem olarak tanımlanmaktadır (Özmen vd., 2007: 98; Turan vd., 2009: 5; Ulaş ve Genç, 2010: 187; Faydaoğlu vd., 2013: 301; Altun ve Kutlu, 2015: 175; Onur, Sarper ve Onur vd., 2017: 106). Beslenme anne karnında başlayıp, yaşamın sonlanmasına kadar geçen her süreçte yaşamın vazgeçilmez bir parçası olarak ifade edilmektedir (Kutlu ve Çivi, 2009: 18). Bireyler beslenme ihtiyacının karşılanması esnasında farklı yeme davranış sergilemektedirler. Yeme tutum ve davranışları üzerinde genetik, çevre, hormonlar, içinde bulunan duygusal durum, sosyo-demografik faktörler, geçmiş deneyimler, kültürel ve dini inanışlar, medya, beden algısı, şişmanlık, iştah vb. birçok faktör etkili olmaktadır (Karakuş, Yıldırım ve Büyüköztürk, 2016: 229).

Birçok faktörden etkilenen yeme davranışlarında meydana gelen bozulmalar hastalıklara neden olabilmektedir. Örneğin; kardiyovasküler hastalıklar, diyabet, hipertansiyon, obezite, kanser, osteoporoz vb. hastalıkların oluşumunu tetikleyebilir (Yılmaz ve Özkan, 2007: 89; Yurtseven vd., 2014: 20). Ancak dengeli ve yeterli beslenme alışkanlıkları ile bu hastalık riskleri azaltılabilir (Şanlıer, Konakoğlu ve Güçer 2009: 336). Benzer şekilde çok sınırlı gıda alma, yediklerini kusma ya da kendini kusturma, laksatif kullanma ve aşırı egzersiz gibi davranışlar da sağlığı olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Ünalın vd., 2009: 76; Ulaş, Uncu ve Üner, 2013: 15). Bu yüzden yeme davranışlarını ve yeme davranış bozukluklarını anlamak önem arz etmektedir. Ancak yeme davranışı içsel, çevresel ve sosyal etkileri olan anlaşılması güç bir süreçtir (Karakuş vd., 2016: 229).

Yemek yemenin biyolojik gerekliliği ile birlikte psikolojik önemi de bulunmaktadır (Özgen, Kınacı ve Arlı, 2012: 32). Bireyler kendilerini baskı altında hissettiklerinde, öfkelendiklerinde, stresli olduklarında, üzüntülü olduklarında, neşeli olduklarında ya da vb. durumlarda normalden daha farklı yeme davranışları sergileyebilmektedirler. Bireylerin duygu durumlarının yeme davranışlarını etkilemesi konusu ile ilgili yapılan birçok çalışma bulunmaktadır (Bellisle vd, 1990; Macht, 1999; Macht ve Simons, 2000; Canetti vd., 2002; Laitinen vd., 2002; Macht vd., 2002; Adam ve Epel, 2007; Torres vd., 2007; Macht, 2008; Groesz vd., 2012). Bu çalışmalar özellikle stres ve negatif duygu durumunun besin alımını ve yemek yemeyi hem arttırabileceğini hem de azaltabileceğini ifade etmektedir. Bu yüzden bireylerin yeme davranışlarını değerlendirirken psikolojik faktörler de göz önünde bulundurulmalıdır. Yapılan bu çalışmalar sonucunda; bilişsel kısıtlama, duygusal yeme ve kontrolsüz yeme davranışı kavramları ortaya çıkmıştır (Seven, 2013: 3).

Bilişsel kısıtlama davranışı; bireylerin vücut ağırlığını kontrol etmek veya kilo kaybını desteklemek için bilinçli olarak besin alımını kısıtlaması, *duygusal yeme davranışı*; yalnızlık, depresyon, anksiyete gibi duygu değişimleri süresince genellikle normalden daha fazla yemek yeme, *kontrolsüz yeme davranışı* ise; besin tüketimi üzerinde

kontrolü kaybetme nedeniyle normalden fazla yemek yeme eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Braet ve Strien, 1997; De Lauzon-Guillain vd., 2006: 133).

Beslenme toplumun her kesimi için oldukça önemli olmasına rağmen üniversite öğrencileri açısından farklı bir öneme de sahiptir. Üniversitelerde eğitim gören öğrencilerin büyük bir kısmı daha önce aile ortamından uzakta yaşamamaktadır. Üniversite öncesinde öğrenciler aile yaşamının gerektirdiği şekilde beslenme alışkanlıkları sergilerken, üniversite ile birlikte farklılaşan yaşam şekilleriyle beslenme alışkanlıklarını da değiştirebilirler. Değişen beslenme davranışları üniversite öğrencilerinin zihinsel ve fiziksel durumunu ilgilendirdiği gibi aynı zamanda dolaylı olarak da olsa okul performansını etkileyebilmektedir (Korkmaz, 2010: 401).

Üniversite öğrencileri erişkin döneme geçiş aşamasında olan çocukluk çağı sonrası ilk grup olarak nitelendirilmektedir. Bu öğrencilerin üniversite eğitiminin başlaması ile birlikte ailelerinin yanından ayrılmasına ek olarak dış etkilere daha açık hale gelmeleri ve kendi özgür seçimlerini daha belirgin şekilde yapmaya başlıyor olmaları gibi nedenler beslenmelerinde yeni bir dönem başlatmaktadır (Yılmaz ve Özkan, 2007: 89). Bir gündeki öğün sayısı, atlanılan öğün, öğün atlama sebepleri, öğün aralarında farklı besinler tüketme durumları bireylerin beslenme alışkanlığını yansıtabilmektedir (Arslan, Karaoğlu, Duyar ve Güleç, 1994: 196; Özdoğan, Yardımcı, Özçelik ve Sürücüoğlu, 2012: 67). Öğrencilerin yeme davranışlarının tespit edilmesi erişkin dönemde beslenme alışkanlıklarının düzenlenmesine yardımcı olabilir. Bununla birlikte yetersiz ve dengesiz beslenmenin neden olabileceği sağlık sorunlarının önlenmesini de sağlayabilir (Mazıcıoğlu ve Öztürk, 2003: 173).

Ülkemizde üniversite öğrencilerinin yeme davranışları ve beslenme alışkanlıkları ile ilgili yapılan çalışmalarda; bu dönemde beslenme ile ilgili çok ciddi sorunların yaşandığı, öğrencilerin genellikle öğünlerine dikkat etmedikleri, özellikle kahvaltı olmak üzere öğünleri geçıştirdikleri, simit ve çay gibi besinleri daha fazla tükettikleri, gençler arasında karın doyurmanın beslenme ile eşdeğer kabul edildiği belirtilmektedir (Arslan vd., 1994: 203; Sağlam ve Yürükçü, 1996: 20; Korkmaz, 2010: 401; Faydaoğlu vd., 2013: 301).

Özellikle yurttan kalan öğrenciler için beslenme temel sorunlardan bir tanesidir. Ayrıca beslenme bilgisinin yetersizliği ve ağır ekonomik şartlar da gençlerin yeterince beslenememesine neden olabilmektedir (Aytekin ve Bulduk, 2000; Vançelik, Önal, Güraksın ve Beyhu, 2007: 243). Bu yüzden üniversite öğrencilerinin sahip oldukları beslenme bilgilerinin ve alışkanlıklarının tespit edilmesi ve mevcut duruma uygun öneriler geliştirilmesi oldukça önem arz etmektedir (Korkmaz, 2010: 401).

Bu çalışmada; gastronomi ve mutfak sanatları öğrencilerinin yeme davranışlarının saptanması amaçlanmıştır. Çalışmada üniversite öğrencilerinin seçilmesindeki temel amaç birçok araştırmada da belirtildiği üzere üniversite öğrencilerinin yanlış beslenmeleri yüzünden yeme bozukluklarında büyük risk altında olmalarıdır. Ayrıca turizm bünyesindeki diğer bölümlere göre gastronomi ve mutfak sanatları öğrencilerinin yemek ile daha fazla ilgili oldukları için bu doğrultuda daha fazla bilgiye sahip oldukları düşünülmektedir. Bu yüzden araştırma için özellikle bu öğrenci grubu belirlenmiştir.

YÖNTEM

Bu araştırma gastronomi ve mutfak sanatları bölümü öğrencilerinin yeme davranışlarını belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bireylerin yeme davranışını etkileyen alt boyutların belirlenmesi, belirlenen boyutlar arasında

en etkili olanının tespit edilmesi ve demografik özellikler ile yeme davranışları arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır.

Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın temel varsayımına göre; gastronomi ve mutfak sanatları bölümü öğrencilerinin yeme davranışlarını etkileyen bazı faktörler bulunmaktadır. Bu temel varsayım kapsamında araştırmanın problemi ve hipotezleri belirlenmiştir.

H1= Öğrencilerin cinsiyetleri ile yeme davranışları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2= Öğrencilerin cinsiyeti ile kontrolsüz yeme (KY) davranışları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H3= Öğrencilerin cinsiyeti ile bilişsel kısıtlama (BK) davranışları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H4= Öğrencilerin cinsiyeti ile duygusal yeme (DY) davranışları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H5= Yeme davranışı ölçeğinin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H6= Kontrolsüz yeme (KY) boyutu ile yeme davranışı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H7= Bilişsel kısıtlama (BK) boyutu ile yeme davranışı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H8= Duygusal yeme (DY) boyutu ile yeme davranışı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Araştırma Evren ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini Balıkesir Üniversitesi gastronomi ve mutfak sanatları bölümü öğrencileri oluşturmaktadır. Balıkesir Üniversitesi Turizm Fakültesi'nde 1., 2. ve 3. sınıf gastronomi ve mutfak sanatları bölümü öğrencileri bulunmaktadır. Bu doğrultuda 2014, 2015 ve 2016 ÖSYS Yükseköğretim Programları ve Kontenjanları Kılavuzları incelenerek mevcut öğrenci sayısı belirlenmiş ve aynı zamanda öğrenci sayıları fakülte öğrenci işleri ile görüşülerek teyit edilmiştir. Balıkesir Üniversitesi Turizm Fakültesi gastronomi ve mutfak sanatları bölümünde 1. sınıf 30, 2. sınıf 25 ve 3. sınıf 25 olmak üzere toplam 80 öğrenci olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın evrenini 80 gastronomi ve mutfak sanatları öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada Balıkesir Üniversitesi Turizm Fakültesi gastronomi ve mutfak sanatları bölümünde aktif olarak öğrenim görmekte olan 67 öğrenciye ulaşılmıştır.

Veri toplama Araç ve Teknikleri

Araştırmanın anketi iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm araştırmaya katılan öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerinin belirlenmeye çalışıldığı sorulardan oluşmaktadır. İkinci bölüm ise yeme davranışlarının belirlenmesi için 2016 yılında Karakuş, Yıldırım ve Büyüköztürk tarafından Türkçe'ye uyarlanan 21 ifade, 3 boyut ve likert ölçeğinin dördüncü derecelendirilmesi ile uygulanan üç faktörlü yeme ölçeği (TFEQ-Tr-21) kullanılmıştır. Bu ölçeğin seçilmesindeki temel etken ise, geçerliliği ve güvenilirliği sağlanmış, ifade dilinin anlaşılır ve Türk Kültürüne uyarlanmış olmasıdır.

Veri Toplama Süreci ve Verilerin Analizi

Araştırmada kullanılan anket formunun yapısal geçerliliğini test etmek amacıyla Balıkesir Üniversitesi Turizm Fakültesi gastronomi ve mutfak sanatları bölümü öğrencilerine 2017 yılı Nisan ayının ikinci haftasında yapılmıştır. Tüm anketler öğrenciler ile bire bir görüşülerek uygulanmıştır. Toplamda 80 anket bastırılmış ve bütün öğrencilere ulaşılmaya çalışılmıştır. Toplamda 67 öğrenciye ulaşılmış ve elde edilen veriler araştırmanın analizinde kullanılmıştır. Araştırmada sosyo-demografik özelliklerin frekans analizleri, aritmetik ortalama, standart sapma, korelasyon analizi, bağımsız grup t testi, güvenilirlik analizleri, basit doğrusal regresyon analizi, faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yukarıda yapılan analizler için SPSS 21.0 paket programı ve LISREL 8.80 istatistiksel yazılımı kullanılmıştır.

BULGULAR VE YORUMLAR

Gastronomi ve mutfak sanatları öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri, yeme davranışlarının belirlenmesi, yeme davranışlarının belirlenmesine etki eden faktörlerin tespit edilmesi ve üç faktörlü yeme davranışı ölçeğinin doğrulanmasını amaçlayan araştırmanın analizlerine bulgu ve yorumlarına yer verilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin %55.2'si erkeklerden, %44.8'i kadınlardan oluşmaktadır. Öğrencilerin %61,2'si 18-20 yaş, %32.8'i 21-23 yaş, %6'sı 24 yaş ve üstündedir. Turizm eğitimi alan öğrenciler %7,5 iken almayanlar %92.5 olarak belirlenmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin %35.8'i 1. sınıf, %31.4'ü 2. sınıf ve %32.8'i 3. sınıftır. 4. sınıfta öğrenci bulunmamaktadır. Mutfak bölümünde staj yapma sorusuna vermiş oldukları cevaplar incelendiğinde %59,7'si staj yaparken %40,3'ü staj yapmadıklarını belirtmişlerdir. Araştırmaya katılanların %67.2'si daha önce turizm sektöründe çalışırken, %32.8'i çalışmadıklarını ifade etmişlerdir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin %17,9'u devlet yurdunda, %41,8'i özel yurttan, %23,9'u öğrenci evinde, %16,4'ünün ise ailelerinin yanında ikamet ettikleri saptanmıştır. Gelir durumu incelendiğinde %32,8'i 0-400 TL, %43,3'ü 401-800 TL ve %23,9'u 801-üzeri TL olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine ilişkin sonuçlar Tablo 1'de gösterilmektedir.

Tablo 1. Gastronomi ve Mutfak Sanatları Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özellikleri

Sosyo-Demografik Özellikler	n	%	Sosyo-Demografik Özellikler	n	%
Cinsiyet			Lisans eğitim yılı		
Erkek	37	55,2	1. sınıf	24	35,8
Kadın	30	44,8	2. sınıf	21	31,4
Toplam	67	100	3. sınıf	22	32,8
Yaş			4. sınıf	0	0
18-20	41	61,2	Toplam	67	100
21-23	22	32,8	Mutfak bölümünde staj yapma		
24 ve üstü	4	6,0	Evet	40	59,7
Toplam	67	100	Hayır	27	40,3
Turizm eğitimi aldınız mı?			Toplam	67	100
Evet	5	7,5	Daha önce turizm sektöründe çalışma		
Hayır	62	92,5	Evet	45	67,2
Toplam	67	100	Hayır	22	32,8
Mezun olduğunuz lise türü?			Toplam	67	100
Turizmle ilgili lise	5	7,5	Yaşanan yer (mesken)		

Diğer lise	62	92,5	Devlet yurdu	12	17,9
Toplam	67	100	Özel yurt	28	41,8
Mezun olduğunuz bölüm			Öğrenci evi	16	23,9
Mutfak	5	7,5	Aile yanı	11	16,4
Servis-bar	-	-	Toplam	67	100
Önbüro	-	-	Gelir durumu		
Kat hizmetleri	-	-	0-400	22	32,8
Toplam	67	100	401-800	29	43,3
			801-üzeri	16	23,9
			Toplam	67	100

Araştırmada kullanılan verilerin basıklık (Kurtosis) ve çarpıklık (Skewness) katsayılarının -1.5 ve +1.5 aralığında olduğu ve normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Araştırmada bağımsız grup t testi kullanılmıştır. Tablo 2'de verilmiş olan cinsiyet ile yeme davranışı ve alt boyutları arasında yapılan analiz sonuçlarına göre; genel yeme davranışı ve kontrolsüz yeme alt boyutu açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak bilişsel kısıtlama alt boyutu ($t=2,093$; $p=,040<.05$) ve duygusal yeme alt boyutu ($t=2,446$; $p=,017<.05$) açısından istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur.

Tablo 2. Cinsiyet ile Yeme Davranışı ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Yeme Davranışı		t-Testi					
	Cinsiyet	n	\bar{x}	SS	t	p	Fark
Genel Yeme Davranışı	Erkek	37	2,23	,439	-1,715	,091	Yok
	Kadın	30	2,40	,354			
Kontrolsüz Yeme	Erkek	37	2,48	,574	,969	,336	Yok
	Kadın	30	2,35	,480			
Bilişsel Kısıtlama	Erkek	37	1,99	,731	-2,093	,040	Var
	Kadın	30	2,31	,517			
Duygusal Yeme	Erkek	37	2,09	,753	-2,446	,017	Var
	Kadın	30	2,56	,804			

Yeme davranışı ve alt boyutlarının birbiriyle olan ilişkilerini değerlendirmek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Tablo 3'te verilen korelasyon analizi sonucunda, boyutlar arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca alt boyutların yeme davranışı ile olan ilişkisinin belirlenmesi amacıyla yapılan korelasyon analizinde güçlü, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Yeme Davranışı ve Alt Boyutları Korelasyon Matrisi

		BK	DY	KY	YD
Bilişsel Kısıtlama	Pearson Correlation	1	,134	-,096	,482**
	Sig. (2-tailed)		,278	,439	,000
	N	67	67	67	67
Duygusal Yeme	Pearson Correlation	,134	1	,226	,749**
	Sig. (2-tailed)	,278		,066	,000
	N	67	67	67	67
Kontrolsüz Yeme	Pearson Correlation	-,096	,226	1	,641**
	Sig. (2-tailed)	,028	,000		,000

	N	67	67	67	67
Yeme Davranışı (ölçek)	Pearson Correlation	,482*	,749**	,641*	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	
	N	67	67	67	67
(**). Korelasyon 0.01 düzeyinde çift taraflı öneme sahiptir.					

Ölçeğin, BK ve DY alt faktörlerinden elde edilebilecek en düşük puan 6, en yüksek puan ise 24, KY alt faktöründen elde edilebilecek en düşük puan 9, en yüksek puan ise 36'dır. Ölçek alt boyutlarından elde edilen puanların daha kolay yorumlanması için dönüştürülmüş ölçek puanlarının kullanılmaktadır (Karakuş vd., 2016: 231). Dönüştürülmüş ölçek puanlarının hesaplanmasına ilişkin bilgi Tablo 4'te verilmiştir

Tablo 4. Dönüştürülmüş Ölçek Puanlarının Hesaplanması

Ölçek	En Düşük ve En Yüksek Olası Ham Puanlar	Olası Ham Puan Aralığı	Puanlama Formülü
Bilişsel Kısıtlama	6-24	18	$BK = [(BK-6)/18] \times 100$
Duygusal Yeme	6-24	18	$DY = [(DY-6)/18] \times 100$
KontROLSÜZ YEME	9-36	27	$KY = [(KY-9)/27] \times 100$

Yeme davranışı ölçeğinin alt boyutlarından elde edilen ham puanlar, dönüştürülmüş ölçek puan hesaplama tablosunda bulunan formül kullanılarak hesaplanmıştır. Yeme davranışı ölçeğinin alt boyutları 100(yüz) puan üzerinden değerlendirilmektedir. En düşük puanı alan boyut BK en yüksek puanı alan boyut ise KY olduğu ortaya çıkarılmıştır. Hesaplanan dönüştürülmüş puanlara ilişkin sonuçlar Tablo 5'te gösterilmektedir.

Tablo 5. Hesaplanan Dönüştürülmüş Ölçek Puanları

Ölçek	Ham Puanlar	Puanlama Formülü	Hesaplanan Puanlar
Bilişsel Kısıtlama	12,805	$BK = [(12,805-6)/18] \times 100$	37,80 (100 üz.)
Duygusal Yeme	13,820	$DY = [(13,820-6)/18] \times 100$	43,44 (100 üz.)
KontROLSÜZ YEME	21,865	$KY = [(21,865-9)/27] \times 100$	47,64 (100 üz.)

Açıklayıcı faktör analizi (AFA) yapmadan önce, yeme davranışı ölçeğinin güvenilirliğini sağlamak için Cronbach Alpha değerlerine bakılmıştır. Ölçekte bulunan yirmi bir ifadenin Cronbach Alpha değeri 0,823 olarak sonuçlanmıştır. Yeme davranışı ölçeğinin güvenilirliği yüksek olarak sonuçlandığı görülmektedir (İslamoğlu ve Alnaçık, 2014: 283). Örneklem yeterlilik testi olan Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi yapılmıştır. KMO örneklem değeri ,715 olarak 0,7-0,8 arasında bir değer olduğu için "iyi" sıralamasında yer almaktadır (Büyükeksi ve Çolakoğlu, 2014: 60). Faktör analizinin uygulanabilirliği için testlerden bir diğeri Bartlett Küresellik Testi, ölçek içinde bulunan maddelerin tutarlılıklarının test edilmesinde kullanılmaktadır. Faktör analizinin yapılabilmesi için bu testin sonucunun anlamlı çıkması gerekmektedir. Bu değer $p < 0,05$ düzeyinde olmalıdır (İslamoğlu ve Alnaçık, 2014: 396). Bartlett Küresellik Testine göre, yaklaşık ki kare (x^2) değerinin 883,960 ve anlamlılık düzeyinin $P = ,000 < 0,05$ olduğu görülmektedir. Yeme davranışı ölçeğine ilişkin KMO ve Bartlett testlerinin sonuçları, bu ölçeğin faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir.

Yeme davranışı ölçeğine ilişkin faktör analizi uygulanmıştır. Faktör analizi sonuçlarına göre, değişkenlerin toplam açıklanan varyans %58,174 olarak sonuçlanırken, yeme davranışının orijinal ölçekte olduğu gibi üç boyut altında toplandığı görülmektedir. Faktör analizinin sonuçları Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. Yeme Davranışı Açıklayıcı Faktör Analizi

Yeme Davranışı İfadeleri	Bilişsel Kısıtlama	Duygusal Yeme	Kontrolsüz Yeme	Ortak Varyans Değeri
Bilişsel Kısıtlama 1	,761			,602
Bilişsel Kısıtlama 2	,864			,766
Bilişsel Kısıtlama 3	,903			,824
Bilişsel Kısıtlama 4	,506			,256
Bilişsel Kısıtlama 5	,751			,607
Bilişsel Kısıtlama 6	,758			,609
Duygusal Yeme 1		,857		,767
Duygusal Yeme 2		,881		,818
Duygusal Yeme 3		,884		,803
Duygusal Yeme 4		,838		,707
Duygusal Yeme 5		,910		,846
Duygusal Yeme 6		,866		,759
Kontrolsüz Yeme 1			,769	,653
Kontrolsüz Yeme 2			,474	,239
Kontrolsüz Yeme 3			,682	,475
Kontrolsüz Yeme 4			,736	,558
Kontrolsüz Yeme 5			,649	,495
Kontrolsüz Yeme 6			,751	,614
Kontrolsüz Yeme 7			,458	,217
Kontrolsüz Yeme 8			,479	,266
Kontrolsüz Yeme 9			,551	,337
Cronbach Alpha (Boyut)	,859	,943	,806	
Cronbach Alpha (Ölçek)	0,823			
Özdeğer	5,440	3,997	2,779	
Açıklanan Varyansın Yüzdesi	25,906	19,034	13,233	
Toplam Açıklanan Varyans Yüzdesi	22,707	17,774	17,723	
Toplam Açıklanan Varyans Ölçek Yüzdesi	58,174			
Kaiser-Meyer-Olkin Örnekleme Ölçümü				,715
Bartlett Küresellik Testi	Yaklaşık Ki-kare			883,960
	df			210
	Sig.(Anlamlılık)			,000

Yeme davranışı ölçeğinin belirlenmiş olan faktörlerin sınanması için doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi (DFA) araştırmacının elde etmiş olduğu verilerin, daha önceden tanımlanmış ve sınırlandırılmış bir yapının, bir model olarak doğrulanıp doğrulanmadığının test edildiği yada orijinal yapıya uygunluğunu belirlemek amacıyla yapılan bir analizdir (Çokluk vd.,2012: 275; Şeçer, 2015: 171). Doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile modelin ortaya konulması için modelde yer alan temel parametrelerin hesaplandıktan sonra model uyum indekslerine bakılmaktadır. Yaygın olarak kabul görmüş uyum indeksleri Tablo 7'de sıralanmaktadır.

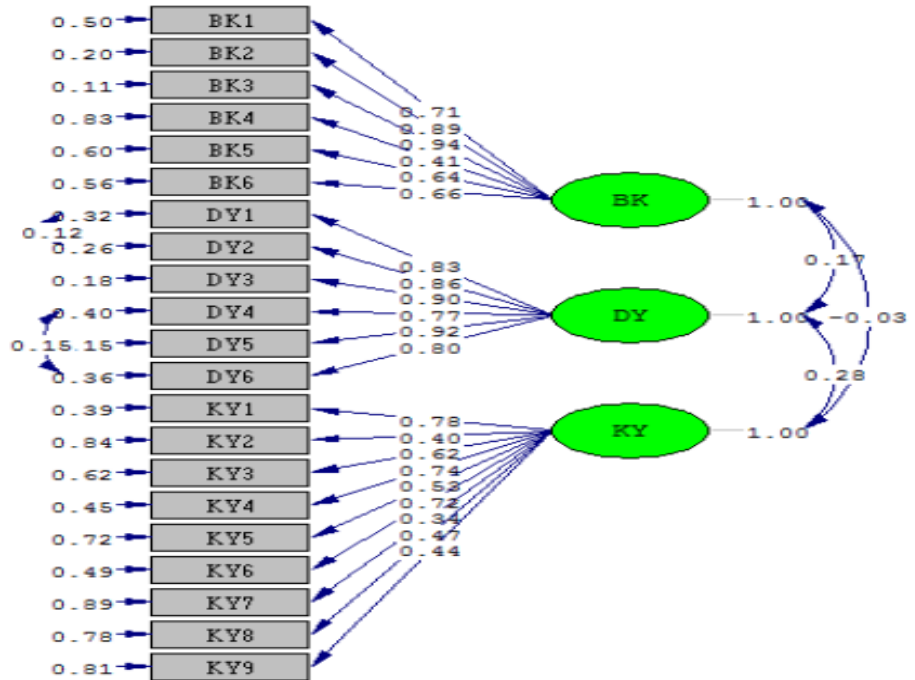
Tablo 7. Yaygın Olarak Kabul Görmüş Uyum İndeksleri

Uyum indeksi	Düşük Uyum	Kabul edilebilir uyum	İyi uyum
χ^2/sd	$3 \leq \chi^2/sd \leq 5$	$2 \leq \chi^2/sd \leq 3$	$0 \leq \chi^2/sd \leq 2$
AGFI	$.60 \leq AGFI \leq .85$	$.85 \leq AGFI \leq .95$	$.95 \leq AGFI \leq 1.00$
GFI	$.60 \leq GFI \leq .90$	$.90 \leq GFI \leq .95$	$.95 \leq GFI \leq 1.00$
NNFI	$.60 \leq NNFI \leq .90$	$.90 \leq NNFI \leq .95$	$.95 \leq NNFI \leq 1.00$
NFI	$.60 \leq NFI \leq .90$	$.90 \leq NFI \leq .95$	$.95 \leq NFI \leq 1.00$
CFI	$.60 \leq CFI \leq .90$	$.90 \leq CFI \leq .95$	$.95 \leq CFI \leq 1.00$
RFI	$.60 \leq RFI \leq .90$	$.90 \leq RFI \leq .95$	$.95 \leq RFI \leq 1.00$
IFI	$.60 \leq IFI \leq .90$	$.90 \leq IFI \leq .95$	$.95 \leq IFI \leq 1.00$
RMSEA	$.08 \leq RMSEA \leq .10$	$.05 \leq RMSEA \leq .08$	$.00 \leq RMSEA \leq .05$
RMR	$.08 \leq RMR \leq .10$	$.05 \leq RMR \leq .08$	$.00 \leq RMR \leq .05$

Kaynak: Çokluk vd.,2012: 271-272; Kanten, 2012: 198; Bayram, 2013: 75; 41; İlhan ve Çetin, 2014: 31; Varol, 2014: 227; Çapık, 2014: 199; Meydan ve Şeşen, 2015: 33; Yılmaz ve Varol, 2015.

Araştırma modelinde 21 adet gözlenen değişken ve 3 adet örtük değişken tasarlanmıştır. Modeli desteklemeyen herhangi bir gözlenen değişken bulunmadığı için modelden çıkarma işlemi yapılmamıştır. Ölçüm modeli düzeltme indeksleri değerlendirildiğinde DY1 ile DY2, ve DY4 ile DY6, gözlenen değişkenleri iki yönlü path aracılığıyla birbirine bağlanmıştır. Düzeltme yapıldıktan sonra modelde uyum indekslerinde artış meydana gelmiş ve modelin uygunluğunu sağlar nitelikte olduğu görülmüştür. Şekil 1.'de yeme davranışı modeline ilişkin (standart solution) sonuç diyagramına yer verilmiştir.

Şekil 1. Mutfak Departmanına Yönelik Tutum Modeline İlişkin Sonuçlar



Şekil 1'de yeme davranışı modeline ilişkin sonuçlar incelendiğinde elde edilen (standart solution) regresyon katsayıları ve *t* değerlerinin .01 düzeyinde anlamlı olduğu ve modelin doğrulandığı belirlenmiştir. Ki-kare serbestlik derecesinin oranı iyi uyum, RMSEA NNFI, CFI, IFI, ve RMR kabul edilebilir uyum, AGFI, GFI, NFI ve

RFI düşük uyum sergilediği tespit edilmiştir. Yeme davranışı ölçeği ile yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum değerleri aşağıdaki Tablo 8'de verilmiştir.

Tablo 8. Yeme Davranışı Ölçüm Modelinin Uyum Değerleri

Uyum indeksi	Düşük Uyum	Kabul edilebilir uyum	İyi uyum	Model uyum değerleri
χ^2/sd	$3 \leq \chi^2/sd \leq 5$	$2 \leq \chi^2/sd \leq 3$	$0 \leq \chi^2/sd \leq 2$	1.32
AGFI	$.60 \leq AGFI \leq .85$	$.85 \leq AGFI \leq .95$	$.95 \leq AGFI \leq 1.00$	0.67
GFI	$.60 \leq GFI \leq .90$	$.90 \leq GFI \leq .95$	$.95 \leq GFI \leq 1.00$	0.74
NNFI	$.60 \leq NNFI \leq .90$	$.90 \leq NNFI \leq .95$	$.95 \leq NNFI \leq 1.00$	0.90
NFI	$.60 \leq NFI \leq .90$	$.90 \leq NFI \leq .95$	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	0.78
CFI	$.60 \leq CFI \leq .90$	$.90 \leq CFI \leq .95$	$.95 \leq CFI \leq 1.00$	0.91
RFI	$.60 \leq RFI \leq .90$	$.90 \leq RFI \leq .95$	$.95 \leq RFI \leq 1.00$	0.74
IFI	$.60 \leq IFI \leq .90$	$.90 \leq IFI \leq .95$	$.95 \leq IFI \leq 1.00$	0.90
RMSEA	$.08 \leq RMSEA \leq .10$	$.05 \leq RMSEA \leq .08$	$.00 \leq RMSEA \leq .05$	0.070
RMR	$.08 \leq RMR \leq .10$	$.05 \leq RMR \leq .08$	$.00 \leq RMR \leq .05$	0.068

Yeme davranışı alt boyutlarının yeme davranışı ölçeği üzerindeki etkilerini belirlemek amacıyla basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Tablo 9'da gösterilen analiz sonuçlarına göre, bilişsel kısıtlama boyutunun yeme davranışındaki değişimi açıklama oranı %0.232'dir. Bilişsel kısıtlama boyutu ve yeme davranışı arasında .05 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü zayıf bir ilişki ($\beta=,482$; $t= 11,081$; $p= .000<,05$) tespit edilmiştir.

Tablo 9. Bilişsel Kısıtlama Boyutu İle Yeme Davranışına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	β	t	Sig.	F	p	R ²
Sabit		11,081	,000	19,635	,000	,232
Bilişsel Kısıtlama	,482	4,431	,000			

Tablo 10'da verilen analiz sonuçlarına göre, duygusal yeme boyutunun yeme davranışındaki değişimi açıklama oranı %0.561'dir. Duygusal yeme boyutu ve yeme davranışı arasında .05 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü güçlü bir ilişki ($\beta=,749$; $t= 14,025$; $p= .000<,05$) tespit edilmiştir.

Tablo 10. Duygusal Yeme Boyutu İle Yeme Davranışına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	β	t	Sig.	F	p	R ²
Sabit		14,025	,000	83,147	,000	,561
Duygusal Yeme	,749	9,119	,000			

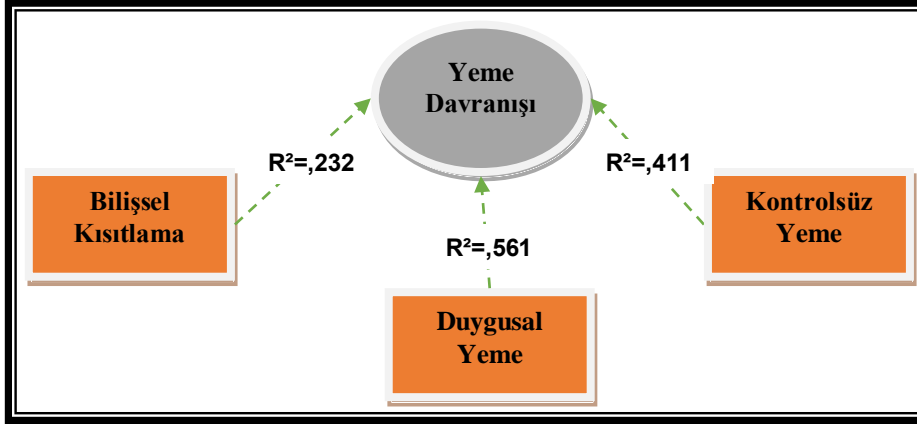
Tablo 11'de sunulan analiz sonuçlarına göre, kontrolsüz yeme boyutunun yeme davranışındaki değişimi açıklama oranı %.411'dir. Kontrolsüz yeme boyutu ve yeme davranışı arasında .05 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü güçlü bir ilişki ($\beta=.641$; $t= 6,134$; $p= .000<.,05$) tespit edilmiştir.

Tablo 11. Kontrolsüz Yeme Boyutu İle Yeme Davranışına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	β	t	Sig.	F	p	R ²
Sabit		6,134	,000	45,370	,000	,411
Kontrolsüz Yeme	,641	6,736	,000			

Yapılan hipotez analizlerinin sonuçlarına göre; Bilişsel kısıtlama, duygusal yeme ve kontrolsüz yeme ile yeme davranışı arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca yeme davranışındaki değişimi en çok duygusal yeme boyutu açıklamaktadır. Elde edilen hipotezlere ilişkin yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre araştırmanın sonuç modeli Şekil 2'de yer almaktadır.

Şekil 2. Araştırmanın Sonuç Modeli



Araştırmada yeme davranışı ile gastronomi ve mutfak sanatları öğrencilerinin cinsiyetleri ile ölçek ve alt boyutları arasındaki farklılığın belirlenmesi için t-testi yapılmıştır. Test edilen hipotezlerden H1 ve H2 reddedilmiş, H3 ve H4 hipotezleri kabul edilmiştir. Araştırmada kullanılan yeme davranışı ölçeğinin boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Boyutlar arasında pozitif yönlü korelasyon katsayısı tespit edilmiştir. Elde edilen sonuca göre H5 hipotezi kabul edilmiştir.

Araştırmada kullanılan yeme davranışı ölçeğine etki eden boyutların belirlenmesi ve alt boyutların yeme davranışı ölçeğinin ne kadarını açıkladığını belirlemek amacıyla basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre; H6, H7 ve H8 hipotezleri kabul edilmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada Karakuş, Yıldırım ve Büyüköztürk tarafından Türkçe'ye ve Türk kültürüne uyarlanan 21 ifade, 3 boyut ve likert ölçeğinin dördüncü derecelendirilmesi ile uygulanan üç faktörlü yeme ölçeği (TFEQ-Tr-21) kullanılmıştır. Ölçek üzerinde herhangi bir değişiklik yapılmadan orijinaline sadık kalınmıştır. Araştırmanın gastronomi ve mutfak sanatları öğrencileri üzerine yapılmasının temel sebebi gelecekte yiyecek üretiminde etkin

rol alacak olmalarıdır. Aldıkları eğitim sonucunda yemek üretiminin nasıl gerçekleştiği, beslenme unsurları ve öğün bilgileri vb. konularda bilgi sahibi oldukları düşünülmektedir.

Araştırmaya katılanların hangi tip beslenme davranışına yatkın olduğunu belirlemek amacıyla, alt boyutların puanları, puanlama formülü kullanılarak hesaplanmıştır. Hesaplamalar sonucunda kontrolsüz yeme davranışının en yüksek puanı elde ettiği görülmüştür. İkinci en yüksek puan ise duygusal yeme davranışındır. Ölçek alt boyutlarından elde edilen puanlara göre gastronomi ve mutfak sanatları öğrencileri kontrolsüz yeme ve duygusal yeme davranışı sergilemektedir. Bunun temel sebebi ise öğrencilerin ailelerinden uzakta, beslenme alışkanlıkları konusunda sıkıntı çekmeleri olduğu varsayılmaktadır.

Kontrolsüz yeme alışkanlığı normalden fazla yemek yeme olarak tanımlanır. Öğrencilerin öğün atlatmak için abur cubur olarak adlandırılan ürünleri tüketmelerinden dolayı kontrolsüz yeme davranışı sergiledikleri düşünülmektedir. Duygusal yeme davranışı ise yalnızlık, yeni bir yere alışma süreci ve depresyon gibi duyguların yaşandığı süre boyunca sürekli yeme davranışı olarak tanımlanmaktadır. Öğrencilerin yeni insanlarla, yeni bir yemek kültürü olan yeni bir şehirde olmalarından dolayı duygusal yeme davranışı sergiledikleri düşünülmektedir.

Araştırmaya katılanların çoğunluğu erkek, özel yurttaki ikamet eden ve 18-20 yaş aralığında olan bireylerden oluşmaktadır. Kontrolsüz ve duygusal yeme davranışı, yemek yeme konusunda oldukça bilinçli oldukları düşünülen bireylerin yeni yaşam biçimlerine kolayca adapte olamadıklarını göstermektedir. Araştırmaya katılanların büyük çoğunluğu 0-800 TL gelir aralığındadır. Bunun temel sebebi öğrenim kredisi veya alınan bursların bu gelir aralığında olmasından kaynaklanmaktadır.

Araştırmada yapılan hipotez testlerine göre; cinsiyet ve genel yeme davranışı, kontrolsüz yeme, duygusal yeme ve bilişsel kısıtlama boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek ve farklılaşmayı bulmak için t testi yapılmıştır. Cinsiyet ile genel yeme davranışı ve kontrolsüz yeme davranışı arasında anlamlı bir farklılık bulunamazken, duygusal yeme ve bilişsel kısıtlama boyutlarında erkek ve kadın arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Duygusal yeme davranışının erkek ve kadınlarda farklılık göstermesi kadınların daha fazla depresyon ve kaygı bozukluğuna yatkınlıklarından dolayı ortaya çıktığı düşünülmektedir. Bilişsel kısıtlama boyutunda bulunan anlamlı farklılık ise erkek ve kadınların diyet yapma hususunda, kilo almama veya kilo verme gibi konularda oldukça farklı düşündükleri söylenebilir. Bu nedenle istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptandığı düşünülmektedir. Kontrolsüz yeme konusunda erkekler ve kadınlar aynı düşüncelere sahip oldukları söylenebilir.

Araştırmada yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre; yeme davranışı ölçeğindeki değişimi en yüksek düzeyde açıklayan duygusal yeme boyutu olarak ortaya çıkmıştır. Duygusal yeme boyutu, yeme davranışı ölçeğine en fazla etki eden boyut olduğu saptanmıştır.

Yeme davranışı ölçeği açıklayıcı faktör analizine tabi tutulmuştur. Cronbach alpha; ölçek ve alt boyutlar arasında ,806 ve ,943 arasındadır. Toplam açıklanan varyans ise %58,174 olarak tespit edilmiştir. Açıklayıcı faktör analizi (AFA) neticesinde faktör yapılarının korunduğu belirlenmiştir. Yeme davranışı ölçeği açıklayıcı faktör analizi (AFA) sonucunda, doğrulayıcı faktör analizine tabi tutulmuştur. Elde edilen sonuçlara bakıldığında modelin doğrulandığı ve uygunluklarının sağlandığı gözlemlenmiştir.

Öneriler

Uluslararası Skal yıldızı (turizm eğitim oskarı) almış, Balıkesir üniversitesi, Anadolu üniversitesi ve Akdeniz üniversitesi gastronomi ve mutfak sanatları bölümü öğrencilerinin yeme davranışları belirlenebilir.

Gastronomi ve mutfak sanatları bölümü olan diğer turizm fakülteleri araştırmaya dahil edilerek Şehir-Kırsal, Kıyı-İç kesim, Ege-Karadeniz ve Doğu-Batı vb. karşılaştırmalı araştırmalar yapılabilir.

Araştırmaya yaşam kalitesi ölçeği ilave edilerek, öğrencilerin yeme davranışlarının yaşam kalitelerini etkileyip etkilemediği ölçülebilir.

Yeme davranışı ölçeği kullanılarak gastronomi ve mutfak sanatları bölümü öğretim elemanlarının yeme davranışları belirlenebilir.

Akdeniz bölgesinde hizmet veren profesyonel mutfak çalışanlarının yeme davranışları ve yeme eğilimleri ortaya çıkarılabilir.

KAYNAKLAR

- Adam, T.C. and Epel, E.S. (2007). Stress, eating and reward system. *Physiology & Behavior*, 91, 449-458.
- Altun, M. ve Kutlu, Y. (2015). Ergenlerin yeme davranışları ile ilgili görüşleri: niteliksel çalışma. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 23 (3), 174-184.
- Arslan, P., Karaoğlu, N., Duyar, İ. ve Güleç, E. (1994). Yükseköğrenim gençlerinin beslenme alışkanlıklarının puanlandırma yöntemi ile değerlendirilmesi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 22 (2), 195-208.
- Aytekin, F. ve Bulduk, S. (2000). Üniversite öğrencilerine verilen eğitim modellerinin öğrencilerde davranış değişikliğine etkilerinin incelenmesi. *Mili Eğitim Dergisi*, web: http://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/milli_egitim_dergisi/148/8.htm adresinden 01.06.2017 tarihinde alınmıştır.
- Bayram, N. (2013). *Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş: Amos Uygulamaları*. (2.Basım). İstanbul: Ezgi Kitapevi.
- Bellisile, F., Louris-Sylvestre, J., Linet, N. Rocaboy, B., Dalle, B, Cheneau, F., L'Hinoret, D. and Guyot, L. (1990). Anxiety and food intake in men. *Psychomatic Medicine*, 52 (4), 452-457.
- Braet, C. and Strien, T. V. (1997). Assessment of emotional, externally induced and restrained eating behaviour in nine to twelve-year-old obese and non-obese children. *Behaviour Research and Therapy*, 35 (9), 863-873.
- Büyükekşi, C. ve Çolakoğlu, Ö. M. (2014). Türkiye'de eğitim araştırmalarında kullanılan faktör analizi tekniğinin incelenmesi. *Karaelmas Journal of Educational Sciences*, 2, 158-167.
- Canetti, L., Bachar, E. and Berry, E. M. (2002). Food and emotion. *Behavioural Processes*, 60, 157-164.
- Çapık, C. (2014). Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmalarında Doğrulayıcı Faktör Analizinin Kullanımı. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 17 (3), 196-205.

- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları*. 2. Baskı. Ankara: Pegem Akademi
- De Lauzon-Guillain, B., Basdevant, A., Romon, M., Karlsson, J., Borys, J. M., Charles, M.A. and The FLVS Study Group. Is restrained eating a risk factor for weight gain in a general population?. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 83, 132-138.
- Faydaoğlu, E., Energin, E. ve Sürücüoğlu M. S. (2013). Ankara üniversitesi sağlık bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin kahvaltılık yapma alışkanlıklarının saptanması. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2 (3), 299-311.
- Groesz, L. M., McCoy, S., Carl, J., Saslow, L., Stewart, J., Adler, N., Laraia, B. and Epel, E. (2012). What is eating you? stress and the drive to eat. *Appetite*, 58, 717-721.
- İlhan, M. ve Çetin, B. (2014). LISREL ve AMOS programları kullanılarak gerçekleştirilen yapısal eşitlik modeli (YEM) analizlerine ilişkin sonuçların karşılaştırılması. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 5 (2), 26-42.
- İslamoğlu, H. A. ve Alnaçık, Ü. (2014). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. 4. Baskı. İstanbul: Beta Yayınları.
- Kanten, S. (2012). Kariyer uyum yetenekleri ölçeği: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Yıl: 2012/2, Sayı:16, 191-205.
- Karakuş, S. Ş., Yıldırım, H. ve Büyüköztürk, Ş. (2016). Üç faktörlü yeme ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15 (3), 229-237.
- Korkmaz, N. H. (2010). Uludağ üniversitesi öğrencilerinin spor yapma ve beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23 (2), 399-413.
- Kutlu, R. ve Çivi, S. (2009). Özel bir ilköğretim okulu öğrencilerinde beslenme alışkanlıklarının ve beden kitle indekslerinin değerlendirilmesi. *Fırat Tıp Dergisi*, 14 (1), 18-24.
- Laitinen, J., Ek, E. and Sovio, U. (2000). Stress-related eating and drinking behaviour and body mass index and predictors of this behavior. *Preventive Medicine*, 34, 29-39.
- Macht, M. (1999). Characteristics of eating in anger, fear, sadness and joy. *Appetite*, 33 (1), 129-139.
- Macht, M. (2008). How emotions affect eating: a five way model. *Appetite*, 50 (1), 1-11.
- Macht, M. and Simons, G. (2000). Emotions and eating in everyday life. *Appetite*, 35, 65-71.
- Macht, M., Roth, S. and Ellgring, H. (2002). Chocolate eating in healthy men during experimentally induced sadness and joy. *Appetite*, 39, 147-158.
- Mazıcıoğlu, M. M. ve Öztürk, A. (2003). Üniversite 3 ve 4. sınıf öğrencilerinde beslenme alışkanlıkları ve bunu etkileyen faktörler. *Erciyes Tıp Dergisi*, 25 (4), 172-178.
- Meydan, C. H. ve Şeşen, H. (2015). *Yapısal Eşitlik Modellemesi: Amos Uygulamaları*. (2. Basım). Ankara: Detay Yayıncılık.

- Onur, N., Sarper, F. ve Onur, F. (2017). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki ailelerin sebze-meyve tüketim durumları. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 5 (1), 105-123.
- Oran, N. T., Toz, H., Küçük, T. ve Uçar, V. (2017). Medyanın kadınların beslenme alışkanlıkları, besin seçimi ve tüketimi üzerindeki etkileri. *Life Sciences (NWSALS)*, 12 (1), 1-13.
- Özdoğan, Y., Yardımcı, H., Özçelik, A. Ö. ve Sürücüoğlu, M. S. (2012). Üniversite öğrencilerinin öğün düzenleri. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29, 66-74.
- Özgen, L., Kınacı, B. ve Arlı, M. (2012). Ergenlerin yeme tutum ve davranışları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 45 (1), 229-247.
- Özmen, D., Çetinkaya A. Ç., Ergin, D., Şen, N. ve Erbay, P. D. (2007). Lise öğrencilerinin yeme alışkanlıkları ve beden ağırlığını denetleme davranışları. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6 (2), 98-105.
- Sabbağ, Ç. ve Sürücüoğlu, M. S. (2011). İlköğretim öğrencilerine verilen beslenme eğitiminin beslenme tutum ve davranışlarına etkisinin değerlendirilmesi. *Gıda Teknolojileri Elektronik Dergisi*, 6 (3), 1-13.
- Sağlam, F. ve Yürükçü, S. (1996). Ankara üniversitesi eğitim bilimleri fakültesi yüksekokul öğrencilerinin besin tüketim durumu, beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi düzeylerinin saptanması. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 25 (2), 16-23.
- Seçer, İ. (2015). *Spss ve lisrel ile pratik veri analizi: analiz ve raporlaştırma*. 2.Baskı. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Seven, H. (2013). Yetişkinlerde duygusal yeme davranışının beslenme durumuna etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Şanlıer, N., Konakoğlu, E. ve Güçer, E. (2009). Gençlerin beslenme bilgisi, alışkanlık ve davranışları ile beden kütle indeksleri arasındaki ilişki. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29 (2), 333-352.
- Torres, S. J., Diet, M.N. and, Nawson, C. A. (2007). Relationship between stres,eating behavior and obesity. *Nutrition*, 23, 887-894.
- Turan, T., Ceylan, S. S., Çetinkaya, B. ve Altundağ, S. (2009). Meslek lisesi öğrencilerinin obezite sıklığının ve beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8 (1), 5-12.
- Ulaş, B. ve Genç, M. F. (2010). Malatya asker hastanesinde 2007 yılında görev yapan personelin sağlıklı beslenme konusundaki tutum ve davranışları. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 17 (3), 187-193.
- Ulaş, B., Uncu, F. ve Üner, S. (2013). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinde olası yeme bozukluğu sıklığı ve etkileyen faktörler. *İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2, 15-22.
- Ünalın, D., Öztıp D. B., Elmalı, F., Öztürk, A., Konak, D., Pırlak, B. ve Güneş, D. (2009). Bir grup sağlık yüksekokulu öğrencisinin yeme tutumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 16 (2), 75-81.
- Vançelik, S., Önal, S. G., Güraksın, A. ve Beyhu, E. (2007). Üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi ve alışkanlıkları ile ilişkili faktörler. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6 (4), 242-248.

- Varol, Y. K. (2014). Beden eğitimi sürekli kaygı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *International journal of Human Science*, 11 (1), 221-235.
- Yılmaz, E. ve Özkan, S. (2007). Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 2 (6), 87-104.
- Yılmaz, V. ve Varol, S. (2015). Hazır yazılımlar ile yapısal eşitlik modellemesi: Amos, Eqs, Lisrel. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 44, 28-44
- Yurtseven, E., Eren, F., Vehid, S., Köksal, S., Erginöz, E. ve Erdoğan, M. S. (2014). Beyaz yakalı çalışanların beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Kocatepe Tıp Dergisi*, 15 (1), 20-26.

Extensive Summary

Eating Behavior: An Investigation on Gastronomy and Culinary Arts Pupils

This research has been carried out to determine the eating behavior of the students of the gastronomy and culinary arts pupils. It has been aimed to determine the sub-dimensions affecting the eating behaviors of the individuals, to determine the most effective among the determined dimensions and to find out whether there is a significant difference between the demographic features and the eating behaviors.

The survey of the research consists of two parts. The first part consists of questions about the socio-demographic characteristics of the students who participated in the research. In the second part, the scale has been used which for determining eating behaviors in 2016 by Karakuş, Yıldırım ve Büyüköztürk adopted to Turkish. This scale consists of 21 expressions and 3 dimensions and is a three factor eating scale (TFEQ-Tr-21) applied with four rating of likert scale. The main factor in choosing this scale is its validity and credibility, the language of expression is understandable and adapted to Turkish Cultural.

55.2% of the students who participated in the research consist of men and 44.8% of them are women. 61.2% of the students are 18-20 years old, 32.8% are 21-23 years old, 6% are 24 years old and over. The students who are studying tourism are 7.5% while those who do not receive it are 92.5%. 35.8% of the students participated in the research were in the first class, 31.4% in the second class and 32.8% in the third class. There are no students in the 4th grade. When the answers given in the question of internship in the kitchen section have been examined, 59.7% stated that they do internship while 40.3% didn't do their internship. 67.2% of the research participants stated that they worked in the tourism sector before and 32.8% did not work. It has been determined that 17,9% of the students who participated in the research reside in the goverment dormitory, 41,8% in the private dormitory, 23,9% in the student house and 16,4% reside with their families. When the income situation is examined, 32,8% is determined as 0-400 TL, 43,3% is 401-800 TL and 23,9% is 801-TL.

The scores of the sub-dimensions has been calculated using the scoring formula to determine what type of eating behavior the participants of the research have likely to be. As a result of the calculations, uncontrolled eating

habit has been found to have the highest score. The second highest score is emotional eating habit. According to the scores obtained from the subscales of the scale, gastronomy and culinary arts pupils exhibit uncontrolled eating and emotional eating habits. It is assumed that the main reason for this is that they are distracted from the students' families and have difficulty in eating habits.

Uncontrolled eating habit is defined as eating more than normal. It is thought that the students have exhibited uncontrolled eating behaviors because they consume the products which are called as junk food in order to skip a meal. Emotional eating behavior is defined as continuous eating behavior during the period of emotional changes such as loneliness, new acquaintance process and depression. It is thought that students have exhibited emotional eating behaviors in a new city because of being in a place with new people and a new food culture.

According to the hypothesis tests conducted in the research; in order to determine gender and general eating behavior, uncontrolled eating, emotional eating, and cognitive restraint factors between the relationship and to find the differentiation has been used T test. While there is no significant difference between gender and general eating behavior and uncontrolled eating behavior, there is a significant difference between male and female in emotional eating and cognitive restriction dimensions.

According to the results of the simple linear regression analysis done in the research; it has been detected that emotional eating dimension explain the change in eating behavior scale at the highest level. It has been also found that emotional eating dimension is the dimension that has the greatest effect on eating behavior scale.