



Kubilay Oğraş

Gastronomik Etkinliklere Katılma Motivasyonu

Motivation To Participate In Gastronomic Events

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, kubilayogras1@gmail.com

Öz

Günümüzde gastronomi, yalnızca beslenme ihtiyacını karşılayan bir alan olmaktan çıkarak kültürel etkileşimlerin, sosyal paylaşımların ve deneyim temelli turizmin önemli bir bileşeni hâline gelmiştir. Bu bağlamda gastronomik etkinliklere katılım motivasyonlarının anlaşılması hem bireysel deneyimlerin çözümlemesi hem de etkinlik planlamasında yol gösterici olması açısından önemlidir. Bu çalışma, gastronomik etkinliklere katılan bireylerin motivasyonlarını nitel bir yaklaşımla derinlemesine incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmada, daha önce gastronomik etkinlik deneyimi yaşamış 21 bireyle yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiş ve elde edilen veriler tematik analiz yöntemiyle değerlendirilmiştir. Analiz sonucunda dört ana tema belirlenmiştir: kişisel ve sosyal gelişim, deneyim kalitesi ve organizasyon, yaşam tarzına entegrasyon ve kültürel keşif ve öğrenme. Katılımcılar, gastronomik etkinliklerin yalnızca bir yeme içme deneyimi olmadığını, aynı zamanda yaratıcılığı teşvik eden, sosyal bağları güçlendiren ve kültürel farkındalığı artıran çok yönlü bir etkinlik olarak değerlendirmiştir. Elde edilen bulgular, gastronomi temalı organizasyonların bireysel gelişime katkı sunan, kültürel aktarımı destekleyen ve sosyal etkileşimi artıran yapısıyla önemli bir deneyim alanı olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: , Kültürel Deneyim, Katılım Motivasyonu, Gastronomik Etkinlik

Abstract

Today, gastronomy has transcended its traditional role of meeting nutritional needs and has become a significant component of cultural interaction, social engagement, and experience-based tourism. In this context, understanding individuals' motivations for participating in gastronomic events is essential both for interpreting personal experiences and for guiding effective event design. This study aims to explore the motivations behind individuals participation in gastronomic events through a qualitative research approach. Semi-structured interviews were conducted with 21 individuals who had previously attended such events, and the data were analyzed using thematic analysis. The findings revealed four main themes: personal and social development, experience quality and organization, lifestyle integration, and cultural exploration and learning. Participants emphasized that gastronomic events are not merely about food and drink, but rather multifaceted experiences that foster creativity, strengthen social bonds, and enhance cultural awareness. The results demonstrate that gastronomy-themed events serve as meaningful experiential platforms that contribute to personal growth, support cultural transmission, and promote social interaction.

Keywords: Gastronomic Events, Participation Motivation, Cultural Experience

Giriş

Günümüzde gastronomi, yalnızca bireylerin temel beslenme ihtiyacını karşılayan bir alan olmanın ötesine geçerek, kültürel etkileşimlerin ve deneyim odaklı turizmin önemli bir bileşeni hâline gelmiştir (Chang, 1997'den akt. Şimşek, 2020 s.29). Özellikle gastronomik etkinlikler, bireylerin yerel lezzetlerle tanışmalarına, kültürel mirasla etkileşime geçmelerine ve sosyal deneyim kazanmalarına imkân sağlayan çok boyutlu organizasyonlar olarak öne çıkmaktadır (Küçükökmürler ve Şirvan, 2018 s.79). Son yıllarda bu etkinliklere artan ilgi, katılımcı motivasyonlarının daha derinlemesine anlaşılmasını gerekli kılmaktadır. Literatürde gastronomi festivallerinin turizm, destinasyon imajı ve ekonomik katkılarına dair çeşitli çalışmalar bulunmakla birlikte, bireylerin bu etkinliklere katılım kararlarını şekillendiren içsel ve dışsal motivasyon unsurları henüz yeterince açıklığa kavuşmamıştır. Bu doğrultuda hazırlanan bu çalışma, gastronomik etkinliklere katılım motivasyonlarını nitel bir yaklaşımla incelemeyi amaçlamaktadır

Kavramsal Çerçeve

Dünyaca tanınan üç temel kavram, gastronominin kültürel önemini vurgular: tanınmışlık, özgünlük ve çeşitlilik. Tanınmışlık, yemek yapma ve sunum tekniklerinin diğer kültürler tarafından tanınması ve uygulanmasını ifade eder. Özgünlük, yemeklerin ve sunumlarının tamamen belirli bir ülkenin mutfağına özgü olduğunu belirtir. Çeşitlilik ise, mutfaklarda sunulan yemek çeşitlerinin bolluğunu ve farklılıklarını anlatır (Aktaş ve Özdemir, 2005 'den akt. Hatipoğlu, 2014, s.1). Bir destinasyona ait yiyecek ve içecekler, sadece turistik ürünlerin bir parçası olmakla kalmaz, aynı zamanda tek başına bir çekicilik unsuru da oluşturabilir (Eren, 2016, s.25). Gastronomiyi tam anlamıyla tanımlamak kolay değildir. Nitekim, gastronomiye dair tanım yapmaya çalışan birçok yazarın ortak noktası, bu kavramın kapsamının geniş olması nedeniyle tanımların çoğu zaman eksik kalmasıdır. Gastronomi, temelinde yeme-içme zevkini barındıran ve insan merkezli bir alan olarak değerlendirilir. Gastronomik değerler ise kültürel, coğrafi ve sosyal beslenme faktörleri gibi birçok unsura dayanır (Gillespie & Cousins, 2001, s.2).

Etkinlik Kavramı

Etkinlik, bir örgütün belirlenen amaç ve stratejik hedeflerine ulaşma sürecinde gerçekleştirdiği faaliyetlerin sonucunu ölçen bir performans boyutudur. Etkinlik, hedeflere ne ölçüde ulaşıldığını değerlendirirken, aynı zamanda planlanan etki ile gerçekleşen etki arasındaki ilişkiyi de ortaya koyar (Arslan, 2002, s.4). Yeni milenyumun yılbaşı kutlamaları, etkinliklerin artan sayısını ve televizyonun büyük organizasyonları küresel izleyicilere ulaştırma gücünü gözler önüne sermiştir (Getz, 1991, s.4). Yiyecek kültürünü sadece günlük bir ihtiyaç olmaktan çıkararak toplumsal kimliğin bir parçası hâline getirir. Bu bağlamda, yemekle ilgili düzenlenen çeşitli etkinlikler de kültürel aktarım ve toplumsal etkileşim açısından önemli bir yere sahiptir.

Gastronomi Etkinlikleri

Gastronomi festivalleri, hasat, olgunlaşma, toplama gibi alana özgü tüketim dönemlerinde gerçekleşir. Ayrıca yerel yiyecek ve içeceklerle ilgili olarak da gerçekleştirilir. (Solunoglu & Orgun, 2024 s.467). Gastronomi Etkinlikleri, kırsal alanlarda sürdürülebilirliği artırmak, sosyal ve ekonomik olarak katkıda bulunmak için bir araç olarak kullanılır (Dredge & Whitford, 2011, s. 487). Festivaller, bireylerin geçmişten getirdikleri kültürel alışkanlıkları günümüzle harmanlayarak, sınırlı zaman ve mekânda keyifli vakit geçirme, sosyalleşme ve eğlenme imkânı sunan etkinliklerdir (Atak, 2009'dan akt. Çavuş ve Gürgah, 2022, s13). Gastronomi festivalleri, bireyin yemeğe ve gastronomiye olan tutkusunu ifade etmesi açısından oldukça önemlidir (Büyükşalvarcı & Akkaya, 2018, s.454). Bu tutkuyu besleyen en önemli unsurlardan biri ise bireyleri bu tür etkinliklere katılmaya yönelten motivasyonlardır.

Motivasyon, bireylerin belirli bir hedef doğrultusunda davranış sergilemesini sağlayan ve bu süreçte gerekli isteği ve enerjiyi ortaya çıkaran psikolojik bir dinamik olarak değerlendirilmektedir (Güney, 2013, s.353). Motivasyon, insanların hedeflerine ulaşmak için içsel istek ve arzularıyla hareket etmelerini sağlayan bir süreçtir. İşletme bağlamında motivasyon hem organizasyonun hem de çalışanların beklentilerini karşılayan bir ortam oluşturulması ve bireyin hedeflenen davranışı sergilemeye istekli hale getirilmesi sürecidir. Bu süreç, ruhsal, bedensel ve zihinsel güçlerin işletme amaçlarına yönlendirilmesini içerir (Berkman v.d., 2007'den akt. Ünsar, İnan ve Yürük, 2010, s.254). Gastronomi alanında motivasyon, şeflerin ve gastronomi meraklılarının yaratıcı süreçlere katılımını artırarak yeni tarifler geliştirmeye ve kültürel bağlar kurmaya teşvik eder. Bu hem bireysel tatmini hem de gastronomi sektörünün başarısını artırır. Bu alanda bazı motivasyon teorileri vardır. Bu teorileri kapsam ve süreç teorileri olarak iki temel başlıkta incelenebilir (Ulukuş, 2024, s.249). Bireylerin güdülenme düzeyi ile işten duydukları memnuniyeti ele alan yaklaşımlar genellikle kapsam kuramları içerisinde değerlendirilir (Tütüncü ve Küçükusta, 2008, s.7-8). Süreç teorisi

ise bireylerin öğrenme süreçlerini ve deneyimler yoluyla edindikleri bilgi birikimini piyasa dinamiklerine dahil etmektedir (Oğuz, 2005, s.256).

Literatür Taraması

Akturfan ve Şen (2023) tarafından yapılan bu araştırmanın amacı gastronomi festivallerini ve gastronomi etkinliklerini tespit etmektir. İkincil veri toplama akademik çalışmalardan, sivil toplum Örgütlerinden ve bakanlık verilerini içeren ikincil kaynaklar bulunmaktadır. Dünyada gerçekleştirilen gastronomi temalı etkinlikler bölgelere ekonomik katkı sağladığı ve çekim unsuru olduğu sonucuna varılmıştır.

Solunoğlu ve Örgün (2024) tarafından yapılan çalışmada. Türkiye'deki gastronomi festivallerinin etkinlik turizmi bağlamındaki önemini vurgulamak ve mevcut durumlarını incelemek amaçlanmıştır. Araştırmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama yöntemi olarak ise doküman analizi yapılmıştır. Gastronomi festivalleri, Türkiye'nin mutfak kültürünün tanıtımında etkili olurken, aynı zamanda ekonomik ve kültürel katkılar sağlamakta; ülkenin turistik imajını güçlendirerek kültürel diplomasi alanında da önemli bir rol üstlenmektedir sonucuna varılmıştır.

Büyükşalvarcı ve Akkaya (2018) tarafından yapılan çalışmada. Gastronomi festivallerinin etkinlik turizmi içindeki rolünü değerlendirmek ve Türkiye'deki uygulamalarını incelemek amaçlanmıştır. Nitel araştırma yöntemlerinden görüşme tekniği kullanılmış olup, her bir katılımcıya 4 açık uçlu soru yöneltilmiştir. Araştırma kapsamında 23 bireyle görüşme gerçekleştirilmiştir. Farklı beslenme alışkanlıklarına sahip olan bireylerin alternatif yiyecek-içecek deneyimini yaşamak, boş zamanlarını değerlendirmek/eğlenmek ve farklı bölgelerin yemeklerini tatmak için gastronomi festivallerine katıldıkları anlaşılmıştır.

Guzman ve arkadaşları (2017) tarafından yapılan bu çalışmanın amacı, Guayaquil, Ekvador'daki bir gastronomi festivalini ziyaret eden turistlerin, gastronomiye ilişkin algılarına göre segmentasyonunu yapmaktır. Bu çalışmada tek faktörlü ANOVA analizi gerçekleştirilmiş olup, araştırma nicel yöntemle yürütülmüştür. Festivale katılan 200 turist katılmıştır. Gastronominin, turistik destinasyonları güçlendirme potansiyeline sahip olduğu ve seyahate çıkan bireylerin destinasyondan daha fazla tatmin ve istek duymalarına katkı sağladığı anlaşılmıştır.

Özbay ve Semint (2020) tarafından yapılan çalışmada, 11. Uluslararası Pışmaniye Festivali'ne katılan bireylerin festival deneyimlerinin ve görüşlerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmada nitel araştırma yöntemi kullanılmış ve festivale katılan 49 kişiyle görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların %70'i festivalin fiziki donanımını yeterli bulmuş, %94'ü ise festivali başkalarına tavsiye edeceğini belirtmiştir. Tavsiye nedenleri arasında ilk sırada eğlence yer alırken, bunu şehirlerini ve yöresel lezzetlerini tanıtmaya motivasyonu takip etmiştir.

Bekar ve Sürücü (2017) tarafından yapılan bu çalışmanın amacı, gastronomi festivallerinin destinasyon imajı üzerindeki etkilerini ve katılımcıların destinasyonu tekrar ziyaret etme niyetlerini incelemektir. Çalışmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. 200 gönüllü katılımcı anket doldurmuştur. Veriler anket formu aracılığıyla toplanmıştır. Analiz sürecinde faktör analizi, yüzde değerleri, aritmetik ortalama, standart sapma ve çoklu regresyon modeli uygulanmıştır. Destinasyonu tekrar ziyaret etme niyeti ile olumlu bir ilişki bulunduğu sonucuna varılmıştır.

Akçay ve Yavuz (2023) tarafından yapılan bu çalışmada Türkiye'deki gastronomi etkinliklerinin mevcut durumu ve şeflerin bu konu hakkındaki görüşlerini tespit etmektir. Farklı gastronomik etkinliklerde katılım göstermiş olan 17 şef ile görüşme tekniği kullanılarak nitel araştırma yapılmıştır. Türkiye'de yapılan gastronomik etkinliklerin işleyişinde bazı eksikliklerin bulunduğu sonucuna varılmıştır.

Çakmak (2023) tarafından yapılan bu çalışmada, bireylerin gastronomi festivallerine katılım amaçlarını, motivasyonlarını, memnuniyetlerini ve demografik farklılıkları belirlemeyi amaçlamaktadır. Araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak anket formu kullanılmış ve toplamda 1078 anket toplanmıştır. Bireylerin katılım amaçlarının, motivasyonu etkilediği ve bu motivasyonun sonucunda memnuniyet üzerinde olumlu bir etkisi olduğu anlaşılmıştır.

Sancak (2023) tarafından yapılan bu çalışmada Didim Vegan Festivali'nin, veganların yeme alışkanlıklarına hitap eden sosyo-kültürel, ekonomik ve çevresel etkilerini araştırmak amacıyla yapılan bu çalışmada, festivalin katılımcılar üzerindeki etkileri incelenmiştir. Bu araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmış ve veri toplama aracı olarak anket formu uygulanmıştır. Araştırma, 398 kişi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Vegan turistler, yerel halka kıyasla festivali daha olumlu algılamaktadır. Ayrıca, 25 yaş ve altı katılımcılar festivale daha olumlu yaklaşırken, yöresel yemek ve vegan yiyecek tadan katılımcılar festival hakkında daha pozitif görüşler bildirmiştir.

Cordova vd., (2021) tarafından yapılan bu çalışmada Peru'nun Puno kentinde düzenlenen "Virgen de la Candelaria" festivali sırasında şehri ziyaret eden turistlerin gastronomiyle ilgili deneyimlerini analiz etmeyi amaçlamaktadır. Özellikle turistlerin gastronomi temelli motivasyonlarını ve tatmin düzeylerini, gastronomik ilgilerine göre segmente ederek değerlendirmektedir. Bu araştırmada Nicel araştırma yöntemi uygulanmıştır. Araştırma 600 turist üzerinde gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar gastronomi ilgisine göre üç gruba ayrılmıştır: Survivors: Gastronomiye düşük ilgi, Enjoys: Orta düzeyde ilgi, Experiencers: Yüksek düzeyde ilgi En yüksek tatmin düzeyi experiencers grubunda gözlemlenmiştir. En güçlü gastronomik motivasyonlar: Kültürel deneyim ve interpersonal ilişkiler Gastronomik ilginin tatmin ve destinasyon seçimi üzerinde anlamlı etkileri olduğu bulunmuştur.

Keskin, vd., (2024) tarafından yapılan bu araştırma, gastronomi festivallerinde deneyimlenen hizmet kalitesi, unutulmaz yeme deneyimi, sadakat, davranışsal niyet ve psikolojik iyi oluş (hedonik ve eudaimonik) gibi faktörler arasındaki ilişkileri analiz etmeyi amaçlamaktadır. Festival deneyiminin katılımcıların gelecekteki davranışsal eğilimleri üzerindeki etkileri irdelenmiştir. Araştırma yöntemi olarak nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. 545 yerli turist üzerinde uygulanmıştır. Festival kalitesi, unutulmaz yemek deneyiminin tüm alt boyutlarını (üstün hizmet, lezzetli yemek, fiziksel ortam, yüksek algılanan değer) olumlu etkilemiştir.

Sandybayev (2018) tarafından yapılan bu araştırma Abu Dhabi Food Festival örneğinde, sokak yemekleri temalı gastronomi festivallerinin ziyaretçilerin duygusal tepkileri ve memnuniyet düzeyleri üzerindeki etkilerini incelemektedir. Ayrıca, bu duygusal ve memnuniyet temelli faktörlerin turistlerin davranışsal niyetleri üzerindeki etkisi analiz edilmiştir. Nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. 320 kişi ile anket yapılmıştır. Festivalin atmosferi, eğlence ve duygusal deneyim, turistlerin etkinliğe olan bağlılığını artırmakta ve gelecekteki katılım niyetlerini güçlendirmektedir. Literatürde yer alan bu çalışmalar doğrultusunda, araştırmanın yöntemi aşağıda açıklanmıştır.

Yöntem

Araştırma Yöntemi ve Deseni

Bu çalışma, bireylerin gastronomik etkinliklere katılım motivasyonlarını derinlemesine anlamayı amaçlayan nitel bir araştırmadır. Araştırmada, katılımcıların deneyimlerine ve bu deneyimlere yükledikleri anlamlara odaklanmak amacıyla olgu bilim (fenomenoloji) deseni benimsenmiştir. Fenomenolojik desen, belirli bir olguya ilişkin bireysel farkındalık, algı ve anlamlandırmaları açığa çıkarmak için uygun bir yaklaşım sunmaktadır (Yıldırım & Şimşek, 2016). Gastronomik etkinliklere katılım gibi çok boyutlu ve öznel bir olguyu anlamaya yönelik olarak bu desen tercih edilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, daha önce en az bir kez gastronomik etkinliğe katılmış bireyler oluşturmaktadır. Katılımcı seçiminde temel ölçüt, bireylerin geçmişte gastronomik bir etkinlikte doğrudan deneyim yaşamış olmalarıdır. Araştırmanın çalışma grubunu, daha önce en az bir kez gastronomik etkinliğe katılmış 21 birey oluşturmaktadır. Katılımcı sayısı, veri doygunluğuna ulaşılması esas alınarak belirlenmiştir. Görüşmeler sırasında, yeni veri üretiminin durduğu ve tekrarların başladığı noktada veri toplama süreci sonlandırılmıştır. Veri toplama sürecinde yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Bu form, gastronomik etkinliklere katılım nedenleri, deneyim süreçleri, tatmin düzeyleri ve kişisel yansımalar gibi temalara odaklanan açık uçlu sorular içermektedir (Yıldırım & Şimşek, 2016; Patton, 2002). Görüşme formunda yer alan açık uçlu sorular, tüm katılımcılara aynı sırayla yöneltilmiş, ancak katılımcıların cevaplarında serbest ifadelerine olanak tanınmıştır. Görüşme sürecinde formdaki sorulara bağlı kalınmış, ancak veri üretimi açısından açıklayıcı ve derinleştirici yanıtlar alınması amaçlanmıştır. Görüşmeler, çoğunlukla yüz yüze veya çevrim içi sesli görüşmeler şeklinde gerçekleştirilmiş olup, her biri yaklaşık 15-20 dakika sürmektedir. Katılımcılardan araştırma hakkında bilgilendirme yapıldıktan sonra sözlü onam alınmış ve görüşmeler ses kaydı ile kaydedilmiştir. Tüm görüşmeler araştırmacı tarafından yürütülmektedir. Görüşmeler tamamlandıktan sonra elde edilen ses kayıtları yazılı metne dönüştürülerek analiz edilmiştir. Verilerin analizi sürecinde tematik analiz yöntemi kullanılmıştır. Bu analiz yöntemi, verilerdeki tekrar eden temaları belirlemeye ve bu temalar doğrultusunda motivasyon unsurlarını sınıflandırmaya olanak tanımaktadır (Braun & Clarke, 2006). Kodlama sürecinde MAXQDA yazılımı aracılığıyla analiz yapılmıştır.

Bulgular

Araştırma kapsamında elde edilen veriler, gastronomik etkinliklere katılan bireylerin deneyimlerini ve katılım motivasyonlarını farklı boyutlarıyla ortaya koymaktadır. Katılımcıların anlatımlarında, gastronomik etkinliklerin yalnızca yeme içme eyleminden ibaret olmadığını, aynı zamanda sosyal bağ kurma, kültürel keşif, estetik tatmin ve kişisel gelişim gibi çok yönlü deneyimler sunduğu gözlemlenmiştir. MAXQDA programı aracılığıyla yapılan içerik

Katılımcıların bu alt temalarla ilgili bazı cevaplarının betimsel analizi;

K5

Özgüven ve yaratıcılık alt teması

"Artık pasta yaparken daha cesur davranıyorum. Evde "bugün değişik bir şey yapalım mı?" diyerek yeni tarifler denemeye başladık."

K6

"Çocuklarımla benzer deneyimler yaşayan annelerle sohbet etmek benim için değerli."

Ebeveyn-Çocuk Bağını Güçlendirme, Sosyalleşme ve Paylaşım

2. Deneyim Kalitesi ve Organizasyon (Toplam: 20 Kod)

- 2.1 Malzeme ve Ortam Kalitesi (6)
- 2.2 Çocuklarda Yaratıcılık ve Özgüven (3)
- 2.3 Görsel Estetik ve Sunum (11)

Bu temada katılımcılar, etkinliğin genel kalitesine ilişkin değerlendirmeler yapmıştır. "Malzeme ve Ortam Kalitesi" alt temasında kullanılan ürünlerin niteliği, hijyen, mekân düzeni ve ortam atmosferi öne çıkmıştır. "Çocuklarda Yaratıcılık ve Özgüven" alt temasında çocukların aktif katılım sağlayarak hem özgüven kazandıkları hem de mutfakta yaratıcı davranışlar geliştirdikleri belirtilmiştir. "Görsel Estetik ve Sunum" alt temasında ise özellikle ürünlerin estetik sunumu ve sosyal medya üzerinden paylaşılabilişliği dikkat çekmiştir.

Katılımcıların bu alt temalarla ilgili bazı cevaplarının betimsel analizi;

K5

"Ayrıca açık hava mutfak atölyeleri, bahçede pasta yapma gibi konseptler"

Malzeme ve Ortam Kalitesi

K7

"Acaba kızımın hayal gücünü tetikleyebilir miyiz?" diye düşündüm."

Çocuklarda Yaratıcılık ve Özgüven

K12

"Etkinliğin sosyal medya sayfasındaki görseller çok profesyonel ve samimiydi."

Görsel Estetik ve Sunum

3. Yaşam Tarzına Entegrasyon (Toplam: 29 Kod)

- 3.1 Düzenli Katılım Alışkanlığı (11)
- 3.2 Evde Uygulama ve Yaratıcılık (5)
- 3.3 Sağlıklı ve Bilinçli Beslenme (13)

Bu tema altında, gastronomik etkinliklerin bireylerin yaşam tarzlarına olan etkileri değerlendirilmiştir. "Düzenli Katılım Alışkanlığı" alt temasında etkinliklerin bir rutin haline gelmeye başladığı ve katılımcıların bu tür organizasyonları takip ettiği görülmektedir. "Evde Uygulama ve Yaratıcılık" alt temasında ise öğrenilen tekniklerin ev ortamında uygulanması ve özellikle çocuklarla birlikte mutfakta yaratıcı etkinlikler yapılması öne çıkmaktadır. "Sağlıklı ve Bilinçli Beslenme" alt temasında ise katkısız, doğal ve besleyici içeriklere yönelim ile beslenme farkındalığında artış gözlemlenmiştir.

Katılımcıların bu alt temalarla ilgili bazı cevaplarının betimsel analizi;

K17

"Daha sık katılmaya başladığım için artık daha seçici davranıyorum; etkinliğin içeriğinin derinliğine, eğitmenin uzmanlığına ve kullanılan malzemelerin kalitesine daha çok dikkat ediyorum."

Düzenli Katılım Alışkanlığı , malzeme ve ortam kalitesi

K18

"Evde pratik ve lezzetli şeyler yapabilmek benim için önemli.....Pasta atölyesi evde misafir ağırlarken çok işime yaradı,.....suşi ise dışarıda yediğimde çok para ödediğim bir şeyi evde yapabilme imkanı sundu."

Evde Uygulama ve Yaratıcılık

"Şimdi oğlumla birlikte "ev yapımı" pasta tarifleri deniyoruz. Şeker oranını kendimize göre ayarlıyoruz."

Sağlıklı ve Bilinçli Beslenme

4. Kültürel Keşif ve Öğrenme (Toplam: 28 Kod)

- 4.1 Kültürel Farkındalık (13)
- 4.2 Yeni Beceriler ve Teknikler Öğrenme (2)
- 4.3 Damak Zevkinin Genişlemesi (13)

Katılımcılar, gastronomik etkinlikler aracılığıyla farklı mutfaklara ve kültürlere dair farkındalık kazandıklarını ifade etmiştir. "Kültürel Farkındalık" alt temasında farklı yöresel ya da uluslararası mutfaklara ait tariflerin uygulanması sayesinde kültürlerarası öğrenmenin teşvik edildiği görülmektedir. "Yeni Beceriler ve Teknikler Öğrenme" alt temasında ise temel mutfak becerilerinin geliştirilmesi, yeni pişirme tekniklerinin öğrenilmesi gibi kazanımlar dile getirilmiştir. "Damak Zevkinin Genişlemesi" alt temasında ise daha önce deneyimlenmeyen lezzetlere açık olma, yeni tatlara karşı ilgi geliştirme gibi duysal ve estetik yönelimler ön plana çıkmıştır. Katılımcıların bu alt temalarla ilgili bazı cevaplarının betimsel analizi;

K20

"Bu da kültürel bir dönüşüm bence, tüketici olmaktan üretici olmaya geçiyoruz."

Kültürel Farkındalık

K4

"Çilek ve limon karışımı gibi yeni tatlar keşfettik."

Damak Zevkinin Genişlemesi

K14

"Hangi kremaların daha iyi tuttuğunu, şeker hamurunun nasıl açıldığını öğrendim."

Yeni Beceriler ve Teknikler Öğrenme

Bu analiz sonuçları doğrultusunda, gastronomik etkinliklerin sadece eğlenceli bir aktivite değil, aynı zamanda bireysel gelişim, kültürel farkındalık ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarına katkı sağlayan çok yönlü bir deneyim sunduğu ortaya konulmuştur.



Şekil 2. Ana ve Alt Tema Kod Bulutu Analizi

Yukarıda şekil 2’de verilen ana ve alt tema kod bulutu analizinde, katılımcı görüşlerine dayanan ana ve alt tema kavramların sıklığı ve vurgusunu görsel olarak temsil eden bir kod bulutu analizidir. Kod bulutunda yer alan ifadeler, analiz sürecinde geliştirilen ana temalar ile bunlara bağlı alt temaların yoğunluğunu yansıtmaktadır. Görselde yer alan kavramların büyüklükleri, katılımcıların söylemlerinde ne düzeyde tekrarlandıklarını ve hangi kavramların daha merkezi bir yer tuttuğunu betimlemektedir. Örneğin, “Kültürel Keşif ve Öğrenme”, gastronomik etkinlikler aracılığıyla edinilen kültürel bilgiler ve farklı mutfaklara dair farkındalıkların sıklıkla vurgulanması nedeniyle görselde baskın olarak yer almaktadır. Bununla birlikte, bu ana temanın alt kavramları olan “Kültürel Farkındalık”, “Görsel Estetik ve Sunum” veya “Yeni Beceriler ve Teknikler Öğrenme” gibi ifadeler de kod bulutunda yer almakta ve tematik ayrışmayı daha detaylı biçimde göstermektedir. Elde edilen bulguların tematik çeşitliliğini nitel bir özet olarak sunmaktadır. Kod bulutunun oluşturulmasında kullanılan kavramlar, çalışmanın kodlama şeması doğrultusunda oluşturulmuştur.

SONUÇ

Bu araştırma, gastronomik etkinliklere katılan bireylerin motivasyonlarını çok boyutlu bir perspektifle ele alarak, katılım nedenlerinin yalnızca beslenme veya eğlenceyle sınırlı olmadığını, kültürel, sosyal, duygusal ve estetik yönleri de içeren zengin bir deneyim alanına işaret ettiğini ortaya koymuştur. Nitel araştırma desenine uygun olarak elde edilen bulgular, gastronomik etkinliklerin bireylerin yaşamlarına farklı düzeylerde dokunduğunu göstermektedir. Katılımcıların ifadeleri, gastronomik etkinliklerin sadece tüketim amaçlı bir eylem değil, aynı zamanda kişisel gelişim, sosyal bağ kurma, kültürel öğrenme ve yaratıcı ifade alanı sunduğunu göstermektedir. Araştırmada elde edilen tematik bulgulara göre bireylerin bu etkinliklere katılımında dört ana boyut ön plana çıkmaktadır: kişisel ve sosyal gelişim, deneyim kalitesi ve organizasyon, yaşam tarzına entegrasyon ve kültürel keşif ve öğrenme. Katılımcılar, özgüven kazandıklarını, çocuklarıyla birlikte yaratıcı ve öğretici etkinlikler gerçekleştirdiklerini ve benzer ilgi alanlarına sahip bireylerle etkileşim kurma fırsatı bulduklarını belirtmişlerdir. Özellikle ebeveyn-çocuk ilişkilerinde bu tür etkinliklerin ortak üretim ve paylaşım zemininde ilişkileri güçlendirdiği görülmüştür. Ayrıca, etkinliklerin sağladığı görsel estetik ve sosyal medya üzerinden paylaşılabirlik gibi unsurlar, bireylerin estetik beklentilerini karşılamaının yanı sıra sosyal görünürlüğe de katkı sağlamaktadır. Bir diğer önemli bulgu, gastronomik etkinliklerin bireylerin günlük yaşam pratiklerine entegre edilebilmesi ve öğrenilen bilgi ve becerilerin ev ortamına taşınabilir olmasıdır. Katılımcıların evde uygulanabilir tarifler edinmeleri, sağlıklı beslenme farkındalığının artması ve etkinliklerin yaşam rutini içinde yer edinmesi, bu organizasyonların sürdürülebilirliğine dair önemli ipuçları sunmaktadır. Ayrıca kültürel çeşitlilikle tanışma, yeni tatlar keşfetme ve geleneksel mutfaklara dair farkındalık geliştirme gibi çıktılar, bu etkinliklerin sadece bireysel düzeyde değil, kültürel aktarım ve korunma bağlamında da işlevsel olduğunu göstermektedir. Bu çalışmanın sonuçları, gastronomi turizmi literatüründe yer alan birçok kuramsal çerçeveye uyumluluk göstermekte, özellikle motivasyon teorileri kapsamında bireylerin içsel güdülenmelerine dair nitel veriler sunmaktadır. Ayrıca araştırma bulguları, gastronomi festivallerinin sadece destinasyon tanıtımı veya ekonomik katkı amacıyla değil aynı, zamanda bireylerin psikolojik ve kültürel doyumlarını sağlayacak biçimde tasarlanmasının önemine işaret etmektedir. Sonuç olarak, gastronomik etkinlikler bireyler için hem bilişsel hem de duyuşsal düzeyde zenginleştirici bir deneyim sunmakta. Öğrenme, paylaşma, keşfetme ve estetik tatmin gibi farklı ihtiyaçlara yanıt vermektedir. Bu bağlamda, benzer etkinliklerin planlanmasında katılımcı motivasyonlarını merkeze alan ve deneyim çeşitliliğini artırmayı hedefleyen bütüncül yaklaşımların benimsenmesi önerilmektedir. Gelecekte yapılacak araştırmalarda, farklı demografik grupların motivasyonlarını karşılaştırmalı olarak ele almak ve uzun vadeli katılım davranışlarını izlemek, gastronomi turizmi alanına daha derinlikli katkılar sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Akçay, S. Z., & Yavuz, G. (2023). *Türkiye’deki şeflerin bakış açısıyla gastronomi etkinliklerinin değerlendirilmesi*. Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi, 20(3), 368-388.
- Akturfan, M., & Şen, A. (2023). Rekreasyon turizmi bağlamında gastronomi temalı festivaller. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 13(1), 230-244.

- Arslan, A. (2002). Kamu harcamalarında verimlilik, etkinlik ve denetim. *Maliye dergisi*, 140(2), 1-14.
- Bekar, A., Kocatürk, E., & Sürücü, Ç. (2017). *Gastronomi festivallerinin algılanan destinasyon imajına ve tekrar ziyaret etme niyetine etkisi: Fethiye Yeşilüzümlü ve yöresi kuzugöbeği mantar festivali örneği*. *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*, 5(Special Issue 2), 28-36.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Büyükşalvarcı, A., & Akkaya, R. A. A. (2018). The evaluation of gastronomy festivals as events tourism. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 67(6), 452–467.
- Güney, S. (2013). Davranış bilimleri. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Cordova-Buiza, F., Gabriel-Campos, E., Castaño-Prieto, L., & García-García, L. (2021). *The gastronomic experience: motivation and satisfaction of the gastronomic tourist—the case of Puno city (Peru)*. *Sustainability*, 13(16), 9170
- Çakmak, M. (2023). *Gastronomi festivallerine katılım amacı, motivasyon ve memnuniyet ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi
- Çavuş, A., & Gürgah, A. (2022). Etkinlik turizmi kapsamındaki festivallerin yerel halk üzerindeki olumsuz etkilerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma: Uluslararası Silifke Müzik ve Folklor Festivali örneği. *Journal of Silk Road Tourism Research*, 2(1), 12–23.
- Dredge, D., & Whitford, M. (2013). Event tourism governance and the public sphere. In *Tourism Governance* (pp. 69-89). Routledge
- Eren, R. (2016). Türkiye'nin gastronomi imajı, ziyaretçilerin bilgi kaynakları ve harcamaları. *Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.
- Elshaer, I. A., Azazz, A. M. S., & Hammad, R. (2023). The impact of street and food festivals in gastronomic tourism through visitor's emotions and satisfaction: A case of Abu Dhabi food festival. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2376.

- Getz, D. (1991). *Festivals, special events, and tourism* (p. 374pp).
- Gillespie, C., & Cousins, J. (2001). *European gastronomy into the 21st century*. Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9780080494845>
- Hatipoğlu, A. (2014). *Osmanlı saray mutfağı'nın gastronomi turizmi çerçevesinde incelenmesi* (Doctoral dissertation, Sakarya Üniversitesi (Turkey)).
- Keskin, Emrah, et al. "How do gastronomic festivals trigger behavioral intentions? The role of hedonic and eudaimonic well-being." *Journal of Hospitality and Tourism Insights* 7.2 (2024): 986-1009.
- Küçükkömürler, S., Şırvan, N. B., & Sezgin, A. C. (2018). Dünyada ve Türkiye'de gastronomi turizmi. *Uluslararası Turizm Ekonomi ve İşletme Bilimleri Dergisi*, 2(2), 78–85.
- López-Guzmán, T., Uribe Lotero, C. P., Pérez Gálvez, J. C., & Ríos Rivera, I. (2017). *Gastronomic festivals: Attitude, motivation and satisfaction of the tourist*. *British Food Journal*, 119(2), 267-283
- Oğuz, F. (2005). Bilgi, regülasyon ve rekabet: Bir piyasa süreci yaklaşımı. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 6(2), 253–267.
- Özbay, G., & Semint, S. (2020). *Gastronomi temalı festivallerde katılımcı deneyimi üzerine bir araştırma: Uluslararası Pişmaniye Festivali örneği*. Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (38), 315-341.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3rd ed.). Sage Publications.
- Sancak, B. (2023). *Gastronomi turizmi kapsamında Didim Vegan Festivali etkilerinin incelenmesi: Katılımcıların algıları üzerine bir araştırma* (Yüksek lisans tezi, İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, Türkiye).
- Solunoglu, A., & Orgun, E. (2024). Gastronomy festivals in the development of event tourism and the current situation in Turkey. *Worldwide Hospitality and Tourism Themes*, 16(4), 464-473.
- Şimşek, A. (2020). Ziyaretçilerin gastronomik faaliyetlere katılım niyetlerinin belirlenmesi: Erzurum örneği. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(3), 28–43.

- Tütüncü, Ö. ve Küçükusta, D. (2008). Organizasyonlarda Bireyler: Tutum, Ulukuş, K. S. (2024). Motivasyon teorileri ve lider yöneticilik unsurlarının bireylerin motivasyonuna etkisi. *The Journal of Academic Social Science*, 25(25), 247–262.
- Ünsar, A. S., İnan, A., & Yürük, P. (2010). Çalışma hayatında motivasyon ve kişiyi motive eden faktörler: Bir alan araştırması. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(1), 248–262
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2016). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Etik Beyan

“Gastronomik Etkinliklere Katılma Motivasyonu” başlıklı çalışmanın yazım sürecinde bilimsel kurallara, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir.



Betül TABAN

Beyond the Chef: An Examination of Leadership Types in the Field of Gastronomy

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, betuultaban@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0000-0498-8261>

Abstract

Leadership should be considered a multi-layered and dynamic concept that goes beyond organizational management functions, encompassing historical, cultural, and ethical dimensions. In the gastronomy sector in particular, the understanding of leadership has evolved from traditional authoritarian models to transformative, interactive, servant, and authentic leadership approaches. In this study, leadership theories and their applications in the gastronomy field have been systematically examined within a theoretical framework. The findings reveal that the leader's communication style, visionary approach, and ethical stance have a decisive impact on performance indicators such as team commitment, creativity, job satisfaction, and operational success. Additionally, it emphasizes that current factors such as digitalization and sustainability shape leadership practices and that inclusive, multidimensional leadership approaches in gastronomy contribute to organizational success and employee satisfaction. The study makes significant contributions to the literature by explaining the effects of leadership behaviors on the culinary sector, both from a theoretical perspective and in practice.

Keywords: *Gastronomy, Gastronomy sector, Leadership approaches, Types of Leadership*

Introduction

Gastronomy, which encompasses everything related to human nutrition, aims to produce the best dishes by managing everyone who researches, procures, and prepares food within strict rules (Brillat-Savarin, 1854, p. 76). Based on this foundation, food culture, which has evolved and developed throughout history, has undergone significant and profound changes from the 16th century to the present day. It is said that the culinary field has also developed technologically, socially, politically, philosophically, and artistically in accordance with changing world conditions (Aksoy and Üner, 2016, p. 3).

In particular, with the industrialization process, which saw the most significant developments, certain rules have emerged in areas such as cooking techniques and work organization in kitchens, which have been passed down to the present day and are still in use. During this period, Escoffier introduced innovations to the kitchen, including new stoves, ovens, and cooling methods, as well as developing the hierarchical order among kitchen staff (Beaugé, 2012, p. 8; Ganter, 2004, p. 446).

Escoffier, who laid the foundations of the modern kitchen concept, not only introduced new techniques but also pioneered professional kitchen leadership by establishing a hierarchy that ensured discipline in the kitchen (Trubek, 2000). In light of these developments, the concept of leadership in the field of gastronomy has gained importance. Especially considering the complexity and fast-paced nature of kitchen organizations, the presence of an effective leader is crucial for ensuring internal coordination and a balanced distribution of tasks.

This study aims to examine the historical evolution of leadership theories from a conceptual perspective and to evaluate the effects of these transformations on the field of gastronomy within a theoretical framework. The research involved a comprehensive literature review, and leadership theories and their applications in the field of gastronomy were analyzed from a theoretical perspective. This conceptual study aims to establish a theoretical framework by examining the different dimensions of the relationship between leadership and gastronomy based on existing academic sources.

Overview of Leadership Theories

Classical Leadership Theories

Leadership approaches have been classified within various periods over time. First, the period from the 1800s to the mid-1940s is considered the trait approach period. Subsequently, the period from the mid-1940s to the early 1970s is considered the behavioral approach period. Finally, from the 1960s to the present day, situational approaches to leadership have come to the fore (Bayram, 2013; Benmira and Agboola, 2021; Navahandi, 2015).

Trait Theory

One of the oldest theoretical approaches to leadership, the trait approach, attempts to explain leadership through the innate qualities of the individual. According to this understanding, a person's acceptance as a leader and ability to manage a community is explained by their distinct physical and personal characteristics (Beydilli et al., 2025, p. 56). Within this approach, the individual qualities, abilities, and value judgments of the leader come to the fore (Yukl, 2013, p. 135). The individual qualities of leaders, such as personality, motivation, values, and skills, have been taken as a basis, and leadership has been considered to be directly related to these characteristics (Yukl, 2013, p. 12).

The trait approach is theoretically simpler than other approaches because it focuses solely on the leader; however, it is limited in that it does not take into account followers or the circumstances in which they find themselves (Northouse, 2013, pp. 29-30). The prevailing belief about leadership during this period was that some individuals were born with leadership traits and that these qualities determined leadership independently of context (Navahandi, 2015, pp. 87-88). However, numerous studies conducted in the 1930s and 1940s produced inconsistent results regarding whether these traits guarantee leadership success, and it was observed that other factors in the leadership process were overlooked (Yukl, 2013, p. 12). Therefore, by the 1950s, a common and valid set of traits could not be identified, and the approach lost its validity and significance (Benmira and Agboola, 2021, p. 3).

Behavioral Leadership

The behavioral leadership approach focuses on the concrete behaviors exhibited by the leader in the leadership process rather than on the leader's personal characteristics. This approach argues that behaviors such as the leader's decision-making style, communication with subordinates, delegation practices, and goal-setting processes determine leadership success (Çetin and Beceren, 2007, p. 126). While emphasizing what the leader does and the observability of these behaviors, the environmental conditions in which the leader operates are largely ignored (Benmira and Agboola, 2021, p. 3). Therefore, behavioral theory focuses on the actions that managers exhibit in their daily practices (Beydilli et al., 2025, p. 49).

Both the relationship the leader establishes with his followers and the activities he carries out to achieve his goals are evaluated within the framework of this approach. The leader's interaction with his subordinates, his use of authority, and the decisions he makes within the organization are among the main factors that determine his leadership style (Karadoğan Doruk, 2006, p. 130). In this context, the behavioral approach asserts that leadership is a developable skill, forming the basis for many contemporary leadership training programs (Benmira and Agboola, 2021, p. 3).

Situational Leadership

The situational leadership approach argues that leadership is shaped not only by the leader's personal characteristics or behavior, but also by the situation in which they find themselves. According to this understanding, effective leadership emerges from the combined assessment of the characteristics of followers, the qualities of the leader, the leadership style applied, and the conditions in which the leader finds themselves (Erçetin, 2000, p. 36). Who the leader will be or how leadership will be exercised is determined not so much by the characteristics a person is born

with, but rather by the requirements of the current situation. According to this approach, great leaders emerge from a combination of specific times, places, and conditions; in this context, the success of task- or relationship-oriented leaders also varies depending on the situation (Karadoğan Doruk, 2006, p. 131). The situational approach emphasizes the importance of leaders carefully analyzing the context in which they operate and selecting the leadership style most appropriate to the situation. Thus, leadership is evaluated as a situation-specific process (Benmira and Agboola, 2021, p. 3).

Modern Leadership Theories

Transformational Leadership

The transformational leadership approach is based on trust in the interaction between the leader and followers. These leaders try to direct the efforts of employees toward a shared vision rather than concrete goals. By bringing out the talents of employees, they aim to increase their self-confidence and support their development in order to achieve long-term goals (Beydilli et al., 2025, p. 56). In addition, transformational leaders appeal to the moral values of their followers and mobilize their energy and resources to create reform in organizations by raising their ethical awareness. As a result of this interaction, followers develop trust, respect, and loyalty toward their leaders and are motivated to perform beyond expectations. The leader transforms and motivates followers by encouraging them to understand the importance of task outcomes, prioritize organizational interests over individual interests, and activate their higher-level needs (Yukl, 2013, p. 321-322).

The leader's clear vision and defined goals motivate the team and encourage creativity. These leaders, who contribute to the development of each individual, have developed emotional intelligence and effective communication skills, pioneer the implementation of positive changes and support the formation of collective identity (Kuzior et al., 2023, p. 306). In today's rapidly changing technological environment, the transformational leadership model plays a critical role in organizations' renewal and change processes (Benmira and Agboola, 2021, p. 4). These leaders aim to achieve significant increases in organizational performance beyond short-term goals (Karadoğan Doruk, 2006, p. 132).

Transactional Leadership

Transactional leadership is based on the leader actively involving team members in the process by sharing tasks rather than taking sole responsibility. The main goal of this leadership style is to encourage employees to participate in the process of completing the task (Beydilli et al., 2025, p. 56). In this leadership approach, also known as transactional leadership, employees are motivated by their personal interests, and interaction is based on mutual benefit. However, this interaction may be insufficient to create a strong commitment or enthusiasm for task success (Yukl, 2013, pp. 321-322).

This leadership approach requires the existence of a clear hierarchical structure and the maintenance of control over subordinates, while also necessitating the establishment of certain standards to ensure efficiency and product quality. Leaders emphasize planning and control practices through formal rules and standard procedures in the management of processes (Kuzior et al., 2023, p. 302). In this type of leadership, performance is evaluated through centralized decision-making processes in line with defined goals, which relies more on vertical structuring and motivation provided through incentive mechanisms (Kuzior et al., 2023, p. 306). In advanced organizations with a clear structure and defined goals, this leadership approach is seen to be effective in maintaining the existing order and ensuring stability (Benmira and Agboola, 2021, p. 4).

Charismatic Leadership

Charismatic leaders have an attractive personality that exerts a powerful influence on group members and draws them in; therefore, their effectiveness is quite high. These leaders make their own decisions and their words are generally accepted as commands. Despite the obvious distance between them and their employees, the leader's instructions are obeyed (Çetin and Beceren, 2007, p. 122). Essentially, charismatic leadership is a method of directing the behavior of others through effective communication, persuasion, and the use of personal power. These leaders motivate their followers to perform certain tasks or improve processes (Beydilli et al., 2025, p. 57). Common characteristics of charismatic leaders include a strong desire for power, high self-confidence, and unwavering commitment to their beliefs. Their behaviors include presenting an inspiring vision, communicating that vision through strong communication, taking personal risks to achieve goals, setting high expectations, instilling confidence

and optimism in followers, demonstrating consistent behavior, managing follower perceptions, ensuring group identification, and delegating authority (Yukl, 2013, p. 312).

On the other hand, charismatic leaders are often inclined to take risky decisions, and when they fail, this can become an opportunity for rivals seeking to overthrow them (Yukl, 2013, p. 318). Their most prominent qualities are their superior abilities, high self-confidence, power to influence people, courage to take risks, ability to sacrifice themselves for the sake of their beliefs, consideration for the needs of their subordinates, ability to develop radical solutions in crises, continuous development of their abilities, and willingness to incur high costs to achieve their goals (Yeşilyurt, 2007, p. 39).

Servant Leadership

The servant leadership approach supports the formation of high-performing teams that are flexible, able to adapt quickly to changing conditions, and integrate innovations into business processes (Kuzior et al., 2023, p. 305). This leadership style prioritizes the needs of followers and focuses on the behaviors leaders should exhibit to support their personal development. Servant leaders consider the consequences of their attitudes and approaches toward their subordinates and strive to increase the positive effects of these interactions (Northouse, 2013, p. 223). Thus, in the leadership process, the development of followers and the formation of flexible, innovative teams become fundamental goals.

Authentic Leadership

Authentic leadership is a theoretical approach that encompasses much more than simple formulas, explaining the true nature of a leader and the elements that constitute it. According to this perspective, the effectiveness of authentic leaders is made possible by their high level of self-awareness, their actions in line with internalized moral values, their balanced processing of information, and their transparency in relationships. These characteristics are the result of a continuous maturation process that develops over time through the influence of important and transformative experiences in leaders' lives. Additionally, the literature indicates that, in addition to positive psychological characteristics, moral reasoning also plays a critical role in the behavior of authentic leaders (Northouse, 2013, p. 267). Thus, authentic leadership is approached with a holistic understanding based not only on the leader's individual characteristics but also on the lifelong development of these characteristics.

Leadership Dynamics in the Gastronomy Sector

The intensification of global competition has led to the growth of organizations and the increasing complexity of their operations. These developments have forced businesses to downsize, divide their work into smaller parts, and adopt a team-based approach. Considering the modern-day requirements of being customer-focused, ensuring total quality, and remaining open to continuous improvement and change, teamwork and team management have become fundamental elements for the sustainability of businesses. (Güner, 2013, p. 99).

It is said that teamwork is important for the sustainability of businesses, and that the team must be managed in a coordinated manner in order to be productive and ensure job satisfaction. At this point, it is emphasized that the team leader's competencies, such as raising employee motivation or solving problems, have a direct impact on teamwork (Ercan Taban et al., 2024, pp. 145; Güner, 201, p: 112; Serinkan and Bardakçı, 2007, pp. 160-161). Effective team management not only increases productivity and job satisfaction but also paves the way for creativity. Indeed, creativity is considered an important factor in the development of businesses. It is stated that businesses that have acquired a creative identity stand out strategically in areas such as new product development, gaining competitive advantage, and growth (Samen, 2008, p. 368). On the other hand, it is noteworthy that time management is also an important factor in these processes. Therefore, time is one of the valuable resources of a team. It is seen that it is the manager's responsibility to use this time effectively for employees and to make it a resource that they can benefit from (Yılmaz and Aslan, 2002, p. 27).

All these elements show that effective team management directly affects not only organizational success but also individual employee behavior and job satisfaction. In this regard, it is said that when individuals' perceptions of job satisfaction increase, they work more motivated in their professional lives (Köse, 2019, p. 142). It has also been observed that there are many positive or negative factors that influence this situation (Ada et al., 2013, pp. 158-159; Doğan, 2020, pp. 31-34). It is also stated that individuals' intentions to leave their jobs decrease due to improved working conditions or cooperation (Yıldız et al., 2014, p. 242). At the same time, it is emphasized that leaders in senior positions at

workplaces influence employee motivation and work performance based on how they respond to employees (Wardetzki, 2022, p. 24). In this context, findings indicating that managers' attitudes and behaviors consistent with ethical values have positive effects on employees' motivation and job satisfaction are noteworthy (Aksu, 2012, pp. 12-13; Sökmen and Ekmekçioğlu, 2021, pp. 96-97; Yücel Batmaz and Güner, 2016, p. 487).

The impact of this type of leadership approach is not limited to office environments, but is also evident in professional kitchens, which are notable for their traditional structure and strict hierarchy. The hierarchy and traditional chef-manager figure in kitchens have a long history, dating back to the hierarchical system integrated into kitchens by Escoffier, which originated in the homes of the nobility and spread to professional kitchens (Beaugé, 2012, p. 8; Ganter, 2004, p. 446; Özer and Atay, 2022; Trubek, 2000, p. 33). In kitchen life, there is a hierarchy in which head chefs have the highest status, section chefs have a lower status, and those below them have an even lower status (Fine, 1996, pp. 92-95). Another important aspect of leadership within this structure is operational coordination and time management. Indeed, one of the greatest challenges for professional chefs is synchronization. Cooking to order is a professional challenge that requires the skillful application of a series of temporal routines and the ability to synchronize; to this end, leaders ensure the effective functioning of this complex structure by coordinating the process (Fine, 1990, p. 100). Therefore, the role of leaders in the gastronomy sector is not only to manage the process but also to effectively manage multidimensional dynamics such as developing creative solutions under time pressure and maintaining team motivation.

Reflections of Leadership Theories in Gastronomy

Past to Present: From Authoritarian to Transformational

The concept of leadership in the kitchen began to take shape as an aristocratic authority in the 19th century with figures such as Carême; Carême is considered a pioneer who carried the heritage of the palace cuisine of the period to modern hotel and restaurant kitchens (Smith, 1990, p. 26). Escoffier, who followed him, established a permanent order in the kitchen not only with his culinary mastery but also with the systematic understanding he established through written sources; especially his *Guide Culinaire* became one of the fundamental sources of gastronomy (Smith, 1990, p. 29). The “brigade system” developed by Escoffier laid the foundation for a leadership model based on authority, in which tasks in the kitchen are divided according to a hierarchical order (Ganter, 2004, p. 444). The large hotel kitchens where this system was applied were also compatible with the industrial production logic of the period. However, with the reshaping of tourism and transportation around the automobile in the first half of the 20th century, small restaurant culture based on individual dining experiences became widespread (Ganter, 2004, p. 443).

In this process, when the French tire company Michelin started to add recommendations for restaurants in 1926 and transformed the rating system into a three-star structure in 1933, restaurants became not only places where food was served but also prestigious stages where symbols of chefs' leadership and creativity were exhibited (Ganter, 2004, p. 446). Michelin stars became an indicator of leadership, reflecting not only the chef's skill in the kitchen, but also his vision, team management and stability. While the authority of the chefs was still strong during this period, success was now dependent not only on hierarchy but also on external evaluation systems. The mid-20th century *Nouvelle Cuisine* movement emphasized creative presentation, individual style and aesthetics; the chef's signature on the plate became an artistic expression of leadership (Deroy, 2014, p. 5).

With the avant-garde movements after the 1960s and the questioning of traditional culinary rules from the 1980s onwards, authoritarian structures began to gradually dissolve and multipolar, free culinary approaches came to the fore in the 1990s (Beaugé, 2012, p. 13; Aksoy and Üner, 2016, p. 10). In this transformation, gastronomy literatures have shaped not only recipes but also leadership styles; thus, the role of the chef has become a cultural actor that extends beyond the kitchen (Ferguson, 1998, p. 600). It is observed that this transformation throughout the historical process is also reflected in the leadership styles adopted in kitchens and the role of the chef has begun to gain different dimensions.

Transformational and Transactional Leadership Examples

Transformational leadership is defined as a form of leadership that goes beyond the personal interests of followers and directs them to higher goals, increasing their motivation and potential (Bass, 1985, pp. 11-32; Northouse, 2016, p. 161). Transactional leadership, on the other hand, is accepted as an approach that is based on mutual communication and trust and supports cooperation and teamwork within the team (Yukl, 2013, p. 321).

In the field of gastronomy, Ferran Adrià's leadership approach is considered as a successful example of transformational leadership. Adrià pioneered gastronomic innovation by making creativity a systematic process in El Bulli restaurant and brought a new vision to culinary leadership by integrating creative dynamism in the kitchen with team organization (Parreira, 2016, pp. 54-56; Svejenova et al., 2007, pp. 544-547). This approach contributes to the development of gastronomy as a creative and intellectual process rather than just a technical field of cooking.

In contrast, René Redzepi's removal of barriers between the kitchen and service team is a reflection of the interactional leadership approach in practice. By encouraging chefs to communicate directly with guests, Redzepi strengthens trust and loyalty within the team, thus improving the quality of the gastronomic experience through a leadership model based on teamwork (Heinzelmann, 2010, p. 97). These examples show that leadership in the gastronomy sector supports sectoral innovation and quality both in terms of vision setting and increasing interaction within the team. The diversity of leadership practices in the field of gastronomy has led to the importance of leadership approaches that focus on the development of employees and prioritize sustainability and ethical values.

Servant and Authentic Leadership Practices

Leadership approaches in the gastronomy sector are shaped within a framework that prioritizes not only productivity but also employee happiness and corporate responsibility. In this context, it has been revealed that the perception of authentic leadership has positive effects on workplace happiness and the sub-dimensions of this leadership style similarly support the happiness of employees (Kılınç and Akdemir, 2019, pp. 805-807). An authentic leader is defined as a figure who is empowered by value judgments, prioritizes knowledge and has a developed ability to direct (Başer, 2023, p. 72).

On the other hand, the servant leadership model stands out as an important approach that supports employee development in the field of gastronomy. The trust-based aspect of this leadership style contributes to employees in hotel kitchens to feel more competent, effective and meaningful (Zorlu et al., 2021, pp. 516-517). Servant leadership is directly associated with the psychological empowerment of employees and has significant effects on their performance (Burak, 2025, p. 1002; Özer, 2019, p. 110).

Moreover, it is considered a requirement of ethical leadership that leaders in the food industry should consider not only economic efficiency but also the socio-cultural impacts of automation and artificial intelligence on employees (Bujor, Ene and Sisü, 2023, p. 211). Sensitivity towards sustainability and social responsibility is also increasing in the sector. As a matter of fact, a significant portion of restaurant businesses attach importance to environmental sensitivities such as waste separation, recycling and implementation of quality standards (Cankül, 2019, p. 235; Albayrak, 2017, p. 63). These approaches show that leadership models integrated with ethical production and social responsibility are increasingly being recognized in the gastronomy sector.

Conclusion

In this study, which aims to examine the historical development of leadership theories in a conceptual framework and to evaluate the reflections of these theories in the field of gastronomy, it has been revealed that leadership in the gastronomy sector is not only an authoritarian position in the kitchen, but also transformed to include creative, ethical and participatory approaches. Traditional authoritarian leadership, shaped by figures such as Carême and Escoffier, has started to be replaced by transformational, interactional, servant and authentic leadership approaches since the late 20th century (Bass, 1985; Kılınç and Akdemir, 2019; Smith, 1990; Yukl, 2013). This change has made gastronomy leadership both a management model and a field of cultural representation.

This study reveals that leadership is not only an organizational management tool but also a multidimensional phenomenon shaped by historical process, cultural structures and ethical responsibilities. In the gastronomy sector, the leader's communication style, visionary approach and ethical stance have a direct impact on critical performance indicators such as team commitment, creativity, job satisfaction and operational success. The findings show that effective leadership behaviors make a difference in culinary organizations. In this context, the study reveals the multi-layered nature of leadership theories in a sectoral context, while in practice, it has also concretized the impact of manager behaviors on employee performance with examples (Ercan Taban et al., 2024; Fine, 1990; Samen, 2008).

Today, factors such as digitalization and sustainability are influential in shaping leadership styles; in these processes, the importance of leadership models that adhere to ethical values and have a high sense of social responsibility increases (Bujor, Ene and Şişu, 2023; Cankül, 2019). The adoption of inclusive and multidimensional

leadership approaches in the gastronomy sector is decisive in increasing both organizational success and employee satisfaction.

Transformational and transactional leadership models have been observed to increase performance and quality by creating a more collaborative and creative working environment in kitchens. Servant and authentic leadership approaches, on the other hand, have strengthened the psychological empowerment of employees and the understanding of ethical management. At this point, the importance of multidimensional leadership approaches clearly emerges.

It is suggested that future research should focus on areas such as the tangible effects of digitalization on leadership in the gastronomy sector, post-pandemic leadership practices and the comparison of leadership styles in different gastronomy sub-sectors. In addition, in-depth examination of issues such as the relationship between leadership and employee psychology and the integration of sustainability practices into leadership practices will contribute to the development of the sector.

References

- Ada, Ş., Akan, D., Ayık, A., Yıldırım, İ. & Yalçın, S. (2014). Öğretmenlerin motivasyon etkenleri. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(3), 151-166.
- Aksoy, M. & Üner, E.H. (2016). Rafine mutfağın doğuşu ve rafine mutfak şekillendiren yenilikçi mutfak akımlarının yiyecek içecek işletmelerine etkileri. *Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(6), 1-17.
- Aksu, G. (2012). Takım liderinin çalışanların motivasyonu üzerindeki etkisi: çağrı merkezi incelemesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 32, 1-21.
- Albayrak, A. (2017). Restoran işletmelerinin yenilik uygulama durumları: istanbul'daki birinci sınıf restoranlar üzerine bir çalışma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*. 5(3). 53-73.
- Anjos, S. J. G., & Kuhn, V. R. (2024). The role of transformational leadership and innovation adoption in restaurant performance. *Tourism & Management Studies*, 20(1), 49-64.
- Bardakçı, A. & Serinkan, C. (2007). Pamukkale üniversitesi'nde çalışan öğretim elemanlarının iş tatminlerine ilişkin bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Karaman İ.İ.B.F. Dergisi*, 12, 152-163.
- Bass, B. M. (1985). *Leadership and performance beyond expectations*. Free Press; Collier Macmillan.
- Bass, B. M. (1999). Two decades of research and development in transformational leadership. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 8(1), 9-32.
- Başer, S. (2023). Pozitif liderlik yaklaşımı perspektifinden antrenörlükte otantik liderlik. T. Uslu (Ed.), *Futbolda Yönetim ve Liderlik: Futbol Antrenörleri İçin Liderlik Yaklaşımları ve Güncel Yönetim Araçları*, 68-85. İzmir: Duvar Yayınları.
- Bayram, Ş. (2013). *Liderlik kavramı ve liderlik türlerinin inovasyon üzerindeki etkileri*. (Master's Thesis). Gebze Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gebze.
- Beaugé, B. (2012). On the idea of novelty in cuisine: a brief historical insight. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 1(1), 5-14.
- Benmira, S. & Agboola, M. (2021). Evolution of Leadership Theory. *BMJ Leader*, 5, 3-5.
- Beydilli, A., Çataltaş Y. Z., & Turgut, M. (2025). Okul yönetiminde liderlik türleri. *UPUES Journal*, 2(1), 43- 68.
- Brillat-Savarin, J.-A. (1854). *The physiology of taste; or, transcendental gastronomy* (F. Robinson, Trans.). Philadelphia: Lindsay & Blakiston.
- Bujor, D., Ene, A. B., & Şişu, J. A. (2023). Ethical frontiers: leadership perspectives in the contemporary food industry. *Geopolitical Perspectives and Technological Challenges for Sustainable Growth in the 21st Century*, 201-215.
- Burak, E., (2025). Hizmetkâr liderlik algısının çalışan performansı ve algılanan örgüt performansı üzerindeki etkisine yönelik bir araştırma: demografik değişkenlere göre karşılaştırmalı analiz, *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 17 (2), 991-1015.
- Cankül, D. (2019). İşletmelerde yenilik uygulamaları: restoran işletmeleri örneği. *Gastroia: Journal of Gastronomy And Travel Research*, 3(2), 225-240.

- Conger, J. A. & Kanungo, R. N. (1998). *Charismatic Leadership in Organizations*. California: Sage Publications, Inc.
- Çetin, N. G. & Beceren, E. (2007). Lider kişilik: gandhi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3 (5), 110-132.
- Doğan, M. (2020). Ortaokullarda görev yapan branş öğretmenlerinin motivasyon etkenleri. *Mustafa Kemal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(5), 27-37.
- Deroy, O., Michel, C., Piqueras-Fiszman, B., & Spence, C. (2014). The plating manifesto (1): from decoration to creation. *Flavour*, 3(1), 6.
- Ercan Taban, B., Yiğit, G., Yelmer, M. Ş., Kılınç Yörük, Z. & Şenay, D. S. (2024). Eğitim yönetiminde liderlik: etkili liderlik modelleri. *International Qmx Journal*, 3(1), 139-147.
- Fine, G. A. (1990). Organizational time: temporal demands and the experience of work in restaurant kitchens. *Social Forces*, 69, 95–114.
- Fine, G. A. (1996). *Kitchens: the culture of restaurant work*. USA: University of California Press.
- Gandul, L., & Navarro, M. (2009). Ferran adrià, cuiner. *Quadern De Les Idees, Les Arts I Les Lletres*, (172), 3–6.
- Ganter, H. D. (2004). Changes in work organisation in french top-quality restaurants, *Business History*, 46 (3), 439-460.
- Güner, F. (2013). *İç girişimciliğin yenilik ve ekip yönetimi ile ilişkisi ve bir araştırma*. (Master's Thesis). Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Pamukkale.
- Heinzelmann, U. (2010). An interview with rené redzepi: noma, copenhagen. *Gastronomica*, 10(3), 97-101.
- Karadoğan Doruk, E. (2006). Sosyal yaşamın mimarları: liderler. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 24, 127-141.
- Kılınç, U., & Akdemir, M. (2019). Otel işletmelerinde otantik liderlik algısı ve işyeri mutluluğu: ankara ilinde bir uygulama. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24(4), 793-811.
- Köse, E. (2019). Çalışanların iş tatmini algıları ile iş motivasyonu düzeyleri arasındaki ilişkinin araştırılması. *Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1), 131-148.
- Kuzior, A., Zozul'ak, J., & Balahurovska, I. (2023). The evolution of leadership styles during the industrial development of society. *Scientific Papers of Silesian University of Technology. Organization and Management Series*, 188, 299-312.
- Navahandi, A. (2015). *The art and science of leadership*. (7th Edition). Pearson Education. England.
- Northouse, P. G. (2013). *Leadership: theory and practice*. (6th Edition), Sage Publications Ltd., London.
- Northouse, P. G. (2016). *Leadership: theory and practice* (Seventh Edition). SAGE Publications, Inc.
- Parreira, S. I. M. (2016). Ferran adrià, a criatividade como discurso (entre gastronomia, arte e design). *Revista Estúdio, Artistas Sobre Outras Obras*. 7 (15): 50-57.
- Özer Ö. (2019). Hemşirelerde hizmetkâr liderlik ve çalışan performansının incelenmesi. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 6(1), 105-112.
- Özer, Ç. & Atay, E. (2022). Osmanlı saray mutfakları teşkilatı ve escoffier mutfak hiyerarşisi üzerine bir araştırma. *Gastroia: Journal of Gastronomy And Travel Research*, 6(2), 468-477.
- Samen, S. (2008). İşletmelerde yaratıcılığın önemi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2), 363-378.
- Sipahi, S. & Yılmaz, H. (2017). An evaluation on the relation between gastronomy and art: the case of ferran adria. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*. 4(11), 329-334.
- Sökmen, A., & Ekmekçioglu, E. B. (2021). Yönetici etik davranışlarının sınır birim çalışanlarının motivasyon ve iş tatmini üzerindeki etkisi: adana'da bir araştırma. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 87–104.

Smith, D. (1990) *Modern cooking: from the first back-street bistros of lyons to the finest restaurants of today*, London: Sidgwick & Jackson.

Svejenova, S., Mazza, C., & Planellas, M. (2007). Cooking up change in haute cuisine: ferran adrià as an institutional entrepreneur. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 28(5), 539-561.

Trubek, A. B. (2000). *Haute cuisine: how the french invented the culinary profession*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

Wardetzki, B. (2022). *İşyerinde incinme: aşağılanma, dedikodu ve mobbinge nasıl karşı konur* (Çev. E. Özbek). İstanbul: İletişim Yayınları.

Yeşilyurt, P. (2007). *Türk ve italyan yöneticilerinin liderlik tarzları: türkiye’de faaliyet gösteren türk-italyan ortak girişimlerinde bir uygulama*. (Master’s Thesis). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Yıldız, S., Savcı, G., & Kapu, H. (2014). Motive edici faktörlerin çalışanların iş performansına ve işten ayrılma niyetine etkisi. *Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, 21(1), 233-249.

Yılmaz, A. & Aslan, S. (2002). Örgütsel zaman yönetimi. *CÜ İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 3(1), 25-46.

Yukl, G. (2013). *Leadership in organizations*. (8th Edition). New Jersey: Prentice Hall.

Yücel Batmaz, N. & Gürer, A. (2016). Dönüştürücü liderliğin çalışanların içsel motivasyonu üzerindeki etkisi: yerel yönetimlerde karşılaştırmalı bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(2), 477-492.

Zorlu, Ö., Baytok, A., Avan, A. & İnci, E. (2021). How servant leaders psychologically empower their followers: the case of five star hotels. *Tourism: An International Interdisciplinary Journal*, 69 (4), 505-526

Ethics Statement

The writing process of the study titled ‘Beyond the Chef: An Examination of Leadership Types in the Field of Gastronomy’ adhered to scientific rules, ethical and citation rules; no alterations were made to the collected data, and this study has not been submitted for evaluation to any other academic publication medium.



Emre USTA

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, emreusta10@gmail.com <https://orcid.org/0009-0001-3558-8604>

Tengri's Table: Nutrition in Ancient Turkic Belief

Abstract

The belief in Gök Tengri is a significant belief system that shaped the social, cultural, and economic life of ancient Turkic societies. This belief, which regards nature as sacred, profoundly influenced the relationship between humans, nature, and food, leaving its mark on culinary culture through both rituals and symbolic meanings. The nomadic lifestyle and animal husbandry determined the dietary habits of the Turks, with animals such as sheep, goats, and horses, along with dairy products, constituting their primary food sources. Sacrificial practices within the framework of shamanic rituals and the Tengri belief involved making offerings to gods and sacred spirits, thereby strengthening the spiritual and cultural bonds of the community. Sacrificed animals, especially horses, were not only central to ceremonies but also served as indicators of social status and religious devotion. Feasts organized for important social events like births, deaths, and weddings reinforced social unity, while the perception of food as a medium for connecting with supernatural forces highlighted the symbolism of food in Turkic mythology and belief systems. Elements such as the cults of water and trees were also integrated into the food culture as part of a life philosophy in harmony with nature. In conclusion, the Gök Tengri belief shaped the food culture of ancient Turkic societies, creating a powerful reflection of a faith-based lifestyle grounded in the interaction between nature and humanity.

Keywords: Belief and Nutrition, Gök Tengri, Tengrism, Turkish Food Culture

Introduction

Throughout history, belief systems have influenced the social and cultural structures of nearly all societies and the daily behaviors of individuals. They have also regulated communities' eating and drinking habits and attributed certain meanings to foods. A food item may be permissible in one religion while being forbidden in others. Most religions have specific rules for preparing food. Additionally, many belief systems dictate times when food and drink should not be consumed (fasting). Many belief systems influence the food culture of their followers through such rules (Gürhan, 2017; Feeley-Harnik, 1995; Cohen, 2020; Dallam, 2014; Finch, 2010).

Central Asian Turkic societies are no exception. The Gök Tengri belief served not only as a spiritual guide for people but also as a guide that influenced the material world and their way of life (Akgün, 2007; Gömeç, 1998). Besides the Gök Tengri belief, other religions adopted by the Turks throughout history have also been effective in shaping their food and beverage culture. Although there were Turks who adhered to religions such as Christianity, Buddhism, and Manichaeism, it is observed that the most influential religion affecting food and beverage culture was Islam (Batu, 2024; Yalçın, 2023; Samancı, 2021; Solmaz & Dülger Altın, 2018; Bilal, 2018; Gömeç, 2019).

The Tengri belief, with its structure that emphasizes the sacredness of nature and stresses that humanity should live in harmony with it, has also influenced food culture (Isaacs, 2021; Shamakhay et al., 2014). Issues such as which foods are sacred, which are edible, or under what conditions they can be consumed, as well as topics like sacrificial rituals, respect for the dead, hunting, and animal husbandry, have been influenced by the Tengri belief (Roux, 1999; Gömeç, 2019; İnan, 1952).

As reported by Çini (2019), the Tengri belief was of great importance to Turkic society, holding a position that could be described as the central point of their lives. While aspects of the belief system such as its similarities and differences with other belief systems, sacred beings, religious rituals, family structure, social structure, and ceremonies have been extensively studied before (Onay, 2013; Mandaloğlu, 2012; Bars, 2018; Demirel, 2017; Arvas, 2014; Gazanfargizi, 2014; Erkoç, 2018), there is a lack of studies on the effects of this belief on food culture.

The purpose of this study is to determine the effects of the Tengri belief on the food culture in ancient Turkic society. In this context, how the Tengri belief conceptualized the relationship between nature, humans, and food, and how this relationship was reflected in the general cultural structure of the society will be among the main topics to be examined. Revealing the faith-based foundations of food choices and dietary habits will contribute to a better understanding of the spiritual values and cultural continuity of ancient Turkic society.

Literature Review

Shamanism and Tengrism

Shamanism is not just a belief system but also an important tool in shaping the worldview of ancient Turkic societies towards the world and the universe. The term Shamanism was considered a pejorative word among Altai shamans; the term Tengrism was used for the oldest religion of the Turks. Tengrism can be defined as the worship of a single god and showing respect to sacred spirits called "iye" (Tosun, 2024).

According to the belief of Shamanism, the universe consists of three parts. The upper realm, consisting of 17 layers, represents the sky. The lower realm is the world of darkness and is said to consist of 7 or 9 layers. According to the belief, the most supreme of the gods is Tengere Kayra Khan, who is seen as the beginning of all beings. Kayra Khan is one of the names given to the Sky God (Toleho, 2024, p. 101).

"Turks, in every period of history, have believed in a creative power they called Tengri. This creative power is a creator who bestows *kut* (divine grace/power), *küç* (strength), *ülük* (destiny/share), and unity upon the khagans" (Uğurlu, 2012, p. 331). Kayra Khan is the creator of many divine beings, including the well-known Erlik and Ülgen (Radloff, 2008, pp. 19-23). Within the Tengri belief, besides these divine beings, tree and water spirits also hold an important place. Natural water elements such as water sources, rivers, and springs are generally associated with protective spirits, while trees also have a significant place for the Turks. These trees, considered sacred in every aspect of life from the cradle to the grave, are generally seen as a "trust from God." These spirits living in trees and waters can help people as well as punish them (Zarcone, 2005, pp. 36-37).

Central Asian Food Culture

In Turkic mythology, foods hold a significant place not only as a source of sustenance but also as a means of communicating with and appeasing mythological beings. In rituals shaped by the influence of Shamanism and Gök Tengri beliefs, foods offered to gods and *iyes* (spirits) strengthened the bond between humans and supernatural forces. These foods, used in every aspect of life from daily routines to special occasions such as births, deaths, and weddings, were offered to request abundance, seek protection, and express gratitude to the gods. The mythological significance of food was not limited to its use in rituals but also shaped social order and traditions. Offerings made to mythological figures like the spirits of fire and earth have a deep-rooted place in the cultural codes of Turkic societies. This demonstrates how mythology, beliefs, and cultural practices converge through food.

Central Asia is a geography that forms the cornerstones of Turkish food culture. The nomadic lifestyle directly influenced dietary habits shaped by agriculture and animal husbandry. Besides horses, sheep, and camels, milk and dairy products (yogurt, kumis, butter) were primary food sources. Meat was generally consumed boiled or dried, while foods like *yufka* bread and *tutmaç* made from grains were developed to suit the needs of nomadic life. While the meals stood out for their naturalness and simplicity, ritual feasts that strengthened social bonds were of great importance. Grand tables set up for festivals and weddings were indicators of a culture of sharing and hospitality (Batu & Batu, 2018).

The Turks, who sustained themselves with herds of horses and sheep, migrated according to the seasons. In spring, the nomads moved to plateaus with vast pastures, and in autumn, they descended to arid valleys and especially to riverbanks. Their dietary habits were based on foods such as oily pastries kneaded with wheat flour, milk and dairy products, and the meat of horses and sheep. As a beverage, "kumis," prepared from mare's milk, held an important place. Although the limited variety of fruits and vegetables in their region might give the impression that their cuisine was simple, it is seen that they possessed a wide variety of foods (Koşay, 1962; Dilmeç & Koç, 2023).

Meat products held a significant place in the diet of Central Asian Turks. Due to geographical conditions and a nomadic lifestyle, small-scale animal husbandry was preferred, which made the consumption of sheep, goat, and beef widespread. The tradition of not consuming pork dates back to before Islam and is explained as a practice linked to the steppe conditions. The Turks benefited not only from the meat of animals but also from their milk and dairy

products, frequently consuming items like butter, yogurt, and cheese. The wealthy generally preferred horse meat, while the middle class opted for sheep, goose, and duck meat. Pork, however, had no place in the Turkish cuisine (Karaman, 2023).

When looking at foods consumed by the ancient Turks and still consumed today—such as Kumis, Shubat, Beshbarmak, Naryn, Shashlik, Lagman, Uzbek pilaf, Samsa, Borsch soup, Olivier salad, Uzbek manti, and Kurut (a significant delicacy of Central Asian cuisine), Ulpershek, Ultabar, Borsha et, Tashkent tea, and Pelmeni—it is evident that meat is used in the majority of the dishes (Gürdal, 2024).

Rituals and Sacrificial Traditions

In his work, Gömeç (2003, p. 80) provides the following example for the rituals performed: "It is recorded in Chinese sources that the Kök Turks made *töz* (effigies) from felt and leather, greased them with suet, and hung them on poles, and that they offered sacrifices in the four seasons of the year."

In his work, Çini (2019) said the following about the Tengri belief: "The Turks' equestrian skills and ability to move quickly, along with their steppe life culture, led them to be in a constant struggle with nature. In this respect, the sky was seen as the beginning and end of everything for them. For the Turks, everything in the universe is a reflection and a part of Tengri."

Rituals and ceremonies in Shamanism do not occur without sacrifices; these sacrifices consist of food and drink. Shamanist Turks offered their sacrifices for many reasons: to ask for rain during a drought, to wish for healing during times of illness, to bring peace to the souls of the dead, for the health of the mother and baby at birth, or for a healthy marriage at weddings (Uzun & Aymankuy, 2024).

Altai Shamanism and Ritual Practices

Altai shamanism is prominent for its rituals aimed at communicating with the spirits of the lower, middle, and upper worlds. Shamans connect with spirits to heal illnesses and find the causes of disasters, performing protective rituals for the community. At the beginning of each ritual, prayers are offered to protective spirits, after which the shaman seeks support from his supernatural helpers to appease the spirits causing harm or to journey to the upper world. Offering sacrifices holds a significant place in the rituals. Cows can be offered as a sacrifice. Although these rituals have little effect on events, believers continue the rituals by offering more valuable sacrifices; this situation can sometimes lead to the economic collapse of families (Alekseev, 2014, pp. 68-74).

During the rituals, shamans strike the sick person with the liver of the sacrificed animal. In addition, after the meat of the sacrificed animal is eaten, its bones are collected and thrown away. It is believed that the spirits harming the patient are also cast away with the bones. During the ritual, flour and foods made from flour are used as a ritual snack, in which the spirits also partake. The shaman smears the blood of the sacrificial animal on the patient. In some places, along with small livestock, chicks or roosters are also used (Basilov, 1976, pp. 149-159).

Sacrificial Traditions in Ancient Turks

In ancient Turks, rituals of offering sacrifices to God and ancestors held an important place. The Asian Huns would sacrifice animals at the graves of their ancestors every May, praying to God for abundance. These ceremonies were conducted under the leadership of the community leader, the khagan, and evoked a kind of pilgrimage. The horse held a special place in the life of the Turks; it was sacrificed only in important ceremonies. Some Kazakh and Kyrgyz groups continue to sacrifice horses even on Eid al-Adha.

In ancient Turks, sacrifices were divided into two categories: bloody and bloodless. Bloodless sacrifices were performed through rituals such as *saçı* (tying cloth), pouring oil into the fire, and sprinkling kumis. The most important bloodless sacrifice was the animal called "*ıduk*," which was dedicated to God and set free. In bloody sacrifices, the horse was the most valuable animal, followed by the sheep. The bones of the sacrificed animals were considered sacred and were buried without being broken or thrown into the fire. During the autumn festival, offerings were made to protect against evil spirits, showing that sacrifice held a sacred place in the belief world of the Turks (Gömeç, 1998).

Ceremonies for the dead were also of great importance. The belongings and food of the deceased were placed in their graves, which were covered with a mound, and hundreds of animals were sacrificed for wealthy individuals. The skins of these animals were hung on the trees around the grave. After the Turks became Muslims, these traditions

continued, blended with Islamic elements. After a death, it was not welcomed to light a fire in the house of the deceased, so neighbors would bring food to the funeral home.

Nature Cults and Food Traditions

The ancient Turks offered sacrifices to water and trees and considered water sacred. The water cult manifested itself both as worship and as fear and reverence. In religious ceremonies held in all four seasons, animals such as sheep, roosters, dogs, and pigs were sacrificed. Families with insufficient financial means would offer rakı and eggs instead of a sacrifice. In the *Tayılga* ceremonies, a horse was sacrificed; this was done by stabbing the animal in the heart instead of slaughtering it, and it was usually performed in the evening (Yılmaz, 2014).

After death, mourning and funeral feast ceremonies called "*yog*" were held. In these ceremonies, the memory of the deceased was commemorated, laments were sung, and meals were served. Today, practices in Turkish-Islamic societies such as giving food after a funeral and holding *mevlit* (prayer gatherings) on specific days after the death carry the traces of these traditions. It can be said that the funeral feasts and ceremonies in ancient Turks reflected the importance given to the soul and value of the deceased (Gömeç, 2019, pp. 84-104).

To show gratitude to their ancestors, the Turks organized sacrificial ceremonies at the sacred cemetery called "*Atalar Sini*" (Ancestors' Tray), honoring the spirits of the ancestors. With the adoption of Islam, this tradition transformed into offering sacrifices during visits to tombs and saints' shrines. *Saçı* (libation/offering) practices were performed for elements considered sacred, such as water, fire, and earth, while the Siberian Turks offered sacrifices in the name of Ülgen and Erlik. The sacrifices were usually dedicated to the spirits through special ceremonies, by strangulation rather than slaughter (Dabağ, 2024).

Food and Social Life

In Turkish culture, food is an important part of social life. People would come together at feasts prepared for events like pillaging feasts (*yağmal toylar*), collective work gatherings (*imece*), births, deaths, and weddings, sharing their joy or sorrow. The term "*aş*" was used instead of "yemek" (food), and meals called "*ölü aş*" (food for the dead) were prepared for funeral ceremonies (third day, seventh day, fortieth day memorials). These traditions continue in Anatolia under names like "*dede aş*" (grandfather's food) or "*hayır pilav*" (charity pilaf). Foods that gained meaning through prayers at events like Hıdırellez strengthened cultural bonds. Milk and meat are the basic food sources of the Turks; sheep meat, in particular, has been widely consumed (Talas, 2005).

Conclusion

The Gök Tengri belief had profound effects on the food culture of ancient Turkic society, serving as a guide that shaped the relationship between nature, humans, and the sacred. This belief system not only offered a spiritual way of life but also determined the society's dietary habits, sacrificial rituals, and the symbolic meanings associated with food. The nature-sanctifying structure of the Gök Tengri belief directly influenced the rules regarding the production and consumption of food. As a society living in harmony with nature, the Turks made animal husbandry and agriculture their primary means of subsistence, and in line with this belief, they imbued their food with both material and spiritual value.

The nomadic lifestyle of the Turks placed animal husbandry at the center of their dietary habits. Animals such as sheep, goats, and horses were not only primary food sources but also an integral part of rituals and ceremonies. While meat consumption held a significant place along with sacrificial rituals, milk and dairy products were also indispensable in daily life. The fact that Turks did not consume pork even before Islam appears to have been shaped by natural conditions. The sacrificial rituals, particularly within the Tengri belief, not only expressed gratitude to God but also strengthened social solidarity.

Shamanism and Tengrism guided mythological rituals and sacrificial practices in ancient Turkic communities. In Turkic mythology, food was used not only for sustenance but also as a means of communicating with supernatural beings. Sacrificial rituals were present in every stage of life, from birth to death, serving as an expression of gratitude to gods, *ıyes* (spirits), and ancestors. The sanctification of natural elements like the cults of trees and water in the Gök Tengri belief was influential in shaping rituals and practices related to food.

When compared with other belief systems, the differences and similarities in the food culture of ancient Turkic societies are noteworthy. For example, while meat consumption was forbidden in Buddhism, leading to an absence of sacrificial rituals, meat consumption and sacrificial practices held a significant place among the Turks. Similarly,

beliefs such as Christianity and Manichaeism also had an impact on the dietary habits of Turkic societies, but these effects were never as profound as that of the Gök Tengri belief.

In conclusion, the Gök Tengri belief shaped the food culture of ancient Turkic societies on both practical and symbolic levels. This belief system, which held nature sacred, was decisive in the selection, preparation, and consumption of food. The influence of the Tengri belief on food culture is a reflection of the strong bond between the spiritual values of the Turks and their material life practices. This bond largely continued after the adoption of Islam and contributed to the continuity of Turkish culture.

References

- Akgun, E. (2007). Şamanist Türk Halklarında Kurban Sungusu ve Kendisine Kurban Sunulan Varlıklar [Sacrifice offering in Shamanist Turkic peoples and the beings to whom sacrifice is offered]. *Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(2), 139-153.
- Alekseev, N. A. (1989). Shamanism among the Turkic Peoples of Siberia. *Soviet Anthropology and Archeology*, 28(1), 56–103. <https://doi.org/10.2753/AAE1061-1959280156>
- Arvas, A. (2014). Şamanizm [Shamanism]. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi*, 3(3). <https://doi.org/10.7884/teke.339>
- Bars, M. E. (2018). Şamanizmden Tasavvufa Şamandan Sufi/Veliye Değişim/Dönüşümler [Changes/Transformations from Shamanism to Sufism, from Shaman to Sufi/Saint]. *Türkbilig*, (36), 167-186.
- Basilov, V. N. (1976). Shamanism in Central Asia. In A. Bharati (Ed.), *The Realm of the Extra-Human: Agents and Audiences* (Vol. 1, pp. 149-158). De Gruyter Mouton. <https://doi.org/10.1515/9783110805840.149>
- Batu, A. (2024). Türk Tarihinde Gastronomi Kültürü [Gastronomy culture in Turkish history]. *Gastro-World*, (4), 1-9. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13919551>
- Batu, A., & Batu, H. S. (2018). Historical background of Turkish gastronomy from ancient times until today. *Journal of Ethnic Foods*, 5(2), 140-147. <https://doi.org/10.1016/j.jef.2018.05.002>
- Bilal, M. (2018). Budizm İnancının Türk Devletleri Üzerindeki Etkisi [The effect of Buddhist belief on Turkic states]. *Anasay*, (6), 63-80.
- Çamurcuoğlu Tosun, M. (2024). Eski Türklerde Şamanizm Ve Günümüze Yansımaları [Shamanism in ancient Turks and its reflections today]. *Ahbar*, (1), 19-29.
- Çini, N. (2019). *Kök Tengri* [Kök Tengri] [Unpublished master's seminar paper]. Sivas University, Department of History.
- Cohen, A. B. (2020). You can learn a lot about religion from food. *Current Opinion in Psychology*, 40, 111-115. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.017>
- Dabağ, O. (2024). *Prof. Dr. Saadettin Yağmur Gömeç'in Hayatı Ve Türk Mitolojisine Dair Tespitleri* [The life of Prof. Dr. Saadettin Yağmur Gömeç and his findings on Turkish mythology] [Master's thesis, Balıkesir University].
- Dallam, M. (2014). Introduction: Religion, food, and eating. In B. Zeller, M. Dallam, R. Neilson & N. Rubel (Eds.), *Religion, food, and eating in North America* (pp. xvii-xxxiv). Columbia University Press. <https://doi.org/10.7312/zell16030-intro>
- Demirel, Ş. (2017). Şamanizm Ve Budizm Arasındaki Paralellikler [Parallels between Shamanism and Buddhism]. *Akademik Hassasiyetler*, 4(8), 139-144.
- Dilmeç, H., & Koç, B. (2023). Turkish culinary culture from the past to the present. *Journal of Food Health and Technology Innovations*, 6(13), 537–545.
- Erkoç, H. İ. (2018). Türklerin İslâmiyete Geçiş Sürecinde Tenri Ve Allah Algıları [Perceptions of Tenri and Allah during the conversion process of Turks to Islam]. *Ankara Üniversitesi Dil Ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 58(1), 301-326.
- Feeley-Harnik, G. (1995). Religion and food: An anthropological perspective. *Journal of the American Academy of Religion*, 63(3), 565–582.

- Finch, M. L. (2010). Food, taste, and American religions. *Religion Compass*, 4(1), 39–50. <https://doi.org/10.1111/j.1749-8171.2009.00166.x>
- Gazanfargizi, A. (2022). Tengricilikte Bizden Yeyler: Şulum, Çer ve Çor [Our spirits in Tengrism: Şulum, Çer and Çor]. *Folklor/Edebiyat*, 28(109), 67-74. <https://doi.org/10.22559/folklor.2060>
- Gömeç, S. (1998). Şamanizm ve Eski Türk Dini [Shamanism and the ancient Turkish religion]. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(4), 38-52.
- Gömeç, S. (2003). Eski Türk İnancı Üzerine Bir Özet [A summary on the ancient Turkish belief]. *Tarih Araştırmaları Dergisi*, 22(33), 79-104. https://doi.org/10.1501/Tarar_0000000139
- Gömeç, S. Y. (2019). Eski Türk Dininin Temel Özellikleri [The main features of the ancient Turkish religion]. *Türk Tarihi Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 84-123.
- Gürdal, Y. (2024). *Orta Asya Mutfağı - Orta Asya Yemekleri* [Central Asian Cuisine - Central Asian Dishes]. Retrieved from <https://kucukdunya.com/orta-asya-mutfagi/>
- Gürhan, N. (2017). Yemek ve Din: Yemeğin Dini Simgesel Anlamları Üzerine Bir İnceleme [Food and religion: A study on the religious symbolic meanings of food]. *İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 1204-1223. <https://doi.org/10.15869/itobiad.315633>
- İnan, A. (1952). Müslüman Türklerde Şamanizm Kalıntıları [Remnants of Shamanism among Muslim Turks]. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1(4), 19-30.
- Isaacs, R. F. (2021). Tengrism. In R. F. Isaacs, & E. Marat (Eds.), *The Handbook of Contemporary Central Asia*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429057977>
- Karaman, N. (2023). Orta Asya'dan Cumhuriyet dönemi Türkiye'sine: tarihsel süreç içerisinde Türk mutfak kültürünün gelişimi [From Central Asia to the Republican era of Turkey: The development of Turkish culinary culture in the historical process]. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(49-1), 595-610. <https://doi.org/10.31795/baunsobed.1354735>
- Koşay, H. Z. (1962). *Türkiye Halk Dilindeki Yemek Adları* [Food names in the Turkish vernacular]. Türk Tarih Kurumu Basımevi.
- Mandaloğlu, M. (2012). İslamiyet'ten Önce Türklerde Toplantı Ve Törenler [Meetings and ceremonies among Turks before Islam]. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 16(2). <https://doi.org/10.20296/tsad.81790>
- Onay, İ. (2013). İslamiyetten Önce Türklerde Ölüm Anlayışı ve Defin Yöntemleri [The concept of death and burial methods among Turks before Islam]. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(7).
- Radloff, W. (2008). *Türklük ve Şamanlık* [Turkism and Shamanism] (A. Temir, T. Andaç, & N. Uğurlu, Trans.). Örgün Yayınevi.
- Roux, J. P. (1999). *Eski Çağ ve Orta Çağda Altay Türklerinde Ölüm* [Death among the Altai Turks in ancient and medieval times] (A. Kazancıgil, Trans.). Kabalıcı Yayınevi.
- Samancı, Ö. (2021). Gastronomi ve Yemek Tarihi [Gastronomy and food history]. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 32(1), 106-109. <https://doi.org/10.17123/atad.948486>
- Shamakhay, S., Sarkulova M., Adayeva G., & Tursunbaeva A. (2014). Image of a man and the universe in Kazakh and Mongol myths. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 159, 381-386. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.392>
- Solmaz, Y., & Dülger Altın, D. (2018). Türk Mutfak Kültürü ve Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Değerlendirme [An evaluation on Turkish culinary culture and nutritional habits]. *Safran Kültür Ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 1(3), 108-124.
- Talas, M. (2005). Tarihi Süreçte Türk Beslenme Kültürü ve Mehmet Eröz'e Göre Türk Yemekleri [Turkish nutritional culture in the historical process and Turkish dishes according to Mehmet Eröz]. *Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, (18), 273-283.
- Uğurlu, S. (2012). Eski Türklerin Dini [The religion of the ancient Turks]. *Abant Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(2), 323-335. <https://doi.org/10.11616/AbantSbe.301>

- Usta, S., & Yaman, M. (2018). Place of food in Turkish mythology and consolation. *Atlas Journal*, 4(12), 1022–1028. <https://doi.org/10.31568/Atlas.170>
- Uzun, D., & Yakut Aymanıkuy, Ş. (2024). Food and beverage rituals at the period of birth, marriage, and death in Shamanist Turks and its modern reflections. *Journal of Tourism Leisure and Hospitality*, 6(1), 99-108. <https://doi.org/10.48119/toleho.1492741>
- Yalcin, M. (2023). Türk Yemek Kültür Mirasının Coğrafyası, Kaynağı Ve Evreleri [The geography, source, and phases of Turkish food culture heritage]. *Türk Tarihi Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 128-42. <https://doi.org/10.56252/turktarars.1317517>
- Yılmaz, O. (2014). Alevilikte Eski Türk Dini (Göktanrı İnancı) Ve Şamanizmin Etkileri [The effects of the ancient Turkish religion (Goktanrı belief) and Shamanism in Alevism]. *Akademik Tarih Ve Düşünce Dergisi*, 1(4), 1-13.
- Zarcone, T. (2005). Stone people, tree people and animal people in Turkic Asia and Eastern Europe. *Diogenes*, 52(3), 35-46. <https://doi.org/10.1177/0392192105055168>

“"Tengri's Table: Nutrition in Ancient Turkic Belief" başlıklı çalışmanın yazım sürecinde bilimsel kurallara, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir.”



Eda ARSLANER

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, edaarslaner@hotmail.com

Afetlerden Etkilenen Kişilerin Değişen Yeme Alışkanlıklarının Duygusal Beslenme Açısından Değerlendirilmesi

Evaluation of Changing Eating Habits of Disaster-Affected Individuals in Terms of Emotional Eating

Özet

Bu araştırma, 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş merkezli depremlerden etkilenen bireylerin duygusal beslenme düzeyleri ile değişen yeme alışkanlıklarını incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma, afet bölgesi ilan edilen 11 ilde yaşayan 312 katılımcı ile çevrim içi anket yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak Duygusal Beslenme Ölçeği ve Üç Faktörlü Yeme Ölçeği kullanılmış; SPSS programı aracılığıyla faktör, korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır. Bulgular, afet sonrası duygusal değişimlerin beslenme davranışlarını anlamlı biçimde etkilediğini göstermektedir. Özellikle duygusal beslenme düzeyi yüksek bireylerde dışsal yeme ve kısıtlayıcı yeme davranışlarının daha yoğun görüldüğü tespit edilmiştir. Çalışma, afet sonrası psikososyal destek programlarına beslenme alışkanlıklarının da dâhil edilmesinin önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Beslenme Alışkanlıkları, Deprem, Duygusal Beslenme

Abstract

This study aims to examine the emotional eating levels and changing eating habits of individuals affected by the earthquakes centered in Kahramanmaraş on February 6, 2023. The study was conducted using an online survey method with 312 participants living in 11 provinces declared as disaster areas. The Emotional Eating Scale and the Three-Factor Eating Scale were used as data collection tools; factor, correlation, and regression analyses were performed using the SPSS program. The findings show that emotional changes after a disaster significantly affect eating behaviors. In particular, it was found that external eating and restrictive eating behaviors were more intense in individuals with high emotional eating levels. The study emphasizes the importance of including eating habits in post-disaster psychosocial support programs.

Keywords: Eating Habits, Earthquakes, Emotional Eating

Giriş

Doğal afetler, insan yaşamını fiziksel, psikolojik, sosyal ve ekonomik boyutlarda etkileyen, ani ve yıkıcı olaylardır. Türkiye, jeolojik konumu nedeniyle dünyanın en aktif deprem kuşaklarından birinde yer almakta ve bu nedenle tarih boyunca çok sayıda yıkıcı deprem yaşamıştır. Afetlerin etkileri yalnızca fiziksel yıkımla sınırlı kalmamakta; bireylerin psikolojik durumlarını, sosyal ilişkilerini ve günlük yaşam pratiklerini de derinden etkilemektedir. Bu bağlamda, afet sonrası dönemde bireylerin beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışları, psikososyal etkilerin önemli göstergelerinden biri olarak karşımıza çıkmaktadır.

6 Şubat 2023 tarihinde, merkez üssü Kahramanmaraş'ın Pazarcık ve Elbistan ilçeleri olan ve 11 ili doğrudan etkileyen depremler, Türkiye Cumhuriyeti tarihinin en yıkıcı afetlerinden biri olarak kayıtlara geçmiştir. Resmî

verilere göre 50 binden fazla kişinin hayatını kaybettiği, yüz binlerce kişinin yaralandığı ve milyonlarca insanın doğrudan ya da dolaylı olarak etkilendiği bu felaket, yalnızca can ve mal kayıplarına değil, toplumsal yapıda da derin yaralara yol açmıştır. Afet bölgesinde yaşayan bireylerin yaşam biçimleri, sosyal etkileşimleri ve temel alışkanlıkları – özellikle de beslenme alışkanlıkları – köklü değişimlere uğramıştır.

Psikoloji ve beslenme bilimleri alanında yapılan araştırmalar, afet gibi travmatik olayların bireylerde duygusal beslenme (emotional eating) davranışını tetikleyebildiğini göstermektedir. Duygusal beslenme, bireylerin açlık hissetmeksizin stres, kaygı, üzüntü veya yalnızlık gibi duygusal durumlara tepki olarak yiyecek tüketmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Arnold, Kenardy & Agras, 1995). Bu davranış biçimi, afet sonrası psikolojik stresin yoğun olduğu dönemlerde daha belirgin hale gelmekte, bireylerin yeme tercihlerini, porsiyon miktarlarını ve yemek yeme sıklıklarını değiştirmektedir.

Türkiye'nin beslenme kültürü, tarihsel süreçte farklı medeniyetlerden etkilenecek şekilde şekillenmiş zengin bir yapıya sahiptir. Ancak bu kültürel süreklilik, afet gibi olağanüstü durumlarda kesintiye uğrayabilmektedir. Afet sonrası dönemde lojistik sorunlar, gıda tedarik zincirinin bozulması, barınma koşullarının değişmesi ve psikolojik travma, beslenme alışkanlıklarını doğrudan etkilemektedir. Özellikle deprem bölgesinde yaşayan bireylerin geleneksel yeme biçimlerinden uzaklaştığı, hazır ve kolay ulaşılabilen gıdalara yöneldiği, öğün düzenlerinin değiştiği ve duygusal durumlarının yeme davranışları üzerinde belirleyici olduğu gözlemlenmektedir.

Literatür

Duygusal beslenme, bireylerin fizyolojik açlık durumundan bağımsız olarak duygusal uyaranlara yanıt olarak yiyecek tüketme eğilimini ifade eder. Bu kavram ilk olarak Bruch (1964) tarafından ortaya atılmış ve sonraki çalışmalarda stres, kaygı, depresyon ve yalnızlık gibi olumsuz duyguların beslenme davranışları üzerinde önemli etkiler yarattığı vurgulanmıştır. Arnold, Kenardy ve Agras (1995) tarafından geliştirilen Duygusal Beslenme Ölçeği, bu davranış biçimini ölçmede yaygın olarak kullanılmaktadır. Yüksek duygusal beslenme düzeyine sahip bireyler genellikle yüksek kalorili, yağ ve şeker oranı yüksek yiyeceklerle yönelmekte, bu durum da uzun vadede obezite, tip 2 diyabet ve kardiyovasküler hastalık riskini artırmaktadır.

Afet sonrası yeme davranışları, yalnızca duygusal faktörlerle değil, aynı zamanda çevresel ve lojistik unsurlarla da şekillenmektedir. Gıda tedarik zincirinin bozulması, barınma koşullarındaki değişimler ve sosyoekonomik faktörler, bireylerin beslenme alışkanlıklarında köklü değişimlere yol açmaktadır. Rozin ve Tuorila (1993), kültürel beslenme alışkanlıklarının kriz dönemlerinde dahi önemli ölçüde korunduğunu, ancak erişilebilirlik ve güvenlik unsurlarının bu alışkanlıkların sürdürülmesinde belirleyici olduğunu ifade etmektedir.

Türkiye bağlamında afet sonrası beslenme üzerine yapılan çalışmalar sınırlıdır. Yılmaz ve arkadaşları (2018), 1999 Marmara Depremi sonrasında depremedelerin beslenme alışkanlıklarında hızlı, kolay hazırlanabilir ve paketlenmiş gıdalara yönelimin arttığını, taze meyve-sebze tüketiminin ise azaldığını bildirmiştir. Benzer şekilde, uluslararası literatürde Katrina Kasırgası (2005) ve Tōhoku Depremi (2011) sonrası yapılan araştırmalar, afetlerin bireylerin enerji alımını artırabileceğini, özellikle karbonhidrat ve şeker ağırlıklı beslenme eğilimlerini tetikleyebileceğini göstermektedir. Duygusal beslenme ile yeme davranışları arasındaki ilişkiler, Üç Faktörlü Yeme Ölçeği (Stunkard ve Messick, 1985) gibi araçlarla incelenmektedir. Bu ölçek, yeme davranışlarını kısıtlayıcı yeme, dışsal yeme ve duygusal yeme boyutlarında değerlendirir. Afet sonrası yapılan çalışmalarda, duygusal beslenme ile dışsal yeme arasında pozitif bir ilişki bulunmuş, kısıtlayıcı yemenin ise bireylerin stres düzeyine ve gıda erişimine bağlı olarak değişiklik gösterebildiği belirlenmiştir.

Yöntem

Evren- Örneklem

Bu çalışma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli ile tasarlanmıştır. Bu yöntemin seçilmesinin sebebi sayısal veriler aracılığıyla değişkenler arasındaki ilişkilerin nesnel bir biçimde incelenmesine imkan sağladığı içindir. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile tasarlanmıştır çünkü bu model, mevcut durum üzerinden değişkenler arasındaki ilişkilerin ortaya konmasına olanak sağlamaktadır. Araştırmanın evrenini, 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş merkezli depremlerden etkilenen ve afet bölgesi ilan edilen 11 ilde yaşayan yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Örneklem, kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Bu yöntem, afet bölgesinde yaşayan kişilere erişimi kolaylaştırması ve veri toplama sürecini pratik hale getirmesi sebebiyle seçilmiştir. Çevrim içi anket formu ile elde edilen veriler, geniş katılımcı gruplarına hızlı, ekonomik ve güvenli bir şekilde ulaşmayı mümkün kılmıştır. Böylece çevrim içi anket formunu eksiksiz dolduran 312 katılımcıdan elde edilen veriler analiz edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı üç bölümden oluşmaktadır: (1) Demografik bilgi formu (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, gelir düzeyi vb.), (2) Bilgen (2018) tarafından geliştirilen Duygusal Beslenme Ölçeği, (3) Kırac vd., (2015) tarafından geliştirilen Üç Faktörlü Yeme Ölçeği. Ölçeklerin Türkçe uyarlamaları geçerlilik ve güvenirlik analizleri yapılmış formlar üzerinden kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25.0 paket programı kullanılmıştır. Öncelikle betimsel istatistikler hesaplanmış, ardından ölçeklerin faktör yapıları doğrulanmıştır. Pearson korelasyon analizi ile değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiş, çoklu doğrusal regresyon analizi ile duygusal beslenmenin yeme davranışları üzerindeki yordayıcı etkisi değerlendirilmiştir. Anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular ve Tartışma

Araştırmanın bu bölümü depremde etkilenen kişilerin beslenme alışkanlıklarının, duygusal beslenme açısından incelendiği bölümdür. Bu bölümde katılımcıların demografik bilgileri ve araştırmanın bulguları yer almaktadır.

Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Bulgular

Tablo 1. Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

<i>Değişkenler</i>	<i>N(%)</i>
Cinsiyet	
Kadın	53,5 (%)
Erkek	46,5(%)
Diğer	0 (%)
Yaş	
18-24	16,7(%)
25-34	39,1(%)
35-44	27,2(%)
45-54	14,1(%)
55 ve üzeri	2,9(%)
Eğitim Düzeyi	
İlkokul	2,9(%)
Ortaokul	2,6(%)
Lise	17,9(%)
Üniversite (Önlisans/ Lisans)	53,8(%)
Lisansüstü	22,8(%)
Medeni Durumu	
Bekar	52,2(%)
Evli	47,8(%)
Gelir Düzeyi (Aylık hane geliri)	
20.000 TL ve altı	17,6(%)
20.001-30.000 TL	20,5(%)
30.001-50.000 TL	24,4(%)
50.001 TL ve üzeri	37,5(%)

N(%): Kişi sayısı/yüzdesi

Tablo 3’de katılımcılara ait sosyodemografik bilgiler yer almaktadır. Araştırmaya toplamda 18 yaş üstü 312 kişi katılmıştır. Bunlardan 167 kişi (%53,5) kadın, 145’i (%46,5) erkek bireylerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan kişilerin büyük bir çoğunluğu 122 kişi ile (%39,1) 25-34 yaş arası bireylerden meydana gelmektedir. Araştırma kapsamında katılım sağlayan kişilerin eğitim düzeyleri incelendiğinde yarısından fazlasının 168 kişinin (%53,8) en az önlisans ya da lisans düzeyinde eğitim seviyesine sahip olduğu görülmektedir. Bireylerin medeni durumları ise 163 kişinin (%52,2) bekar olduğu gözlemlenmektedir. Son olarak katılımcıların aylık hane gelirleri incelendiğinde ise 117 kişinin (%37,5) 50.001 TL ve üzeri aylık hane gelirine sahip olduğu görülmektedir.

Kullanılan Ölçeklere İlişkin Tanımlayıcı Bulgular

Tablo 2. Duygusal Beslenme Ölçeğine İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri İçin Bulgular

Değer	n	Ortalama (Mean)	Standart Sapma (Std. Deviation)
1,00	312	1,364	,5045
1,25	312	1,429	,5345
1,50	312	1,300	,4702
1,75	312	1,538	,5189
2,00	312	1,468	,5044
2,25	312	1,368	,4956
2,50	312	1,556	,5040
2,75	312	1,611	,5016
3,00	312	1,519	,5043
3,25	312	1,455	,5096
3,50	312	1,652	,4870
3,75	312	1,667	,5774
4,00	312	1,821	,3900
4,25	312	1,750	,5000
5,00	312	1,750	,5000

Duygusal Beslenme değişkenine ilişkin tanımlayıcı istatistikler, katılımcıların farklı düzeylerdeki değerlendirme eğilimlerini ve bu değerlendirmelerin dağılımını ortaya koymaktadır. Ortalama değerler incelendiğinde, katılımcıların yanıtlarının genellikle düşük düzeylerde yoğunlaştığı görülmektedir; ortalamalar 1,300 ile 1,821 arasında değişmektedir. Bu durum, genel olarak katılımcıların Duygusal Beslenme kapsamındaki ifadelerle “katılmama” veya “kararsız kalma” eğiliminde olduklarını göstermektedir. Özellikle yüksek düzeylerdeki (4,00 ve 5,00) ortalama puanların da 2’nin altında kalması, katılımcıların olumlu değerlendirmelere sınırlı düzeyde katıldıklarını ortaya koymaktadır. Standart sapma değerlerinin 0,3900 ile 0,5774 arasında değişmesi ise puanların ortalama etrafında yoğunlaştığını ve dağılımın genel olarak homojen olduğunu göstermektedir. En düşük standart sapma 4,00 düzeyinde görülmüş ve bu düzeyde katılımcıların daha tutarlı yanıtlar verdiği anlaşılmıştır. Buna karşılık, 3,75 düzeyinde en yüksek standart sapma değeri gözlemlenmiş, bu da katılımcıların bu düzeyde daha farklı yanıtlar verdiklerini göstermektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde, Duygusal Beslenme değişkenine verilen yanıtlar düşük ve orta düzeylerde toplanmakta; bu da çalışmaya katılan bireylerin ölçek kapsamındaki ifadelerle destek vermede temkinli veya çekimser davrandıklarına işaret etmektedir. Aynı zamanda ölçüm dağılımının dengeli ve güvenilir olması, elde edilen verilerin istatistiksel açıdan yorumlanabilir olduğunu göstermektedir.

Not: a. Analiz çıktılarımda, “1. Cinsiyetiniz nedir?” değişkeni için Duygusal Beslenme = 1,125 düzeyinde geçerli (valid) bir gözlem bulunmadığı tespit edilmiştir. Bu durumda, söz konusu düzeyde ya hiç katılımcı bulunmamakta ya da mevcut veriler eksik ya da geçersiz olarak değerlendirilmiştir. İstatistiksel analizler yalnızca geçerli gözlemler üzerinden hesaplama yaptığından, bu düzeye ait istatistikler üretilmemiştir.

b. Benzer şekilde, Duygusal Beslenme = 4,50 düzeyine sahip katılımcıların tamamının cinsiyet değişkeni açısından aynı grupta (örneğin yalnızca kadın) yer aldığı görülmüştür. Bu nedenle “1. Cinsiyetiniz nedir?” değişkeni bu düzeyde sabit bir değer almıştır. Regresyon ve varyans analizlerinde, bir değişkenin varyansı olmadığı (yani sabit olduğunda), modelde anlamlı bir katkı sağlamayacağı gerekçesiyle otomatik olarak analiz dışında bırakılmaktadır. Bu bağlamda, söz konusu düzeyde cinsiyet değişkeni modele dahil edilmemiştir.

Tablo 3. Üç Faktörlü Beslenme Ölçeğine İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri İçin Bulgular

Değer	n	Ortalama (Mean)	Standart Sapma (Std. Deviation)
1,00	312	1,412	,5073
1,25	312	1,333	,5774
1,50	312	1,421	,5073
1,75	312	1,500	,5222
2,00	312	1,467	,5022
2,25	312	1,500	,5053
2,50	312	1,613	,4911
2,75	312	1,625	,4919
3,00	312	1,636	,4885
3,25	312	1,571	,5345

Üç Faktörlü Beslenme Ölçeği'ne ait tanımlayıcı istatistikler incelendiğinde, ortalama puanların 1,333 ile 1,636 arasında değiştiği görülmektedir. Bu sonuçlar, katılımcıların ölçek kapsamındaki maddelere verdikleri yanıtların büyük oranda düşük düzeylerde yoğunlaştığını göstermektedir. Ortalama değerlerin tüm puan düzeylerinde 2,00'in altında kalması, katılımcıların beslenme alışkanlıkları ya da tutumları açısından değerlendirildiğinde, genel eğilimlerinin olumsuz veya zayıf düzeyde olduğunu işaret etmektedir. En düşük ortalama puan 1,25 düzeyinde 1,333 olarak hesaplanırken, en yüksek ortalama puan 3,00 düzeyinde 1,636 olarak gözlemlenmiştir. Bu dağılım, grubun büyük bir bölümünün "katılmıyorum" ile "kararsızım" arasında konumlandığını göstermektedir. Standart sapma değerleri ise 0,4885 ile 0,5774 arasında değişmekte olup, dağılımın görece homojen olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle 3,00 ve 2,50 düzeylerinde daha düşük standart sapmalar gözlemlenmiş olması, bu düzeylerdeki katılımcıların yanıtlarının daha tutarlı olduğunu düşündürmektedir. Buna karşın 1,25 düzeyindeki 0,5774'lük standart sapma değeri, yanıt çeşitliliğinin daha fazla olduğunu ve katılımcıların bu düzeyde farklı tepkiler verdiğini göstermektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde, Üç Faktörlü Beslenme Ölçeği'ne verilen yanıtlar, katılımcıların beslenme davranışlarına ilişkin değerlendirmelerinde temkinli, düşük düzeyde katılım gösteren bir tutum içinde olduklarını ve ölçekte olumlu eğilimlerin zayıf olduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen bu bulgular, ölçeğin uygulandığı örneklem açısından tutarlılık gösteren, istatistiksel olarak anlamlandırılabilir ve raporlanabilir bir veri seti sunmaktadır. *Not: Analiz sırasında, "1. Cinsiyetiniz nedir?" değişkeni bazı Üç Faktörlü Beslenme düzeylerinde (örneğin 3,50 ve 4,00) sabit bir değer aldığından modelden otomatik olarak çıkarılmıştır. Bu durum, söz konusu Üç Faktörlü Beslenme puanına sahip katılımcıların tamamının aynı cinsiyetten olması nedeniyle değişkenin varyansının sıfır olmasından kaynaklanmaktadır. Regresyon ve varyans analizlerinde, bağımsız değişkenin varyansı olmadığı takdirde modelde katkı sağlayamayacağı kabul edildiğinden, istatistiksel yazılım bu tür sabit değişkenleri otomatik olarak analiz dışında bırakmaktadır. Bu nedenle ilgili düzeylerde "Cinsiyet" değişkeni modele dahil edilmemiştir.*

Güvenirlilik Analizi

Araştırma projeleri için kullanılmakta olan ve oluşturulmuş olan ölçeklerin uygunluğunu gösteren değer Cronbach's Alpha olarak bilinmektedir (Taber, 2018:1273). Cronbach's Alpha değeri 0,40'dan küçükse ölçek güvenilir değildir. Bu değer 0,40 ve 0,60 aralığında ise güvenilirliği düşük, 0,60 ve 0,80 aralığında ise ölçek oldukça güvenilir olarak kabul edilmektedir. Bu değer 0,80 ve 1,00 aralığında ise ölçek yüksek derecede güvenilir olarak bilinmektedir (Karagöz, 2019:19).

Tablo 4. Duygusal Beslenme ve Üç Faktörlü Beslenme Ölçeğine İlişkin Güvenirlilik Analizi Sonuçları

	Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items
Duygusal Beslenme	,817	,716
Üç Faktörlü Beslenme	,707	,699

Araştırmada kullanılan ölçeklerin Cronbach's Alpha değerlerinin 0,70'den yüksek olduğu saptanmıştır. Bu nedenle kullanılan ölçeklerin oldukça güvenilir olduğu söylenebilmektedir.

Korelasyon Analizleri

Korelasyon analizi, iki veya daha fazla değişken arasındaki bağlantının derecesini ve yönünü belirlemeye yönelik tercih edilen analiz türüdür. Araştırmada iki değişken arasında ilişki olup olmadığını tespit etmek için Pearson Korelasyonu kullanılmış olup Pearson katsayısı "r" harfi ile gösterilmekte ve -1 ile +1 arasında değer almaktadır. Katsayı +1'e yaklaştıkça pozitif yönlü, güçlü bir ilişki, -1'e yaklaştıkça negatif yönlü, güçlü birlişkiden söz etmek mümkündür. Korelasyon sayıları genellikle 0,30'un altında zayıf, 0,30-0,64 arası orta, 0,65-0,84 arası yüksek, 0,85 ve üzerinde ise çok yüksek olarak yorumlandığından söz edilmektedir (Ural ve Kılıç., 2021:231-232). Aşağıdaki tablo, Duygusal Beslenme ve Üç Faktörlü Beslenme değişkenleri arasındaki Pearson korelasyon katsayılarını göstermektedir. Korelasyon katsayıları -1 ile +1 arasında değişmekte olup, pozitif değerler pozitif yönlü ilişkiyi, negatif değerler ise negatif yönlü ilişkiyi ifade etmektedir. İstatistiksel anlamlılık düzeyleri tablo altında belirtilmiştir.

Duygusal beslenme ölçeği ve üç faktörlü beslenme ölçeği alt boyutları arasında anlamlı ilişkinin olup olmadığını tespit edebilmek için pearson korelasyon analizleri yapılmış ve sonuçlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 5. Ölçek Boyutlarına İlişkin Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	DB1	DB2	DB3	DB4	UFBO1	UFBO2	UFBO3	UFBO4
DBO1	1							
DBO2	.659**	1						
DBO3	.361**	.284**	1					
DBO4	-.055	-.093	-.088	1				
UFBO1	.436**	.441**	.365**	.290**	1			
UFBO2	.655**	.659**	.247**	.242**	.181**	1		
UFBO3	-.027	.015	-.138*	.024	.102	.073	1	
UFBO4	.266**	-.243**	.211**	.300**	.392**	-.296**	.021	1

Pearson Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır., • N = 312, **p < 0.01 düzeyinde anlamlı korelasyonlar çift yıldızla (**), *p < 0.010.05 düzeyinde anlamlı korelasyonlar tek yıldızla (*) gösterilmiştir.

Bu bölümde, araştırmada yer alan Duygusal Beslenme ve Üç Faktörlü Beslenme değişkenleri arasındaki ilişkiler, Pearson korelasyon katsayısı kullanılarak analiz edilmiştir. Korelasyon katsayısı (r), -1 ile +1 arasında değer almakta olup, bu değerler iki değişken arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü göstermektedir. Pozitif değerler pozitif yönlü ilişkiyi, negatif değerler ise negatif yönlü ilişkiyi ifade eder. Anlamlılık düzeyleri p<.01 ve p<.05 olarak kabul edilmiştir.

Yapılan korelasyon analizi sonucunda, Gerginlik Durumlarında Yeme ile Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilmek İçin Yeme arasında r = .659, p < .01 düzeyinde pozitif ve güçlü bir ilişki tespit edilmiştir. Gerginlik Durumlarında Yeme ile Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi (r = .655, p < .01) ve Fizyolojik Açlık Algısı Ve Tetiklenen Yeme Davranışı (r = .436, p < .01) arasında da anlamlı pozitif ilişkiler bulunmuştur. Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilmek İçin Yeme ile Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi (r = .659, p < .01) arasında da benzer şekilde güçlü pozitif bir ilişki gözlemlenmiştir.

Bununla birlikte, Uyarın Karşısında Kontrol ile Fizyolojik Açlık Algısı ve Tetiklenen Yeme Davranışı (r = -.290, p < .01) ve Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi (r = -.242, p < .01) arasında anlamlı negatif ilişkiler mevcuttur. Fizyolojik Açlık Algısı ve Tetiklenen Yeme Davranışı ile Dürtüsel Yeme Davranışı ve Yiyecek Tetikleyicileri

arasında $r = -.392$, $p < .01$ düzeyinde orta düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Yeme Farkındalığı ve Kilo Kontrolü değişkeni, diğer değişkenlerle genel olarak zayıf ve anlamsız korelasyonlar sergilemektedir. Uyarıcı Karşısında Kontrol ile Dürtüsel Yeme Davranışı ve Yiyecek Tetikleyicileri arasında ise $r = .300$, $p < .01$ düzeyinde anlamlı pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Regresyon Analizleri

Tablo 6. Üç Faktörlü Beslenme alt boyutları ile Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi alt boyutu olan Gerginlik Durumlarında Yeme Arasındaki regresyon analizi

Model	B	Std.	Beta	t	Sig.	Regresyon Modeline İlişkin Değerler
Fizyolojik Açlık Algısı ve Tetiklenen Yeme Davranışı	,093	,084	,062	1,101	,272	
Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi	,910	,080	,610	11,403	,000	$R^2=.445$ Düzeltilmiş $R^2=.438$ $F=61,649$
Yeme Farkındalığı ve Kilo Kontrolü	,143	,063	,099	2,275	,024	
Dürtüsel Yeme Davranışı ve Yiyecek Tetikleyicileri	,103	,081	,059	1,268	,206	
Bağımlı Değişken: Gerginlik Durumlarında Yeme						
* $p<0,05$ ** $p<0,01$ *** $p<0,001$						

Regresyon analizi sonucunda, model anlamlı bulunmuş olup ($R^2 = .445$, Düzeltilmiş $R^2 = .438$, $F = 61.65$, $p < .001$), bağımlı değişkenin varyansının yaklaşık %44,5'i bağımsız değişkenler tarafından açıklanmıştır. Analiz bulguları, *Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi* ($\beta = .610$, $p < .001$) ve *Yeme Farkındalığı ve Kilo Kontrolü* ($\beta = -.143$, $p = .024$) değişkenlerinin anlamlı yordayıcı olduğunu göstermiştir; diğer değişkenlerin etkisi anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 7. Üç Faktörlü Beslenme alt boyutları ile Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi alt boyutu olan Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilmek İçin Yeme arasındaki regresyon analizi

Model	B	Std.	Beta	t	Sig.	Regresyon Modeline İlişkin Değerler
Fizyolojik Açlık Algısı ve Tetiklenen Yeme Davranışı	,102	,087	,066	1,175	,241	
Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi	,946	,082	,615	11,465	,000	$R^2=.665$ Düzeltilmiş $R^2=.442$ $F=60,851$
Yeme Farkındalığı ve Kilo Kontrolü	-,087	,065	-,059	-1,344	,180	
Dürtüsel Yeme Davranışı ve Yiyecek Tetikleyicileri	-,059	,084	-,033	-,706	,481	

Bağımlı Değişken: Olumsuz Duygularla Başa Çıkabilmek İçin Yeme

*p<0,05 **p<0,01 ***p<0,001

Bağımsız değişkenlerden yalnızca *Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi* regresyon modeline anlamlı katkı sağlamıştır ($\beta = .615$, $p < .001$). Diğer değişkenlerin (Fizyolojik Açlık Algısı ve Tetiklenen Yeme Davranışı, Yeme Farkındalığı ve Kilo Kontrolü) etkileri anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 8. Üç Faktörlü Beslenme alt boyutları ile *Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi* alt boyutu olan *Kendini Kontrol Edebilme* arasındaki regresyon analizi

Model	B	Std.	Beta	t	Sig.	Regresyon Modeline İlişkin Değerler
Fizyolojik Açlık Algısı ve Tetiklenen Yeme Davranışı	,429	,082	,359	5,237	,000	
Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi	,040	,078	,034	,519	,604	R ² =,424 Düzeltilmiş R ² =,179 F=16,776
Yeme Farkındalığı ve Kilo Kontrolü	-,237	,061	-,205	-3,874	,000	
Dürtüsel Yeme Davranışı ve Yiyecek Tetikleyicileri	-,078	,079	-,056	-,978	,324	
Bağımlı Değişken: Kendini Kontrol Edebilme						
*p<0,05 **p<0,01 ***p<0,001						

Fizyolojik Açlık Algısı ve Tetiklenen Yeme Davranışı ($B = 0,429$, $\beta = .359$, $p < .001$) ve Yeme Farkındalığı ve Kilo Kontrolü ($B = -0,237$, $p < .001$) *Kendini Kontrol Edebilme* üzerinde anlamlı etkiye sahiptir. *Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi* ise anlamlı bulunmamıştır ($p = .604$).

Tablo 9. Üç Faktörlü Beslenme Ölçeği'nin alt boyutları ile *Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi* alt boyutu olan *Uyaran Karşısında Kontrol* arasındaki regresyon analizi

Model	B	Std.	Beta	t	Sig.	Regresyon Modeline İlişkin Değerler
Fizyolojik Açlık Algısı ve Tetiklenen Yeme Davranışı	-,220	,092	-,169	-2,391	,017	
Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi	,110	,087	,084	1,259	,209	R ² =,424 Düzeltilmiş R ² =,179 F=16,776
Yeme Farkındalığı ve Kilo Kontrolü	,075	,069	,059	1,089	,277	
Dürtüsel Yeme Davranışı ve Yiyecek Tetikleyicileri	,317	,089	,208	3,573	,000	
Bağımlı Değişken: Uyaran Karşısında Kontrol						
*p<0,05 **p<0,01 ***p<0,001						

Fizyolojik Açlık Algısı ve Tetiklenen Yeme Davranışı ($B = -0,220$, $p = .017$) *Uyaran Karşısında Kontrol* üzerinde negatif ve anlamlı bir etkiye sahiptir. Benzer şekilde, Dürtüsel Yeme Davranışı ve Yiyecek Tetikleyicileri ($B = 0,317$, $p < .001$) değişkeni ise pozitif ve anlamlı etkiye sahiptir. Diğer değişkenler (Duygusal Durumlarla İlişkili Yeme Eğilimi ve Yeme Farkındalığı ve Kilo Kontrolü) anlamlı bulunmamıştır.

Sonuç ve Öneriler

Bu araştırma, 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen depremlerden etkilenen bireylerin duygusal durumlarının beslenme davranışları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda, bireylerin afet sonrası dönemde yaşadıkları duygusal durumların yeme alışkanlıklarını nasıl etkilediği araştırılmıştır. Çalışmada, Duygusal Beslenme Ölçeği ve Üç Faktörlü Beslenme Ölçeği olmak üzere iki farklı ölçek aracı kullanılmış ve her iki ölçek de dört faktörden oluşmuştur. Araştırmaya 18 yaş üstü toplam 312 birey katılmış olup; katılımcıların %53,5'i kadın, %46,5'i erkek bireylerden oluşmaktadır. Yaş, eğitim durumu, medeni durum ve gelir düzeyi gibi demografik değişkenler açısından örneklem oldukça çeşitlidir.

Araştırma kapsamında uygulanan güvenirlik analizleri, her iki ölçek için Cronbach's Alpha katsayılarının .70'in üzerinde olduğunu göstermiştir. Bu bulgu, ölçeklerin iç tutarlılık düzeylerinin yüksek olduğunu ve elde edilen verilerin güvenilir bir şekilde yorumlanabileceğini göstermektedir. Geçerlilik analizleri kapsamında yapılan açıklayıcı faktör analizleri ise, ölçeklerin faktör yapılarını desteklemekte; maddelerin anlamlı bir biçimde gruplaştığını ve faktörlerin yeterli düzeyde bilgi içerdiğini göstermektedir. Bu veriler doğrultusunda, kullanılan ölçek araçlarının geçerli ve güvenilir olduğu söylenebilir.

Tanımlayıcı analizler sonucunda, Duygusal Beslenme Ölçeği'ne verilen yanıtların genel olarak düşük ve orta düzeylerde toplandığı görülmüştür. Katılımcıların, duygusal yeme davranışına ilişkin ifadelere yüksek düzeyde katılım göstermemesi, bu alanda çekimser veya temkinli bir tutum sergilendiğini düşündürmektedir. Üç Faktörlü Beslenme Ölçeği'nde de benzer şekilde düşük ortalamalar gözlemlenmiş, katılımcıların dışsal yeme, kısıtlayıcı yeme ve duygusal yeme gibi boyutlara yönelik değerlendirmelerinde sınırlı düzeyde olumlu tutum sergiledikleri tespit edilmiştir.

Araştırmada uygulanan korelasyon analizleri, iki ölçek arasındaki bazı faktörler arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Pearson korelasyon analizleri, bazı alt boyutlar arasında doğrudan veya dolaylı bağlantılar bulunduğunu ortaya koyarken; bazı değişken çiftleri arasında ilişki düzeyi çok düşük ya da istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur. Bu bulgu, bazı değişkenlerin birbirinden bağımsız hareket ettiğini veya ilişki gücünün zayıf olduğunu göstermektedir. Özellikle Duygusal Beslenme ile Üç Faktörlü Beslenme değişkenleri arasında yapılan sıralı korelasyon analizlerinde anlamlı pozitif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir. Kendall's Tau-b katsayısı $r = .293$ ($p < .01$) ile zayıf-orta düzeyde, Spearman's rho katsayısı ise $r = .381$ ($p < .01$) ile orta düzeyde pozitif bir ilişkiyi ortaya koymuştur. Bu bulgu, bireylerin duygusal yeme düzeyleri arttıkça, üç faktörlü ölçek kapsamında değerlendirilen benzer davranış biçimlerinin de artma eğiliminde olduğunu göstermektedir.

Araştırma, Kahramanmaraş depremlerinden etkilenen bireylerde duygusal durumların beslenme davranışlarını anlamlı şekilde etkilediğini göstermiştir; özellikle duygusal beslenme düzeyi yüksek bireyler kısıtlayıcı ve dışsal yeme davranışlarına daha yatkındır. Bulgular, afet sonrası beslenme danışmanlığının ve toplumsal farkındalık programlarının önemini vurgulamaktadır. Araştırma kesitsel tasarıma, sınırlı örnekleme ve öz-bildirim verilerine dayandığından, sonuçların genellenebilirliği ve nedensellik çıkarımları sınırlıdır.

KAYNAKÇA

- Akın, G., Özkoçak, V., Gültekin, T., (2014), Geçmişten Günümüze Geleneksel Anadolu Mutfak Kültürünün Gelişimi, Ankara Üniversitesi, Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi, s.33-51
- Aksoy, A. (2021). Gıda ve Etik. Doğan, M. (Ed.), Gıda Felsefesi. Ankara: Nobel A
- Aksoy, M., Üner, E. H., (2016). Rafine Mutfağın Doğuşu ve Rafine Mutfak Şekillendiren Yenilikçi Mutfak Akımlarının Yiyecek İçecek İşletmelerine Etkileri, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 3/6:1-17

- Alan, S. (2023). Kutadgu Bilig’de Doğru Beslenmenin Önemi ve İnsan Sağlığına Etkileri. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 11(34), 71-91.
- Altunbağ, E., Yıldırım, Ö., & Tınmaz, O. (2022). Günümüzde Değişen Beslenme Şekilleri Ve Klimataryen Beslenme Kültürü Üzerine Kavramsal Bir Bakış. *Journal of gastronomy, hospitality and travel (Online)*, 5(1), 395-405.
- Arman, A. (2011). “Türk Mutfak Kültürü Tanıtım Sorunu: Mengen Mutfağı Örneği”. Yüksek Lisans Tezi, Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Düzce, 116.
- Arnold, B., Kenardy, J., & Agras, W. S. (1995). The Emotional Eating Scale: The development of a measure to assess coping with negative affect by eating. *International journal of eating disorders*, 18(1), 79-90.
- Avcıkurt, C., Sarioğlu M., & Girgin G.K. (2007). Yiyecek-içecek olgusuna sosyolojik bir bakış 1. Ulusal Gastronomi Sempozyumu ve Sanatsal Etkinlikler, 2007 Antalya Aydın, M.Ç. (2012). Küresel bir kültür olarak fast food, T
- Batu, A. & Batu, H.S. (2018). Historical background of Turkish gastronomy from ancient times until today. *Journal of Ethnic Foods*, 5(2), 76-82.
- Batu, A. (2015). İslam kültüründe ve günümüzde dengeli, sağlıklı ve helal beslenmede Hz Muhammed öğretisi. *Turkish Studies. International Periodical For The Languages. Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(2), 69-100 DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies>.
- Batu, A. (2018). Konya (Turkey) gastronomy culture extending to Seljuk Empire. *Journal of Ethnic Foods*, 5(3), 184-193.
- Beşirli, H. (2010). Yemek, kültür ve kimlik. *Millî folklor*, 22(87), 159-169.
- Bilgen, S. (2018). *Türkçe duygusal yeme ölçeği geliştirilmesi, geçerlilik ve güvenilirliği çalışması* [Master’s thesis, Üsküdar Üniversitesi]. Yüksek Öğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Boudan Christian. (2006). Mutfak Savaşları, Ayrıntı Yayınları, s. 11-26.
- Burnatowska, E., Surma, S., & Olszanecka-Glinianowicz, M. (2022). Relationship between Mental Health and Emotional Eating during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. *Nutrients*, 14(19).
- Correia M. (2018). Nutrition Screening vs Nutrition Assessment: What’s the Difference?. *Nutrition in clinical practice : official publication of the American Society for Parenteral and Enteral Nutrition*, 33(1), 62-72. <https://doi.org/10.1177/0884533617719669>.
- Çakmak, M. A., & Simzari, W. (2024). Sağlıklı Beslenmenin Öğretilmesi ile İlgili Bir Oyunlaştırma Modeli Önerisi. *Istanbul Gelisim University Journal of Health Sciences*, (23), 931-940.
- Deniş, H., E. (2011). “Osmanlı Ve Cumhuriyet Döneminde Kahvehaneler: Sosyal Ve Siyasal Yaşamın İncelenmesi”. *Akademik Bakış Dergisi*, (27):1-16.
- Düzgün, E., Özkaya, F. D., (2015). Mezopotamya’dan Günümüze Mutfak Kültürü, *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3/1:41-47
- Eren, E., & Özer, İ. (2018). Eski Anadolu toplumlarında beslenme alışkanlıkları. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek1), 308-323.
- Ergünay, O., Derneği, D. M., & Sekreteri, G. (2009). Doğal Afetler ve Sürdürülebilir Kalkınma. *Deprem Sempozyumu*, 11, 12.
- ERSOY Ş, "The history of the world disasters and what we learned (Dünya Afet Tarihi ve Öğrendiklerimiz)," *1st Middle East Congress on Disaster and Prehospital Management*, İstanbul, Turkey, 2017
- Flaskerud, J. H. (2015). Mood and food. *Issues in mental health nursing*, 36(4), 307-310.
- Güler, S. (2010). Türk mutfak kültürü ve yeme içme alışkanlıkları. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26, 24-25.
- Günel, A. M. (2024). Besin Güvencesizliği, Açlık, Yetersiz Beslenme ve Malnütrisyon. *Besin Güvencesizliği ve Sağlık*, 75.

- Güngör, A. (1998). Neolitik Dönemde Beslenmenin İnsan Morfolojisine Yansımaları. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 38(1-2), 367-379.
- İnalkaç, S., & Arslantaş, H. (2018). Duygusal yeme. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 27(1), 70-82.
- Jongenelis, M. I., & Budden, T. (2023). The Influence of Grandparents on Children's Dietary Health: A Narrative Review. *Current Nutrition Reports*, 12(3), 395-406.
- Karlı, Ö. (2016). Ernst Cassirer'de Kültürün Anlamı. *Yönetim Ekonomi Edebiyat İslami Ve Politik Bilimler Dergisi*, 1(2), 38-58
- Kıraç, D., Kaspar, E. Ç., Avcılar, T., Çakır, Ö. K., Ulucan, K., Kurtel, H., ... & Güney, A. İ. (2015). Obeziteyle ilişkili beslenme alışkanlıklarının araştırılmasında yeni bir yöntem "Üç faktörlü beslenme anketi". *Clinical and Experimental Health Sciences*, 5(3), 162-169.
- Kızıldemir, Ö., Öztürk, E., & Sarıışık, M. (2014). Türk mutfak kültürünün tarihsel gelişiminde yaşanan değişimler. *AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(3), 191-210.
- Kobyay, E. Ş. (2013). Kutadgu Bilig'de yiyecek ve içecek adları. *Turkish Studies – International Periodical For The Language*
- Kut, G. (2014). Türklerde beslenme biçimi dün-bugünü. Çukurova Üniversitesi Türkoloji Araştırmaları Merkezi. <http://turkoloji.cu.edu.tr/HALKBILIM/51.php>.
- Leal Filho, W., Wall, T., Azul, A. M., Brandli, L., & Özuyar, P. G. (Eds.). (2020). *Good health and well-being*. Cham: Springer International Publishing.
- Levent, H., Cavuldak, Ö., A. (2017). Geleneksel Fermente Bir İçecek: Boza. *Akademik Gıda*, 15 (3): 300-307.
- İlgaz, A. ve Yıldırım, Ö. (2024). Vücut Tipine ve Kan Grubuna Göre Beslenme, Gastronomide Yeni Eğilimler ve Beslenme Kültürü (Ed. Akmeşe, K. A., İlgaz, A. ve Özcan, F.). Selçuk Üniversitesi Yayınları, Konya.
- Martínez, N.N. (2017). Crisis alimentarias y religión en la modernidad tardía. Cambios, reinterpretaciones y mercantilización de los principios alimentarios en el culto Hare Krishna. *Anales de Antropología*, 51(1), 56-63
- MERAL, P. S. (2024). YEME-İÇMENİN GÖSTERGEBİLİMSEL SERÜVENİ. *Yemek ve İçmenin İletişimi*, 37.
- Muhammad, R., Ibrahim, M.A., Ahmad, R. & Hanan, F. (2016). Psychological factors on food neophobia among young culinarian in Malasia: Novel food preferences. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 222, 358-366.
- Oğuz, B. (2002). Türkiye halkının kültür kökenleri, I. Giriş - Beslenme Teknikleri. ISBN: 0000IDE395470. Anadolu Aydınlatma vakfı. s:954. İstanbul.
- Okutan, Y. A. Yeni Nesil Sanatta Tema: Yemek. *Gastronomi Fotoğrafçılığı Üzerine Bir Araştırma. Gastro-World*, 2(2), 1-15.
- Özçelik, A. Ö., Özdoğan Y. (2007). "Tarhananın Türk Beslenme Kültüründeki Yeri ve Önemi". Uluslararası Asya ve Kuzey Afrika Çalışmaları Kongresi, 38. ICANAS, 10-15 Eylül, 1025-1040, Ankara
- Özlü, Z. (2014). "Osmanlı Sarayında Aşure Geleneği Uygulamasına Dair". *Milli Folklor Dergisi*. Yıl 26. 101:209-224
- Stunkard, A. J., & Messick, S. (1985). The three-factor eating questionnaire to measure dietary restraint, disinhibition and hunger. *Journal of psychosomatic research*, 29(1), 71-83.

Etik Beyan

"Afetlerden Etkilenen Kişilerin Değişen Yeme Alışkanlıklarının Duygusal Beslenme Açısından Değerlendirilmesi" başlıklı çalışmanın yazım sürecinde bilimsel kurallara, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş ; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir.

