

KULLANICI DAVRANIŞ DEğİŞİMİNİ ETKİLEYEN DEğİŞKENLERİN VE SÜRDÜRÜLEBİLİR DAVRANIŞLARIN ANALİZİ: HANE İÇİNDE MUTFAK PRATİKLERİ (EYLEMLERİ) ÜZERİNE BİR VAKA ÇALIŞMASI

Bengü Dağlı, Doęuő Üniversitesi, Endüstriyel Tasarım Bölümü,
bdagli@dogus.edu.tr

Ahmet Zeki Turan, Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi,
Endüstriyel Tasarım Bölümü, ahmet.zeki.turan@msgsu.edu.tr

Günümüzde doğal kaynakların tükenmesi, aşırı tüketim sonucunda türlerin yok olması, çevresel problemler, dünya ve insanlık için yeni çözüm arayışlarını zorunlu kılmıştır. Bu araştırmanın çıkış noktası, sürdürülemez tüketim davranışı problemini ele almak için birçok sürdürülebilir tasarım yaklaşımının uygulandığı, ancak çabaların kullanıcı davranışlarında hala yeterince etkili olmadığı gözlemdir. “Sürdürülebilir tasarım” geniş kapsamlı bir kavram olduğu için çalışma alanı ve yöntemlerinde farklı metodolojilerde karşımıza çıkmaktadır ve literatürde de davranış değişimi stratejilerini içeren pek çok teorik ve kavramsal çerçeve bulunmaktadır. Bu araştırma “sürdürülebilir davranış” konusundaki anlaşılabilirliği kolaylaştırarak, gündelik/rutin mutfak eylemlerimizin altında yatan toplumsal sürdürülebilir/sürdürülemez davranış kodlarını ortaya çıkarmayı amaçlamıştır. Araştırmada davranış, öncelikle psiko-sosyal teoriler zemininde incelenecektir. Ardından kullanıcılardaki davranış ve hassasiyet kodları anket yöntemiyle analiz edilerek kodlar davranış teorileri bağlamında açıklanacaktır. Bu inceleme sonucunda ise endüstriyel tasarım hizmetlerinde/sürecinde sürdürülebilir davranışı teşvik eden faktörlerin neler olabileceğine dair ürün tasarım ekosistemine fırsatlar-bariyerler tablosu sunabilmektedir. Sürdürülebilir davranışı teşvik eden etmenler yeniden düzenlenebilir veya geleceğe yönelik potansiyelleri ortaya çıkarabilir.

Anahtar Kelimeler: Sürdürülebilirlik; sürdürülebilir davranış için tasarım; çevre yanlısı davranış; mutfak pratikleri.

GİRİŞ

“Sürdürülebilirlik” farklı bilim dallarında uzun zamandır ele alınan ve tanınan bir araştırma alanı haline gelmiştir. Bu çalışma genelinde, konu üzerine literatürden derlenen görüşler, belirli kişilerle yapılan anketten oluşan alan çalışmasının bulguları ışığında “sürdürülebilir davranış için tasarım” kavramının endüstriyel tasarıma sosyolojik/psikolojik açıdan nasıl dâhil edilebileceğine dair analizlerde ve buna bağlı önerilerde bulunulacaktır. Belirlenen hane içi mutfak davranışları “planlama, alışveriş, pişirme, yeme-içme, düzenleme, elden çıkarma vb.” eylemler üzerinden araştırılmaktadır. Bu çalışmada, teorik bilgi düzeyindeki farklılıklara odaklanılmıştır. Sürdürülebilir davranış konusunu anlamak, sürdürmek, duyarlılıklarımıza yansıtma; davranışlarımızı değiştirerek eylemlerimize aktarmak iklim krizi sebebiyle de zorunluluk haline gelmiştir.

ENDÜSTRİYEL TASARIMLA SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK: TÜKETİMİ ANLAMA VE DÖNÜŞTÜRME ÇABASI

Brundtland Raporu’nda UNEP [1] (1987) tarafından “bugünün gereksinimlerini, gelecek kuşakların da kendi gereksinimlerini karşılayabilme olanağından ödün vermeksizin karşılamak” olarak sürdürülebilirlik tanımı yapılmıştır. Bugünün ve yarının toplumlarında ekolojik, sosyal ve ekonomik temeli korumak amacıyla; doğal sistemlerden yararlanma yollarını yönetmek için sorumluluk alınmalıdır (Bhamra ve Lofthouse, 2007). 2000 yılında oluşturulmuş olan Sürdürülebilir Kalkınma Hedefleri, Birleşmiş Milletler Üyesi ülkeler tarafından 2030 yılına kadar uygulanması talep edilen eylemleri içeren bir evrensel çağrıdır (UNDP [2], 2015). Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları’ndan “Sorunlu Üretim ve Tüketim, Sağlık ve Kaliteli Yaşam” hane içi mutfak eylemlerinin sürdürülebilir davranış ve davranış değişimi bağlamında araştırılacak olduğu bu çalışmanın konuları arasındadır.

Sürdürülebilir tasarım için önemli eserlerden (Papanek, 1985) Gerçek Dünya için Tasarım (*Design for the Real World*), (Whiteley, 1993) Toplum İçin Tasarım (*Design For Society*) kitaplarında da

belirtildiği gibi üretim ve tüketim kültürü üzerinde endüstriyel tasarımcıların ve eserlerinin etkisi büyüktür. Endüstriyel üretimle sağlanan ürün ve eserler, endüstriyel tasarımcıların bakış açısını temsil etmektedir. Endüstriyel tasarım ürünleri yalnızca bir amaca hizmet eden ve işlevsel anlamı olan nesnelere değildir; aynı zamanda toplumun geleceğini şekillendiren, geçmiş yaşantımız hakkında anlamların ve değerlerin bilgisini taşıyan, kültürel kimliğimizi yansıtan nesnelere (Madran ve Özsoy, 2015).

Kuijer (2014) çeşitli yazarlardan aktarımlarla konuyu şu şekilde açıklamıştır: Hanelerdeki kaynak tüketimini azaltmayı amaçlayan endüstriyel ürün tasarımcıları, arzu edilen değişimin olası başlatıcıları olarak belirlenmiştir. Bu nedenle Kuijer'e göre (2014), ürün tasarımı ve tasarımcısı, davranış ve değerler bütününe etki ederek tüketim seviyelerini azaltmak için gereken değişimi kolaylaştırıcı ve yaygınlaştırıcı etkiye sahiptir.

Sürdürülebilir Davranış için Tasarım

Sürdürülebilir davranış için tasarım bir ürünün daha sürdürülebilir eyleme yönelik kullanım aşamasında tüketici davranışını etkilemek için tasarım stratejilerinin uygulanmasıyla ilgili gelişmekte olan bir araştırma alanıdır (Wilson, 2013). Sürdürülebilir davranış için tasarım teorik ve kuramsal çerçeveyi, olası stratejileri sunarak açıklamaktadır, yapılandırmaktadır. Fakat konunun sistemi ve uygulanabilirliği için çerçevelerin ve süreçlerin nelerle ilgili olduğu konusunda toplu bir fikir birliği sağlanamamıştır (Ceschin ve Gaziulusoy, 2016).

Bu alandaki problemleri noktaları fark eden (Coşkun, 2020), tasarımcının, tasarım strateji ve müdahaleleri geliştirirken, öncelikle hangi davranışsal faktörleri, hangi davranış için araştırdığını anlamakla, ikinci olarak davranış değişkenlerini gözeterek (örneğin bilgi, beceri, niyetler, tutumlar, inançlar, davranışlar, kişilik özellikleri vb.) kullanıcı örneğini iyi bilmekle, son olarak özelliklerin farklılığını ve çeşitliliğini detaylı irdelemekle sorumlu olduğunu belirtmiştir. Fakat Coşkun (2020), son ihtiyaca yönelik kullanıcı ve davranış analizlerinde farklılık ve çeşitlilik gözetilen kaynakların kısıtlı olduğunu açıklamıştır. Bu

alanda daha fazla araştırma ve bilimsel çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

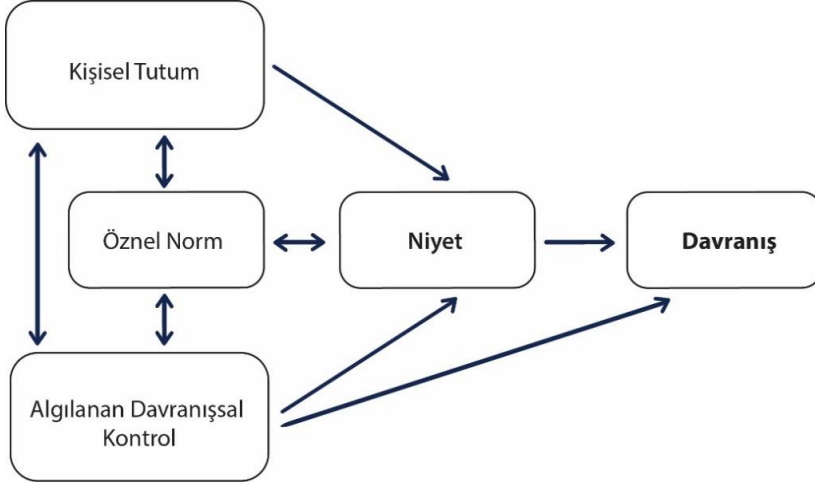
Sürdürülebilirliğe Psiko-sosyal Bakış: Davranış Değişkenleri ve Teorilerinin Gözden Geçirilmesi

Çevre yanlısı davranışlar, çevreyi bir bütün olarak ve/veya belirli bir çevreyi koruyabilen eylemler olarak tanımlanmaktadır (Ghazali vd., 2019). Çevrecilik, davranışsal olarak çevre yanlısı niyetle eylemlerde bulunma eğilimi olarak da tanımlanabilir (Stern, 2000). Bazı çevre yanlısı davranış yaklaşımlarının açıklandığı ve değerlendirildiği temel davranış teori ve tanımları ele alınmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Davranış teorilerine ve tanımlarına genel bir bakış (Kaynak: Pronello ve Gaborieau (2018) çalışmasından uyarlanmıştır.)

Davranış Teorileri ve Tanımları		Referanslar
Planlı Davranış Teorisi (<i>Theory of Planned Behaviour</i>)	Gerekçeli (Mantıksal) eylem teorisinin bir uzantısıdır. Tutum, davranışsal niyetler ve gerçek davranışlar arasındaki ilişkiyi anlamak için geliştirilmiştir.	Ajzen, 1991
Kişilerarası Davranış Teorisi (<i>Theory of Interpersonal Behaviour</i>)	Herhangi bir durumda davranışsal niyetin bir işlevi olduğunu göstermektedir: Sosyal ve duygusal faktörlerden etkilenir.	Triandis, 1977
Norm Aktivasyon Teorisi (<i>Norm Activation Theory</i>)	Norm aktivasyonu insanların toplum yanlısı davranışlarla ilgili kendilerinden beklentiler oluşturdukları bir süreci ifade eder. Bu davranışsal öz beklentiler, “kişisel normlar” olarak adlandırılır ve duygular, ahlaki yükümlülükler olarak deneyimlenir.	Schwartz, 1977
Değer-İnanç-Norm Teorisi (<i>Value-Belief-Norm Theory</i>)	Çevre yanlısı eylemlerle ilgili bireysel seçimlerin “kişisel normlar” tarafından yönlendirilebileceğini belirtir. Kişisel değerler (örneğin özgeçil ve egoist değerler) çevresel inançların öncülleridir.	Stern, 2000

Planlı Davranış Teorisi (PDT), bilimsel araştırmalardaki büyük başarısı ve dikkate değer öngörü gücüyle hem övülmekte hem de eleştirilmekte olan ve üzerine çok sayıda çalışma yapılmış bir teoridir (Pronello ve Gaborieau, 2018).



Resim 1. Planlanmış Davranış Modeli (Ajzen, 1985; 1991) uyarlanmıştır. İllustrator programında çizilmiştir.

Ajzen'in (1991) Planlanmış Davranış Teorisi davranışın üç faktöre bağlı olarak tetiklendiğini öne sürmektedir: *kişisel tutum, öznel norm ve algılanan davranış kontrolü* (Resim 1).

Mutfak içi atık yönetiminde tüketici davranışı ve analizi, gıda atığı ve gıda kaybı, gıda israfı konuları üzerine Coskun (2020), Nordlund ve Garvill (2003), Stefan vd. (2013), Stancu vd., (2016), Visschers vd. (2016) çalışmaları örnek olarak gösterebilmektedir.

Planlı Davranış Teorisi'nde niyetin son öncülü olan algılanan davranışsal kontrol, davranışları istemli bir şekilde kontrol altında tutabilme amacıyla var olmaktadır. Algılanan davranışsal kontrol davranışların potansiyel bariyerlerini ve fırsatlarını (engelleri ve kolaylaştırıcıları) açıklamaya yardımcı olmaktadır (Stancu vd., 2016).

Sürdürülebilir Davranış Değişimi Üzerine Hane İçi Mutfak Eylemleri Üzerinden Bir Vaka Çalışması

Bu bölümde hane içi mutfak eylemleri araştırmasının gerekçeleri anlatılarak, vaka çalışmasının ana konusu ve araştırılma sebeplerinden bahsedilmektedir.

İklim krizine dair araştırmalar bugün yaşadığımız ve gelecekte yaşayacağımız pek çok sorunu ortaya koymaktadır. Bu problemlerin doğrudan insan kaynaklı olduğu BM Sözleşmesi'nde dile getirilmiştir (UNDP, 2015). BM Sözleşmesi'nin belirttiği bu durumu doğrular nitelikte, gıda atıkları ve gıda kaybı insan eliyle iklim krizini güdüleyen ve hızla artan küresel bir sürdürülebilirlik problemi olarak gözlemlenmiştir (Gustavsson vd., 2011). FAO, yıllık 1,3 milyar tona eşdeğer tüm yenilebilir gıdaların üçte birinin kaybolduğunu veya israf edildiğini tahmin etmekte ve aynı zamanda gıda üretmek için önemli toprak, su ve enerji kaynaklarının da insanlar tarafından tüketildiğini belirtmiştir (FAO, 2011; FAO, 2013).

Dünyada yaşanan gıda israfı ve gıda kaybının temel sebebi olarak çevreye en büyük etkiyi alışkanlıklarımızın bıraktığı düşünülmektedir. Hanelerde, apartmanlarda ve çevresinde alışkanlık olarak sürdürdüğümüz rutin davranışlarımız, verilebilecek bariz örnekleri içine almaktadır. Örneğin; tercihlerimiz ve alışkanlıklarımızla şekillenen yemek yeme seçimlerimiz; enerji, su harcama, atık oluşumunu artırma vb. gibi meselelerin oluşmasına neden olmaktadır (DEFRA, 2011).

Araştırma soruları:

1. Çevre yanlısı sürdürülebilir davranış değişikliklerini açıklayan ve teşvik eden hangi teoriler ve stratejiler mevcuttur? Hane içi mutfak eylemlerini analiz edebilecek hangi davranış teorileri mevcuttur?
2. Hane içi mutfak eylemlerinde davranış kodları nelerdir? Teorik bilgi düzeyindeki farklılıklar hane içi mutfak eylemlerinde davranış kodlarına nasıl yansımaktadır? Bu konunun sürdürülebilir davranışı teşvik etme bağlamında fırsatları/bariyerleri nelerdir?

YÖNTEM

Anket belirlenmiş olan soruların belirli ölçeklere dayanarak katılımcılara sorulması yöntemidir ve hem nitel hem nicel araştırmalarda kullanılabilir. Anket bu çalışmada nitel ve nicel araştırma yöntemi olarak kullanılmış olup kapalı uçlu olarak çoktan seçmeli, açık uçlu sorular ve yorum yapabilecekler ek bir “diğer” seçeneğiyle katılımcılara sunulmuştur.

Yapılan bu anket türünde sorular internet üzerinden (*Google Forms*) kullanıcıya bağlantı ile iletilerek çevrimiçi şekilde yanıtlar toplanmıştır. Anket çalışması belirlenmiş 18 katılımcıya kullanıcı görüşmesine yakın tarihte bağlantı yoluyla iletilmiştir.

Örnekleme ve Katılımcıların Gruplanması

Anket soruları 18 görüşmeciyile tamamlanmış olup demografik bilgileri aşağıdaki gibidir (Tablo 2):

Tablo 2. Görüşmecilerin sosyodemografik özelliklerine dair bilgiler

Örneklem	Görüşmeci	Yaş	Cinsiyet	Mesleki Durum	Eğitim
Teorik Bilgisi Olmayan	A	31	Kadın	Ev Hanımı	Ortaokul
	B	36	Kadın	Temizlik Görevlisi	İlkokul
	C	53	Kadın	Ev Hanımı	Ön lisans
	D	42	Kadın	Çiftçi	Lise
	E	78	Kadın	Ev Hanımı	Eğitimi yok.
	F	64	Kadın	Emekli	Ön lisans
Orta Düzey Teorik Bilgi Sahibi	G	29	Kadın	Arş.Gör.	Yüksek Lisans
	H	29	Kadın	Psikolojik Danışman	Lisans
	I	35	Erkek	Serbest Meslek	Yüksek Lisans
	J	41	Kadın	Şehir Böl. Plan./Şef	Lisans, Gasteronomi Eğitimi
	K	42	Kadın	Öğretmen	Yüksek Lisans
	L	61	Kadın	Emekli Öğretmen	Lisans

Örneklem	Görüş- meci	Yaş	Cinsiyet	Mesleki Durum	Eğitim
Yüksek Düzyey Teorik Bilgi	M	36	Kadın	Gıda Mühendisi	Lisans
	N	35	Erkek	Şef/Yazar/Blogg er	Lisans
	O	43	Erkek	Öğr. Üye.	Doktora
	P	49	Kadın	Şef/Yazar/Blogg er	Lisans
	R	47	Erkek	Şef/Öğr. Elemanı	Doktora
	S	64	Erkek	Profesör/Yazar	Doktora

Hane içindeki eylemler (mutfak pratikleri de dâhil) psiko-sosyal faktörlerden etkilenmektedir. Çalışmada sürdürülebilir davranış değişim kodlarına ulaşmak adına hanelerindeki mutfak eylemlerinde teorik bilgisi olmayan, orta düzey teorik bilgiye sahip ve yüksek düzey teorik bilgiye sahip katılımcı örneklemi incelenmiştir.

Veri Analizi

Örneklemdaki 18 adet katılımcıya hane içi mutfak eylemlerine dair alışkanlık, öncelik, deneyim, tercih, duygu ve düşünceleri vb. öznel durumları danışılmıştır. Öncelikle sosyodemografik bilgilerin derlenmesi için isim, yaş, cinsiyet öğrenilmek istenilmiştir. Ardından katılımcılara “Anket Bulguları” kısmında yer alan 15 adet soru iletilmiştir. Anket sorularının bazıları beş aşamalı Likert Ölçeği’ ne göre bazıları açık uçlu soru olarak hazırlanmıştır. Beş aşamalı Likert Ölçeği’ ne göre anket katılımcılar tarafından “1: Kesinlikle katılmıyorum, 2: katılmıyorum, 3: kararsızım, 4: katılıyorum, 5: kesinlikle katılıyorum” seçenekleriyle değerlendirilmiştir. Değerlendirmeler kişilerin yoğun olarak seçtikleri şıklara göre değerlendirilerek katılımcıların genel eğilimleri yazıya dökülmüştür. PDT bağlamında analizler “Anket Bulguları” bölümünde yer almaktadır.

BULGULAR

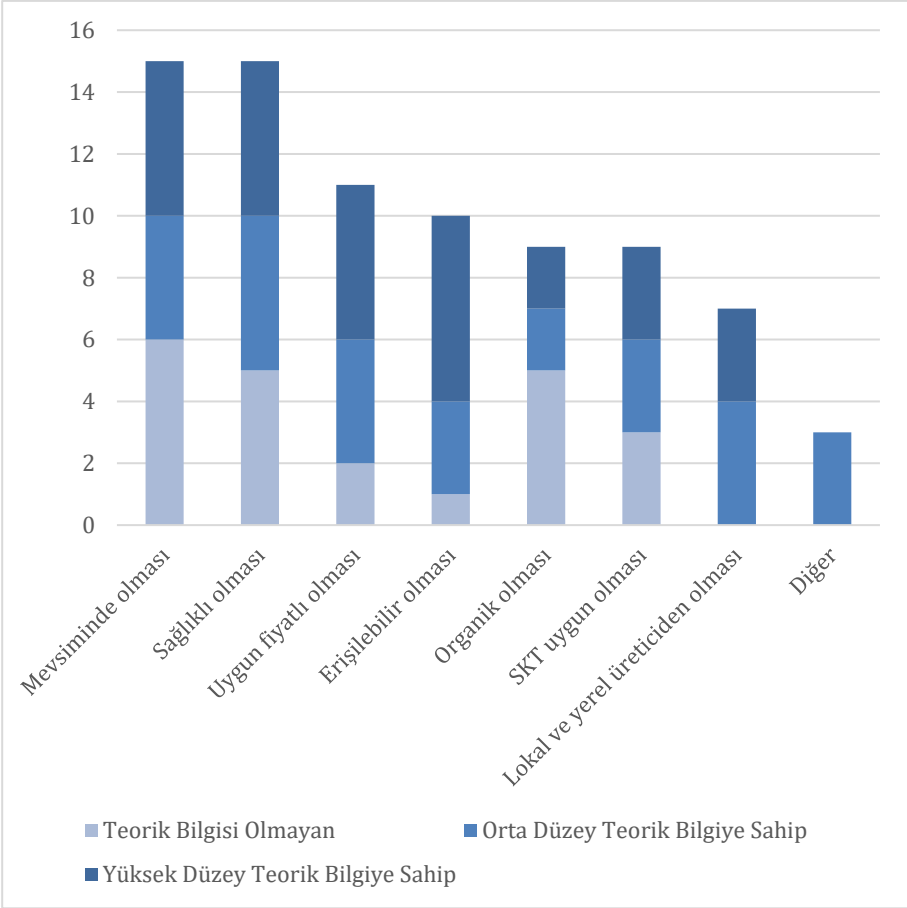
Anket bulguları sorularla beraber ele alınarak çevre yanlısı davranış etkenlerine göre çıkarımlarda bulunulacaktır. Öncelikle ankette yer alan sorular, ardından verilen cevaplar incelenecektir.

1. “Beslenmeniz için en önemli kriterlerinizi (önceliklerinizi) işaretler misiniz? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.)”

Bu soru, 15 kişi tarafından “Mevsiminde olması” (%88,2) şeklinde cevaplanmış; 14 kişiden “Sağlıklı olması” (%77,8) olarak işaretlenmiştir. Katılımcılardan derlenen diğer bilgiler: “Uygun fiyatlı olması” 11 yanıt (%61,1); “Erişilebilir olması” 10 yanıt (%55,6), “Organik (doğal) olması” dokuz yanıt (%50), “Son kullanma tarihinin (SKT) uygun olması” dokuz yanıt (%50), “Lokal ve yerel üreticiden olması” yedi yanıt (%38,9) şeklinde edinilmiştir (Resim 2).

Soruda araştırmacı, katılımcının mutfak eylemlerini çevre yanlısı davranış değişkenlerinden biri olan “kişilik özellikleri, yaşam tarzı” alt başlığında araştırmayı amaçlamıştır.

Çıkarım: Kişisel beslenme önceliklerine göre teorik bilgisi olmayan, orta düzey teorik bilgiye sahip ve yüksek düzey teorik bilgiye sahip katılımcıların geneli gıdanın mevsiminde olması ve sağlıklı olmasına dikkat eden bir yaşam tarzını benimsemiştir. Genel olarak 18 katılımcı da anket haricinde kullanıcı görüşmesinde günlük ev yemeğiyle beslendiğini dile getirmiştir.

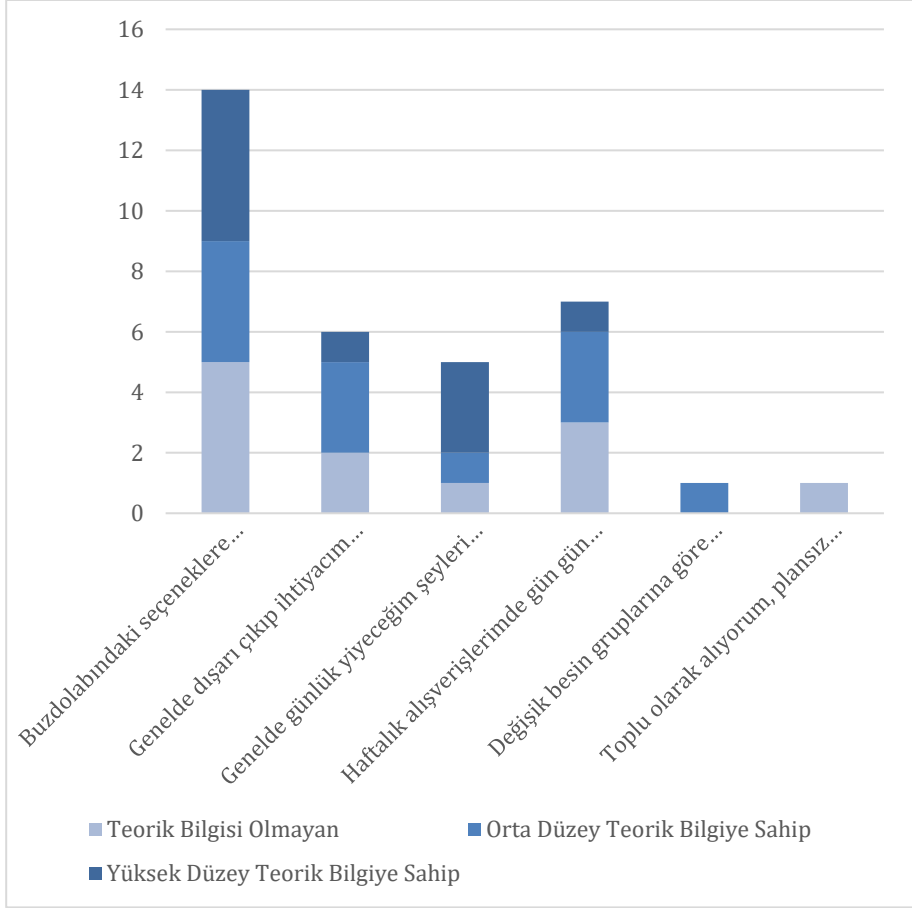


Resim 2. Kişisel Beslenme Öncelikleri

2. “Yiyeceğiniz öğünde hazırlayacağınız yemeğe nasıl ve neye göre karar veriyorsunuz? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.)”

Soruda ankete 18 katılımcının 14’ü (%77,8) “Buzdolabındaki seçeneklere bakarak yemek yapıyorum.” şeklinde geri dönüş yapmıştır. Katılımcılardan sekiz kişi (%44,4) “Haftalık alışverişlerimde gün gün ne yapabileceğimi bölüyorum.”; altı kişi (%33,3) “Genelde dışarı çıkıp ihtiyacım olan malzemeleri alıyorum”; altı kişi (%33,3) “Genelde günlük yiyeceğim şeyleri planlamış oluyorum.” şeklinde cevaplamıştır (Resim 3). Bu soruda

araştırmacı, katılımcının “algılanan davranışsal kontrol” özellikleri hakkında veri toplamayı hedeflemiştir.



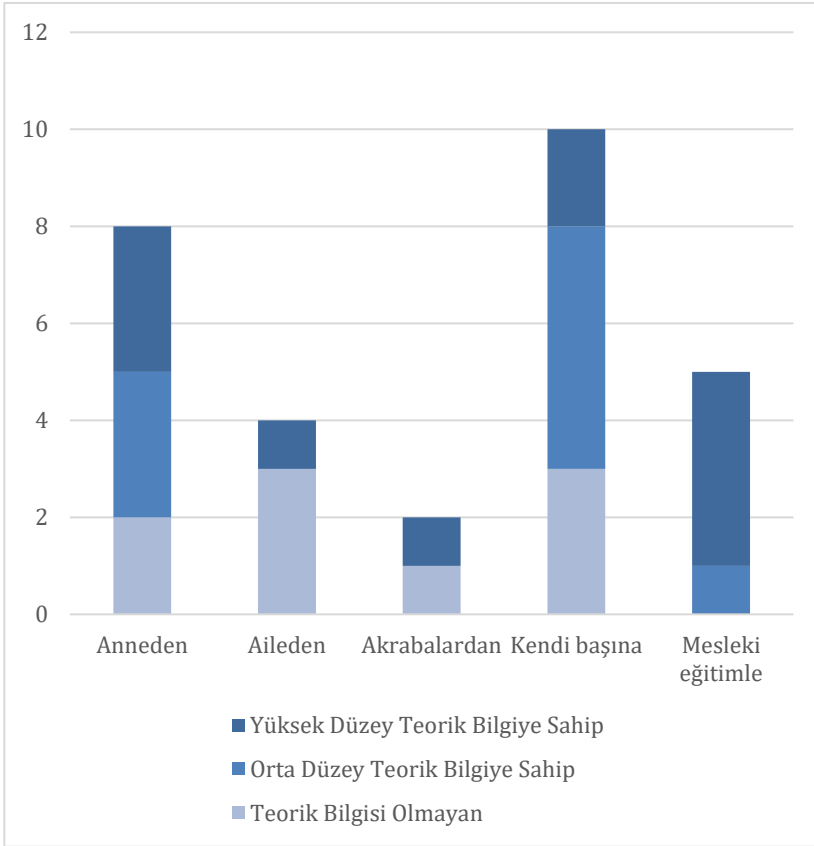
Resim 3. Yemek Hazırlama ve planlama kararları

Çıkarım: Teorik bilgi durumu farketmeksizin katılımcılar alışverişle ilintisiz bir şekilde buzdolabına bakarak yemek yapmaya eğilimlidir. Katılımcılardan birkaçı kullanıcı görüşmelerinde hafta içi düzenli yemek planına uyduğunu belirtse de genel olarak evde buzlukta ve buzdolabında var olan ürünlerle yemek yapımı veya kalan yemeklerin yenilmesi katılımcılar tarafından daha fazla tercih edilmektedir.

3. “Yemek yapma ve mutfak alışkanlıklarınızı nereden öğrendiniz?”

Anketin bu sorusuna her bir yanıt birbirinden farklı verilse de ortak çıkarım yemek yapma ve mutfak alışkanlıkları kadın ve anne üzerinden nesiller arası aktarılmaktadır.

Soruya gelen cevaplar şu şekildedir: üç (%16,7) “Annemden”, üç (%16,7) “Ailemden”, üç (%16,7) “Kendi kendime” vb. Bu soruda araştırmacı “alışkanlıklar ve geçmiş davranışlar” değişkenine veri toplamayı gözetmiştir (Resim 4).



Resim 4. Mutfak Alışkanlıklarının Kaynağı ve Aktarımı

Çıkarım: Verilen cevaplar ışığında aile ve anneden öğretilerin katılımcılarda sıkça rastlanabileceği fakat kendi kendilerine de eğitimler, araştırmalar, sosyal medya ve belgeseller ile mutfak eylemleri üzerine harekete geçtiklerini katılımcılar sözel olarak

belirtmiştir. Teorik bilgi durumu farketmeksizin anneden aktarımın fazla olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum mutfakta kadınların geçmişten bu yana daha fazla görev aldığını ve eylemde bulunduğunu kanıtlamaktadır.

4. "Artan yemekleri değerlendirebilirim.' diyebilir misiniz?"

On sekiz katılımcıdan yedi kişi (%38,9) "Katılıyorum", yedi kişi (%38,9) "Kesinlikle katılıyorum.", iki kişi (%11,1) "Katılmıyorum.", " iki kişi (%11,1) "Kararsız."

Araştırmanın çevre yanlısı davranış teorilerinde "algılanan davranış teorisi" değişkenine dair verilerin toplanması öngörülmüştür.

Çıkarım: Katılımcılardan 14 kişi beslenme şeklinde değerlendirme yemekleri yaparak yemeği çöpe atmamaya gayret ettiğini göstermiştir. Tablodan teorik bilgisi olmayan katılımcıların değerlendirme yemekleri konusunda rutinlerinin daha fazla olduğu anlaşılmaktadır.

5. "Markete gittiğinizde/uygulamaya girdiğinizde listeme uygun alışveriş yaparım. Planım dışında ürün genelde eklemem." diyebilir misiniz?

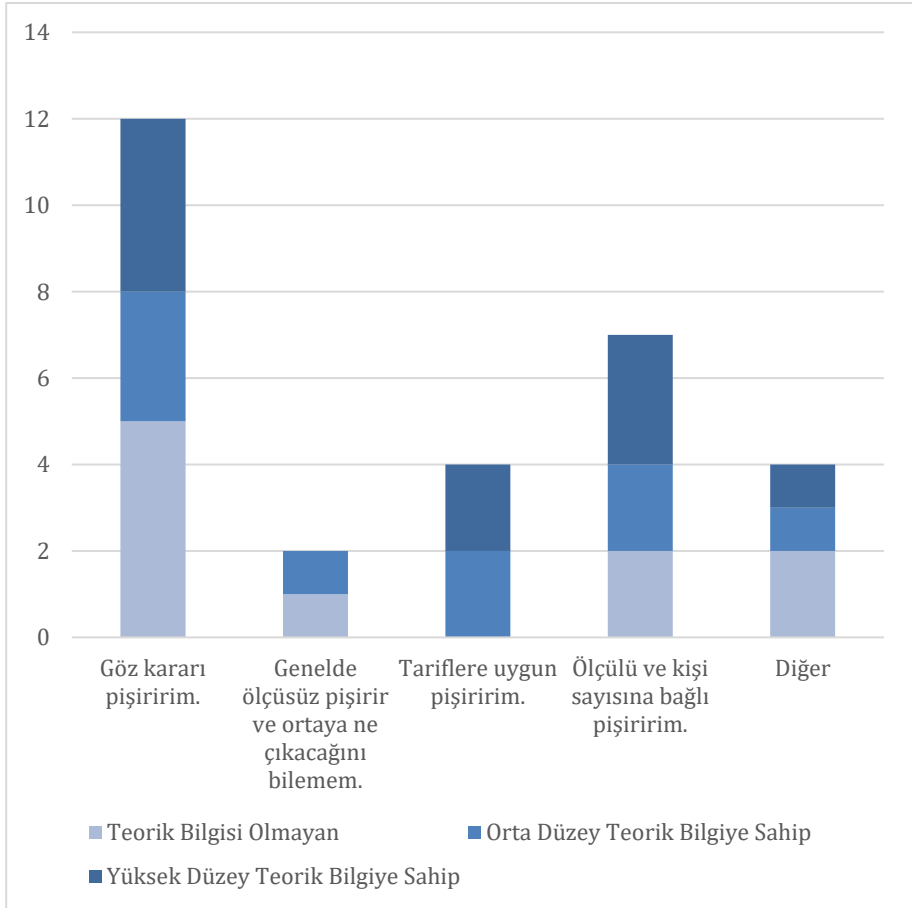
Bu soruya gelen cevapların yüzdeleri şu şekilde sıralanmıştır: dokuz kişi (%50) "Katılmıyorum", altı kişi (%33,3) "Katılıyorum", iki kişi (%11,1) "Kesinlikle katılıyorum", bir kişi (%5,6) "İyi ürüne bağlı olarak planlarım değişebiliyor."

Katılımcıların cevapları göz önüne alındığında marketten yapılan alışverişlerde liste dışında ürünlerin eklendiği fakat liste dışına çıkılmadan yapılan alışverişlerin de oldukça fazla olduğu saptanmıştır. Bu veriler "kişisel tutum" kavramını incelerken yardımcı olacaktır.

Çıkarım: Alışveriş listesine uygun alışveriş yapmak, fazladan ürün ekleyip çıkartmak katılımcıların teorik bilgi durumuna bağlı olmaksızın cevaplanmış ve genelinde katılımcıların alışveriş planı yapmadığı ya da plana uymadığı; kendiliğinden gelişen alışveriş yöntemine daha sık başvurulduğu ortaya çıkmıştır.

6. Genelde yemekleri ölçü olarak nasıl pişirirsiniz? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.):

Katılımcıların birden fazla seçenek işaretleyebildiğini göz önünde bulundurarak incelediğimizde 12 kişi (%66,7) “Göz kararı pişiririm.” seçeneğini işaretlemiştir. Katılımcılardan birçoğu mutfakta kullandığı ürün, araç ve gereçleri tanıdığını, yemeklerde kişiye uygun miktarı duyuşsal olarak hesaplayabildiklerini görüşmelerde de dile getirmişlerdir.



Resim 5. Yemek pişirme yöntemlerine dair alışkanlıklar

Şıklarda bulunmayan cevaplar: bir kişi (%5,6) “Yapacağım yemeğe göre değişir, sürekli değişik yemekler yapmayı severim.” bir kişi (%5,6) “Duyularıyla pişiriyorum: Görerek, koklayarak, elleyerek

ve hissederek.” bir kişi (%5,6) “Genelde ölçüsüz pişiririm, kişi sayısına yakın.” bir kişi (%5,6) “Elimin kendi ölçüsü var, öyle yapıyorum.” katılımcılar tarafından öznel olarak yanıtlanmıştır.

Araştırmanın çevre yanlısı davranış teorilerinde “alışkanlıklar ve yaşam tarzı” değişkenine dair verilerin toplanması ön görülmüştür.

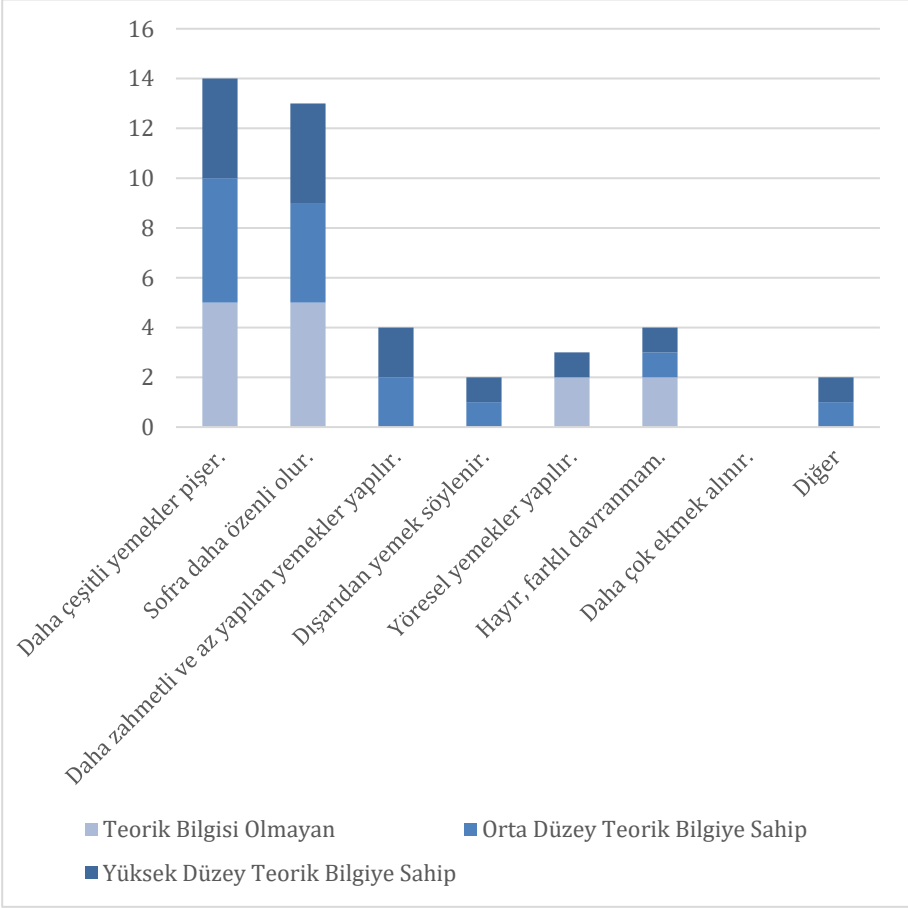
Çıkarım: Teorik bilgi durumu farketmeksizin “göz kararı pişirme” yöntemi tüm katılımcıların genel yaklaşımıdır fakat teorik bilgi düzeyi yüksek katılımcıların ölçülü ve kişi sayısı dahilinde pişirme alışkanlığı diğer katılımcılara oranla yüksektir, bu oranı orta düzey teorik bilgiye sahip katılımcılar takip etmektedir. Teorik bilgisi olmayan katılımcıların hiçbiri tarife ve ölçüye bağlı pişirme seçeneklerini işaretlememiştir. Resim 5.’te işaretlenmiş olan olumlu yanıtlar analiz edildiğinde katılımcıların çoğunun yemekleri göz kararı pişirse dahi duyuşsal olarak ölçüm yapabildiği sonucu yorumlanmıştır.

7. Misafir geldiğinde ya da özel bir günde farklı davranır mısınız? Örneğin neler yaparsınız? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.)

On sekiz katılımcıdan 14’ü (%77,8) “Daha çeşitli yemekler pişer.”, 13’ü (%72,2) “Sofra daha özenli olur.” yanıtlarıyla ankete katılım göstermiştir.

Beş yanıt (%27,8) “Daha zahmetli ve az yapılan yemekler yapılır.”, dört yanıt (%22,2) “Hayır farklı davranmam.”, dört yanıt (%22,2) “Yöresel yemekler yapılır.”, iki yanıt (%11,1) “Dışarıdan yemek söylenir.” şeklindedir. Bunun yanı sıra aynı soru için birer yanıt olarak işaretlenmiş (%5,6) “Ekstra içecek alırım.”, “İçilecek şeye göre de planlarım, gelen insanın yakınlığı önemli.” gibi tercihlerle görüşmeciler ankete katılım sağlamıştır.

Türklerde beraber yeme-içmeye dair gelenek ve görenek bulunmaktadır (Solmaz ve Altınır, 2018). Türk toplumunda konuk ağırlama, misafirperverlik ve misafire hazırlanan ürünlerin zengin ikramlarla çeşitlendirilmiş olması geleneksel bir davranış türüdür. Misafir ağırlama, konuk çağırma ve gıda paylaşımı üzerine kullanıcı görüşmelerinde de katılımcılardan veriler toplanmıştır. Araştırmanın çevre yanlısı davranış teorilerinde “alışkanlıklar” değişkenine dair verilerin toplanması ön görülmüştür.

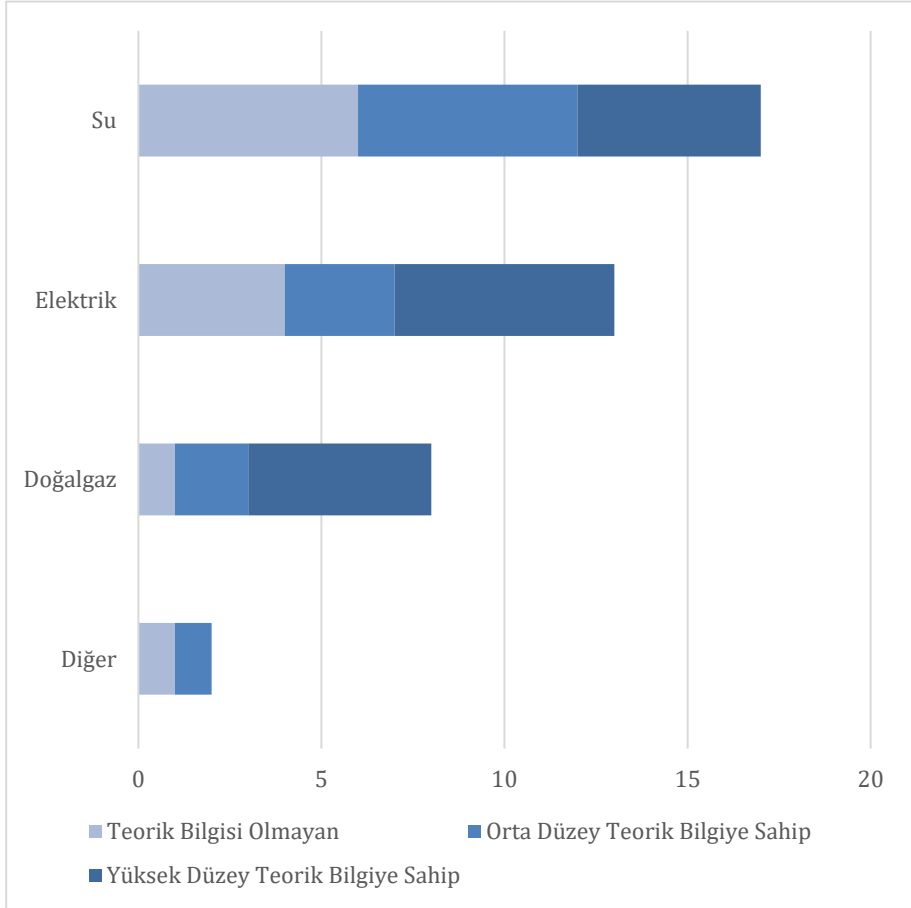


Resim 6. Misafir ağırlama ve konuk etme davranışları.

Çıkarım: Katılımcı örneklemelerinin çeşitliliği ve kuşaklararası farklılıklarla ilgili somut bir veriye ulaşılammıştır ancak misafir ağırlama ve konuk etme geleneksel olarak toplumsal değer konumundadır. Resim 6.'da sonuçlara bağlı olarak çoğunlukla misafire sofrta hazırlama, çeşit sunma, ikramlarda bulunma davranışları teorik bilgi durumu farketmeksizin tüm hanelerde gözlemlenebilecek davranışlardır.

8. Mutfakta en çok harcanan ham madde kaynaklarına neleri örnek verebilirsiniz? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.)

Soruda farklı cevapların işaretlenebilmesiyle beraber 18 katılımcıdan; 17 adet (%94,4) “su”, 13 adet (%72,2) “elektrik”, sekiz adet (44,4) “doğalgaz”, bir adet (%5,6) “katı yakıt” yanıt alınmıştır. Bu soru, çevre yanlısı davranış teorilerinde “alışkanlıklar” değişkenine dair verileri toplamayı amaçlamıştır.



Resim 7. Hanelerde mutfakta ham madde ve kaynak tüketimi

Çıkarım: Teorik bilgi düzeyi artışıyla tüketilen hammadde farkındalığı doğru orantı göstermektedir. Hane içi mutfak eylemlerinde en fazla su, ardından elektrik, en alt tabakada doğalgaz kaynaklarının tüketildiği ortaya çıkmıştır (Resim 7).

9. Mutfağınızda kaynak tüketimini etkileyen mutfak eşyaları varsa kullanımı azalttığınız ürünleri açıklayabilir misiniz?

G: "Su ısıtıcı (kettle) bence çok fazla elektriği kullanan bir ürün. Daha sonra onu fark edip mesela artık ocak üzerine döndüm. En çok gözüme çarpan ve onu azaltmaya çalıştığım su ısıtıcı (kettle)."

K: "Eskiden çaycının altı hep açtı ama son zamlardan sonra çaydanlığa geçtim ve kapatıyorum altını."

Çıkarım: Bütün hanelerde ekonomik durumdan kaynaklı elektrikli ev eşyalarının kullanımı etkilenmiştir. "Kişisel tercihler" başlığı altında incelenmiştir.

10. İrade gösteremediğiniz mutfak eylemleri nelerdir, örneklendirir misiniz?

M: "Kalan gıdaları direkt çöpe atıyorum artık. Eskiden hayvan arardım sokaklarda yedireyim diye, şimdi hiç yani sıfır ve eskisinden çok daha kötü, artık israf ediyorum."

H: "Çöp benim en çok irade gösteremediğim şey. Bazen ayırmaya çalışıyorum, böyle plastikleri vs. ayrı yerlere koyuyorum. Sonra o yine benim çöp poşetimde aynı yere gidiyor. Çünkü şunu biliyorum ben onu ayrı da koysam çöpe atan kişiler beraber atıyordur gibi geliyor."

Çıkarım: Çöp, çöp ayırma sistemleri konusunda güvensizlik ve işlevsizlik her bir örneklem için problem teşkil eden ana konudur. "Algılanan davranışsal kontrol" başlığına veri toplanmıştır.

11. Çevre ve gıda üzerine herhangi bir sivil toplum kuruluşu veya grup/örgüte üye oldunuz mu?

Ankette 13 kişi (%72,2) "Hayır üye değilim.", üç kişi (%16,7) "Evet üyeyim.", bir kişi (%5,6) "Evet, üyeydim artık değilim." ve bir kişi (%5,6) "Atalık tohum, takas grupları." yanıtını vermiştir.

Çıkarım: Yalnızca teorik bilgi düzeyi yüksek katılımcıların çevre, sürdürülebilirlik üzerine çalışan grup ve örgütlere bir dönem üye olduğu veya üye olmaya devam ettiği anlaşılmıştır. Çevre sorunlarının farkındalığıyla bağdaşan "değerler" değişkenine veri toplanabileceği düşünülerek sorulmuştur. Veriler sonucu yüksek teorik bilgisi olan katılımcıların toplumsal konularda diğer örneklemelere oranla daha duyarlı olabileceği düşünülmüştür.

12. Sizin için uygunsa çevreye, dünyaya fayda sağlamak ya da zarar vermemek için "Sürdürülebilirlik ve çevre konusunda duyarlıyım." diyebilir misiniz?

On sekiz yanıtta sekizi (%44,4) “Kesinlikle katılıyorum.”, yedisi (%38,9) “Katılıyorum.”, biri (%5,6) “Kararsızım.”, biri (%5,6) “Katılmıyorum.”, biri (%5,6) “Kesinlikle katılmıyorum.” şeklindedir.

Katılımcıların büyük bir çoğunluğu çevre duyarlılığı konusunda kendine güvenmektedir ve çaba gösterdiği örnekleri bilgi ve becerilerini kullanıcı görüşmesinde açıklamıştır.

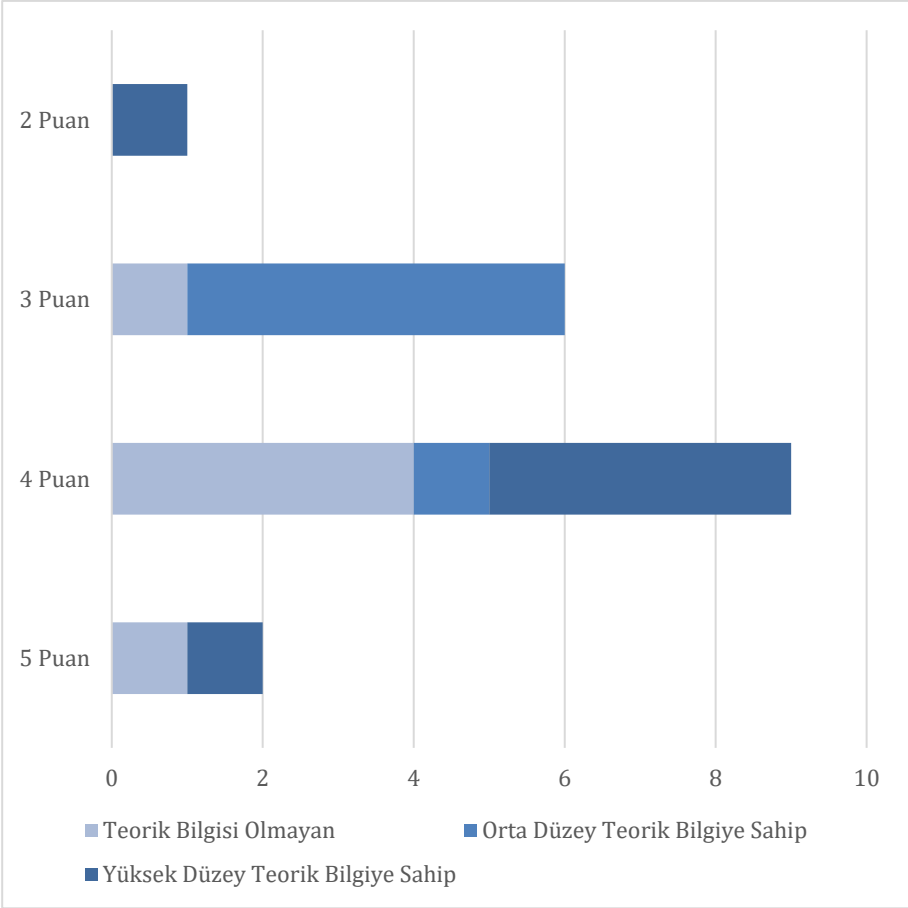
Çıkarım: Teorik bilgisi olmayan katılımcıların çevre konusunda kendilerini oldukça fazla duyarlı buldukları, orta düzey teorik bilgiye sahip katılımcıların ve yüksek düzey teorik bilgiye sahip katılımcıların genelinde olumlu seçeneklere ağırlık verdiği gözlemlenmiştir. Çevreye duyarlılık konusunda kendinden şüphe duyan ve emin olmayan örneklerin orta düzey teorik bilgiye sahip katılımcılar olduğu saptanmıştır. Bu soruyla kişisel norm değişkenine veri toplanabilmiştir.

13. Sürdürülebilir mutfak gayretinizi (performansınızı) toplumun 1’den 5’e kadar puanlama şansı olsa size kaç puan verirdi?

Örneklemelerin kişisel çevresel performanslarına verdiği puanların ortalaması “teorik bilgisi olmayan katılımcılar” için dört puan, “orta düzey teorik bilgiye sahip katılımcılar” için üç puan, “yüksek düzey teorik bilgiye sahip katılımcılar” için dört puan şeklinde saptanmıştır. Katılımcıların ortalama sürdürülebilir mutfak performans puanıysa 3,7 olarak hesaplanmıştır.

Bu soruda çevre yanlısı davranışta açıklanan “özel norm” değişkeninin analizi için veri toplamak amaçlanmıştır.

Çıkarım: Teorik bilgiye bağlı olmaksızın katılımcıların genelinin kişisel hane içi sürdürülebilir mutfak eylemlerinde kendi uygulamalarını olumlu bulduğu saptanmıştır (Resim 8). Kendine en şüpheli yaklaşan örneklem orta düzey teorik bilgiye sahip katılımcılar olarak saptanmıştır.



Resim 8: Kişisel mutfak performans değerlendirmeleri. (1-5 puan arasında değerlendirme yapılmıştır)

14. Dünya üzerinde sürdürülebilir gıda ve mutfak davranışlarıyla ilgili umutluyum." diyebilir misiniz?

Katılımcıların %44,4'ü (sekiz kişi) "Katılıyorum.", %27,8'i (beş kişi) "Katılmıyorum.", %16,7'si (üç kişi) "Kesinlikle katılmıyorum.", %5,6'sı (bir kişi) "Kararsızım.", %5,6'sı (bir kişi) "Kesinlikle katılıyorum." seçeneklerini işaretlemiştir.

Bu soruda çevre yanlısı davranışların "Duygular ve kişisel hikayeler" değişkeni için veri toplamak amaçlanmıştır.

Çıkarım: Örneklem arasında geleceğe kaygı duyan katılımcıların cevaplarına göre kaygı skalası şu şekilde tanımlanmıştır: Yüksek

teorik bilgiye sahip katılımcı > Orta düzey teorik bilgiye sahip katılımcı > Teorik Bilgisi olmayan katılımcı. Özetle, katılımcılarda çevresel kaygılar bilgi düzeyi arttıkça doğrusal olarak artış göstermiştir.

15. Gelecekte mutfak, gıda ve gıda sürdürülebilirliği konularında neler yaşayabiliriz, yorumlar mısınız?

Araştırma sorusunda çevre yanlısı davranış teorilerinde “dünya görüşleri” değişkenine dair verilerin toplanması öngörülmüştür.

A: “Ben kendi çocuklarım beslenmesine bu şekilde devam ederse korkum yok fakat ileride paketli gıda, hazır gıdalara yönelir mi bu konuda kaygılıyım. Her şeyin eski üsul olmasını çok isterim, şimdiki gıdalar (GDO vb.) beni korkutuyor.”

P: “Toprağımızı zehirlemeyi bırakmazsak toprak besin değeri yüksek gıda vermeyecek. Konvansiyonel tarım yerine küçük üreticiye yönelmeli ve mevsimsel beslenmeliyiz.”

Çıkarım: Katılımcıların 18 kişiden 16’sı gelecekte mutfak sürdürülebilirliği, tarım ve gıda konusunda zorluk yaşayabileceklerine dair endişelerinden söz ederek çevresel hassasiyetlerini ve görüşlerini dile getirmiştir.

SONUÇ ve TARTIŞMA

Mutfakta rutin davranışların genellikle anneden ve aileden aktarıldığı; toplumumuzdaki ataerkil düşünce yapısı sebebiyle mutfak eylemlerinde kadına daha fazla görev düşmekte olduğu gözlemlenmiştir (TAYA, 2013). Genelde evde pişirme ve duysal pişirme yöntemlerinin tercih edildiği gözlemlenmiştir. Gelenek ve görenek içinde yer alan misafir-konuk ağırlama davranışının yemek hazırlık sürecini etkilediği fark edilmiştir. Bunun yanı sıra mutfakta su kaynaklarının sıkça kullanılması hijyen, ürün yıkama, bulaşık eylemleriyle ilişkilendirildiğinde katılımcıların çoğu su hassasiyetini yeterince uygulamaya dökemediklerini belirtmiştir. Ek olarak çöp ve çöp ayırma konusu tüm katılımcıların yetersiz hissettiği bir konudur.

Yemek hazırlama, değerlendirme, dönüştürme konularına dair teorik bilgi düzeyi düşük katılımcıların pratikte oldukça olumlu

davranışlar sergilediği gözlemlenmiştir. Orta düzey teorik bilgi sahibi katılımcılar sürdürülebilir mutfak eylemlerini uygulayabilme, bilme-becerme konusunda zaman zaman geride kalabilmektedir. Yüksek düzey teorik bilgiye sahip katılımcılar teknik ve yöntem bilgisiyle sürdürülebilir davranış disiplini anlamında diğer örneklemelerin önünde yer almaktadır.

Değerler (çevresel duyarlılık farkındalığı) ve dünya görüşü çatıları altında yer alan analizlerden katılımcıların gelecek üzerine endişeli olduğu fakat konuyla ilgili aksiyon alan katılımcıların genellikle teorik bilgi seviyesi yüksek katılımcılar olduğu ortaya çıkmıştır.

Tablo 3. Hane içi mutfak eylemlerinde sürdürülebilir tasarım için fırsatlar ve bariyerler tablosu

Fırsatlar	Bariyerler
<ul style="list-style-type: none"> • Toplumsal duyarlılığın ve çevre bilincinin yüksek olması. • Kalan yemeği değerlendirme ve dönüştürme. • Mevsiminde ve sağlıklı beslenmeye özen gösterme. • Paylaşım ve misafire açık olma. • Buzdolabında FİFO tekniğini kullanma. (<i>"First in first out: İlk giren ilk çıkar."</i>) • Çevresel problem farkındalığı. • Kaynak ve ham madde tüketimi konusunda hassasiyet. • Ekmek, buğday gibi gıdaların kutsal sayılması. 	<ul style="list-style-type: none"> • Gelenek ve göreneklerin değişmeyen davranış dogmaları haline gelmesi, • Misafir ve konuk ağırlamanın ahlaki normlara dayanması (<i>çok çeşit hazırlama, doyurma çabası vb.</i>) • Yemeği şölen haline dönüştürmek ve fazla çeşit yemek pişirmek. • Mutfakta iş dağılımının eşitsizliği. • Alışveriş konusunda plansızlık. • Su gibi kaynak tüketiminin fazla olması. • Porsiyon kontrolsüzlüğü sebebiyle yemek israfı. • Devlet yaptırımlarının yetersiz bulunması. • Çöp ayırma konusunda sistemsizlik ve yaptırım eksikliği.

	<ul style="list-style-type: none">• Ekonomik sebeplerle mutfak eşyalarını terk etme. (<i>su ısıtıcı, fırın, çay-tost makinesi vs.</i>).
--	---

Bu araştırmanın amacı insanlara hane içi mutfak eylemlerini sürdürürken gıda konusunda sürdürülebilir davranış değişimini motive eden teşviklerin, hane tüketicisine ve ürün tasarımcısına ilham verebilecek bileşenleri bulmaktır (Tablo 3). Bu bileşenler PDT gibi çevre yanlısı davranış teorilerinde yer alan değişkenlerin katkılarıyla sunulmuştur. Sürdürülebilir davranışı anlayarak içselleştirmek, hassasiyet ve duyarlılıklarımıza yansıtma; davranışlarımızı değiştirerek eylemlerimize (pratiklerimize) aktarmak değişim için zaruri bir gerekliliktir.

NOTLAR

[1] UNEP: United Nations Environment Programme (Birleşmiş Milletler Çevre Programı)

[2] UNDP: United Nations Development Programme (Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı)

[3] DEFRA: Department for Environment, Food & Rural Affairs (İngiltere Çevre, Gıda ve Köy İşleri Bakanlığı)

KAYNAKÇA

Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: A theory of planned behavior. In J. Kuhl & J. Beckmann (Eds.), *Action-control: From cognition to behavior* içinde (1 l-39). Heidelberg: Springer.

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211.

Bhamra, T. Lofthouse, V. ve Cooper, R. (Ed.) (2007). Design for sustainability: a practical approach. (*Design for Social Responsibility series*). Hampshire: Gower.

Ceschin, F. ve Gaziulusoy, İ. (2016). Evolution of design for sustainability: From product design to design for system innovations and transitions. *Design Studies*. 47, 118-163

Coskun, A. (2020). Biz, Siz, Onlar: Gıda İsrafına İlişkin Tasarım Müdahaleleri ve Farklı Kullanıcı Yönelimleri. *UTAK 2020: "Tasarım ve Öngörü" Bildiri Kitabı* içinde (71-86). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Endüstriyel Tasarım Bölümü: ODTÜ

- DEFRA. (2011). *Government Review of Waste Policy in England 2011*. 5 Aralık 2021 tarihinde https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/69401/pb13540-waste-policy-review110614.pdf adresinden erişildi.
- FAO. (2011). *Global food losses and food waste – Extent, causes and prevention*. Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations.
- FAO. (2013). *Climate-Smart Agriculture Sourcebook*. Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations.
- Ghazali, E., Nguyen, B., Mutum, D., ve Yap, S.-F. (2019). Pro-Environmental Behaviours and Value-Belief-Norm Theory: Assessing Unobserved Heterogeneity of Two Ethnic Groups. *Sustainability*, 11, 2-28
- Gustavsson, J., Cederberg, C., Sonesson, U., van Otterdijk, R., ve Meybeck, A. (2011). Global food losses and food waste – Extent, causes and prevention. *Save Food!* Rome: FAO.
- Kuijjer, L. (2014). *Implications of social practice theory for sustainable design*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Eindhoven University of Technology, Eindhoven.
- Papanek, V. (1985). *Design for the real world: human ecology and social change*. London: Thames & Hudson.
- Pronello C. ve Gaborieau J. B. (2018). Engaging in Pro-Environment Travel Behaviour Research from a Psycho-Social Perspective: A Review of Behavioural Variables and Theories. *Sustainability*. 10(7), 2412.
- Madran, C. ve Özsoy, T. (2015). Ürün Ömrü Algısının Sürdürülebilir Tüketim Boyutundan Bir Analizi, *Küresel İktisat ve İşletme Çalışmaları Dergisi*, 4(7), 73-91.
- Nordlund, A. ve Garvill, J. (2003). Effects of Values, Problem Awareness, and Personal Norms on Willingness to Reduce Personal Car Use. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 339-347.
- Schwartz, S. H. (1977). Normative Influence on Altruism. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* içinde (221-279). New York: Academic Press.
- Stancu, V., Haugaard, P. ve Lähteenmäki, L. (2016). Determinants of Consumer Food Waste Behaviour: Two Routes to Food Waste. *Appetite*, 96, 7-17.
- Solmaz, Y. ve Altınar, D. (2018). Türk Mutfak Kültürü ve Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Değerlendirme. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*. 1(3), 108-124.
- Stefan, V., van Herpen, E., Tudoran, A., ve Lähteenmäki, L. (2013). Avoiding food waste by Romanian consumers: The importance of planning and shopping routines. *Food Quality and Preference*. 28, 375-381.
- Stern, P. C. (2000). Towards a Coherent Theory of Environmentally Significant Behavior. *Journal of Social Issues*. 56(3), 407-424.

TAYA, (2013). *Türkiye Aile Yapısı Araştırması: Tespitler, Öneriler*. Ankara: Araştırma ve Sosyal Politika Serisi.

Triandis, H. C. (1977). *Interpersonal behavior*. Monterey, Calif.: Brooks/Cole Pub. Co.

UNDP. (2015). *Sustainable Development Goals*. 4 Ocak 2022 tarihinde <https://www.un.org/sustainabledevelopment/sustainable-consumption-production/> adresinden erişildi.

Wilson, G. T. (2013). *Design for Sustainable Behaviour: Feedback Interventions to Reduce Domestic Energy Consumption*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Loughborough University, Loughborough.

Whiteley, N. (1993). *Design for society*. Reaktion Books.

Visschers, V. H., Wickli, N. ve Siegrist, M. (2016). Sorting out Food Waste Behaviour: A Survey on the Motivators and Barriers of Self-Reported Amounts of Food Waste in Households. *Journal of Environmental Psychology*, 45, 66-78.