

Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirocophobia) Ölçeği'nin Geliştirilmesi

Öğr. Gör. Berre Zeynep UÇAN KAYAALP
(Sorumlu yazar)
İstanbul Esenyurt Üniversitesi
berrezeynepucan@esenyurt.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0003-1180-3100>

Öğr. Gör. Raşit BAKAN
Kırklareli Üniversitesi
rasitbakan@klu.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0002-7575-3459>

Öğr. Gör. Emre ÖZTÜRK
Beykent Üniversitesi
emreozturk@beykent.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0001-6162-101X>

Erhan METİN
Bağımsız Araştırmacı
ernmetin@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-5921-3818>

Doç. Dr. Ayla SOLMAZ AVCIKURT
Balıkesir Üniversitesi
aylaavcikurt@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-1521-7152>

DOI: <https://doi.org/10.37847/tdad.1189993>

Makale Türü: Araştırma Makalesi

Makale Gönderim Tarihi: 16.10.2022

Makale Kabul Tarihi: 23.12.2022

Özet

Amaç: Çalışma, aşırı yemek yapma korkusunun (mageirocophobia) tüm boyutlarıyla değerlendirilebileceği bir ölçek geliştirerek, geçerlik ve güvenilirliğini kanıtlamak amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Bu amaç doğrultusunda ilgili literatürün taranması ve uzman görüşlerinin alınmasından sonra araştırmanın metodolojisine karar verilmiştir. Ölçek, mutfak eğitimi alan ve mutfak deneyimi bulunan 423 kişiye uygulanmıştır. Yapı geçerliğinin anlaşılmasında açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerine başvurulmuştur.

Bulgular: Elde edilen verilerin analizi neticesinde açımlayıcı faktör analizi ile 19 maddelik dört faktör oluşturulmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ise saptanan uyum iyiliği indekslerinin kabul edilebilir seviyede olduğu belirlenmiştir.

Tartışma: Yapılan analizler neticesinde Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirocophobia) Ölçeği (AYKÖ)'nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: korku, aşırı yemek yapma korkusu, korku ölçeği

Developing The Fear of Overcooking (Mageirocophobia) Scale

Abstract

Purpose: The study was carried out in order to prove its validity and reliability by developing a scale in which the fear of overeating (mageirocophobia) can be evaluated with all its dimensions.

Method: For this purpose, the methodology of the research was decided after scanning the relevant literature and taking expert opinions. The scale was applied to 423 people with culinary education or culinary experience.

Findings: Exploratory and confirmatory factor analyzes were used to understand the construct validity. As a result of the analysis of the data obtained, four factors with 19 items were formed by exploratory factor analysis. As a result of confirmatory factor analysis, it was determined that the goodness of fit indices determined were at an acceptable level.

Discussion: On the other hand, as a result of the analyzes made, it was concluded that the Fear of Overcooking (Mageirocophobia) Scale is a valid and reliable measurement tool.

Key Words: fear, fear of overcooking, fear scale

Giriş

Etimolojik olarak fobi sözcüğü Yunanca kaçış, dehşet, panik, korku anlamına gelen “phobos” sözcüğüne dayanmaktadır. Fobiler, Hipokrat döneminden 18. yüzyılın başlarına kadar bilinen ancak gerekli ilginin gösterilmediği, önemsiz psikolojik problemler olarak kabul edilmekteydi. Zaman içerisinde artan fobik problemler ve kanıtlar, fobilerin klinik anlamda tedavi edilecek bozukluklar olduğu dile getirilmeye başlanmıştır. Özellikle 19. yüzyılla birlikte fobiler bugünkü anlamda bilinen şeklini kazanmaya başlamıştır (Becker vd., 2007: Ateş, 2014). Fobiler en genel ifadeyle, normal bireylerin korkmayacağı, ancak fobiye sahip bir bireyin abartılı ve beklenmeyecek derecedeki korkularıdır (Gupta, 2004). Fobiler nesne, durum veya olay gibi çok çeşitli korkuları içerisinde barındırmaktadır (Marks, 2013). Dolayısıyla fobi, kişinin korkulan nesne, olay veya durumdan kaçınmasına neden olan kişiye göre tepkinin boyutu değişen ancak gerçekçi olmayan korkulardır. Fobiye sahip bireyler korkulan durum ile karşılaştıklarında çok çeşitli tepkiler verebilmektedirler. Bazı fobiye sahip bireyler korkuları ile karşılaşmamak adına sosyal, iş ve aile yaşantılarında bile ciddi sıkıntılar yaşayabilmektedirler (Fawcett, 2008). Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü'nün (NIMH) verilerine göre, Amerika'da yaşayan 18 ve 54 yaş aralığındaki bireylerin bilinen ve kayıtlı 6,3 milyon kişinin fobiye sahip olduğu bilinmektedir. Bu da belirtilen yaş grubunda yer alan bireylerin yaklaşık 4,4'ü fobiye sahip olduğu anlamına gelmektedir (Kahn ve Fawcett, 2008).

Çok çeşitli fobi olmakla beraber sıklıkla karşılaşılan fobiler ise ölüm, hastalık, kalabalık, kan görme, yükseklik, uçak, iğne ve yılan gibi çeşitli hayvanlarla ilişkili korkulardır. Korkulan nesne, olay ya da durum ile karşılaşıldığında, kişiden kişiye değişmekle beraber, titreme, terleme, bayılma, mide bulantısı, baş dönmesi gibi tepkiler meydana gelebilmektedir. Daha ileri seviye fobi sahibi bireylerde ise, sadece korkulan nesnenin düşüncesi bile terleme, bayılma gibi birçok tepkinin ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir (Kahn ve Fawcett, 2008). Dolayısıyla fobi gerçekleşen olay, durum veya nesneye karşı orantılı olmayan, açıklanamayan veya gerekçelendirilemeyen, bireyin kontrolü dışında olan ve korku ile yüzleşmekten kaçınmasına yol açan, bir tür özel korku biçimidir (Marks, 2013). İlgili literatür incelendiğinde çok çeşitli yemek fobileri ile karşılaşılmaktadır. Bunlardan bazı örnekler aşağıda verilmiştir.

- *Lachanophobia (Sebze Fobisi)*; Tek bir sebzeyle özel olmayan ve tüm sebzelere karşı duyulan korku türüdür (Wu, 2021).
- *Food Neophobia (Yeni Yiyecek Deneme Fobisi)*; Bireyin düzenli olarak yediği yiyeceklerin dışında, yeni yiyecekleri tatmaya duyduğu korku türüdür (Rabadan ve Bernabeu, 2021).
- *Deipnophobia (Topluluk İçinde Yemek Yeme Fobisi)*; Bireyin belirli bir topluluk içinde yemek yemekten veya yemek yeme sırasında konuşmaktan duyduğu korku türüdür (Das, Holland, Flynn ve Thapa, 2022).
- *Phagophobia (Yutma Fobisi)*; Bireyin yemek yerken yutma aşamasına geldiğinde, yiyeceğin boğazına takılmasına karşı duyduğu korku türüdür (Franko, Shapiro ve Gagne, 1997).

- *Emetophobia (Kusma Fobisi)*; Bireyin yemek yerken kusacağına dair duyduğu korku türüdür (van Overveld, de Jong, Peters, van Hout ve Bouman, 2008).

Araştırma kapsamında ele alınan ve çok çeşitli yemek fobilerinden biri olarak ilgili *mageirocophobia* literatürde yer almaktadır. Çalışma kapsamında ele alınan *mageirocophobia*, en genel şekliyle “aşırı yemek yapma korkusu” olarak ifade edilmektedir (Ridwan, 2015). Aşırı yemek yapma korkusunun (*mageirocophobia*), belirli özelliğe sahip bir formu olmamakla beraber, bireylere göre değişen tipleri bulunmaktadır (Fritscher, 2020). Bu fobiye sahip kimi insanlar, sayı olarak fazla ve kalabalık olarak nitelendirilecek gruplara yemek yapmaktan korkarken, kimi insanlar ise, yemeğin az pişmesinden korkabilmektedir (Legg, 2019). Aşırı yemek yapma korkusu (*mageirocophobia*) içerisinde beş farklı alt tipi bulunmaktadır. Bunlar, hastalığı yayma korkusu, yenilemeyecek yiyecekler sunma korkusu, sunum korkusu, pişirme aşamalarından korkma ve reçete korkusu olarak sınıflandırılabilir (Fritscher, 2020; Tarrant, 2021);

1. *Hastalığı Yayma Korkusu*; Bu tip yemek yapma korkusuna sahip bir birey, gıda yoluyla oluşabilecek hastalıkları, kendi eliyle yayacağı düşüncesine kapılarak yemek yapmakta büyük zorluk yaşamaktadır. Daha çok medyada bu tür haberleri ve gıda kaynaklı bulaşan hastalıklar üzerine okumalar yapan kişilerde, bu tip yemek pişirme korkusu daha fazla görülmektedir.

2. *Yenilemeyecek Gıdalar Sunma Korkusu*; Bu tip yemek yapma korkusuna sahip bir birey, hazırladığı yemeğin lezzet, kıvam ve aroma gibi kriterler açısından olması gerekenin çok uzağında olacağını düşünerek, yemek yapmakta büyük zorluk yaşamaktadır. Dolayısıyla bu tip yemek yapma korkusuna sahip bireyler kendilerine bu konuda daha az güvenmektedirler.

3. *Sunum Korkusu*; Bu tip korkuya sahip bir birey, hazırladığı yiyeceklerin mükemmel şekilde servis edilmesi gerektiği düşüncesi ile yemek yapmakta büyük zorluk yaşamaktadır. Bu tip korkuya sahip kişiler genellikle yiyeceklerin simetrisine, masaya konulan örtüsünün kenar uzunluklarından, masaya konulacak bardak, çatal, bıçağın uyumuna kadar ayrıntıları düşünmektedirler. Bu tip yemek pişirme korkusu çoğunlukla mükemmeliyetçi kişilik özelliğine sahip kişilerde görülmektedir.

4. *Pişirme Aşamalarından Korkma*; Bu tip korkuya sahip bir birey, yemek hazırlama sürecinde başına gelebilecek elini kesme, kendini yakma gibi mutfak içerisinde yaşanması muhtemel kazalardan ve mutfakta kullanılan teknikleri (poache, sous vide, vb.) uygulamadan kaynaklı yemek yapmakta büyük zorluk yaşamaktadır.

5. *Reçete Korkusu*; Bu tip korkuya sahip bir birey, uzun ve yapımı zor yemekleri hazırlama sürecinde reçetede yer alan önemli noktaları kaçırmaktan veya mevcut reçeteyi yapamayacağı düşüncesinden kaynaklı yemek yapmakta büyük zorluk yaşamaktadır.

Bu çalışmada bireylerin aşırı yemek yapma korkusunu (*mageirocophobia*) tehlikeli ve yenilemeyecek gıdalar sunma korkusu (*tygsk*), sunum korkusu (*sk*), pişirme aşamalarından korkma (*pak*) ve reçete korkusu (*rk*) boyutlarında değerlendirmeyi

hedefleyen yeni bir ölçek geliştirilmesi amaçlanmıştır. Çünkü son dönemlerde mutfağa olan ilginin artması ve yiyecek içecek sektöründe yapılan çalışmaların değer kazanmasıyla birlikte sektörde yer alan mutfak çalışanları başta olmak üzere bireylerin aşırı yemek yapma korkusunun (mageirocophobia) belirlenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Özellikle profesyonel olarak yemek yapmayı kendine meslek edinmiş aşçıların bu fobiye sahip olup olmadığının anlaşılmasının, yiyecek içecek işletmelerinde yapılan çalışmaların iyileştirilmesinde ya da amacına ulaşmasını sağlayacağı ön görülmektedir. Diğer yandan literatürde Aşırı Yemek Yapma Korkusuna yönelik çalışmaların azınlıkta olması ve bu korkuya yönelik bir ölçeğin bulunmaması da çalışmanın önemli görülmesinde rol oynamaktadır.

Yöntem

Bu çalışma, araştırmacılar tarafından geliştirilen Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirocophobia) Ölçeği (AYKÖ)'nin geçerlik ve güvenilirliğini ölçmek amacıyla tasarlanmış metodolojik bir çalışmadır. Çalışmanın teorik temelleri oluşturulduktan sonra soru maddelerinin hazırlanması, uzman görüşüne başvurulması, verilerin toplanması ve incelemesi yapılmıştır.

Etik Uygunluk

Etik kurul onayı, Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Komisyonu tarafından 08.06.2022 tarihinde 2022/03 sayılı toplantısındaki kararı ile sağlanmıştır. Ayrıca tüm katılımcılar araştırmanın amacı hakkında bilgilendirilmiştir.

Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirocophobia) Ölçeği'nin Geliştirilmesi

Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirocophobia) Ölçeği (AYKÖ) hastalığı yayma korkusu, yenilemeyecek gıdalar sunma korkusu, sunum korkusu, pişirme aşamalarından korkma ve reçete korkusu olmak üzere tüm boyutları ile alanda uzman bireyler tarafından değerlendirilmesi ile oluşturulmuştur. Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirocophobia) Ölçeği (AYKÖ)'nin hazırlanması sürecinde görüşme, inceleme, literatür taraması ve uzman görüşü tekniklerinin kullanılması ile 5 boyut ve 21 maddelik soru havuzu oluşturulmuştur. Soruların hazırlanması aşamasında, literatürde aşırı yemek yapma korkusunun alt boyutları olarak belirtilen hastalığı yayma korkusu, yenilemeyecek gıdalar sunma korkusu, reçete korkusu, sunum korkusu ve pişirme aşamalarından korkma boyutlarına yönelik sorular, yazarlar tarafından oluşturulmuştur. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini belirlemek için şu adımlar izlenmiştir:

Kapsam Geçerliliği

Ölçeğin kapsam geçerliliğinin belirlenmesinde ölçeğin aşırı yemek yapma korkusunu (mageirocophobia) ölçüp ölçmediğinin değerlendirilmesi amacıyla alan uzmanlarına (2 mutfak şefi), turizm ve tıp fakültesinden 2 öğretim üyesinin görüşüne başvurulmuştur.

Araştırma Katılımcıları

Ölçeğin esas uygulamasında mutfak eğitimi alan ve mutfak deneyimine sahip 423 kişiye ulaşılmıştır. Katılımcılara ait demografik bilgilere Tablo 1’de yer verilmiştir.

Ayrıştırma/Dış Geçerliliği

AYKÖ’nün 19 maddelik ayrıştırma/dış geçerliliği, tehlikeli ve yenilemeyecek gıdalar sunma korkusu (tygsk), sunum korkusu (sk), pişirme aşamalarından korkma (pak) ve reçete korkusu (rk)boyutları arasında korelasyon değerleri tespit edilmiştir.

İç Tutarlılık (Güvenirlik) Analizi

AYKÖ’ye ait iç güvenilirliğin belirlenmesi amacıyla ölçeğin toplam ve boyutlara ait Cronbach Alpha katsayısı belirlenmiştir. 50 kişiye uygulanan pilot uygulamadan elde edilen verilerin analizi neticesinde AYKÖ 4 boyut ve 19 maddeye indirgenmiştir.

Yapı Geçerliliği

AYKÖ’ye ait boyutların oluşturulmasında açımlayıcı faktör analizi, oluşturulan boyutların doğrulanmasında ise doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Tabachnick ve Fidell (2013)’ göre çarpıklık ve basıklık değerleri +1.50 ve -1.50 değerleri arasında ise dağılım, normal dağılım olarak gerçekleşmektedir. Çalışmada yer alan dağılımların da normal dağılım gösterdikleri tespit edilmiş ve veriler, korelasyon testine uygun olduğu görülmüştür. Verilerin faktör analizine uygunluğuna Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değeri ile karar verilmiştir.

Verilerin Analizi

AYKÖ’den elde edilen verilerin geçerlik, güvenilirlik, frekans, korelasyon ve açımlayıcı faktör analizi SPSS 26.0 programında, doğrulayıcı faktör analizi SPSS AMOS 26.0 programında analiz edilmiştir.

Bulgular

Kapsam Geçerliliği

Ölçeğin aşırı yemek yapma korkusunu ölçmede yeterli olup olmadığı konusunda başvuru uzmanlar, ölçeğin yeterli ve anlaşılabilir olduğu yönünde ortak görüş bildirmiştir.

Araştırma Katılımcıları

Katılımcıların çoğunun kadın ve 18-24 yaş aralığında olduğu belirlenmiştir. Diğer yandan mutfak dersi alan katılımcıların oranının oldukça yüksek olduğu görülürken, mutfak dersi almayan bireylerin de mutfak deneyimine sahip olduğu saptanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Katılımcıların Genel Özelliklerine Göre Dağılımı (N=423)

Özellikler		N	%
Cinsiyet	Kadın	275	65.0
	Erkek	148	35.0
Yaş	18-24	372	87.9
	25-34	38	9.0
	35-44	11	2.6
	45+	2	0.5
Mutfak dersi aldınız mı?	Evet	411	97.2
	Hayır	12	2.8
Mutfak deneyimine sahip misiniz?	Evet	423	100.0
	Hayır	-	-

Verilerin faktör analizine uygunluğunun belirlenmesinde yararlanılan Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değeri, 0.871 olarak saptanmış ve verilerin faktör analizine uygun olduğu görülmüştür. Ayrıca maddeler arasında 0.45 yük değeri altında madde bulunmadığı ve faktör yüklerinin 0.454 ve 0.813 düzey aralığında olduğu belirlenmiştir (Tablo 2). Maddelerin buldukları faktörler ile yüksek oranda ilişkiye sahip olmasının yanı sıra faktör yüklerine bakıldığında 0.45 ve altında yük değerinin olmaması ölçeğin iyi olarak değerlendirilmesine katkı sağlamıştır (Büyüköztürk, 2017). Açıklayıcı faktör analizine ait sonuçlar incelendiğinde “hastalıklı gıdalar sunma korkusu” ve “yenilemeyecek gıdalar sunma korkusu” boyutlarının katılımcılar tarafından tek bir boyut olarak algılandığı belirlenmiştir. Her iki boyutun benzer durumları ölçtüğü göz önünde bulundurulduğunda bu durum beklendik olarak değerlendirilmektedir. Buradan hareketle bu iki boyut “tehlikeli ve yenilemeyecek gıdalar sunma korkusu” olarak boyutlandırılmıştır. Sonuç olarak maddelerin dört boyut (tehlikeli ve yenilemeyecek gıdalar sunma korkusu, sunum korkusu, pişirme aşamalarından korkma, reçete korkusu) altında toplandığı görülmektedir.

Tablo 2. Boyutlara İlişkin Açımlayıcı Faktör Analizi

Maddeler	İfadeler	Faktör Yükleri				Özdeğer	Açıklanan Varyans
		1	2	3	4		
Tehlikeli ve Yenilemeyecek Gıdalar Sunma Korkusu (TYGSK)	1-Yaptığım yemeğin az pişmesinden endişe duyarım.	.701					
	2-Medyada zehirlenme olaylarından etkilenirim.	.692					
	3-Pişireceğim gıdaları yeterince temizleyememekten endişe duyarım.	.676					
	4-Deniz ürünleri gibi zor ve riskli yemekleri pişirmekten korkarım.	.580				4.201	26.258
	5-Birkaç yiyeceği birleştirerek yemek oluşturmaktan çekinirim.	.543					
	6-Yemeğimin aşırı kuru, ıslak veya fazla pişmiş olmasından endişe duyarım.	.526					
	7-Servis ettiğim yemeğin yenmeden geri dönmesinden korkarım.	.487					
Sunum Korkusu (SK)	8-Hazırladığım sofranın lekesiz ve mükemmel olmasını isterim.		.890				
	9-Hazırladığım sofrada masa örtüsü, tabak, çatal, bıçak, bardak vb. birbirleriyle mükemmel bir uyum içinde olmalıdır.		.864			2.160	13.498
	10-Hazırladığım tüm tabaklar birbirleriyle aynı porsiyon ölçüsünde ve aynı şekillerde olmalıdır.		.688				
	11-Hazırladığım tabaklardaki görsellik mükemmel değilse sunumu yapmam.		.687				
Pişirme Aşamalarından Korkma (PAK)	12-Yemek yaparken kendime zarar gelmesinden endişe duyarım.			.755			
	13-Yemek yaparken sürekli ocağı ve gazı kontrol ederim.			.687		1.350	8.436
	14-Kullandığım ekipmanları doğru kullanamamaktan endişe duyarım.			.662			
	15-Yemek yaparken sürekli oluşabilecek kazalar aklıma gelir.			.454			
Reçete Korkusu (RK)	16-Kullandığım tarifin doğruluğundan şüphe duyarım.				.813		
	17-Kullandığım tarifin aşamalarını kaçırmaktan endişe duyarım.				.762		
	18-Kullanacağım tarifteki direktifleri yapamamaktan korkarım.				.700	1.053	6.584
	19-Tarifte önerilen ekipmanları kullanmaktan çekinirim.				.684		
						Genel	54.776

İç Tutarlılık (Güvenirlik) Analizi

AYKÖ'nün iç tutarlılığının belirlenebilmesi amacıyla yapılan güvenilirlik analizi, ölçeğe ait toplam Cronbach Alpha değerinin 0.805 ile yüksek güvenilirlik düzeyinde olduğunu göstermektedir. Tablo 3, Tablo 4, Tablo 5 ve Tablo 6'da AYKÖ'nün sahip olduğu boyutların Cronbach Alpha değerlerine yer verilmiştir. Boyutlara ait iç tutarlılık seviyelerinin de 0.70 üzerinde olması dolayısıyla kabul edilebilir düzeyde olduğu (Cortina, 1993) ve bu yönüyle çalışmanın güvenilirlik düzeyinin yeterli olduğu ifade edilebilmektedir. Diğer yandan boyutların maddeleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde sunum korkusu boyutunun 2. (Soru 9) ve 5. (Soru 11) maddeleri arasında anlamlı ve pozitif yönlü, pişirme aşamalarından korkma boyutunun 2. (Soru 13) ve 4. (Soru 15) arasında anlamlı ve pozitif yönlü; diğer tüm maddeler arasında çok anlamlı ve pozitif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3. Yenilemeyecek ve Tehlikeli Gıdalar Sunma Korkusu Boyutu Korelasyon Analizi

Yenilemeyecek ve Tehlikeli Gıdalar Sunma Korkusu Boyutu $\alpha=0.716$	1	2	3	4	5	6	7
1-Yaptığım yemeğin az pişmesinden endişe duyarım.	-						
2-Medyada zehirlenme olaylarından etkilenirim	.234**	-					
3-Pişireceğim gıdaları yeterince temizleyememekten endişe duyarım.	.370**	.435**	-				
4-Deniz ürünleri gibi zor ve riskli yemekleri pişirmekten korkarım.	.207**	.197**	.254**	-			
5-Birkaç yiyeceği birleştirerek yemek oluşturmaktan çekinirim.	.157**	.100*	.139**	.244**	-		
6-Yemeğimin aşırı kuru, ıslak veya fazla pişmiş olmasından endişe duyarım.	.385**	.271**	.370**	.203**	.260**	-	
7-Servis ettiğim yemeğin yenmeden geri dönmesinden korkarım.	.324**	.217**	.364**	.207**	.147**	.446**	-

** $p<0.01$

Tablo 4. Sunum Korkusu Boyutu Korelasyon Analizi

Sunum Korkusu Boyutu $\alpha=0.757$	1	2	3	4
8-Hazırladığım sofranın lekesiz ve mükemmel olmasını isterim.	-			
9-Hazırladığım sofrada masa örtüsü, tabak, çatal, bıçak, bardak vb. birbirleriyle mükemmel bir uyum içinde olmalıdır.	.698**	-		
10-Hazırladığım tüm tabaklar birbirleriyle aynı porsiyon ölçüsünde ve aynı şekillerde olmalıdır.	.397**	.476**	-	
11-Hazırladığım tabaklardaki görsellik mükemmel değilse sunumu yapmam.	.092*	.177**	.246**	-

** $p<0.01$ * $p<0.05$

Tablo 5. Pişirme Aşamalarından Korkma Boyutu Korelasyon Analizi

Pişirme Aşamalarından Korkma Boyutu $\alpha=0.702$	1	2	3	4
12-Yemek yaparken kendime zarar gelmesinden endişe duyarım.	-			
13-Yemek yaparken sürekli ocağı ve gazı kontrol ederim.	.313**	-		
14-Kullandığım ekipmanları doğru kullanamamaktan endişe duyarım.	.352**	.276**	-	
15-Yemek yaparken sürekli oluşabilecek kazalar aklıma gelir.	.444*	.293**	.348**	-

**p<0.01 *p<0.05

Tablo 6. Reçete Korkusu Boyutu Korelasyon Analizi

Reçete Korkusu Boyutu $\alpha=0.758$	1	2	3	4
16-Kullandığım tarifin doğruluğundan şüphe duyarım.	-			
17-Kullandığım tarifin aşamalarını kaçırmaktan endişe duyarım.	.475**	-		
18-Kullanacağım tarifteki direktifleri yapamamaktan korkarım.	.386**	.633**	-	
19-Tarifte önerilen ekipmanları kullanmaktan çekinirim.	.306**	.305**	.428**	-

**p<0.01

Ayrıştırma/Dış Geçerlik

AYKÖ'nün 19 maddeli ayrışma/dış geçerliği, boyut korelasyon ilişkisi ile incelenmiştir. Boyutlar arasındaki ilişkiye bakıldığında, tehlikeli ve yenilemeyecek gıdalar sunma korkusu ile sunum korkusu arasında anlamlı ve pozitif yönlü ($r=.106$; $p<0.05$); sunum korkusu ile reçete korkusu arasında anlamlı ve pozitif yönlü ($r=.102$; $p<0.05$) ilişki bulunduğu saptanmıştır. Diğer tüm boyutlar arasındaki ilişkilerin ise çok anlamlı ve pozitif yönlü olduğu belirlenmiştir. (Tablo 7). Yapıların birbirinden ayrılabilir düzeyini gösteren ayrışma/dış geçerliğinde korelasyon düzeyinin 0.85'i aşmaması gerektiği belirtilmektedir (Kline, 2011). Buna göre AYKÖ'nün ayrışma geçerliğini sağladığı söylenebilmektedir

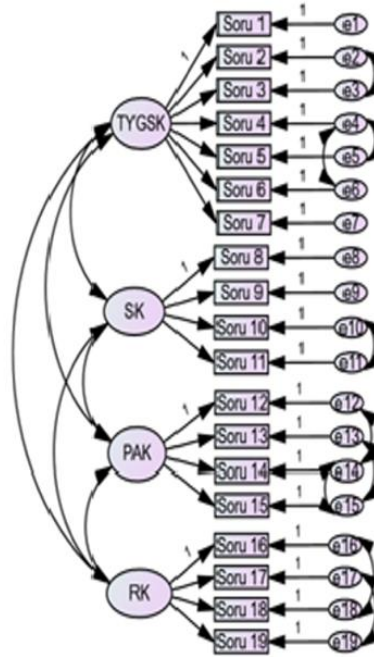
Tablo 7. Boyutlara İlişkin Korelasyon Analizi

Boyutlar	1	2	3	4
1.Tehlikeli ve Yenilemeyecek Gıdalar Sunma Korkusu (TYGSK)	-			
2.Sunum Korkusu (SK)	.106*	-		
3.Pişirme Aşamalarından Korkma (PAK)	.457**	.145**	-	
4.Reçete Korkusu (RK)	.509**	.102*	.474**	-

**p<0.01 *p<0.05

Yapı Geçerliliği

AYKÖ'ye ait boyutlar açımlayıcı faktör analizi ile oluşturulmuş ve doğrulayıcı faktör analizi ile doğrulanmıştır (Şekil 1). AYKÖ modeli ve uyum indekslerine ait verilere Şekil 1'de yer verilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları incelendiğinde CFI ve NFI değerlerinin 0.90 üzerinde ve kabul edilebilir düzeyde oldukları saptanmıştır (Marsh, Hau, Artelt, Baumert ve Peschar, 2006). Uyum eksikliğinin tespit edilmesinde RMSEA indekslerinin önemli olduğu ve 0.050'den küçük olması gerektiği belirtilmektedir (Browne ve Cudeck, 1992). Elde edilen bulgular sonucunda RMSEA değeri 0.048 olarak kabul edilebilir seviyede tespit edilmiştir. Baumgartner ve Homburg (1996), GFI değerinin 0.90 üzerinde olmasının iyi bir model oluşturduğunu rapor etmektedir. Çalışmada bu değer 0.938 olarak kabul edilebilir düzeyde görülmektedir. AGFI değerinin ise 0.80 üzerinde 1'e yakın bir değer alması beklenmektedir (Schermelel-Engel, Moosbrugger ve Müller, 2003). Verilerin analizi sonucunda AGFI değeri 0.914 olarak saptanmış ve kabul edilebilir düzeyde olduğu tespit edilmiştir.



Ki-Kare Olabilirlik Oranı/Serbestlik Derecesi (χ^2/df)	1,987
Tahmini Kök Hata Kareler Ortalaması (RMSEA)	0,048
Ölçeklendirilmiş Uyum İndeksi (NFI)	0,902
Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI)	0,930
Uyum İyiliği İndeksi (GFI)	0,938
Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi (AGFI)	0,914

Şekil 1. Aşırı Yemek Yapma Korkusu Ölçeği Modeli

Sonuç ve Tartışma

Çalışma, literatürde yeni bir kavram olan Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirocophobia)'nın incelenmesine odaklanmaktadır. Daha öncesinde Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirocophobia)'na yönelik derleme çalışmalarına rastlanırken; konuya ilişkin bir ölçeğe rastlanmamasının ve ilgili alan yazında yer alan çalışmaların da az olması dolayısıyla çalışmanın literatüre önemli katkıların olacağı düşünülmektedir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda ölçeğin dört alt boyut ve 19 maddeden meydana geldiği ve dört alt boyutun toplam varyansın 54.776'sini açıkladığı görülmüştür. Varyansın %40'ın üzerinde bir değer olması, çalışmanın ilgili alanda iyi bir ölçme aracı olarak değerlendirilmesine imkan sağlamaktadır (Tavşancıl, 2002). Diğer yandan yapılan açımlayıcı faktör analizi sonuçları değerlendirildiğinde, tüm maddelerin ayrı ayrı yeterli faktör yükünü taşıdığı belirlenmiştir. Buna göre yapılan alt boyutların isimlendirmelerinin, ilgili literatürde yer alan aşırı yemek yapma korkusu açıklamalarıyla da uyumlu olduğu düşünülmektedir. Genel anlamda yüksek güvenilirliğe sahip ölçeğin alt boyutlarının da yeterli güvenilirliğe sahip olduğu belirlenmiştir. Ayrıca alt boyutlar arasındaki korelatif değerler incelendiğinde, alt boyutların hepsinin birbirleri ile anlamlı ilişkiler göstermesi dolayısıyla ölçeğin alt boyutlarının aynı durumu ölçtüğü ifade edilebilmektedir. Yapılan tüm analizler doğrultusunda elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde geliştirilen ölçeğin, kişilerin aşırı yemek yapma korkusunu ölçebilecek geçerlik ve güvenilirlik kriterlerini taşıdığı söylenebilir.

Son dönemlerde gastronomiye olan ilginin artması ve yiyecek içecek sektöründe yapılan çalışmaların değer kazanmasıyla birlikte gerek profesyonel şeflerin gerekse de mesleğe yeni başlayacak şef adaylarının, aşırı yemek yapma korkusuna yönelik durumlarının ölçülmesi önem kazanmıştır. Özellikle profesyonel iş hayatında kriz oluşturabilecek noktalar için gerekli tedbirlerin alınması ve gerekli desteğin fobi sahibi bireylere sağlanabilmesi adına, Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirocophobia) Ölçeği (AYKÖ)'nin hem işletmeler hem de şefler açısından önemli bir eksikliği giderebileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, özellikle mesleğe yeni başlamış veya bu alanda eğitim almaya başlayacak kişilerin, ilerleyen süreçte meslek hayatlarında problem yaşamadan doğru bir kariyer planlaması yapmaları adına, geliştirilen ölçeğin ayrıca önem arz edeceği ön görülmektedir. Ek olarak, geliştirilen ölçeğin ilerleyen süreçte öğrenciler ve akademisyenler için faydalı bir kaynak olabileceği ve ilgili konuya dair yeterli çalışmanın olmaması sebebiyle, bu alanda yapılacak çalışmalara öncülük olması hedeflenmektedir. Özellikle, geliştirilen ölçeğin farklı dillere uyarlanması yapılarak, farklı örneklem gruplarına uygulanarak karşılaştırılması, ilgili literatüre çeşitlilik kazandıracaktır.

Çalışmanın önemi göz önünde bulundurulduğunda AYKÖ, bireylerin aşırı yemek yapma korkusunun tehlikeli ve yenilemeyecek gıdalar sunma, sunum yapma, pişirme aşamalarını takip etme ve reçete uygulama açılarından kıyaslamaya imkan tanıyarak, bireyin hangi boyutta aşırı yemek yapma korkusuna sahip olduğu ya da hangi boyutta aşırı yemek yapma korkusunun baskın olduğunun saptanmasında ve gerekli çözümlerin üretilmesinde önemli geri bildirimler sağlayabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak geliştirilmiştir.

Sınırlılık

Yapıların birbirinden ayrılabilirlik düzeyini gösteren ayrışma/dış geçerliğinde korelasyon düzeyinin %25'in altında kalmaması beklenmektedir (Kline, 2011). Ancak çalışmada elde edilen sonuçlar arasında %10 ve % 14 korelasyon düzeyleri saptanmıştır. Diğer yandan

çalışma, çoğunluğu mutfak eğitimi alan katılımcılarla gerçekleştirilmiştir. Bu iki duruö çalışmanın sınırlılığını oluştururken, farklı gruplar üzerinde yapılacak çalışmaların literatüre önemli kazanımlar sağlayabileceği ve Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirocophobia) Ölçeği (AYPK)'nin geçerliği ve güvenilirliğine dair daha net sonuçlar vereceği düşünülmektedir.

Kaynakça

- Ateş, B. (2014). *Üniversite öğrencilerinin sosyal fobi ile başa çıkmalarında çözüm odaklı grupla psikolojik danışmanın etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Baumgartner, H., ve Homburg, C. (1996). Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: A review. *International Journal of Research in Marketing*, 13(2), 139-161.
- Becker, E. S., Rinck, M., Türke, V., Kause, P., Goodwin, R., Neumer, S., ve Margraf, J. (2007). Epidemiology of specific phobia subtypes: findings from the dresden mental health study. *European Psychiatry*, 22(2), 69-74, Erişim Adresi: <https://www.cambridge.org/core/journals/european-psychiatry/article/abs/epidemiology-of-specific-phobia-subtypes-findings-from-the-dresden-mental-health-study/B6C1FD0DB451EDA2CD216BD4BA91A5F6>
- Browne, M. W., ve Cudeck, R. (1992). Alternative ways of assessing model fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230-258.
- Büyüköztürk, Ş. (2017). *Veri analizi el kitabı*. Pegem Akademi.
- Cortina, J., M. (1993). What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. *Journal of Applied Psychology*, 78(1), 98-104.
- Das, A., Holland, J., Flynn, V., ve Thapa, P. B. (2022). Deipnophobia: a case of social anxiety masquerading as eating issues. *The Primary Care Companion for CNS Disorders*, 24(2), DOI: 0.4088/pcc.21cr02987
- Franko, D. L., Shapiro, J., ve Gagne, A. (1997). Phagophobia: a form of psychogenic dysphagia a new entity. *Annals of Otolaryngology, Rhinology & Laryngology*, 106(4), 286-290, DOI:10.1177/000348949710600404
- Gupta, M. K. (2004). *How to overcome fear*. Pustak Mahal.
- Kahn, A. P., ve Fawcett, J. (2008). *The encyclopedia of mental health*. Infobase Publishing.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. The Guilford Press.
- Legg, T., J. (2019). *How to identify and treat a food phobia*. Erişim Adresi: <https://www.healthline.com/health/cibophobia#complications>.
- Marks, I. M. (2013). *Fears and phobias*. Academic Press.
- Rabadán, A., ve Bernabéu, R. (2021). A systematic review of studies using the Food Neophobia Scale: conclusions from thirty years of studies. *Food Quality and Preference*, 93, 1-18, DOI:10.1016/j.foodqual.2021104241
- Ridwan, R. (2015). Fobia, ragam dan penanganannya. *At-Ta'lim*, 6(6), 74-86.
- Schermelleh-engel, K., Moosbrugger, H., ve Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-offit measures. *Methods of Psychological Research*, 8(2), 27.
- Tabachnick, B.G. ve Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics* (Sixth Ed.). Pearson.
- Tarrant, G. (2021). *Fear of cooking: causes, symptoms, types, treatment*. Erişim Adresi: <https://psychotreat.com/fear-of-cooking>.
- Tavşancıl, E. (2002). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Nobel Yayıncılık.
- Ulusoy, K., ve Gülüm, K. (2009). Sosyal bilgiler dersinde tarih ve coğrafya konuları işlenirken öğretmenlerin materyal kullanma durumları. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2), 85-99, Erişim Adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1494823>
- Van Overveld, M., de Jong, P. J., Peters, M. L., van Hout, W. J., ve Bouman, T. K. (2008). An internet-based study on the relation between disgust sensitivity and emetophobia. *Journal of anxiety disorders*, 22(3), 524-531, DOI: 10.1016/j.janxdis.2007.04.001
- Wu, H. (2022). The roles of vegan meat in contemporary china. In *2021 International Conference on Social Development and Media Communication (SDMC 2021)* (pp. 1266-1269). Atlantis Press, DOI: 10.2991/assehr.k.220105.233