JOURNAL OF TOURISM AND GASTRONOMY STUDIES

ISSN: 2147 – 8775

Journal homepage: www.jotags.net

Profesyonel Mutfağın Gizli Kaygısı: Van'da Yiyecek İçecek Sektöründe Çalışan Aşçıların Mageirofobi Düzeylerinin İncelenmesi (The Hidden Anxiety of the Professional Kitchen: An Investigation of the Mageirophobia Levels of Workers in the Food and Beverage Sector in Van)

*** Sohbet BARAN** [a], **Erol GEÇGİN** [a], **Pelin KOÇ** [a]

[a] Yüzüncü Yıl University, Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Van/Türkiye

Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi: 06.02.2026

Kabul Tarihi: 04.06.2026

Anahtar Kelimeler

Mageirofobi

Yemek yapma korkusu

Gastronomi

Mesleki kaygı

Van

Keywords

Mageirophobia

Fear of cooking

Gastronomy

Occupational anxiety

Van

Makalenin Türü

Araştırma Makalesi

Öz

Mageirofobi, yemek yapma eylemine karşı yoğun kaygı ve korku ile karakterize edilen özel bir fobi türüdür. Bu durum, özellikle aşçılık eğitimi alan öğrenciler ve yiyecek içecek sektöründe çalışan aşçılar arasında mesleki kaygıyı artırabilmektedir. Bu çalışmanın amacı, gastronomi sektöründe önemli bir yere sahip olan aşçılık mesleğinde mageirofobi olgusunu incelemektir. Araştırma, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimleri Yayın Etik Kurulu'nun 19/06/2025 tarihli ve 2025/15-20 sayılı kararı ile etik açıdan uygun bulunmuştur. Veriler, 2025 yılında Van ilinde gastronomi eğitimi alan öğrenciler ve sektörde çalışan aşçılar üzerinden anket yöntemiyle toplanmış, toplam 387 katılımcıdan elde edilen veriler analiz edilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 22.0 programı kullanılmış; demografik analizler, güvenirlik analizi, ANOVA, faktör analizi ve korelasyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Bulgular, mageirofobinin bazı demografik ve mesleki değişkenlere göre alt boyutlar düzeyinde farklılık gösterebildiğini ortaya koymuştur.

Abstract

Mageirophobia is a specific type of phobia characterized by intense anxiety and fear toward the act of cooking. This condition may increase occupational anxiety, particularly among culinary students and chefs working in the food and beverage sector. The aim of this study is to examine the phenomenon of mageirophobia within the culinary profession, which holds an important place in the gastronomy sector. The research was approved by the Social and Human Sciences Publication Ethics Committee of Van Yüzüncü Yıl University with the decision dated 19/06/2025 and numbered 2025/15-20. Data were collected in 2025 through a questionnaire administered to culinary students and chefs actively working in Van province, and analyses were conducted on data obtained from 387 participants. Data were analyzed using SPSS 22.0. Demographic analyses, reliability analysis, ANOVA, factor analysis, and correlation analyses were performed. The findings revealed that mageirophobia may differ across certain sub-dimensions according to some demographic and occupational variables.

** Sorumlu Yazar*

E-posta: sohbet.brn@Hotmail.com (S. Baran)

DOI: 10.63556/jotags.2026.1854

GİRİŞ

İnsan biyolojisi ve psikolojisi incelendiğinde, kaygının insan yaşamında evrensel bir olgu olduğu görülmektedir (Akoğlu, Cansizoğlu, Orhan ve Özdemir, 2017, s. 147). Anksiyete, bireyin çevresel ve psikolojik uyaranlara karşı geliştirdiği doğal bir tepki olarak tanımlanmakta olup, tarihsel süreç içerisinde farklı kültürler tarafından çeşitli biçimlerde ifade edilmiştir. Yunanca kökenli "anxietas" terimi, anksiyete ve korku kavramlarıyla ilişkilendirilmiş; bu duyguların belirli nesne, durum veya olaylara karşı aşırı ve irrasyonel bir hale dönüşmesi ise "fobi" kavramını ortaya çıkarmıştır (Akkoç ve Karaaziz, 2024). Fobi kelimesi, Yunan dilinde "korku" anlamına gelen "phobos" sözcüğünden türetilmiştir (Yavuzcan, 2023, s. 309). Günlük yaşamda bireylerin belirli bir nesneye, duruma veya olaya yönelik olarak hissettiği yoğun ve sürekli korku şeklinde tanımlanan fobi, sıradan korkulardan farklılık göstermektedir (Marks, 2013, s. 3). Bu tür korkular, bireyin yaşam kalitesini ciddi düzeyde düşürebilir ve günlük işlevselliğini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Doğan ve Yüce, n.d.).

Stres sonucu gelişen fobiler, aşçılık gibi yoğun ve baskılı bir iş ortamında çalışan bireyler için ciddi bir verimlilik engeli oluşturabilmektedir. Yemek pişirme birçok insan için hem hobi hem de yaratıcı bir süreçtir; aynı zamanda yaratıcı içerikler üretmeye ve yeni teknikler geliştirmeye olanak tanımaktadır. Günümüzde yemek pişirme eylemi, sağlıklı ve dengeli bir yaşamın önemli bir bileşeni olarak kabul edilmektedir. Ancak bazı bireyler, mutfağa girmekten sürekli olarak korku duymakta ve yemek pişirme sürecinde yoğun kaygı ve stres yaşayabilmektedir. Söz konusu süreç yemek yapma korkusu olarak bilinen mageirofobiye yol açabilmektedir (Klarity Health, 2024). Mageirofobi, gastronomi sektöründe çalışan bireylerin mesleki süreçlerini olumsuz etkileyebilecek psikolojik bir sorun olarak değerlendirilmektedir. Genel popülasyonda bireysel bir sorun olarak görülen bu fobi, profesyonel mutfak çalışanları açısından daha farklı sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir. Bu durumun temelinde sektörün yoğun yapısı ve yüksek profesyonel beklentiler yer almaktadır. Mageirofobi ise bu beklentilerle doğrudan çatışabilmektedir (Cleveland Clinic, 2021). Mageirofobi, bireylerde mesleki kaygı düzeyini artırabilen ve psikolojik yük algısını güçlendirebilen bir fobi türü olarak değerlendirilmektedir. Özellikle yoğun iş temposu ve yüksek beklentilerin hâkim olduğu bu sektörde, mageirofobi gibi psikolojik engeller çalışanların verimliliğini olumsuz etkileyebilmekte ve iş bırakma eğilimini artırabilmektedir.

Yiyecek içecek sektörü, nitelikli iş gücüne duyulan ihtiyacın yüksek olduğu, sürekli gelişen ve değişen dinamik bir yapıya sahiptir. Ancak yoğun rekabet ortamı, yüksek iş temposu ve çalışanların psikolojik dayanıklılığını zorlayan faktörler iş gücü verimliliğini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Aşçılar üzerinde baskı oluşturan bu psikolojik zorluklar, sektörün genel verimliliği üzerinde doğrudan etki yaratmaktadır (Kazkondu, 2025). Yenilikçilik ve becerinin ön planda olduğu ortamlarda çalışan aşçılar, iş tatmini ve motivasyon gibi temel gereksinimlerin karşılanmaması halinde anksiyete ve fobi gibi psikolojik sorunlar yaşayabilmektedir (Kazkondu, 2025, s. 3). Bu psikolojik baskı özellikle genç çalışanlar ve öğrenciler açısından daha belirgin olarak görülmektedir. Staj dönemlerinde ve kariyerlerinin ilk yıllarında bu zorluklar daha yoğun hissedilebilmektedir (Yiğit, 2023, s. 934).

Bu çalışmada, Van ilinde gastronomi eğitimi alan öğrenciler ve yiyecek içecek sektöründe aktif olarak çalışan aşçıların mageirofobi düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca mageirofobi düzeylerinin bazı demografik ve mesleki değişkenler ile mesleki kaygı ve psikolojik yük algıları bağlamında incelenmesi hedeflenmektedir. Van ili, gelişen yiyecek içecek işletmeleri ve sektörde aktif olarak çalışan genç iş gücü yoğunluğu nedeniyle araştırma alanı olarak tercih edilmiştir. Bu doğrultuda araştırma, nicel araştırma yöntemi kapsamında anket tekniğinden

yararlanılarak yürütülmüştür. Literatür incelendiğinde, anksiyete ve fobi kavramlarının farklı meslek grupları bağlamında ele alındığı görülmekle birlikte, yemek yapma korkusu olarak tanımlanan mageirofobinin profesyonel aşçılar özelinde ele alındığı çalışmaların oldukça sınırlı olduğu dikkat çekmektedir.

Bu nedenle çalışma bulgularının hem akademik literatüre katkı sağlaması hem de sektörel farkındalık oluşturması beklenmektedir. Mageirofobiye yönelik farkındalığın artırılması, çalışanların psikolojik dayanıklılığının güçlendirilmesi ve iş ortamlarının bu tür psikolojik sorunları minimize edecek şekilde yapılandırılması, yiyecek içecek sektörünün sürdürülebilirliği açısından kritik bir gerekliliktir. Özellikle Van ili özelinde gastronomi öğrencileri ve sektör çalışanları arasında mageirofobiye odaklanan nicel çalışmaların bulunmaması, bu araştırmanın özgünlüğünü artırmaktadır.

Kavramsal Çerçeve ve Literatür Taraması

Çalışmanın kavramsal altyapısını güçlendirmek amacıyla, öncelikle aşçılık mesleği ve mageirofobi kavramlarına değinilmiştir.

Aşçılık Mesleği

Meslek, yalnızca icra edilen görevler değil; aynı zamanda bireyin bu sürece kattığı bilgi, beceri ve yetkinlikleri de kapsar. Bu bağlamda, meslek seçimi sürecinde bireylerin fiziksel, bilişsel ve psikolojik özelliklerinin göz önünde bulundurulması gerektiği belirtilmektedir. Bu, bireylerin iş hayatlarında yüksek performans beklentileriyle karşılaştığı zorluklar arasında denge kurmalarını gerektirir (Oğan, 2021, s.13). Aşçılık; mutfak planlaması ve organizasyonu yapmayı, menü hazırlamayı, dünya ve yöresel mutfaklara ait yemekleri hijyen kurallarına uygun şekilde pişirmeyi gerektiren bir meslektir. Ancak aşçılık, yalnızca teknik bilgi ve becerilerle sınırlı değildir; aynı zamanda kişisel özellikler, mesleki yetkinlikler ve etik değerlerle de şekillenir. Aşçılarda bulunması gereken temel kişisel özellikler arasında ahlaki değerlere sahip olma, hijyen ve kişisel bakıma özen gösterme, esnek çalışma saatlerine uyum sağlama ve yeniliklere açıklıkta yer alır (Doğan ve Yeşiltaş, 2017, s.252). Bu nitelikler, aşçılığın dinamik ve yüksek sorumluluk gerektiren bir meslek olduğunu ortaya koymaktadır (Harbalıoğlu ve Ünal, 2014, s.56). Aşçılık mesleği; fiziksel yorgunluk, zaman baskısı ve müşteri memnuniyeti gibi etkenler nedeniyle yüksek stres altında yürütülmekte ve meslek mensuplarında kaygı düzeyini artırabilmektedir (Üst Can, 2021, s.1126).

Aşçılık mesleğinde görülen baskı ve zorlukların temelinde çoğu zaman stres yer almaktadır. Stres, bireyin günlük yaşama verdiği doğal bir tepki olmakla birlikte, doğru yönetilmediğinde iş yaşamını olumsuz etkileyebilmektedir. Bu nedenle, stres kaynaklarının farkında olmak ve başa çıkma yöntemleri geliştirmek hem uyum sürecini kolaylaştırır hem de mesleki verimliliği destekler (Turpcu ve Akyurt, 2018, s.366). Gastronomi sektörü günümüzde turizmin ayrılmaz bir unsuru hâline gelmiş; yeme-içme deneyimlerinin artan önemi ise aşçılık mesleğine yüklenen sorumlulukları daha da artırmıştır. Aşçılık mesleğini tercih eden bireylerin bu sorumluluğu başarıyla taşıyabilmesi, büyük ölçüde kişilik özellikleriyle uyumlu bir meslek seçiminde bulunmalarına bağlı olmaktadır (Üst Can, 2021, s.1125).

Sektörün beraberinde getirdiği yoğun yük, zamanla mesleki tükenmişlik, anksiyete bozuklukları ve daha spesifik olarak "mageirofobi" (aşırı yemek yapma korkusu) gibi psikolojik rahatsızlıkların ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir. Bu nedenle, aşçılık mesleğinde yalnızca teknik yeterlilik değil, aynı zamanda psikolojik dayanıklılığın da değerlendirilmesi; mesleki sürdürülebilirliğin sağlanması açısından büyük önem taşımaktadır.

Aşçılık mesleğinin dinamikleri ve beraberinde getirdiği psikolojik baskılar göz önünde bulundurulduğunda, yemek yapma fobisinin sektörel etkileri daha net bir biçimde ortaya konulabilmektedir (Klarity Health, 2022).

Mageirofobi Kavramı

Yemekle ilgili çeşitli fobiler bulunmasına rağmen, bu çalışmanın odaklandığı mageirofobi, diğer fobi türlerinden farklı bir yapıya sahiptir. Mageirofobi, yemek yapma sürecine karşı duyulan yoğun ve irrasyonel korku olarak tanımlanmakta olup, özellikle yiyecek-içecek sektöründe çalışan bireyler açısından kritik bir öneme sahiptir. Bu terim, klasik Yunanca'da "şef" veya "kasap" anlamına gelen mágeiros kelimesi ile "korku" anlamına gelen phobia sözcüğünün birleşiminden türetilmiştir (CPD Online College, 2022).

Mageirofobi, bireyin yemek pişirme ya da hazırlama sürecine karşı geliştirdiği, mantıklı bir temele dayanmayan yoğun bir korkudur. Geçmişte yaşanan olumsuz deneyimler, travmatik anılar veya başarısızlık duygusundan kaynaklanabilir. Ayrıca yemek yaparken başarısız olma ya da yaralanma endişesi ve gıda güvenliği kaygıları da önemli etkenlerdir. Bu sebeple bireyin mutfak faaliyetlerinden uzaklaşmasına ve yemek yapmaktan kaçınmasına neden olabilir (Klarity Health, 2024).

Şahin ve Güler (2019) tarafından yapılan bir araştırmada, aşçılık eğitimi alan öğrencilerin %45'inin mutfak stresi nedeniyle kaygı bozukluğu yaşadığı tespit edilmiştir. Bu tür psikolojik baskılar, mesleğe yeni başlayan aşçılarda uzun vadede daha büyük sorunlara yol açabilir. Yemek yapma korkusuna sebep olan baskılar, sadece bireyin kişisel yaşamını değil, aynı zamanda iş hayatını da olumsuz etkileyebilir. Aşçılar yemek yapma sürecinden kaçınmaya başladığında bu durum mutfak operasyonlarının verimliliğini olumsuz etkileyebilir. Söz konusu kaygı ise çeşitli bireysel ve çevresel etmenlerden kaynaklanabilmektedir (Tarrant, 2021).

Yemekle İlgili Diğer Fobiler

Yemekle ilgili fobiler, bireylerin yeme alışkanlıklarını ve sosyal etkileşimlerini ciddi şekilde etkileyebilen çeşitli korku türlerini içerir. Bunlar:

- Lachanophobia: Tüm sebzelere veya belirli sebze türlerine karşı duyulan yoğun bir korku olarak ifade edilir (Wu, 2022, s.1).
- Food Neophobia: Yeni yiyecekleri denemekten kaynaklanan aşırı bir çekince ve korku türü olarak bilinmektedir (Baş ve Hamurcu, 2021, s.166).
- Deipnophobia: Başkalarıyla yemek yemekten ve yemek esnasında konuşmaktan duyulan yoğun korku türü olarak tanımlanmaktadır (Ueno vd., 2019, s.7).
- Phagophobia: Yutma eylemi sırasında boğulma veya tıkanma korkusudur. Bu kişiler katı ve belirli bir dokuya sahip yiyecekleri yemekten kaçınmaktadır (Çiyiltepe ve Türkbay, 2006, s.80).
- Emetophobia: Yemek yerken kusma korkusu olarak tanımlanmaktadır (Boschen, 2007, s.408).

Bu fobiler, ciddi boyutlara ulaştığında bireylerin yaşam kalitesini düşürebilir ve tedavi gerektirebilir (Kayaalp, Bakan, Öztürk, Metin ve Avcıkurt, 2022, s.61). Bu çalışmada özellikle mageirofobi ele alınmaktadır. Bu korku türü sektörde mesleki performansı doğrudan etkileyebilmektedir. Mageirofobi, aşçıların işlerini etkileyebilecek düzeyde yoğun stres ve endişe yaratırken, bunun mesleki yetkinlik ve iş tatmini üzerinde olumsuz etkiler ortaya çıkarabilmektedir. Bu nedenle mageirofobinin, yiyecek içecek sektöründe mesleki performans açısından önemli sonuçlar doğurabildiği düşünülmektedir.

Mageirofobiyi Tetikleyen Başlıca Etkenler

Beck (1976), kaygı ve korku bozukluklarının bireyin olumsuz otomatik düşüncelerine, felaketleştirme eğilimine ve yetersizlik algısına dayandığını belirtmektedir. Bu yaklaşım, yemek yapma sürecini tehdit edici olarak algılayan bireylerde ortaya çıkan mageirofobinin bilişsel temellerini Beck'in yaklaşımıyla açıklanabilmektedir. Mageirofobi, çeşitli psikolojik ve çevresel faktörlerin bir araya gelmesiyle ortaya çıkan çok boyutlu bir korku türü olarak değerlendirilmektedir. Bu tetikleyici unsurlar arasında; yemek yapma sürecinde en basit işlemlerde hata yapma, yemeği yakma ya da başarısız pişirme gibi uygulamalara bağlı hata yapma korkusu; hijyen kurallarına uymama, yiyeceklerin yeterince temizlenmemesi ya da çapraz bulaşma riskine ilişkin hijyen korkusu; yemeğin görsel açıdan yetersiz olması veya sunum beklentilerinin karşılanamamasına bağlı servis kaygısı; yemeğin tadı, kıvamı ya da baharat oranı gibi unsurların beklentiyi karşılamamasından kaynaklanan yüksek beklenti kaygısı; karmaşık tarifleri anlayamama ya da malzeme ölçülerine sadık kalamama gibi durumlardan doğan tarif korkusu ile yemeklerin içerik özellikleri, sağlık etkileri veya saklama koşulları hakkında bilgi eksikliğine dayanan yetersizlik algısı yer almaktadır (Tarrant, 2021; Bandura, 1997). Benzer şekilde, gıda güvenliği ve hijyen konularındaki bilgi eksikliğinin bireylerde stres ve kaçınma davranışlarına yol açabildiği vurgulanmaktadır (Clayton ve Griffith, 2008; WHO, 2020). Bu alt başlıklarda ortaya çıkan yemek pişirme korkusu, özünde bireyin yetersizlik hissi, kontrol kaybı ya da sosyal yargılanma gibi kaygılarına dayanmaktadır. Mageirofobi, yalnızca yemek yapma eylemine yönelik basit bir korku değil; bireyin içsel kaygıları ve çevresel baskılarıyla şekillenen çok boyutlu bir psikolojik durumdur. Bu durumun anlaşılması, etkili başa çıkma yollarının geliştirilmesi açısından büyük önem taşımaktadır (ThePleasantMind, 2023).

Literatür Taraması

Lazarus ve Folkman'ın (1984) ortaya koyduğu stres ve başa çıkma yaklaşımı, bireylerin stres yaratan durumlara verdikleri bilişsel ve duygusal tepkileri açıklayan önemli kuramsal yaklaşımlardan biridir. Bu model, gastronomi öğrencileri ve mutfak çalışanlarının stres karşısındaki davranışlarını anlamada temel bir çerçeve sunmaktadır. Özellikle yoğun çalışma temposu, zaman baskısı ve performans beklentisi gibi unsurların bulunduğu mutfak ortamlarında bireylerin stresle başa çıkma yöntemleri önem kazanmaktadır.

Piko'nun (2006) araştırması, yoğun iş yükü ve rol çatışmasının bireylerin psikososyal sağlığını olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur. Araştırmada özellikle stresin bireylerde kaygı ve tükenmişlik düzeyini artırdığı belirtilmektedir. Gastronomi sektörü gibi yoğun tempolu çalışma alanlarında bu korkunun daha belirgin hissedildiği düşünülmektedir.

D'Abundo ve Carden (2008), bireylerin yiyecek hazırlama sürecine aktif katılım göstermesinin stres düzeyini azaltabileceğini ifade etmiştir. Yemek yapma sürecinin birey üzerinde rahatlatıcı ve terapötik etkiler oluşturabileceği vurgulanmıştır. Bu durum, yemek yapma korkusu yaşayan bireylerin mutfak faaliyetlerine yönelik tutumlarının araştırılmasını önemli hâle getirmektedir.

Karatepe (2011), otel mutfaklarında çalışan personelin yoğun iş yükü ve aile sorumlulukları arasında denge kurmakta zorlandığını belirtmiştir. Araştırmada iş-yaşam dengesizliğinin çalışanlarda duygusal tükenmişlik ve kaygıyı artırdığı aktarılmaktadır. Özellikle uzun çalışma saatleri ve yüksek performans beklentisi, çalışanların psikolojik dayanıklılığını olumsuz etkileyebilmektedir. Söz konusu durumun mutfak çalışanlarında yemek yapma korkusunu tetikleyebileceği düşünülmektedir.

Unur ve Pekerşen (2017), otel mutfaklarında çalışan aşçıların maruz kaldığı iş stresi ile toksik davranışlar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçları, yoğun stresin çalışanlar arasında olumsuz davranışlara neden olduğunu göstermektedir. Mutfak ortamındaki psikolojik baskının çalışanların iş doyumunu ve ruh sağlığını olumsuz etkilediği belirtilmektedir. Bu tür baskıların mesleki korkuların gelişiminde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Demir ve Tokmak (2018), mutfak personelinin yaşadığı tükenmişlik ve iş stresini ele almıştır. Araştırma sonuçlarına göre aşçılık mesleği yüksek stres düzeyi barındıran bir çalışma alanıdır. Yoğun stresin hem psikolojik sağlığı hem de mesleki performansı olumsuz etkilediği belirtilmektedir. Ayrıca mutfak ortamında yaşanan baskının bireylerde yetersizlik hissi oluşturabileceği ve yemek yapmaktan kaçınma davranışına yol açabileceği ifade edilmektedir.

Şahin ve Güler'in (2019) çalışması, gastronomi öğrencilerinin stres düzeyleri ve stres yönetim becerileri üzerine odaklanmıştır. Araştırmada yüksek stres düzeylerinin öğrencilerin mesleki başarılarını olumsuz etkilediği belirlenmiştir. Çalışma, gastronomi öğrencilerinin stresle başa çıkma süreçlerinin anlaşılması açısından önemli bir metodolojik temel sunmaktadır. Ancak araştırmada belirli mesleki korkulara, özellikle mageirofobiye, doğrudan odaklanılmamıştır.

Mavroudi (2020), özellikle mesleğe yeni başlayan aşçılar arasında yemek yapma korkusunun yaygın olduğunu belirtmiştir. Araştırmada performans kaygısı ve yetersizlik hissinin bu korkunun oluşumunda etkili olduğu belirtilmektedir.

Mörkl ve arkadaşları (2024), yemek yapmanın terapi yöntemi olarak kullanılabileceğini ve mutfak temelli aktivitelerin psikolojik iyi oluşu desteklediğini ortaya koymuştur. Araştırmada mutfakta geçirilen zamanın bireylerin stres düzeyini azaltabileceği vurgulanmıştır. Bu sonuçlar, gastronomi öğrencileri ve mutfak çalışanlarının stresle başa çıkma süreçlerinde mutfak faaliyetlerinin olumlu bir rol oynayabileceğini göstermektedir.

Dalmış, Büyükatak ve Sürücü'nün (2025) araştırmasında psikolojik sağlamlığın bireylerin gelecek kaygısı ve öznel iyi oluşları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre yüksek stres ve kaygı düzeyi psikolojik sağlamlığı azaltmakta, yaşam ve iş doyumunu olumsuz etkilemektedir. Gastronomi sektörü gibi yoğun stresin bulunduğu alanlarda psikolojik dayanıklılığın mesleki performans açısından önemli olduğu belirtilmektedir.

Kazkondu'nun (2025) çalışması, mageirofobinin özellikle kadınlar, öğrenciler ve içe dönük bireyler arasında daha yaygın görüldüğünü ortaya koymuştur. Araştırma sonuçları, bireysel farklılıkların yemek yapma korkusunun oluşumunda etkili olabileceğini göstermektedir. Bununla birlikte mageirofobinin nedenleri ve sonuçları üzerine yapılan çalışmaların sınırlı olduğu belirtilmektedir.

Tüm bu çalışmalar birlikte değerlendirildiğinde, gastronomi alanında stres, kaygı ve tükenmişliğin bireyler üzerinde önemli etkiler oluşturduğu görülmektedir. Özellikle yoğun çalışma koşulları, çalışanların psikolojik dayanıklılığını ve mesleki performansını olumsuz etkileyebilmektedir. Literatürde yiyecek-içecek sektöründeki stres ve psikolojik baskılar sıkça ele alınmıştır. Ancak Van ili özelinde gastronomi öğrencileri ve sektör çalışanlarının mageirofobi düzeylerini inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu çalışma, Van'daki gastronomi öğrencileri ve sektörde çalışan bireylerin mageirofobi düzeylerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Ayrıca mageirofobi ile stresle başa çıkma yöntemleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırmanın Amacı ve Yöntemi

Araştırmanın Amacı ve Hipotezler

Bu çalışma, Van ilinde aşçılık eğitimi alan öğrenciler ile yiyecek içecek sektöründe çalışan bireylerde mesleki kaygının bir yansıması olarak ortaya çıkan mageirofobi (yemek yapma korkusu) düzeylerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Van'ın sahip olduğu zengin mutfak kültürü, yöresel ürün çeşitliliği ve özellikle Van kahvaltısı nedeniyle gastronomi turizmi açısından önemli bir potansiyele sahip olduğu belirtilmektedir (Daşdemir, 2021; Ün ve Okat, 2023). Ayrıca bölgede gastronomi eğitimi alan bireyler ile sektör çalışanlarının psikolojik iyi oluşuna ilişkin çalışmaların sınırlı olması bu konunun Van özelinde ele alınmasını temel gerekçesini oluşturmaktadır. Bu kapsamda gerçekleştirilecek araştırma, bölgesel ve bireysel faktörlerin mageirofobi üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Ayrıca bu korkunun mesleki yaşama yansımalarına ilişkin daha derinlemesine bir anlayış geliştirilmesi hedeflenmektedir.

İlgili literatür incelendiğinde bireylerin demografik özellikleriyle mageirofobi düzeyleri arasında ilişki olabileceği öngörülmektedir. Bu nedenle araştırmada, katılımcıların demografik özelliklerinin (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, mesleki deneyim vb.) mageirofobi düzeyleri ile ilişkisi analiz edilecektir. Ayrıca yemek yapmaya ilişkin kaygılar, mutfak ekipmanlarını kullanma konusundaki endişeler, yemek pişirme sürecine yönelik korkular ve mükemmeliyetçilik eğilimleri gibi çeşitli boyutlarda mageirofobi belirtileri değerlendirilecektir. Elde edilen veriler doğrultusunda, aşçılık eğitimi alan bireyler ile yiyecek içecek sektöründe çalışanlar arasındaki mageirofobi düzeyleri karşılaştırılacak ve mesleki kaygılarla olan ilişkisi ortaya konulacaktır. Buna ek olarak, mageirofobinin mesleki performans ve mesleğe devam etme isteği üzerindeki olası etkilerinin de değerlendirilmesi hedeflenmiştir. Araştırma bulgularının, mesleki eğitim süreçlerinin iyileştirilmesi ve sektörde psikolojik destek mekanizmalarının geliştirilmesine katkı sunması beklenmektedir.

Bu çalışmada, mageirofobi düzeylerini etkileyebilecek demografik ve mesleki değişkenlerle bu korkuya ilişkin belirtiler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında oluşturulan hipotezlerin istatistiksel olarak test edilmesi sonucunda elde edilen bulgular ve hipotezlerin kabul ya da reddine ilişkin değerlendirmeler çalışmanın sonuç bölümünde detaylı olarak ele alınmıştır.

Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırmada, sayısal verilerin sistematik biçimde toplanıp analiz edildiği nicel araştırma yöntemi benimsenmiştir. Tümdengelim yaklaşımına dayanan bu yöntem, değişkenler arasındaki ilişki ve farklılıkları incelemeyi; elde edilen veriler doğrultusunda genellemelere ve öngörülere ulaşmayı amaçlamaktadır (Garip, 2022, s. 4). Araştırmanın amacı, yiyecek içecek sektöründe görev yapan aşçılar arasındaki genel eğilimleri belirlemek olduğundan, geniş katılımlı veri toplama süreci açısından nicel yaklaşım uygun bulunmuştur. Araştırmada sadece nicel veri toplanmış olup, nitel veriler toplanmadığı için bireysel deneyimlere ilişkin derinlemesine analiz yapılamamıştır. Bu durum, gelecekte nitel yönü de içeren karma araştırma tasarımlarının kullanımını gerekli kılmaktadır.

Araştırmanın verileri, anket yöntemi aracılığıyla elde edilmiştir. Anketler, bireylerin tutumları, inançları, davranış biçimleri ve yaşam tarzları hakkında bilgi edinmeyi amaçlayan yapılandırılmış soru setlerinden oluşmaktadır

(Büyüköztürk, 2005, s. 1). Bu çalışmada, Kayaalp ve arkadaşları (2022) tarafından geliştirilen Aşırı Yemek Yapma Korkusu Mageirofobi Ölçeği (AYKÖ) kullanılmıştır. Ölçek, toplam 19 maddeden ve dört faktörden oluşmaktadır.

Araştırma kapsamında, Van ilinde yiyecek içecek sektöründe çalışan veya bu alanda eğitim alan 387 katılımcıdan anket yoluyla veri toplanmıştır. Katılımcıların seçimi için kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Bu yöntem, zaman ve kaynak sınırlılıkları doğrultusunda veri toplama sürecini hızlandırmak ve genel eğilimleri ortaya koymak amacıyla kullanılmıştır. Ancak kolayda örnekleme yöntemi nedeniyle elde edilen bulguların tüm evrene genellenemeyeceği, araştırmanın bir sınırlılığı olarak değerlendirilmektedir. Bu husus, bulguların yorumlanmasında dikkate alınmıştır.

Veriler, Van ilinde yiyecek içecek sektöründe çalışan ya da bu alanda eğitim alan 18 yaş üstü bireylerden toplanmıştır. Toplam 387 katılımcıdan elde edilen anket verileri, benzer alan yazın araştırmalarındaki örneklem büyüklükleriyle karşılaştırıldığında yeterli bulunmuştur. Ancak, çalışmanın temsiliyetini artırmak için gelecekte farklı örnekleme yöntemlerinin kullanılması önerilmektedir. Bu çalışma, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimleri Yayın Etik Kurulu'nun 19 Haziran 2025 tarihli, 2025/15-20 sayılı kararıyla etik açıdan uygun bulunmuştur.

Evren ve Örneklem Seçimi

Araştırma evreni, bir çalışmada genelleme yapılmak istenen tüm birimleri ifade ederken; örneklem ise, bu evreni temsil etme niteliği taşıyan ve çeşitli örnekleme yöntemleriyle belirlenen birimler topluluğudur (Özen ve Gül, 2007, s. 395). Araştırmanın evrenini Van ili oluşturmaktadır. Van ilinin seçilmesinde, gastronomi ve yiyecek-içecek alanında özgün değerlere sahip olması, yerel mutfağının zenginliği ve son yıllarda gastronomi turizmi açısından artan ilgi görmesi etkili olmuştur (Daşdemir, 2021, s.71). Ayrıca, bu alanda yapılan akademik çalışmaların sınırlı sayıda olması da Van'ı araştırma için uygun bir örneklem alanı hâline getirmektedir. Araştırmanın örneklemini ise, Van ilinde yiyecek ve içecek sektöründe aktif olarak çalışan veya bu alanda eğitim gören bireyler oluşturmaktadır.

Çalışmada, kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak 387 katılımcıya ulaşılmıştır. Bu araştırmada kolayda örnekleme yöntemi, araştırmacıya zaman ve maliyet açısından tasarruf sağlaması nedeniyle tercih edilmiştir. Özellikle geniş ve erişimi güç olan evrenlerde, kısa sürede veri toplanmasını mümkün kılması önemli bir avantajdır. Bununla birlikte, kolayda örnekleme yoluyla elde edilen verilerin, evreni tam olarak yansıtma kapasitesinin sınırlı olduğu göz önünde bulundurulmalıdır. Bu durum, elde edilen sonuçların genellenebilirliğini azaltmakta ve örnekleme yanlılığı riskini artırmaktadır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2017, s. 86).

Verilerin Toplanma Süreci

Çalışmanın verileri, 2025 yılının haziran ayında toplanmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama formu iki temel bölümden oluşmuş olup, ilk bölümde katılımcıların demografik niteliklerini belirlemeye yönelik toplamda 8 soru bulunmaktadır. Anketin ikinci bölümünde ise, katılımcıların aşırı yemek yapma kaygılarını değerlendirmeye yönelik 19 ifade yer almaktadır. Veri toplama süreci, Van ilinde araştırmaya uygun katılımcılarla yapılan yüz yüze görüşmeler aracılığıyla yürütülmüş ve bu kapsamda 387 geçerli anket formu elde edilmiştir. Katılımcıların bilgilendirilmiş onayı alınmış olup, veriler gönüllülük esasına göre toplanmıştır. Araştırmanın bilimsel amaçları, toplanan verilerin gizliliği ve yalnızca akademik çalışmalarda kullanılacağı katılımcılara detaylı olarak açıklanmıştır.

Güvenirlik ve Geçerlilik

Araştırmada kullanılan ölçeğin bilimsel yeterliliğini belirlemek amacıyla geçerlilik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. Geçerlilik kavramı ise, ölçme aracının, hedeflenen özelliği doğru ve tam biçimde ölçme kapasitesini belirtmektedir (Ercan ve Kan, 2004, s. 211). Bu amaçla özellikle çalışmada yapı geçerliliği üzerinde durulmuştur. Yapı geçerliliği, ölçeğin teorik olarak ölçmesi gereken yapıyı (mageirofobi) ne ölçüde temsil ettiğini ortaya koymaktadır. Bu nedenle faktör analizi uygulanmış ve maddelerin faktör yapıları incelenmiştir (Büyüköztürk, 2021). Mageirofobi kavramını ölçme yeterliliğine ilişkin uzman görüşleri alınmış ve uzmanlar, ölçeğin içerik açısından yeterli ve ifadelerinin anlaşılır olduğu konusunda görüş birliği sağlamıştır. Güvenirlik kavramı ise bir ölçüm aracının aynı koşullar altında tekrarlanan uygulamalarda benzer sonuçlar verme derecesini ifade etmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach's Alpha katsayısı 0,851 olarak hesaplanmış olup, bu değer yüksek düzeyde güvenirliğe işaret etmektedir (Kılıç, 2016). Bu doğrultuda, araştırma kapsamında geliştirilen ya da kullanılan ölçeklerin ve alt boyutların güvenirlik düzeyleri analiz edilmiş ve elde edilen sonuçlar ilgili bölümde raporlanmıştır.

Tablo 1. Ölçek ve Alt Boyutlara Ait Güvenirlik (Cronbach Alfa) Değerleri

Ölçek ve alt boyutlar	Madde sayısı	Cronbach Alpha (α)
Aşırı yemek yapma korkusu ölçeği toplam güvenirlik	19	,851
Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	5	,710
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	5	,780
Pişirme aşamasından korkma alt boyutu	4	,774
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	4	,750

Maddelere ait dağılım özelliklerini belirlemek için çarpıklık ve basıklık değerleri analiz edilmiş, sonuçlar Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 2. Verilerin Normalliğine İlişkin Test Sonuçları

Maddeler	Skewness Çarpıklık±	Kurtosis Basıklık±
1.Yemek pişirirken az pişirmekten korkarım.	,021	-1,360
2.Medyada gördüğüm gıda zehirlenmesi haberleri beni endişelendirir.	-,606	-,899
3.Pişireceğim ürünleri yeterince yıkayamazsam diye endişe duyarım.	-,196	-1,430
4.Deniz ürünleri gibi riskli yiyecekleri pişirmekten korkarım.	,255	-1,203
5.Farklı malzemeleri yan yana getirerek yemek yapmak beni tedirgin eder.	,992	-,036
6.Yapığım yemeklerin kıvam olarak kuru veya fazla pişmiş olmasından kaygılanırım.	-,016	-1,299
7.Hazırladığım yemeği servis ettikten sonra yenmemesinden ve geri dönmesinden korkarım.	-,291	-1,281
8.Hazırladığım sofranın mükemmel ve kusursuz olmasını isterim.	-1,386	1,062
9.Hazırladığım sofranın servis araç gereçleri, menajları ve her detayının uyumlu olmasını önem veririm.	-1,181	,207
10.Hazırladığım tüm tabakların aynı porsiyon ve şekilde olmasını isterim.	-1,193	,582
11.Hazırladığım yemekte görsellik mükemmel değilse sunumu yapmam.	,237	-,844
12.Yemek yaparken kendimi yakmaktan ve kesmekten endişe duyarım.	,237	-1,160
13.Yemek yaparken sürekli ocağı ve gazı kontrol ederim.	-,183	-1,406
14.Mutfaktaki ekipmanları doğru kullanmamaktan endişe duyarım.	,300	-1,214
15.Pişirme esnasında mutfakta oluşabilecek kazalar zihnimi meşgul eder.	,416	-,983
16.Kullandığım tarifin doğruluğundan şüphe duyarım.	,608	-,488
17.Kullanacağım tarifteki aşamaları kaçırmaktan korkarım.	,308	-1,124
18.Kullanacağım tarifteki adımları doğru takip edemezsem diye endişelenirim.	,400	-1,112
19.Tarifte önerilen ekipmanları kullanmaktan çekinirim.	1,444	2,221

Tablo 2'de yer alan normallik analizi sonuçları incelendiğinde, ölçeğe ait maddelerin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin büyük ölçüde kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğu görülmektedir. Elde edilen

bulgular, verilerin madde düzeyinde normal dağılım varsayımını genel olarak karşıladığını göstermektedir. Maddelerin büyük çoğunluğunda çarpıklık ve basıklık değerlerinin ±1 sınırına yakın ya da bu sınırlar içerisinde yer aldığı belirlenmiştir. 19. maddede ise basıklık değerinin sınır değerin bir miktar üzerinde olduğu görülmektedir. Ölçekte yer alan 19. maddenin çarpıklık (1,444) ve basıklık (2,221) değerlerinin diğer maddelere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum katılımcıların büyük çoğunluğunun 'Tarifte önerilen ekipmanları kullanmaktan çekinirim' ifadesine benzer yönde cevap vermesinden kaynaklanmış olabilir. Bununla birlikte söz konusu değerlerin kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğu değerlendirildiğinden veri setinin genel olarak normal dağılım varsayımını karşıladığı kabul edilmiştir. Bununla birlikte bazı maddelerde değerlerin görece yüksek olduğu görülmekle birlikte, George ve Mallery'e (2010) göre ±2 aralığına yakın değerlerin sosyal bilimler araştırmalarında kabul edilebilir olduğu ifade edilmektedir. Bu doğrultuda araştırma verilerinin parametrik analizler açısından uygun olduğu değerlendirilmiştir.

Veri Analizi

Bu araştırmada nicel bir yöntem olarak anket tekniği kullanılmış ve verilerin çözümlenmesi sürecinde SPSS istatistik yazılımı kullanılmıştır. Araştırmaya toplam 387 katılımcı dâhil olmuştur. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler kullanılmış; ortalama, frekans ve yüzde değerleri hesaplanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliğini incelemek amacıyla faktör analizi uygulanmış ve temel bileşenler ortaya konulmuştur.

Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek amacıyla güvenirlik analizinde Cronbach Alfa katsayısından yararlanılmıştır. Gruplar arası karşılaştırmalarda tek yönlü ANOVA analizi tercih edilmiştir. Anlamlı farklılık saptanan değişkenlerde, farkın kaynağını ortaya koymak üzere post-hoc testlerinden yararlanılmıştır. Varyansların homojenliğini değerlendirmek amacıyla Levene testi uygulanmış; varyans eşitsizliği tespit edilen durumlarda ise Tamhane's T2 testi kullanılmıştır. İki grup karşılaştırmalarında ise bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır. Normallik dağılımını kontrol etmek amacıyla ayrıca normallik testleri de gerçekleştirilmiştir. Tüm bu analizler sonucunda elde edilen veriler doğrultusunda mageirofobi düzeyleri ile katılımcıların demografik ve mesleki özellikleri arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak yorumlanmıştır.

Bulgular ve Yorumlar

Araştırmaya toplam 387 kişi katılmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla yapılan frekans analizinin sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Seçenek	Frekans (n)	Yüzde (%)	Seçenek	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	**Kadın**	242	62,5	**Erkek**	145	37,5
Medeni Durum	**Bekar**	256	66,1	**Evli**	131	33,9
Yaş	**18-23 yaş**	85	22,0	**24-29 yaş**	162	41,9
	30-35 yaş	77	19,9	**36-41 yaş**	36	9,3
	42-47 yaş	15	3,9	**48 ve üzeri yaş**	12	3,1
Eğitim Durumu	**İlkokul**	8	2,1	**Ortaokul**	11	2,8
	Lise	49	12,7	**Ön Lisans**	64	16,5
	Lisans	210	54,3	**Yüksek Lisans**	38	9,8
	Doktora	4	1,0	**Diğer**	3	,8

Tablo 3. Katılımcıların Demografik Özellikleri (devamı)

Mezuniyet Durumu	**Öğrenci**	146	37,7	**Mezun**	241	62,3
Lise Türü	**Alan içi**	160	41,3	**Alan dışı**	227	58,7
Aylık Gelir	**0-20.000**	126	32,6	**21.000-30.000**	45	11,6
	31.000-40.000	55	14,2	**41.000-50.000**	105	27,1
	51.000 ve Üzeri	56	14,5			
Sektör Deneyimi	**0-4 yıl**	222	57,4	**5-9 yıl**	88	22,7
	10-14 yıl	46	11,9	**15-19 yıl**	13	3,4
	20 yıl ve üzeri	18	4,7			
Çalışılmak İstenen Mutfak	**Restoran mutfağı**	88	22,7	**Otel mutfağı**	104	26,9
	Kurumsal mutfak	118	30,5	**Diğer**	77	19,9
İlgi Duyulan Mutfak	**Sıcak**	125	32,3	**Soğuk**	45	11,6
	Pastane	119	30,7	**Kasaphane**	8	2,1
	Kahvaltı	16	4,1	**Alakart**	43	11,16
	Diğer	31	8,0			

Tablo 3 incelendiğinde, katılımcıların %62,5'inin (n=242) kadın, %37,5'inin (n=145) ise erkek olduğu görülmektedir. Medeni durum dağılımına göre katılımcıların %66,1'i (n=256) bekar, %33,9'u (n=131) evlidir. Yaş gruplarına göre dağılımda ise %41,9'luk oranla (n=162) 24-29 yaş aralığı en yoğun katılımı göstermiştir. Eğitim durumlarına bakıldığında, katılımcıların %54,3'ü (n=210) lisans düzeyindedir. Mezuniyet durumuna göre dağılımda %62,3'ü (n=241) mezun, %37,7'si (n=146) öğrencidir. Lise türüne ilişkin veriler incelendiğinde, katılımcıların %41,3'ü (n=160) alan içinden, %58,7'si (n=227) ise alan dışından mezun olmuştur. Aylık gelir düzeyine göre 41.000–50.000 TL aralığında gelire sahip olan katılımcılar %27,1'lik oranla (n=105) en yüksek katılımı göstermiştir. Sektörel deneyim açısından, %57,4'ü (n=222) 0–4 yıl arası deneyime sahiptir. Çalışılan ya da çalışılmak istenen mutfak türü incelendiğinde, %30,5'inin (n=118) tercihi kurumsal mutfaklar yönündedir. İlgi duyulan mutfak türlerine göre dağılımda ise %32,3 (n=125) ile sıcak mutfak öne çıkmaktadır.

Faktör Analizi

Faktör analizine geçmeden önce, verilerin bu analize uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örneklem yeterlilik testi ve Bartlett küresellik testi ile değerlendirilmiştir. KMO katsayısı 0,831 olarak hesaplanmış olup, bu değer örneklem büyüklüğünün faktör analizi için yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir. Bartlett testi sonucunda ise $p<0,05$ düzeyinde anlamlılık elde edilmiş ve değişkenler arasında faktör analizine olanak sağlayacak ilişkilerin bulunduğu belirlenmiştir. Analiz öncesinde, öz değeri 1'in üzerinde olan faktörler dikkate alınmış; bir maddenin herhangi bir faktör altında yer alabilmesi için faktör yükünün en az 0,320 olması koşulu aranmıştır. Ayrıca her faktörün en az üç maddeyle temsil edilmesi gerektiği dikkate alınmıştır (Büyüköztürk, 2017, s.123).

Faktör analizi sürecinde ilk aşamada beş boyutlu bir yapı elde edilmiştir. Ancak beşinci boyutta yalnızca iki maddenin yer aldığı görülmüştür. Faktör yükleri yüksek olmasına rağmen, iki maddeden oluşan bir faktörün kuramsal ve istatistiksel açıdan yeterli görülmemesi nedeniyle yapı yeniden değerlendirilmiştir. Bu kapsamda ölçek maddeleri faktör yükleri, binişik yüklenme durumları ve kuramsal uygunluk açısından incelenmiştir. Beşinci boyutta yer alan S2 ve S3 maddeleri ayrı ayrı analizden çıkarılarak faktör yapısı tekrar test edilmiştir. Yapılan denemeler sonucunda S2 maddesinin çıkarılmasıyla faktör yapısının daha dengeli ve yorumlanabilir hâle geldiği görülmüştür. Bu nedenle

nihai analizde S2 maddesi ölçekten çıkarılmış ve analiz dört boyutlu yapı üzerinden sürdürülmüştür. Bu nedenle, 2. madde analiz dışında bırakılarak faktör analizi kalan 18 madde üzerinden gerçekleştirilmiştir.

Faktör analizi bulgularına göre, Aşırı Yemek Yapma Korkusu (Mageirofobi) Ölçeğinin dört alt boyuttan oluştuğu saptanmıştır. Bu alt boyutlar sırasıyla; Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi, Pişirme Aşaması, Gastronomik Estetik Kaygısı ve Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu olarak adlandırılmıştır. Elde edilen bulgular, ölçeğin geçerlilik ve güvenirlik açısından yeterli psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermektedir. Faktörlere göre madde dağılımları ve faktöre ait yük değerleri Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 4. Faktör Analizine İlişkin Bulgular

FAKTÖR BOYUTLARI	İFADELER	Öz Değer.	A. Vary.	Kümülatif Vary.	Ort.	Alpha
Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	S6, S7, S1, S3, S4	2,793	15,514	15,514	3,0088	,674
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	S17, S18, S19, S16, S5	2,710	15,058	30,572	2,3432	,780
Pişirme aşaması alt boyutu	S9, S10, S8, S11	2,635	14,641	45,213	3,7313	,774
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	S13, S12, S15, S14	2,251	12,507	57,720	2,8398	,750
Faktör çıkarma metodu: Temel bileşenler analizi; Döndürme metodu: Varimax; Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Yeterliliği: ,831; Genel ortalama:2,9751; Bartlett's Küresellik Testi için Ki-Kare: 2,589E3; sd:153; p<0,05; Açıklanan toplam varyans: 57,720; Ölçeğin tamamı için güvenirlik katsayısı: ,851 Cevap seçenekleri: 1: Kesinlikle Katılıyorum, 2: Katılıyorum, 3: Kararsızım, 4: Katılmıyorum, 5: Kesinlikle Katılmıyorum						

Ölçeğe ilişkin açımlayıcı faktör analizi sonuçları incelendiğinde dört faktörlü bir yapının ortaya çıktığı görülmektedir. Faktörlerin açıkladığı toplam varyans oranı %57,720 olarak hesaplanmıştır. Hair vd. (2010), toplam açıklanan varyansın %60 ve üzerinde olmasının tercih edildiğini belirtmekle birlikte, sosyal bilimlerde geliştirilen çok boyutlu ölçeklerde daha düşük oranların da kabul edilebilir olduğu ifade edilmektedir. Büyüköztürk'e (2023) göre sosyal bilimler alanında gerçekleştirilen çalışmalarda açıklanan toplam varyans oranının %40 ile %60 arasında olması yeterli kabul edilmektedir. Benzer şekilde Tavşancıl (2019) davranış bilimlerinde açıklanan varyans oranının %40'ın üzerinde olmasının ölçeğin yapı geçerliliği açısından yeterli olduğunu belirtmektedir. Bu doğrultuda araştırmada elde edilen %57,720'lik açıklanan varyans oranının kabul edilebilir düzeyde olduğu değerlendirilmiştir.

Genel ortalama 2,9751 olarak belirlenmiş ve bu durum, katılımcıların ölçeğe yönelik genel yaklaşımlarının nötr seviyeye yakın olduğunu göstermektedir. Birinci faktör, beş maddeden oluşmakta ve "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi" olarak adlandırılmaktadır. Bu boyut, toplam varyansın %15,514'ünü açıklamakta olup, ortalama puanı 3,0088'dir. Katılımcıların bu boyuta ilişkin görüşlerinin nötr düzeyde olduğu söylenebilir. Güvenilirlik katsayısı (Cronbach's Alpha) 0,674'tür. İkinci faktör, beş maddeden oluşmakta ve "Gastronomik Estetik Kaygısı" olarak isimlendirilmiştir. Açıklanan varyans %15,058 olup, ortalama değeri 2,3432'dir. Bu sonuç, katılımcıların estetik kaygılarla ilgili ifadelere yüksek düzeyde katıldığını ve bu konuda yüksek düzeyde kaygı taşıdıklarını göstermektedir. Güvenilirlik katsayısı 0,774 olarak hesaplanmıştır. Üçüncü faktör, dört maddeden oluşmakta ve "Pişirme Aşaması" olarak adlandırılmıştır. Bu boyut, toplam varyansın %14,641'ini açıklamakta; ortalaması ise 3,7313'tür. Boyuttaki maddeler olumsuz ifadeler içerdiğinden, düşük ortalama değeri pişirme sürecinin katılımcılar açısından kaygı verici bulunmadığını göstermektedir. Cronbach's Alpha değeri 0,780'dir. Dördüncü ve son faktör, dört maddeden oluşmakta olup "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" şeklinde tanımlanmıştır. Açıklanan varyans %12,507; ortalama değeri ise 2,8398'dir. Katılımcıların bu boyuta ilişkin görüşleri nötr düzeydedir. Güvenilirlik katsayısı 0,750 olarak belirlenmiştir.

Farklılık Analizleri

Araştırmanın temel amacı doğrultusunda, yiyecek içecek sektöründe çalışan veya aşçılık eğitimi alan bireylerin demografik özelliklerinin aşırı yemek yapma korkusu (mageirofobi) düzeylerinde anlamlı farklılıklar olup olmadığı t-testi ve ANOVA analizleri ile incelenmiştir.

T testi Bulguları

Katılımcıların demografik özellikleri doğrultusunda temel değişkenler açısından anlamlı farklılıklar gösterip göstermediğinin belirlenmesi araştırma açısından önemlidir. Bu bağlamda, cinsiyet ve medeni durum değişkenine ilişkin anlamlı bir farkın varlığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi yapılmış; analiz sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Cinsiyet Değişkenine Dayalı Farklılıkların Analizi (t-Testi Sonuçları)

Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	**Cinsiyet**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Kadın	242	3,1041	2,667	,008*
	Erkek	145	2,8497	2,644	,009*
Pişirme aşaması alt boyutu	**Cinsiyet**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Kadın	242	2,3669	,697	,486
	Erkek	145	2,3034	,711	,478
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	**Cinsiyet**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Kadın	242	3,7769	1,261	,208
	Erkek	145	3,6552	1,241	,216
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	**Cinsiyet**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Kadın	242	2,8771	,956	,340
	Erkek	145	2,7776	,989	,323

Tablo 5 incelendiğinde, cinsiyete göre "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi", "Pişirme Aşaması", "Gastronomik Estetik Kaygısı" ve "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutları için t testi sonuçları sunulmuştur. Analiz sonucunda, "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi" alt boyutunda p değeri kadınlar için 0,008, erkekler için 0,009 olup ($p < 0,05$) cinsiyete bağlı anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Kadınların ortalama puanı erkeklere göre daha yüksek olup, bu durum kadınların gıda güvenliği ve hijyen konusundaki endişelerinin erkeklere kıyasla daha fazla olduğunu göstermektedir. Diğer alt boyutlarda p değerlerinin 0,05'in üzerinde olması, cinsiyete göre "Pişirme Aşaması", "Gastronomik Estetik Kaygısı" ve "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir benzerlik göstermemektedir.

Tablo 6. Medeni Durum Değişkenine İlişkin Farklılık Analizi Sonuçları (t-Testi)

Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	**Medeni Durum**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Bekar	256	3,0187	,299	,765
	Evli	131	2,9893	,286	,775
Pişirme aşaması alt boyutu	**Medeni Durum**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Bekar	256	2,4125	2,211	,028*
	Evli	131	2,2076	2,144	,033*
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	**Medeni Durum**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Bekar	256	3,6699	-1,841	,066
	Evli	131	3,8511	-1,792	,074
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	**Medeni Durum**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Bekar	256	2,9297	2,512	,012*
	Erkek	131	2,6641	2,453	,015*

Bağımsız örneklem t testi bulguları incelendiğinde, medeni durum değişkenine bağlı olarak "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi", "Gastronomik Estetik Kaygısı" ve "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutlara ilişkin yapılan analizlerde anlamlı düzeyde bir farklılık gözlenmemiştir ($p > 0,05$). Bu sonuçlar, bekar ve evli bireylerin bu boyutlardaki kaygı düzeylerinin birbirine yakın olduğunu göstermektedir. Ancak "Pişirme Aşaması" alt boyutunda anlamlı bir fark tespit edilmiş olup ($p < 0,05$), bekar bireylerin pişirme sürecine ilişkin kaygılarının evli bireylere göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 7. Mezuniyet Durumuna Göre Araştırma Değişkenlerinin Farklılıkları (t-testi)

Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	**Mezuniyet Durumu**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Mezun	146	2,8507	-2,664	,008*
	Öğrenci	241	3,1046	-2,663	,008*
Pişirme aşaması alt boyutu	**Mezuniyet Durumu**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Mezun	146	2,3767	,592	,554
	Öğrenci	241	2,3228	,608	,543
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	**Mezuniyet Durumu**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Mezun	146	3,6695	-1,028	,304
	Öğrenci	241	3,7687	-1,025	,306
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	**Mezuniyet Durumu**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Mezun	146	2,8716	,491	,624
	Öğrenci	241	2,8205	,496	,620

Tablo 7 incelendiğinde, yapılan bağımsız örneklemler t testi sonuçlarına göre mezuniyet durumuna bağlı olarak "Pişirme Aşaması", "Gastronomik Estetik Kaygısı" ve "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılaşma bulunmamıştır ($p > 0,05$). Bu durum, öğrenci ve mezun bireylerin söz konusu boyutlardaki kaygı düzeylerinin benzer olduğunu göstermektedir. Ancak "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi" alt boyutu kapsamında anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır ($p = 0,008$). Ortalama değerlere göre, öğrenci grubunun ($\bar{x} = 3,1046$) bu boyutta daha yüksek kaygı düzeyine sahip olduğu, mezun bireylerin ise ($\bar{x} = 2,8507$) daha düşük kaygı sergilediği görülmektedir.

Tablo 8. Mezun olunan Lise Türüne Göre Araştırma Değişkenlerinin Farklılıkları (t-testi)

Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	**Mezun olunan lise türü**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Alan içi	160	2,8337	-3,194	,002*
	Alan dışı	227	3,1322	-3,274	,001*
Pişirme aşaması alt boyutu	**Mezun olunan lise türü**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Alan içi	160	2,2250	-2,263	,024*
	Alan dışı	227	2,4264	-2,263	,021*
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	**Mezun olunan lise türü**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Alan içi	160	3,7922	1,095	,274
	Alan dışı	227	3,6883	1,084	,279
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	**Mezun olunan lise türü**	**N**	**Ortalama**	**t değeri**	**P değeri**
	Alan içi	160	3,7922	-1,185	,237
	Alan dışı	227	3,6883	-1,195	,233

Yapılan bağımsız örneklemler t testi sonuçlarına göre, mezun olunan lise türü değişkenine göre "Gastronomik Estetik Kaygısı" ve "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutlarında anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p > 0,05$). Bu bulgu, alan içi ve alan dışı eğitim almış bireylerin bu boyutlardaki kaygı düzeylerinin benzer nitelikte olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi" ile "Pişirme Aşaması" alt boyutlarında anlamlı

farklar tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Ortalama değerler incelendiğinde, alan dışı lise mezunlarının her iki boyutta da alan içi mezunlara kıyasla daha yüksek kaygı düzeyine sahip olduğu görülmektedir.

ANOVA Bulguları

Elde edilen veriler olarak "Gıda güvenliği ve hijyen endişesi", "Pişirme aşaması", "Gastronomik estetik kaygısı" ve "Tarif aşaması ve reçete korkusu" alt boyutlarının yaş, eğitim durumu, aylık gelir, sektördeki deneyim, çalışılmak istenen mutfak, ilgi duyulan mutfak türlerine göre anlamlı farklılık bulunup bulunulmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar aşağıda yer alan tablolarda sunulmuştur.

Tablo 9. Katılımcıların Yaşa Göre Aşırı Yemek Yapma Korkusu Ortalamaları ve ANOVA Testi Sonuçları

	Yaş	N	F	p	Varyans Homojenliği	Farklılıklar
Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	18-23	85	2,128	,061	,130	-
	24-29	162				
	30-35	77				
	36-41	36				
	42-47	15				
	48 ve üzeri	12				
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	18-23	85	2,143	,060	,000	-
	24-29	162				
	30-35	77				
	36-41	36				
	42-47	15				
	48 ve üzeri	12				
Pişirme aşaması alt boyutu	18-23	85	1,561	,170	,852	-
	24-29	162				
	30-35	77				
	36-41	36				
	42-47	15				
	48 ve üzeri	12				
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	18-23	85	1,999	,078	,090	-
	24-29	162				
	30-35	77				
	36-41	36				
	42-47	15				
	48 ve üzeri	12				

Analiz sonuçları, yaş grupları arasında tüm alt boyutlarda anlamlı bir farkın bulunmadığını ortaya koymuştur ($p>0,05$). Bu durum, aşçıların mageirofobi düzeylerinin yaş değişkenine göre farklılaşmadığını göstermektedir. Varyans homojenliğine baktığımızda ise "Gıda güvenliği ve hijyen endişesi", "Pişirme aşaması" ve "Tarif aşaması ve reçete korkusu" alt boyutlarının homojen olduğu görülürken; "Gastronomik estetik kaygısı" alt boyutlarının ise homojen dağılmadığı ifade edilmektedir($p<0,05$).

Tablo 10. Katılımcıların Eğitin Durumuna Göre Aşırı Yemek Yapma Korkusu Ortalamaları ve ANOVA Analizi Bulguları

	Eğitim Durumu	N	F	p	Varyans Homojenliği	Farklılıklar
Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	İlkokul	8	5,202	,000	,005	İlkokul* ortaokul İlkokul*lise İlkokul*ön lisans İlkokul*lisans İlkokul*yüksek lisans İlkokul*doktora İlkokul*diğer
	Ortaokul	11				
	Lise	49				
	Ön lisans	64				
	Lisans	210				
	Yüksek lisans	38				
	Doktora	4				
	Diğer	3				
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	İlkokul	8	7,077	,000	,082	İlkokul*diğer
	Ortaokul	11				
	Lise	49				
	Ön lisans	64				
	Lisans	210				
	Yüksek lisans	38				
	Doktora	4				
	Diğer	3				
Pişirme aşaması alt boyutu	İlkokul	8	6,434	,000	,002	Diğer*ılkokul Diğer*ortaokul Diğer*lise Diğer*ön lisans Diğer*lisans Diğer*yüksek lisans Diğer*doktora
	Ortaokul	11				
	Lise	49				
	Ön lisans	64				
	Lisans	210				
	Yüksek lisans	38				
	Doktora	4				
	Diğer	3				
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	İlkokul	8	3,381	,002	,019	İlkokul* ön lisans İlkokul* diğer
	Ortaokul	11				
	Lise	49				
	Ön lisans	64				
	Lisans	210				
	Yüksek lisans	38				
	Doktora	4				
	Diğer	3				

Tablo10'a göre, tüm alt boyutlarda ("Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi", "Gastronomik Estetik Kaygısı", "Pişirme Aşaması" ve "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu") eğitim durumuna göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Varyans homojenliği varsayımı, Gastronomik Estetik Kaygısı alt boyutu hariç diğer boyutlarda genel olarak sağlanmıştır ($p > 0,05$). Gastronomik Estetik Kaygısı alt boyutunda varyans homojenliği sağlanmadığından, analizlerde bu duruma uygun post-hoc testi olarak Tamhane's testi kullanılmıştır.

Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi alt boyutunda "ilkokul mezunları" ile diğer eğitim düzeyleri arasında anlamlı farklar bulunmuş; bu durum, eğitim düzeyi düşük bireylerin bu kaygı düzeyinde daha yüksek olduğunu göstermektedir. Gastronomik Estetik Kaygısı alt boyutunda ise yalnızca "ilkokul mezunları" ile "diğer" kategorisindeki bireyler arasında anlamlı farklılık saptanmıştır; bu da bu alt boyutta eğitim düzeyleri arasında belirgin bir ayrışmanın olmadığını, ancak uç gruplarda farklılıklar bulunduğunu ortaya koymaktadır.

Pişirme Aşaması alt boyutunda "diğer" kategorisindeki katılımcılar ile diğer gruplar arasında anlamlı farklar gözlemlenmiş olup, bu durum mesleki veya eğitimsel geçmişi standart kategorilere uymayan bireylerin pişirme sürecine ilişkin kaygılarında farklılıklar olduğunu göstermektedir. Son olarak, Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu alt

boyutunda "ilkokul mezunları" ile "ön lisans" ve "diğer" gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir; bu da tarif ve reçete uygulama sürecinde deneyim veya bilgi düzeyinin etkili olduğunu düşündürmektedir.

Tablo 11. Katılımcıların Aylık Gelir Düzeyine Göre Aşırı Yemek Yapma Korkusu Ortalamaları ve ANOVA Testi Sonuçları

	Aylık Gelir	N	F	p	Varyans Homojenliği	Farklılıklar
Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	0-20.000 TL	126	1,633	,165	,183	-
	21.000-30.000 TL	45				
	31.000-40.000 TL	55				
	41.000-50.000 TL	105				
	51.000 TL ve üzeri	56				
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	0-20.000 TL	126	1,294	,272	,141	-
	21.000-30.000 TL	45				
	31.000-40.000 TL	55				
	41.000-50.000 TL	105				
	51.000 TL ve üzeri	56				
Pişirme aşaması alt boyutu	0-20.000 TL	126	4,925	,001	,002	21.000-30.000 TL *51.000 TL ve üzeri 31.000-40.000 TL* 51.000 TL ve üzeri
	21.000-30.000 TL	45				
	31.000-40.000 TL	55				
	41.000-50.000 TL	105				
	51.000 TL ve üzeri	56				
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	0-20.000 TL	126	3,331	,011	,018	0-20.000 TL* 51.000 TL ve üzeri 31.000-40.000 TL*51.000 TL ve üzeri
	21.000-30.000 TL	45				
	31.000-40.000 TL	55				
	41.000-50.000 TL	105				
	51.000 TL ve üzeri	56				

Tablo 11 incelendiğinde, "Gıda Güvenliği" ve "Gastronomik Estetik Kaygısı" alt boyutlarının varyans homojenliğini sağladığı ($p > 0,05$) görülürken; "Pişirme Aşaması" ile "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutlarında varyans homojenliğinin sağlanmadığı tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Bu nedenle, varyans homojenliği sağlanmayan durumlar için post-hoc analizde Tamhane's T2 testi uygulanmıştır. Farklılıklar incelendiğinde, "Pişirme Aşaması" alt boyutunda 21.000-30.000 TL gelir grubuyla 51.000 TL ve üzeri gelir grubunun; ayrıca 31.000-40.000 TL gelir grubuyla 51.000 TL ve üzeri gelir grubu arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Benzer şekilde, "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutunda ise 0-20.000 TL gelir grubuyla 51.000 TL ve üzeri grup ile 31.000-40.000 TL gelir grubuyla 51.000 TL ve üzeri grup arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Tablo 12. Katılımcıların Sektördeki Deneyime Göre Aşırı Yemek Yapma Korkusu Ortalamaları ve ANOVA Testi Sonuçları

	Sektördeki Deneyim	N	F	p	Varyans Homojenliği	Farklılıklar
Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	0-4 yıl	222	1,048	,382	,312	-
	5-9 yıl	88				
	10-14 yıl	46				
	15-19 yıl	13				
	20 ve üzeri yıl	18				
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	0-4 yıl	222	3,880	,004	,000	0-4 yıl* 20 yıl ve üzeri
	5-9 yıl	88				
	10-14 yıl	46				
	15-19 yıl	13				

Tablo 12. Katılımcıların Sektördeki Deneyime Göre Aşırı Yemek Yapma Korkusu Ortalamaları ve ANOVA Testi Sonuçları (devamı)

	20 ve üzeri yıl	18				
Pişirme aşaması alt boyutu	0-4 yıl	222	1,347	,252	,110	-
	5-9 yıl	88				
	10-14 yıl	46				
	15-19 yıl	13				
	20 ve üzeri yıl	18				
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	0-4 yıl	222	1,363	,246	,067	-
	5-9 yıl	88				
	10-14 yıl	46				
	15-19 yıl	13				
	20 ve üzeri yıl	18				

Tablo 12'de sunulan analiz bulguları incelendiğinde, "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi", "Pişirme Aşaması" ve "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutlarının varyans homojenliğini sağladığı görülürken; "Gastronomik Estetik Kaygısı" alt boyutunda varyans homojenliğinin sağlanmadığı tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Boyutlar arasındaki farklılıklar incelendiğinde, yalnızca ikinci boyut olan Gastronomik Estetik Kaygısı alt boyutunda anlamlı farklılıklar belirlenmiştir ($p < 0,05$). Mesleki deneyim süresine göre yapılan değerlendirmede, 0–4 yıl aralığındaki katılımcılar ile 20 yıl ve üzeri deneyime sahip bireylerin farklı düzeylerde sonuçlar sergilediği görülmüştür. Bu sonuç, mesleki deneyimin artmasıyla birlikte bireylerin estetik sunum, görsel beklentiler ve beğeni kaygıları gibi alanlarda daha fazla özgüven kazandığını ve dolayısıyla bu kaygıların azaldığını göstermektedir.

Tablo 14. Katılımcıların Çalışmak İstediği Mutfak Türüne Göre Aşırı Yemek Yapma Korkusu Ortalamaları ve ANOVA Testi Sonuçları

	Çalışılmak İstenen Mutfak	**N**	**F**	**p**	**Varyans Homojenliği**	**Farklılıklar**
Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	Restoran	88	3,007	,030	,023	Otel mutfağı *Kurumsal mutfak
	Otel	104				
	Kurumsal	118				
	Diğer	77				
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	Restoran	88	1,967	,118	,053	-
	Otel	104				
	Kurumsal	118				
	Diğer	77				
Pişirme aşaması alt boyutu	Restoran	88	1,539	,204	,654	-
	Otel	104				
	Kurumsal	118				
	Diğer	77				
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	Restoran	88	6,151	,000	,004	Kurumsal mutfak*Diğer mutfaklar
	Otel	104				
	Kurumsal	118				
	Diğer	77				

Tablo 14 sonuçlarına göre, "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi" ile "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutlarında kabul edilir düzeyde anlamlı farklılıklar olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$). Varyans homojenliği testlerinde, "Gastronomik Estetik Kaygısı" alt boyutunda homojenlik sağlanırken; "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi" ile "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutlarında varyans homojenliği sağlanmamıştır ($p < 0,05$). Bu nedenle, varyans homojenliğinin sağlanmadığı durumlarda post-hoc analiz olarak Tamhane's testi uygulanmıştır.

Post-hoc test sonuçları, "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi" boyutunda otel mutfağında çalışanlar ile kurumsal mutfak tercih eden katılımcılar arasında; "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutunda ise kurumsal mutfak ile diğer mutfak türlerini tercih eden katılımcılar arasında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir. Bu farklılıkların çeşitli nedenlerle ortaya çıkmış olabileceği değerlendirilmektedir. Özellikle otel mutfaklarında çalışan bireylerin sıkı denetim süreçleri, hijyen protokolleri ve kurumsal kalite standartlarına daha aşina olmaları nedeniyle, bu gruptaki bireylerde gıda güvenliği ve hijyen konusundaki kaygıların daha düşük olabileceği düşünülmektedir. Buna karşın, kurumsal mutfaklarda (örneğin okul ve hastane gibi kamu kurumlarına hizmet veren mutfaklar) çalışan bireyler, sınırlı kaynaklar ve daha yüksek sorumluluklar nedeniyle hijyen ve güvenlik konularında daha yüksek düzeyde kaygı hissedebilmektedir.

Tablo 15. Katılımcıların İlgi Duyulan Mutfak Türüne Göre Aşırı Yemek Yapma Korkusu Ortalamaları ve ANOVA Testi Sonuçları

	Çalışılmak İstenen Mutfak	**N**	**F**	**p**	**Varyans Homojenliği**	**Farklılıklar**
Gıda güvenliği ve hijyen endişesi alt boyutu	Sıcak	125	3,883	,001	,091	Pastane*Alakart
	Soğuk	45				
	Pastane	119				
	Kasaphane	8				
	Kahvaltı	16				
	Alakart	43				
	Diğer	31				
Gastronomik estetik kaygısı alt boyutu	Sıcak	125	3,763	,001	,021	Pastane* Alakart
	Soğuk	45				
	Pastane	119				
	Kasaphane	8				
	Kahvaltı	16				
	Alakart	43				
	Diğer	31				
Pişirme aşaması alt boyutu	Sıcak	125	2,348	,031	,041	-
	Soğuk	45				
	Pastane	119				
	Kasaphane	8				
	Kahvaltı	16				
	Alakart	43				
	Diğer	31				
Tarif aşaması ve reçete korkusu alt boyutu	Sıcak	125	3,046	,006	,482	-
	Soğuk	45				
	Pastane	119				
	Kasaphane	8				
	Kahvaltı	16				
	Alakart	43				
	Diğer	31				

Tablo 15 sonuçlarına göre, "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi", "Gastronomik Estetik Kaygısı", "Pişirme Aşaması" ve "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$). Varyans homojenliği analizleri sonucunda, "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi" ile "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" alt boyutlarında homojenlik sağlanırken; "Gastronomik Estetik Kaygısı" ve "Pişirme Aşaması" alt boyutlarında homojenlik sağlanmamıştır. Bu doğrultuda, homojen dağılım gösteren boyutlarda Scheffe testi, homojenlik sağlanmayan boyutlarda ise Tamhane's T2 post-hoc testi uygulanmıştır.

Analiz sonuçlarına göre, "Gıda Güvenliği ve Hijyen Endişesi" ile "Gastronomik Estetik Kaygısı" alt boyutlarında "Pastane mutfağına ilgi duyan" katılımcılar ile "Alakart mutfakta çalışmak isteyen" katılımcılar arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Bu durum, farklı mutfak türlerine yönelik ilgi alanlarının bireylerin yemek yapma sürecine ilişkin kaygı düzeyleri üzerinde etkili olabileceğini göstermektedir.

Pişirme Aşaması" ve "Tarif Aşaması ve Reçete Korkusu" boyutlarında genel anlamlılık elde edilmesine rağmen, yapılan post-hoc analizler sonucunda gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Bu durumun, grup varyanslarının dağılımı ve alt boyutlara ilişkin varyansın sınırlı kalmasından kaynaklanabileceği değerlendirilmektedir.

Korelasyon Analizi

Korelasyon analizi, iki ya da daha fazla değişken arasındaki doğrusal ilişkiyi incelemek ve bu ilişkinin yönü ile gücünü belirlemek için kullanılan istatistiksel bir yöntemdir. Bu analiz, değişkenler arasındaki ilişkinin pozitif mi negatif mi olduğunu ve ilişkinin düzeyini ortaya koyar. Analiz sonucunda elde edilen korelasyon katsayısı genellikle r sembolüyle ifade edilir ve -1 ile +1 arasında değer alır. Katsayının +1'e yaklaşması güçlü bir pozitif ilişkiyi, -1'e yaklaşması güçlü bir negatif ilişkiyi; 0'a yakın değerler ise değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını gösterir.

Tablo 16. Korelasyon analizi bulguları

		1.Gıda güvenliği ve hijyen endişesi	2.Gastronomik estetik kaygısı	3. Pişirme aşaması	4. Tarif aşaması ve reçete korkusu
1.Gıda güvenliği ve hijyen endişesi	**Pearson Correlation**	1	,558**	,286**	,357**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000
	N	387	387	387	387
2.Gastronomik estetik kaygısı	**Pearson Correlation**	,558**	1	,084	,499**
	Sig. (2-tailed)	,000		,098	,000
	N	387	387	387	387
3.Pişirme aşaması	**Pearson Correlation**	,286**	,084	1	,281**
	Sig. (2-tailed)	,000	,098		,000
	N	387	387	387	387
4.Tarif aşaması ve reçete korkusu	**Pearson Correlation**	,357**	,499**	,281**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	
	N	387	387	387	387

Yukarıdaki tabloda, değişkenler arasındaki korelasyon analiz sonuçları ayrıntılı olarak sunulmuştur. Pearson korelasyon analizi sonucunda, araştırmada incelenen tüm alt boyutların birbirleriyle istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler gösterdiğini ortaya koymuştur. Korelasyon katsayılarının yorumlanmasında Büyüköztürk'ün (2023) sınıflandırması esas alınmıştır. Buna göre 0,00–0,29 düşük, 0,30–0,69 orta ve 0,70–1,00 aralığı yüksek düzeyde ilişki olarak değerlendirilmektedir.

"Gıda güvenliği ve hijyen endişesi" ile "Gastronomik estetik kaygısı" arasında orta düzeyde ve pozitif bir ilişki saptanmıştır (r = 0,558). Bu bulgu, hijyen endişesi düzeyi yükseldikçe estetik kaygı düzeyinin de benzer yönde değişme eğilimi gösterdiğine işaret etmektedir. Ayrıca, "Gıda güvenliği ve hijyen endişesi" alt boyutu ile "Tarif

aşaması ve reçete korkusu" (r = 0,357) ve "Pişirme aşaması" (r = 0,286) alt boyutları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Bu sonuçlar, ilgili boyutların birbiriyle ilişkili yapılar olduğunu göstermektedir.

Bununla birlikte, "Gastronomik estetik kaygısı" ile "Tarif aşaması ve reçete korkusu" arasında orta düzeye yakın pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur (r = 0,499). Benzer şekilde, "Pişirme aşaması" ile "Tarif aşaması ve reçete korkusu" alt boyutları arasında da pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (r = 0,281). Tüm alt boyutlar arasında anlamlı ilişkilerin bulunması, ölçeğin yapısal bütünlüğünü desteklemektedir. Bununla birlikte, korelasyon katsayılarının yüksek düzeyde olmaması, alt boyutların birbirinden ayrışabildiğine de işaret etmektedir. Gelecek çalışmalarda, değişkenler arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modellemesi gibi ileri analiz teknikleriyle incelenmesi önerilebilir.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma, Van ilinde aşçılık eğitimi alan bireyler ile yiyecek içecek sektöründe çalışanların mageirofobi düzeylerini belirlemeyi ve bu korkunun demografik ve mesleki değişkenlerle ilişkisini incelemeyi amaçlamıştır. Gastronomi alanında sınırlı sayıda incelenen mageirofobi kavramını profesyonel mutfak çalışanları ve gastronomi eğitimi alan bireyler bağlamında ele alarak literatüre teorik katkı sunmuştur. Araştırmada kullanılan ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu belirlenmiş ve mageirofobinin dört boyutlu bir yapı sergilediğinin ortaya konulması, kavramın kuramsal altyapısının geliştirilmesine katkı sağlamaktadır. Ayrıca alt boyutlar arasında belirlenen anlamlı ilişkiler, mageirofobinin çok boyutlu bir yapı gösterdiğini desteklemektedir. Alt boyutlar arasında saptanan pozitif ve anlamlı korelasyonlar, mageirofobinin tek boyutlu bir korku değil, bütüncül bir yapı sergilediğini ortaya koymaktadır. Bu durum, Lazarus ve Folkman'ın (1984) stresle başa çıkma modelinde tanımlanan bilişsel ve duygusal tepkilerle uyumlu bir çerçeve sunmaktadır.

Çalışma bulguları, yiyecek içecek sektöründe çalışan bireylerin mesleki kaygı düzeylerinin anlaşılması ve bu kaygıları azaltmaya yönelik uygulamaların geliştirilmesi açısından pratik katkılar sunmaktadır. Bu bağlamda, gastronomi eğitimi alan bireyler ile yiyecek içecek sektöründe çalışan aşçıların mageirofobi düzeylerini azaltmaya yönelik çok yönlü ve bütüncül stratejilerin geliştirilmesi gerekmektedir. Eğitim süreçlerinin uygulamalı içeriklerle zenginleştirilmesi, pişirme ve tarif aşamalarına yönelik kaygıları azaltabilecek gerçekçi mutfak ortamlarının oluşturulması bu sürecin temel unsurları arasında yer almaktadır. Bu kapsamda, aşçılık eğitimi veren kurumlarda ve yiyecek içecek işletmelerinde psikolojik danışmanlık hizmetlerinin yaygınlaştırılması; stres yönetimi ve performans kaygısıyla başa çıkmaya yönelik programların geliştirilmesi önerilmektedir. Bununla birlikte, kurumsal mutfaklarda çalışan bireylerin gıda güvenliği ve hijyen konusundaki endişeleri dikkate alınarak, hijyen eğitimlerinin niteliğinin artırılması ve denetim süreçlerinin güçlendirilmesi önem taşımaktadır.

Elde edilen bulgular incelendiğinde katılımcıların genel olarak nötr düzeyde mageirofobiye sahip olduklarını, ancak bazı demografik ve mesleki gruplarda bu kaygının daha belirgin hâle geldiğini göstermektedir. Faktör analizi sonuçları, gastronomik estetik kaygısının öne çıkan bir boyut olduğunu ortaya koymuştur. Bu durum, yemeklerin görsel sunumu ve beğenilme beklentisinin mutfak çalışanları ve aşçılık eğitimi alan bireyler açısından önemli bir kaygı unsuru olduğunu göstermektedir. Yapılan t testi ve ANOVA analizleri, mageirofobi düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre anlamlı farklılıklar gösterdiğini ortaya koymuştur. Bu kapsamda, kadın bireylerin erkeklere kıyasla gıda güvenliği ve hijyen endişesi boyutunda daha yüksek kaygı düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Kadınların ortalama puanı erkeklere göre daha yüksek olup, bu durum kadınların gıda güvenliği ve

hijyen konusundaki endişelerinin erkeklere kıyasla daha fazla olduğunu göstermektedir. Söz konusu bulgu, kadınların mageirofobiye daha yatkın olduğunu ortaya koyan Kazkondu (2025) ve Mavroudi'nin (2020) çalışma sonuçlarıyla örtüşmektedir. Bu durum, kadın bireylerin yemek hazırlama sürecinde hijyen, hata yapma ve sorumluluk algısına daha duyarlı yaklaşmalarıyla açıklanabilir.

Medeni duruma ilişkin analizlerde, bekar bireylerin pişirme sürecine yönelik kaygılarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu durum, bekar bireylerin yemek hazırlama süreçlerinde daha az deneyime sahip olmaları ve hata yapma konusunda daha fazla kaygı yaşamalarıyla ilişkili olabilir. Ayrıca günlük yaşam sorumlulukları ve mutfak deneyimlerinin farklılaşması, kaygı düzeylerinin değişmesine neden olabilmektedir. Eğitimsel değişkenler incelendiğinde, öğrenciler ile alan dışı lise mezunlarının daha yüksek mageirofobi düzeylerine sahip oldukları belirlenmiştir. Ortalama değerlere göre, öğrenci grubunun bu boyutta daha yüksek kaygı düzeyine sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç, mesleki yeterlik ve uygulama deneyiminin mageirofobi üzerinde koruyucu bir rol üstlenebileceğine işaret etmektedir. Bu sonuç, Şahin ve Güler'in (2019) gastronomi öğrencilerinde stres düzeyinin mesleki başarıyı etkileyebileceğine yönelik bulgularıyla örtüşmektedir. Öğrencilerin henüz yeterli uygulama deneyimine sahip olmamaları, gıda güvenliği ve hijyen konularında daha fazla kaygı yaşamalarına neden olabilir.

Eğitim ve gelir düzeyine ilişkin bulgular, düşük eğitim ve gelir grubundaki bireylerin özellikle pişirme aşaması ve tarif–reçete uygulamalarına yönelik daha yüksek kaygı yaşadıklarını ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, yoğun iş yükü ve rol çatışmasının kaygıyı artırdığını vurgulayan Piko (2006) ile Karatepe'nin (2011) bulgularını ve düşük psikolojik sağlamlığın iş doyumu üzerindeki olumsuz etkilerine dikkat çeken Dalmış, Büyükatak ve Sürücü'nün (2025) sonuçlarını desteklemektedir.

Çalışılmak istenen mutfak türüne göre yapılan değerlendirmelerde, otel mutfaklarını tercih eden bireylerin kurumsal mutfakları tercih edenlere kıyasla gıda güvenliği boyutunda daha düşük kaygı taşıdığı belirlenmiştir. Bu durum, mutfak ortamının stres azaltıcı etkisine vurgu yapan önceki çalışmalarla paralellik göstermektedir. Deneyim süresinin artmasıyla gastronomik estetik kaygısının azalması ise mutfakta geçirilen zamanın hata yapma korkusunu azaltıcı etkisine işaret etmekte olup, bu bulgu Mörkl ve arkadaşlarının (2024) yemek yapma sürecinin terapötik etkilerini vurgulayan çalışmalarıyla örtüşmektedir.

İlgi duyulan mutfak türüne göre elde edilen farklılıklar, bireylerin beklentileri ve çalışma ortamına ilişkin algılarının mageirofobi üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde, mageirofobinin yalnızca bireysel bir korku durumu olmadığını; eğitim düzeyi, mesleki deneyim ve sosyoekonomik faktörlerle birlikte şekillenen çok boyutlu bir olgu olduğunu ortaya koymaktadır.

Bu araştırma bazı sınırlılıklar çerçevesinde yürütülmüştür. Çalışmanın yalnızca nicel araştırma yöntemi kapsamında gerçekleştirilmiş olması nedeniyle katılımcıların bireysel deneyimlerine ilişkin derinlemesine verilere ulaşılamamıştır. Ayrıca verilerin öz değerlendirmeye dayalı olarak elde edilmesi, algısal farklılıkların sonuçlar üzerinde etkili olmasına neden olmuş olabilir. Gelecek araştırmalarda nitel veya karma yöntemlerin kullanılması, mageirofobinin daha kapsamlı biçimde değerlendirilmesine katkı sağlayabilir.

Araştırma bulguları doğrultusunda bazı öneriler geliştirilmiştir. Özellikle kadınlar, öğrenciler ile düşük gelir ve eğitim düzeyine sahip bireylerde mageirofobi düzeylerinin daha yüksek olması, bu gruplara yönelik destekleyici müdahalelerin gerekliliğini ortaya koymaktadır. Deneyimsiz bireylerde daha yoğun görülen gastronomik estetik

kaygılarını azaltmaya yönelik rehberlik edici ve aşamalı eğitim içeriklerinin oluşturulması da bu kaygıların kontrol altına alınmasına katkı sağlayabilir.

Mageirofobiye ilişkin farkındalık çalışmalarının artırılması hem sektör profesyonelleri hem de eğitim kurumları açısından bilinç düzeyinin yükseltilmesine olanak tanıyacaktır. Ayrıca bu çalışmada kullanılan mageirofobi ölçeğinin farklı örneklem gruplarında yeniden test edilmesi, ölçme aracının geçerlik ve güvenirliğinin güçlendirilmesi açısından önemlidir. Gelecek araştırmalarda, mageirofobiyi tetikleyen bireysel deneyimlerin, korku kaynaklarının ve başa çıkma stratejilerinin daha derinlemesine incelenebilmesi amacıyla nitel yöntemlerin de dâhil edildiği karma araştırma tasarımlarına yer verilmesi önerilmektedir. Gelecek araştırmalarda çalışmanın farklı iller ve kültürel bağlamlarda tekrarlanması, elde edilen bulguların karşılaştırmalı olarak değerlendirilmesine ve literatüre daha kapsamlı katkı sunulmasına olanak sağlayabilir. Bu önerilerin hayata geçirilmesi, gastronomi alanında mesleki yeterliliğin artırılmasına katkı sağlarken, aynı zamanda çalışanların psikolojik dayanıklılıklarını destekleyerek sektörün sürdürülebilirliğine katkı sunacaktır.

Araştırma sürecinde test edilen tüm hipotezlerin sonuçları sunulmuştur.

Tablo 15. Hipotez testi sonuçları

Hipotezler	**Sonuç**
$H_{1.1}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Gıda güvenliği ve hijyen endişesi" düzeyleri eğitim düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**KABUL**
$H_{1.2}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Gastronomik estetik kaygısı" düzeyleri eğitim düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**KABUL**
$H_{1.3}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Pişirme aşamasından korkma" düzeyleri eğitim düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**KABUL**
$H_{1.4}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Tarif aşaması ve reçete korkusu" düzeyleri eğitim düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**KABUL**
$H_{2.1}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Gıda güvenliği ve hijyen endişesi" düzeyleri mesleki deneyim süresine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**RED**
$H_{2.2}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Gastronomik estetik kaygısı" düzeyleri mesleki deneyim süresine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**KABUL**
$H_{2.3}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Pişirme aşamasından korkma" düzeyleri mesleki deneyim süresine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**RED**
$H_{2.4}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Tarif aşaması ve reçete korkusu" düzeyleri mesleki deneyim süresine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**RED**
$H_{3.1}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Gıda güvenliği ve hijyen endişesi" düzeyleri mezun oldukları lise türüne göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**KABUL**
$H_{3.2}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Gastronomik estetik kaygısı" düzeyleri mezun oldukları lise türüne göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**KABUL**
$H_{3.3}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Pişirme aşamasından korkma" düzeyleri mezun oldukları lise türüne göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**RED**
$H_{3.4}$: Aşçılık eğitimi alan bireylerin "Tarif aşaması ve reçete korkusu" düzeyleri mezun oldukları lise türüne göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.	**RED**

Araştırmada, mageirofobiye ilişkin dört alt boyutun demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı istatistiksel analizlerle incelenmiştir. Yapılan hipotez testleri sonucunda 12 hipotezden 7'si kabul edilmiş, 5'i reddedilmiştir. Bulgular, özellikle eğitim düzeyinin tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık yarattığını göstermektedir.

Bu durum, bireylerin akademik yeterlilikleri ile mutfağa yönelik ilgi ve yönelimlerinin yemek yapma kaygısı üzerinde belirleyici bir etkisi olduğunu ortaya koymaktadır.

Sonuç olarak, mageirofobi düzeylerinin belirlenmesinde eğitim düzeyi ve mutfağa yönelik ilginin önemli rol oynadığı; bazı demografik değişkenlerin ise sınırlı etkiye sahip olduğu anlaşılmaktadır. Bu bulgular, eğitim ve destek programlarının planlanmasında yol gösterici nitelik taşımakta; ayrıca psikososyal etkenlerin nitel araştırmalarla ele alınmasının literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Beyan

Makalenin tüm yazarlarının makale sürecine verdikleri katkı eşittir. Yazarların bildirmesi gereken herhangi bir çıkar çatışması yoktur. Bu çalışma, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimleri Yayın Etik Kurulu'nun 19 Haziran 2025 tarihli, 025/15-20 sayılı kararıyla etik açıdan uygun bulunmuştur.

KAYNAKÇA

Akoğlu, A., Cansizoğlu, S., Orhan, N. ve Özdemir, Z. (2017). Gastronomi ve mutfak sanatları eğitimi alan öğrencilerin sektörde çalışmaya yönelik bakış açıları. *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*, 5(2), 146–159.

Akkoç, N. ve Karaağiz, M. (2024). Addressing social anxiety disorder (social phobia) in cognitive behavioral therapy: A case report. *ISPEC International Journal of Social Sciences and Humanities*, 8(2), 179–186.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman.

Baş, H. ve Hamurcu, P. (2021). Gıda neofobisinin yetişkinlerde incelenmesi. *Sağlık ve Yaşam Bilimleri Dergisi*, 3(3), 165–173.

Beck, A. T. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: International Universities Press.

Boschen, M. J. (2007). Reconceptualizing emetophobia: A cognitive–behavioral formulation and research agenda. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(3), 407–419.

Büyüköztürk, Ş. (2005a). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem A Yayıncılık.

Büyüköztürk, Ş. (2005b). Anket geliştirme. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 133–151.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (23. bs.). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.

Büyüköztürk, Ş. (2023). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum (32. baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Coşkun, R., Altunışık, R., Bayraktaroğlu, S., ve Yıldırım, E. (2015). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri: SPSS uygulamalı* (8. baskı). Sakarya Yayıncılık.

Clayton, D. A., ve Griffith, C. J. (2008). Efficacy of an extended theory of planned behaviour model for predicting caterers' hand hygiene practices. *International Journal of Environmental Health Research*, 18(2), 83–98.

Cleveland Clinic. (2021). Mageirocophobia (fear of cooking): Symtoms & treatment. Erişim adresi:

https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/22370-mageirocophobia

CPD Online Collage. (2022). What is mageirocophobia? Erişim adresi: https://cpdonline.co.uk/knowledge-base/mental-health/what-is-mageirocophobia

Çiyiltepe, M. ve Türkbay, T. (2006). Phagophobia: A case report. *The Turkish Journal of Pediatrics*, 48(1), 80–84.

D'Abundo, M. L. ve Carden, A. M. (2008). 'Growing wellness': The possibility of promoting collective wellness through community garden education programs. *Community Development*, 39(3), 33–42. https://doi.org/10.1080/1557533080227246

Dalmış, A. B., Büyükatak, E. ve Sürücü, L. (2025). *Psychological resilience and future anxiety among university students: The mediating role of subjective well-being*. Behavioral Sciences, 15(3), 244.

Daşdemir, A. (2021). Van İli Mutfak Kültürünün Gastronomi Turizmi Açısından Değerlendirilmesi. *Journal of Silk Road Tourism Research*, *1*(1), 62-75.

Demir, A. ve Tokmak, İ. (2018). Mutfak personelinde tükenmişlik sendromu ve iş stresi: Otel işletmeleri üzerine bir araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 6(1), 55–70.

Doğan, P. E. ve Yüce, P. D. E. (t.y.). Almanya'da İslamofobi. Erişim adresi: https://www.academia.edu/30629786/Almanyada_Islamofobi

Doğan, S. ve Yeşiltaş, M. (2017). Aşçının kişisel özellikleri ile mesleki yetkinliklerinin tespitine yönelik bir çalışma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 5(4), 250–263.

Ercan, İ. ve Kan, İ. (2004). Geçerlilik ve güvenirlik analizi. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi,* 30(3), 211–216.

Garip, S. (2022). Sosyal bilimlerde nicel araştırma geleneği üzerine kuramsal bir inceleme. *Uluslararası Sosyal Alan Araştırmaları Dergisi*, 12(1), 1–19.

George, D. ve Mallery, M. (2010). SPSS for windows step by step: *A simple guide and reference*, 17.0 update (10a ed.)Boston:Pearson.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., ve Anderson, R. E. (2010). Multivariate Data Analysis: a global perspective (, Illus.; 7th ed.). Pearson.

Harbalıoğlu, M. ve Ünal, İ. (2014). Aşçılık programı öğrencilerinin mesleki tutumlarının belirlenmesi: Ön lisans düzeyinde bir uygulama. *Turizm Akademik Dergisi*, 1(1), 57–67.

Karatepe, O. M. (2011). The effects of work overload and work-family conflict on job embeddedness and job performance: The mediation of emotional exhaustion. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 23(3), 301–320.

Kazkondu, İ. (2025). Aşçılık eğitimi alan bireylerin aşırı yemek yapma korkusu (mageirofobi) düzeylerinin incelenmesi.

Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 24(1), 380–408.

Kılıç, S. (2016). Cronbach's alpha reliability coefficient. *Journal of Mood Disorders*, *6*(1), 47–48.

Klarity Health. (2024). What is mageirocophobia? Erişim adresi: https://my.klarity.health/what-is-mageirocophobia/

Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

Marks, I. M. (2013). *Fears and phobias*. Academic Press.

Mavroudi, A. (2020). Megeirophobia: Understanding the psychological underpinnings of the fear of cooking. *Journal of Anxiety Disorders and Behavioral Therapy*, 12(2), 76–85.

Mörkl, S., Varnagy, A., Wagner-Skacel, J., Lahousen, T., Brodtrager, D., Sallmutter, K., ... ve Holasek, S. (2024). Culinary medicine cooking workshops as add-on therapy for inpatients with depression and eating disorders. *Nutrients*, 16(22), 3973.

Oğan, Y. (2022). Aşçılık öğrencilerinin mesleki beklentileri üzerine bir inceleme. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(4), 1621–1632.

Odabaşı, İ. (2024). Gastronomi turizmi kapsamında yöresel mutfak incelemesi: Yozgat ili örneği (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). Yozgat Bozok Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yozgat.

Özen, Y. ve Gül, A. (2010). Sosyal ve eğitim bilimleri araştırmalarında evren-örneklem sorunu. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi,* (15), 394–422.

Piko, B. F. (2006). Burnout, role conflict, job satisfaction and psychosocial health among Hungarian health care staff: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 43(4), 465–473.

Qwark Health. (t.y.). Mageirocophobia: Symptoms, causes, treatment. Erişim adresi: https://qwarkhealth.com/conditions/mageirocophobia/

Şahin, F. ve Güler, M. (2019). Mutfakta stres yönetimi: Gastronomi öğrencilerinin stres düzeyleri üzerine bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(64), 515–522.

Tarrant, G. (2021). Fear of cooking: Causes, symptoms, types, treatment. Erişim adresi: https://psychotreat.com/mageirocophobia-or-the-fear-of-cooking/

Tavşancıl, E. (2019). Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi (6. Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

ThePleasantMind. (2023). Understanding mageirocophobia aka the fear of cooking. Erişim tarihi: 15 Mayıs 2025, Erişim adresi: https://thepleasantmind.com/mageirocophobia/

Turpcu, E. ve Akyurt, H. (2018). Turizm eğitimi alan öğrencilerin kariyer streslerinin belirlenmesi: Giresun Üniversitesi lisans öğrencileri üzerine bir araştırma. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 69, 365–388.

Uçan Kayaalp, B. Z., Bakan, R., Öztürk, E., Metin, E. ve Avcıkurt, C. (2022). Aşırı yemek yapma korkusu (mageirocophobia) ölçeğinin geliştirilmesi. *Uluslararası Türk Dünyası Turizm Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 60–71.

Ueno, H., Suemitsu, S., Murakami, S., Kitamura, N., Wani, K., Takahashi, Y., ... ve Ishihara, T. (2019). Feeding

behavior of mice under different food allocation regimens. *Behavioural Neurology*, 2019, 1–10.

Unur, K. ve Pekerşen, Y. (2017). *İş stresi ile toksik davranışlar arasındaki ilişki: Aşçılar üzerinde bir araştırma.* Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi, 14(1), 108–129.

Ün, A., ve Okat, Ç. (2023). Van İlinin Gastronomi Turizmi Potansiyelinin Değerlendirilmesi. Journal of Humanities and Tourism Research, 13(3), 488-504.

Üst Can, Ç. (2021). Aşçılık bölümü tercih nedenleri ile kişilik ilişkisi. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 1122–1137.

World Health Organization. (2020). *WHO estimates of the global burden of foodborne diseases*. Geneva: World Health Organization. Retrieved from https://www.who.int/publications/i/item/9789241565165

Wu, H. (2022). The roles of vegan meat in contemporary China. In *2021 International Conference on Social Development and Media Communication (SDMC 2021)* (ss. 1266–1269). Atlantis Press.

Yavuzcan, İ. H. (2023). Almanya'da İslamofobi. Erişim adresi: https://www.academia.edu/30629786/Almanyada_Islamofobi

Yiğit, S. (2023). Turizm mezunlarının yiyecek ve içecek sektöründe kariyerlerine devam etmeme nedenleri üzerine nitel bir araştırma. *Journal of Gastronomy, Hospitality and Travel*, 6(3), 933–943.

The Hidden Anxiety of the Professional Kitchen: An Investigation of the Mageirophobia Levels of Workers in the Food and Beverage Sector in Van

Sohbet BARAN

Yüzüncü Yıl University, Faculty of Tourism, Van/Türkiye

Erol GEÇGİN

Yüzüncü Yıl University, Faculty of Tourism, Van/Türkiye

Pelin KOÇ

Yüzüncü Yıl University, Faculty of Tourism, Van/Türkiye

Extended Summary

Anxiety is a universal phenomenon observed throughout human history and is often considered a natural reaction to environmental and psychological stimuli. When anxiety becomes excessive or irrational toward specific situations or objects, it turns into a phobia. Mageirophobia, defined as an intense and irrational fear of cooking, has been recognized as a psychological problem that may particularly affect individuals in the gastronomy and food service sectors. Although cooking is often described as a creative and potentially therapeutic activity, it may also become a source of intense anxiety and avoidance behaviors for certain individuals. This fear can lead to decreased work performance and even professional burnout among culinary professionals. The present study aims to examine mageirophobia among culinary students and employees working in the food and beverage sector in Van. The research seeks to identify the prevalence, causes, and consequences of this phobia and its relationship with occupational anxiety and stress levels.

Previous studies have emphasized the high level of stress and psychological pressure experienced by culinary professionals due to long working hours, physical demands, and high customer expectations. Research by Lazarus and Folkman (1984) and subsequent works by Karatepe (2011), Demir and Tokmak (2018), and Unur and Pekerşen (2017) highlighted that stress and emotional exhaustion significantly affect the well-being and performance of kitchen workers. Moreover, Şahin and Güler (2019) found that nearly half of culinary students suffer from anxiety due to kitchen stress, while Kazkondu (2025) demonstrated that mageirophobia is more prevalent among women and students. Despite these findings, studies directly addressing mageirophobia remain limited. The existing literature mainly focuses on general stress and burnout, leaving a gap concerning the specific fear of cooking and its implications for professional chefs and culinary students. This study addresses that gap by focusing on mageirophobia as a distinct psychological condition that can influence occupational performance, stress management, and motivation in professional kitchens.

The research employed a quantitative design to analyze the relationships between demographic and occupational variables and mageirophobia levels. The study was conducted with 387 participants consisting of culinary students and professional chefs in Van. Data were collected in June 2025 through a structured questionnaire, including a demographic information form and the “Excessive Mageirophobia Scale” developed by Kayaalp et al. (2022), consisting of 19 items and four dimensions: food safety and hygiene anxiety, gastronomic aesthetic concern, fear of the cooking phase, and recipe fear. The scale’s reliability was confirmed with a Cronbach’s Alpha of 0.851, indicating

high internal consistency. Factor analysis results demonstrated that the four dimensions explained 57.7% of the total variance, and the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) value of 0.831 confirmed sample adequacy. Data were analyzed using SPSS 22.0 with descriptive statistics, t-tests, and ANOVA. Findings revealed that mageirophobia levels differed significantly according to gender, education level, and type of high school graduated from. Female participants exhibited higher anxiety regarding food safety and hygiene than males. Students showed higher levels of food safety and hygiene anxiety compared to graduates. Additionally, participants from non-vocational high schools experienced greater fear in the cooking and hygiene dimensions than those from vocational programs. However, no significant differences were found concerning age or marital status. The study also found that mageirophobia levels are associated with occupational stress, particularly in dimensions related to perfectionism, aesthetic concerns, and hygiene expectations.

The results demonstrate that mageirophobia is an observable phenomenon among culinary students and professional chefs, influenced by demographic and educational factors. The findings confirm that psychological factors such as occupational anxiety, perfectionism, and fear of failure can significantly affect culinary performance. This condition may negatively impact job satisfaction, efficiency, and employee retention within the gastronomy sector. The study emphasizes the necessity of developing coping strategies and psychological support mechanisms for culinary professionals. Increasing awareness of mageirophobia and integrating stress management training into culinary education programs could help reduce anxiety levels and enhance professional resilience. Future research could benefit from mixed-method approaches to provide deeper insight into the personal experiences and coping strategies of individuals affected by mageirophobia. Overall, this study contributes to the limited body of literature on the psychological challenges faced by culinary professionals and underscores the importance of addressing emotional well-being for the sustainability of the food and beverage industry.

Ek 1. Etik Kurul İzni

	T.C. **VAN YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ** **SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLERİ YAYIN** **ETİK KURUL BAŞKANLIĞI** **ETİK KURUL KARARLARI**
TOPLANTI TARİHİ:19/06/2025 **OTURUM SAYISI: 2025/15** **TOPLANTIDA ALINAN KARAR SAYISI: 39**	

Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimleri Yayın Etik Kurulu'nun 19/06/2025 tarihinde saat 10.00'da Prof. Dr. Reha SAYDAN başkanlığında online yapmış olduğu toplantıda aşağıdaki karar/kararları almıştır:

KARAR NO 2025/15-20. Yürütücülüğünü Turizm Fakültesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları Anabilim Dalı öğretim üyesi Dr. Öğr. Üyesi Erol GEÇGİN'in yapmayı tasarladığı, "Profesyonel Mutfağın Gizli Kaygısı: Van'da Yiyecek İçecek Sektöründe Çalışan Aşçıların Mageirofobi Düzeylerinin İncelenmesi" adlı çalışmasında kullanılacak olan araçlar incelenmiş olup, söz konusu araçların ilgili kişilere uygulanmasında Sosyal ve Beşeri Etik Kuralları ve İlkeleri çerçevesinde herhangi bir sakınca olmadığına toplantıya katılan üyelerin oy birliğiyle karar verilmiştir.

	BAŞKAN Prof. Dr. Reha SAYDAN İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	
ÜYE Prof. Dr. Mehmet Zeki DUMAN Edebiyat Fakültesi	**ÜYE** Prof. Dr. Ferzende İDİZ İlahiyat Fakültesi	**ÜYE** Prof. Dr. Mehmet AYGÜN İktisadi ve İd. Bil. Fakültesi
ÜYE Prof. Dr. Erhan GÖRMEZ Eğitim Fakültesi	**ÜYE** Prof. Dr. Eyüp AKTÜRK Eğitim Fakültesi	**ÜYE** Prof. Dr. Elif KAVAL OĞUZ Eğitim Fakültesi