



JRTR

JOURNAL OF RECREATION AND TOURISM RESEARCH
ISSN: 2148-5321

KIRSAL BÖLGELERDE BALIK TÜKETİMİNİN YAYGINLAŞTIRILMASINA YÖNELİK BİR SAHA ÇALIŞMASI: YOZGAT ÖRNEĞİ

A FIELD STUDY ON EXPANDING FISH CONSUMPTION IN RURAL AREAS: THE CASE OF YOZGAT

Soner BEŞCANLAR^a

Özet

Bu çalışmanın amacı, kırsal kesimde ve deniz ürünleri kültüründen uzakta yaşayan insanların yaşam şartlarındaki farklılıklar ve günlük yoğun iş hayatı gibi nedenlerle öğünlerinde daha sağlıklı beslenebilmesi ve beslenme alışkanlıklarında farklılık yaratılması amacıyla Yozgat ilinde gastronomi ve mutfak sanatları atölyesinde özellikle evli ve çocuklu 16 kişiye balık yemeklerine yönelik farklı yemek tariflerinin gösterilip yaptırılarak katılımcıların balık yemeklerine yönelik algılarını ortaya koymaktır. Katılımcıların deneyimsel uygulama faaliyetlerinin ardından bireylerle görüşme tekniği kullanılarak veri toplanmıştır. Katılımcıların geneli balık az tüketim sebebi olarak; balık kokusu, iş yoğunluğu ve balığı sevememe gibi nedenler açıklamışlardır. Katılımcıların bu tercihlerinde değişim amacıyla katılımcılara workshop özelinde balık yemekleri yaptırılarak, bu yemekleri tüketmeleri, tavsiye etmeleri ve aynı zamanda aile yakınlarıyla aynı yemekleri tüketmelerine yönelik sorular yöneltilmiştir. Ayrıca yapılan yemeklerin değerlendirmeleri istenmiştir. Faaliyet sonucunda yapılan yemek örneklerinin pratik ve kolay hazırlanabildiği, yapılan yemeklerin şimdiye kadar tüketilen balık yemeklerinden farklı olduğu, ekonomik şartlar uygun olursa ve balık satış alanlarının yaygınlaştırılması halinde balık tüketiminin daha da artacağı, yapılan yemek örneklerinin bireylerin yakınlarına tattırılmak istendiği durumları araştırmanın sonucunu oluşturmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Gastronomi, Balık, Workshop

Abstract

The aim of this study is to prepare different fish dishes for 16 people, especially married and with children, in a gastronomy and culinary arts workshop in Yozgat province in order to make a difference in their meals and to create a difference in their eating habits due to differences in living conditions of people living in rural areas and far from seafood culture and busy daily work life. The aim is to show the participants' perceptions of fish dishes by showing the recipes and having them made. After the experiential application activities of the participants, data were collected using the interview technique with individuals. As the general reason for the low consumption of fish; fish smell, workload and explained reasons such as dislike for fish. In order to change these preferences of the participants, the participants were asked to have fish dishes made specifically for the workshop, and to consume these dishes, to recommend them, and to consume the same dishes with their family relatives at the same time. In addition, the evaluations of the meals were asked. The results of the research are the cases where the food samples made as a result of the activity can be prepared practically and easily, the dishes prepared are different from the fish dishes consumed so far, the fish consumption will increase if the economic conditions are suitable and the fish sales areas are expanded, and the food samples are desired to be tasted by the relatives of the individuals.

Keywords: Gastronomoy, Fish, Workshop

Makele Geliş Tarihi: 10.04.2023 Makale Kabul Tarihi: 22.06.2023

Sorumlu Yazar (Corresponding Author): Soner BEŞCANLAR (sonerkartal2005@hotmail.com)

^a Yozgat Bozok Üniversitesi, Fethiye Ali Sıtkı Mehfaret Koçman Meslek Yüksekokulu, Yozgat/Türkiye (sonerkartal2005@hotmail.com),

ORCID: 0000-0001-9151-7379

DOI: 10.5281/zenodo.8095339

1. Giriş

İnsan yaşamının sürdürülmesinde, yaşam kalitesinin yükseltilmesinde ve korunmasında sağlık özel bir öneme sahip olduğu gibi, sağlıklı bir yaşam içinde yeterli ve dengeli beslenme şarttır. Günlük tüketilen enerji ve protein miktarının karşılanması için alınan enerji ve proteinin hangi besin kaynaklarından sağlanması gerektiğini bilmek, dengeli beslenmenin önemli bir parçasıdır. İnsan gelişimi ve sağlığı açısından tüketilen proteinin hayvansal kaynaklı olması çok önemlidir. FAO verilerine göre, Türkiye’de günlük kişi başına 104 gram toplam protein tüketiminin sadece %30’u hayvansal kaynaklı olup (Sarıözkan, 2016), dengeli beslenme açısından bu oranın yükseltilmesi gerekmektedir. Hayvansal protein açığını en iyi derecede ve ucuz şekilde giderebilecek kaynakların başında su ürünleri gelmektedir. Su ürünleri küresel olarak kişi başına günlük yaklaşık sadece 34 kalorilik bir katkı sağlamaktadır. Ancak, su ürünlerinin beslenmeye olan katkısı, bir enerji kaynağı olması dışında, yüksek-kaliteli, kolay sindirilen hayvansal proteinler ve özellikle mikro-besin eksiklikleri ile mücadele açısından önemlidir (Öksüz vd., 2018). Tıbbi araştırmalarda, özellikle balık yağı tüketen tüketicilerde hastalık risklerinin düştüğü, 8 yaşa kadar çocuklarda ve özellikle bebeklerde beyin gelişimi için balıktaki omega 3 yağ asitlerinin önemli olduğu ifade edilmektedir (Connor, 2000; Duyar vd., 2004; Kaya vd., 2004; Yılmaz, 2018).

Türkiye, üç tarafının denizlerle çevrili bir ülke olmasının yanı sıra sahip olduğu gölleri, barajları ve akarsuları ile su ürünleri bakımından önemli bir potansiyele sahiptir. 8333 km kıyı uzunluğuna sahip olan Türkiye’de, yaklaşık 25 milyon hektar su ürünleri üretimine uygun alan bulunmaktadır (Hecer, 2012). Bununla birlikte, Türkiye’de kişi başına su ürünleri tüketimi dünya ortalamasının çok gerisindedir 2017 yılı: Dünyada ortalama 20,5 kg; Türkiye’de ortalama 5,5 kg (FAO, 2019). Yıllar içerisinde azalan bir eğilim gösteren ortalama su ürünleri tüketimi 2000 yılında 8,0 kg iken, 2010 yılında 6,9 kg’a ve 2017 yılında da 5,5 kg’a kadar gerilemiştir. Ancak balık tüketiminde 2018 yılından itibaren bir yükseliş söz konusu olmuştur. Buna göre 2018 yılında 6,1 kg’a, 2019 yılında 6, kg’a ve 2020 yılında ise Türkiye yıllık balık tüketim ortalaması 6,7 kg’a yükselmiştir. Su ürünleri tüketimi bölgeler arasında farklılık göstermekte olup, kıyı bölgelerde kişi başı 25 kg/yıl iken, İç, Doğu ve Güneydoğu Anadolu Bölgelerinde 1 kg/yıl’a kadar azalmaktadır (Şahin, 2011). Nitekim Olgunoğlu vd (2014) tarafından Adıyaman’da yapılan çalışmada da balık eti tüketiminin ülke ortalamasının altında (yaklaşık 3 kg) olduğu belirlenmiştir. Balık

tüketiminin arzu edilenden daha az olmasının nedenleri arasında; beslenme alışkanlığı ve tüketim kültürü, su ürünlerini sezonunda ve taze tüketme isteği, işlenmiş su ürünlerine olan talebin düşük olması gibi çeşitli faktörler bulunmaktadır. Tüketim azlığına etki eden diğer önemli ve birbiriyle bağlantılı iki faktör ise üretim miktarı ve fiyattır. Nitekim Sağlam ve Samsun (2017), yapmış olduğu çalışmada kırsal kent olan Yozgat' ta yaptığı çalışmada insanların balık tüketmeme nedenleri arasında % 57,1 ile en fazla oranda balığı sevmeme oluşturmaktadır. Katılımcıların tüketim durumları arasında %97,7'sinin taze, %1,3'ünün dondurulmuş, %1'inin konserve ürünleri tercih ettiklerini belirlemiştir. Genç (2018) kırsal bir kent olan Çankırı'da yapmış olduğu çalışmada katılımcıların balık tüketimini %51'inin sağlıklı beslenme için, %34'ünün ise lezzeti açısından tükettiklerini belirtmiştir. Ayrıca tüketim durumlarını etkileyen faktörler olarak; beslenme alışkanlığı, tüketim kültürü, eğitim ve gelir durumu, medeni durum ve balık satın alım yerleri olduğunu belirtmiştir.

2. Literatür Özeti ve Araştırma Önerisinin Özgün Değeri

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) verilerine göre sağlıklı bir insanın, vücut ağırlığının her kilogramı için, günde 1 gr protein tüketmesi ve bunun da % 42'sinin hayvansal kökenli olması gerekmektedir. Hızla artan ülke nüfusları, insan beslenmesinde önemli yeri olan hayvansal kökenli protein kaynaklarının yetersiz kalmasına neden olmaktadır. Bu protein açığını en iyi derecede ve ucuz bir şekilde gidermede yararlanılacak kaynakların başında su ürünleri gelmektedir (Angiş, 2004).

Alan yazın incelendiğinde, yapılan çalışmalar genel olarak balık tüketiminin ekonomik ve beşeri analizi yapılarak teorik anlamda insanlara tüketim alışkanlığı ve tüketim dönemlerine yönelik öneriler geliştirilmiştir. Örneğin Sağlam ve Samsun (2017) farklı illerde yaptığı çalışmada insanların balık tüketim nedenlerini, balık tüketim oranlarını belirlemiş ve balık türlerinin tüketim yüzdelerini incelemiştir. Genç (2018) Çankırı'da yaptığı çalışmada insanların en fazla tükettiği balık türünü belirlemiş ve aynı zamanda tüketim sebeplerini ortaya koymuştur. Akbay vd. (2013) yapmış olduğu "Türkiye'de Ailelerin Su Ürünleri Tüketiminin Ekonomik Analizinde", genel olarak ailelerin tüketim durumlarının, aile bireylerinin çalışma durumlarının, gelir durumlarının balık tüketimini etkilediği sonucuna ulaşarak yıllık olarak kişi başı tüketim oranlarını ortaya koymuştur. Bu doğrultuda öneriler geliştirmiştir. Olgunoğlu (2014) Adıyaman İlinde "Balık Eti

Tüketim Alışkanlıklarının Belirlenmesi yönelik yaptığı çalışmada” bireylerin en çok et tüketiminde, balığın %5 ile en az tüketilen bir balık olduğunu ve aynı zamanda Adıyaman’da kişi başı balık tüketiminin ülke ortalamasının altında olduğu (3.01 kg) sonucuna ulaşmıştır. Arslan ve Yıldız (2021) “Türkiye Su Ürünleri Sektörüne Genel Bakış” yapmış olduğu çalışmada Türkiye’nin mevcut su kaynakları potansiyelinin olduğunu, su ürünleri sektörünün gelişimi ve bu duruma paralel olarak su ürünleri tüketiminin üst seviyelerde olması gelişen dünya açısından önemini belirtmiştir. Bu bağlamda tanıtıcı ve tüketimi özendirici faaliyetlerde bulunularak tüketimi artırmaya yönelik çalışmaların yapılması büyük önem verilmesi gerektiğinden bahsetmiştir. Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO)’ya göre son 10 yılda dünya genelinde en fazla gelişim gösteren gıda sektörü su ürünleri yetiştiricilik sektörü olduğunu. Su ürünleri yetiştiriciliğinin gelecekte mevcut gıda tedariki noktasında önemli bir alternatif potansiyeline değinmiştir. Buradan hareketle insanların su ürünlerinin en çok tüketilen türü olan balık tüketimine özendirmek ve sağlıklı bir gıda olan balığın tüketimine yönelik teşvikler verilmesi gerektiğini belirtmiştir.

İlgili alan yazında, bu araştırmalar çokça yer almakta olup balık tüketimine yönelik teorik tespit ve önerilere bu bağlamda rastlamak mümkündür. Yapılan kapsamlı incelemede, insanlarda balık tüketimini etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler; insanların eğitim ve gelir durumu, medeni durum, yoğun çalışma hayatı, ailedeki tüm bireylerin çalışma durumu, ailede yemek yapan ebeynlerin daha kolay ve hazır yemekler hazırlamak isteğidir. Bunların yanında en önemli tüketim faktörünün tüketim alışkanlığı ve tüketim kültürü olduğu öngörülmektedir. Yapılan çalışmalar bu faktörlerin ışığında insanlara beslenme durumuna yönelik bir projeksiyon çizerek belli öneriler geliştirmiştir. Fakat insanları balık tüketimiyle karşı karşıya getirmemiştir. Yani insanlara genellikle teorik bilgiler ve öneriler sunulmuştur. Bu yüzden bu çalışmada insanların tüketim alışkanlığına doğrudan etki etmek için katılımcılara balık temelli yemek yapımına yönelik uygulama mutfağında workshop düzenlenerek restoranlarda ya da evlerde tüketilen balık ürünlerinin dışında farklı pişirme yöntem ve teknikleriyle birlikte farklı sunumlar ile lezzetli balık yemekleri üretilecek ve aynı zamanda üretilen bu yemeklerin katılımcılara tadımlarının yapılması sağlanacaktır. Böylelikle katılımcılara sağlıklı bir ürün olan balık tüketim alışkanlığı teşvik edilecek ve aynı zamanda balıktan üretilen yemeklerin yapımı konusunda farklı teknik ve görsel sunumlar hazırlanacaktır. Yapılacak workshop ile aynı

zamanda katılımcılara taze balık tespit etmeye yönelik ipuçları verilecek ve balıkların mevsimselliği konusunda bilgilendirme yapılacak ve balığın doğru bir şekilde işlenerek hangi yemek için hangi işleme, doğrama ya da ayıklama metodları kullanılır gibi sorulara uygulamalı olarak cevap oluşturulacaktır. Dolayısıyla bu deneyimler sayesinde bireylerdeki balık ve balık ürünlerine yönelik varsa eğer ön yargılar değiştirilecek ve bu değişimle bireylerdeki sağlıklı besin tüketme alışkanlığı oluşmasına katkı sunacaktır. Bu açıdan, bu çalışmanın bulguları ve ilgili alan yazında içerik ve uygulama açısından özgün bir yapıya sahiptir. Bunların dışında, insanlar için en kalıcı öğrenme yöntemi olan yaparak yaşayarak öğrenme yöntemiyle katılımcılara balıklar ve tüketimine yönelik hem yaparak hem yaşayarak uygulama mutfağında farklı deneyimler kazandırılacaktır. Bu doğrultuda, katılımcılara farklı bir mutfakta ve diğer katılımcılarla aynı anda balık yemekleri üretimine yönelik deneyim yaşatılması açısından özgün bir değere sahip olacağı öngörülmektedir.

2.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, kırsal kesimde ve deniz ürünleri kültüründen uzakta yaşayan insanların yaşam şartlarındaki farklılıklar ve günlük yoğun iş hayatı gibi nedenlerle öğünlerinde daha sağlıklı beslenebilmesi ve beslenme alışkanlıklarında farklılık yaratılması amacıyla Yozgat ilinde gastronomi ve mutfak sanatları atölyesinde özellikle evli ve çocuklu 16 kişiye balık yemeklerine yönelik farklı yemek tariflerinin gösterilip yaptırılarak katılımcıların balık yemeklerine yönelik algılarını ortaya koymaktır. Araştırma kapsamında workshop faaliyetine katılan bireylerin süreç sonunda edinmiş oldukları kazanımları belirlemek amacıyla birtakım sorular yöneltmiştir. Bu sorular aşağıda ifade edilmiştir;

- Balık tüketmek sizin için ne anlam ifade ediyor?
- Neden balık tüketmiyorsunuz?
- Yeni tarifler size yeni alışkanlıklar kazandırır mı?

Bu sorular çerçevesinde insanlarda balık tüketme alışkanlığını değiştirmek ve sağlıklı bir gıda olan balığın tüketimini teşvik etmek amacıyla katılımcılara deneyimsel bir uygulama imkanı sunmak için workshop düzenlemek bu çalışmanın temel amacına ulaşılacak hedeflenmiştir. Bu açıdan, çalışma söz konusu tüketim öğelerinin araştırılması, bireylerin

mutfak uygulamaları ve sonrasındaki değerlendirmeleri alan yazınına yeni bilgi üretecektir. Öte yandan, gastronomi ve mutfak sanatları atölyesinde bireylerin farklı teknik ve yöntemlerle balık yemeği uygulamalarına yönelik deneyimlerinin araştırılmamış olması bu projenin diğer katkıları arasında gösterilebilir. Bu doğrultuda, çalışmada elde edilecek bulgular, deneyimsel tecrübeler ve aynı zamanda üretilen balık yemeklerinin tadımsal beğenilirliklerinin değerlendirilmesine yönelik katılımcıların workshop deneyimi oluşturulmasına katkı sunacaktır. Bunların dışında, insanların hem teorik hem de deneyimsel uygulama anlamında balık tüketimi ve alışkanlığı noktasında daha bilinçli hale getirilmesiyle daha sağlıklı toplum oluşturmak adına uygulayıcılara yemek reçeteleri sunulması da çalışmanın bir diğer amacıdır.

Tüm bu amaçlar göz önüne alındığında, bu çalışmanın ana hedefleri şöyle sıralanmaktadır;

1. Workshopa katılan insanların mutfak deneyimlerinin belirlenmesi,
2. Workshopa katılan insanların balık yemeği yapabilme ve tüketim unsurlarının belirlenmesi,
3. Workshopa katılan insanların mutfak uygulamalarındaki yaşadıkları deneyimlerin bireyler tarafından nasıl değerlendirildiği ve farklılık gösterip göstermeyeceği araştırma hedefleri kapsamında ele alınmıştır.

3. Yöntem

Bu çalışmada Yozgat ilinde sağlıklı bir gıda olan balığın tüketimini teşvik etmek için insanların balık tüketmemeleri etkileyen faktörleri belirleme amaçlanmaktadır. Bu sağlayabilmek için deneyimsel uygulama faaliyetine katılım gösteren bireylerle görüşme tekniği kullanılarak veri toplanacaktır. Görüşme nitel araştırmalarda sık tercih edilen, sosyal gerçekliği ortaya çıkarmada derinlemesine araştırma yapmak için kullanılan bir veri toplama tekniğidir. Görüşülen kişiler ile yüz yüze veri toplamak araştırmanın derinliğini artıran bir faktördür. Sosyal bilimlerde çalışılan herhangi bir ürün satın alma, besin alışkanlıkları ve tüketim kültürü gibi birçok konuda verilerin toplanmasında görüşme türleri kullanılmaktadır. Görüşme sürecinde elde edilen veriler nicel araştırmalar gibi sayılar ile işlenememekte olup görüşme sürecinde konu ile ilgili birçok faktör ortaya çıkmaktadır. Bu faktörlerin değerlendirilmesi ve verilerin işlenmesi çok boyutlu bir süreci kapsamaktadır. Bu süreci başarı ile sürdürmek ve sonuca ulaşmak için nitel bir araştırma

yöntemi olan görüşmenin bilinmesi ve anlamlandırılabilmesi önemli bir unsurdur (Yüksel, 2020).

3.1. Araştırmanın Evreni ve Örneklem

Bu araştırmanın amacı doğrultusunda, araştırmanın evrenini Yozgat ilinde bulunan 20-45 yaş aralığındaki bireyler ve aynı zamanda bu deneyimi uygulamak isteyen kişiler oluşturmaktadır. Bu kapsamda, araştırma evreninde örneklem alabilmek için, amaçlı örnekleme tekniğinden faydalanılmıştır. Dworkin, (2012) ye göre bu tür araştırmalarda 5-50 arasında örneklem sayısının farklılık gösterebileceğini belirtmiştir. Dolayısıyla deneysel uygulamaya uygulama mutfağının daha verimli kullanılabilmesi için 16 kişi üzerinden deneysel uygulama yapılacaktır. Buna bağlı olarak, yemek yapmaya ilgi duyan, farklı yöntem ve teknik öğrenmek isteyen, çeşitli yemek programlarını takip ederek yeniliklere açık olan ve balık kültürünü öğrenerek balık tüketimini alışkanlık haline getirmek isteyen kişiler seçilerek çalışmaya dahil edilecektir.

3.2. Veri Toplama

Balık yemeklerine yönelik workshop tamamlandıktan sonra katılımcılara soru formu doğrultusunda bilgiler toplanmıştır. Görüşme yönteminde, katılımcılar görüşlerini ve duygularını daha rahat ifade edebilmek ve ortaya çıkabilecek yanlılıktan kaçınmak için açık uçlu sorulardan faydalanılmıştır (Seyfi et al., 2020). Açık uçlu sorular, ilgili alan yazından faydalanılarak belirlenmiş (J. H. Kim et al., 2012; Seyfi et al., 2020; Tung & Ritchie, 2011) ve katılımcıların deneysel uygulamalarına yönelik algıları ve farklı deneyimleri ortaya konmaya çalışılmıştır.

Workshop faaliyetine katılan bireylerin deneysel uygulama sürecinin temelini oluşturan bileşenler veya boyutlar belirlenmeye çalışılmıştır. Açık uçlu sorularda, katılımcıların kişisel özelliklerini belirten demografik sorular yer alacaktır. Bu doğrultuda, katılımcıların yaşı, cinsiyeti, medeni durumu, eğitim seviyesi, geliri ve mesleği ve balık tüketim alışkanlıkları belirlenecektir. Ayrıca, katılımcıların balık yemeklerine yönelik yapılan workshop faaliyetinde deneysel uygulamalar sonucunda ortaya çıkan bileşenleri belirlemek için ise, bazı sorular sorulmuştur. Bu sorular aşağıda belirtilmiştir;

1. Balık yemekleri workshop faaliyeti sırasında hangi durum, teknik, uygulama ya da deneyim aklımızdadır? Ayrıca çevrenizde hangi bilgileri paylaştınız?

2. Diğer balık yemeklerine yönelik workshop da ne gibi farklılıklar belirlediniz?
3. Workshop sonrasında hangi ürünü, aile veya arkadaşlarınıza hazırlamak istersiniz?
4. Balık yemeklerini az tükettiğinizi düşünüyorsanız, nedeni nedir?
5. Ne tür balık tüketmeyi seversiniz?
6. Hangi pişirme yöntemi ile yapılan balık yemeklerini daha çok tüketirsiniz?

3.3. Verilerin Analizi

Bilimsel çalışmalarda, her alanda, farklı analiz türlerinin kullanımı yaygınlaşmıştır. Çalışmaların içeriğini desteklemek ve gelecek çalışmalara yön vermek amacı ile birçok farklı analiz türleri kullanılmıştır. Her bilim alanı kendine uygun analizler ortaya koymakta ve kullanım biçimleri bilim dalına yönelik olarak değişimler göstermektedir. Bu kapsamda özellikle sosyal bilimler alanında kullanılan birbirinden farklı birçok analiz türünden bahsetmek mümkündür. İçerik analizleri de sosyal bilimler alanı içerisinde özellikle eğitim bilimleri çalışmalarında sıklıkla kullanılmaktadır (Loomis, Davis, Cruden, Padilla ve Drazen, 2021; Neuendorf, 2002; Ültay, Dönmez Usta ve Durmuş, 2017; Ültay ve Ültay, 2014). Son yıllarda sosyal bilimlerin diğer alanlarında da içerik analizlerinin kullanıldığı çalışmaların sayılarında da artış görülmektedir (Cleave, Arku ve Chatwin, 2017; López-Bonilla, ReyesRodríguez ve López-Bonilla, 2020). İçerik analizi çalışmalarının genel amacı, ele alınan konu kapsamında, daha sonra yapılacak akademik çalışmalara yol göstermesi ve konu ile ilgili genel eğilimin tespitinin sağlanmasıdır.

İçerik analizi, “sözel, yazılı ve diğer materyallerin içerdiği mesajı, anlam ve/veya dilbilgisi açısından nesnel ve sistematik olarak sınıflandırma, sayılara dönüştürme ve çıkarımda bulunmadır” (Tavşancıl ve Aslan, 2001). Araştırmacı bu aşamada elde ettiği bilgileri inceleyerek, anlamlı bölümlere ayırmaya ve her bölümün kavramsal olarak ne ifade ettiğini anlamaya çalışır. Kendi içinde anlamlı bir bütün oluşturan bu bölümler araştırmacı tarafından isimlendirilir (Tavşancıl ve Arslan, 2001; Yıldırım ve Şimşek, 2011).

4. Bulgular

4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Kırsal kesimde yaşayan insanların balığı az tüketmelerinin nedenlerini tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen bu araştırma toplam 16 kişi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Tablo 1’de katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bulgular verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Grup	n
Cinsiyet	Kadın	9
	Erkek	7
Yaş Grubu	21-30	2
	31-40	7
	41-50	7
Medeni Durum	Bekar	9
	Evli	7
Eğitim Düzeyi	Lisans	1
	Lisansüstü	15
Toplam		16

Tablo 1’de görüldüğü üzere, katılımcıların 9’u kadın ve 7’si erkektir. Yaş grubu olarak 2’si 21-30 yaş arasında, 7’si 31-40 yaş arasında, 7’si 41-50 yaş arasında yer alan katılımcıların 9’u bekar ve 7’si evlidir. Eğitim düzeyi olarak ise katılımcıların 1’i lisans mezunu, 15’i ise lisansüstü mezundur. Dolayısıyla katılımcıların daha çok 31-50 yaş arasında bulunan, lisansüstü eğitim almış, bekar kadınlardan oluştuğunu söylemek mümkündür.

4.2. Katılımcıların Balık Tüketim Özellikleri

4.2.1. Balık Tüketim Sıklığı

Katılımcıların 1’i 5 yılda bir, 1’i yılda bir, 1’i 6 ayda bir, 5’i ayda bir, 2’si ayda 1-2, 1’i ayda 2, 2’si haftada bir, 1’i haftada 1-2 ve 2’si haftada 2 defa balık tükettiğini belirtmiştir. Buna göre katılımcıların yarısı ayda bir veya iki defa balık tüketmektedir (Tablo 2).

Tablo 2. Katılımcıların Balık Tüketim Sıklıkları

Tüketim Sıklığı	n
5 yılda bir	1

Yılda bir	1
6 ayda bir	1
Ayda bir	5
Ayda 1-2	2
Ayda 2	1
Haftada bir	2
Haftada 1-2	1
Haftada 2	2

4.2.2. Balık Yemeklerini Az Tüketme Nedenleri

Katılımcılara sorulan “Balık yemeklerini az tüketme nedeniniz nedir?” sorusuna katılımcıların 4’ü ekonomik (pahalı bulunması), 3’ü balık kokusu, 3’ü taze balık bulma zorluğu, 2’si uğraştırıcı bulma, 1’i iş yoğunluğu, 1’i sadece kış mevsiminde tüketme alışkanlığı, 1’i sevmeme, 1’i ise doymak için yeterli gelmemesi cevabını vermiştir. Buna göre, balığın az tüketilmesinin başta gelen nedenleri pahalı bulunması, kokusu ve taze balık bulma zorluğu olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların çoğunluğu bu üç nedeni belirtmiştir (Tablo 3).

Tablo 3. Katılımcıların Balık Yemeklerini Az Tüketme Nedenleri

Az Tüketme Nedeni	n	%
Ekonomik (pahalı bulunması)	4	25,0
Balık kokusu	3	18,8
Taze balık bulma zorluğu	3	18,8
Uğraştırıcı bulma	2	12,5
İş yoğunluğu	1	6,3
Sadece kış mevsiminde tüketme alışkanlığı	1	6,3
Sevmeme	1	6,3
Doymak için yeterli gelmemesi	1	6,3

4.2.3. En Çok Sevilen Balık Türleri

Katılımcılara sorulan “Ne tür balıklar seversiniz?” sorusuna katılımcıların 8’i hamsi, 7’si levrek, 7’si çupra, 6’sı somon, 3’ü palamut, 2’si mezigit, 1’i uskumru, 1’i ton balığı, 1’i mercan, 1’i lüfer, 1’i karides, 1’i çınakop ve 1’i alabalık cevabını vermiştir. Buna göre ilk üç sırada hamsi, levrek ve çupra yer almıştır (Tablo 4).

Tablo 4. En Çok Sevilen Balık Türleri

	n
Hamsi	8
Levrek	7
Çupra	7
Somon	6
Palamut	3
Mezgit	2
Uskumru	1
Ton balığı	1
Mercan	1
Lüfer	1
Karides	1
Çinakop	1
Alabalık	1

4.2.4. En Çok Tercih Edilen Pişirme Yöntemleri

Katılımcılara sorulan “Hangi pişirme yöntemi ile yapılan balık yemeklerini daha çok tüketirsiniz?” sorusuna katılımcıların 10’u ızgara, 7’si fırında, 7’si kızartma, 5’i buğulama cevabını vermiştir. Buna göre katılımcılar tarafından %62,5 oranında olmak üzere en fazla tercih edilen yöntem ızgaradır. Bunu fırında, kızartma ve buğulama izlemiştir (Tablo 5).

Tablo 5. En Çok Tercih Edilen Pişirme Yöntemleri

	n	%
Izgara	10	62,5
Fırında	7	43,8
Kızartma	7	43,8
Buğulama	5	31,3

4.3. Etkinlik ve Görüşmelere Göre Bulgular

Araştırmanın amacı, insanların tüketim alışkanlığına doğrudan etki etmek için katılımcılara balık temelli yemek yapımına yönelik uygulama mutfağında workshop düzenlenerek restoranlarda ya da evlerde tüketilen balık ürünlerinin dışında farklı pişirme yöntem ve teknikleriyle birlikte farklı sunumlar ile lezzetli balık yemekleri üretmek ve aynı zamanda üretilen bu yemeklerin katılımcılar tarafından tadımlarının yapılması

sağlanarak katılımcı görüşlerinin alınması hedeflenmiştir. Bu doğrultuda katılımcılara workshop faaliyetinden sonra tadım aşamasında yapmış oldukları yemekler hakkında değerlendirmeleri alınmıştır. Kısa görüşmeler ile katılımcıların workshop sonrası fikirlerinde ve daha sonrasında alışkanlıklarında değişiklik olup olmayacağına yönelik sorular yöneltilmiştir. Ayrıca faaliyet sırasında öğrenmiş oldukları yemek örneklerini evde aileleriyle veya arkadaş çevreleriyle birlikte tüketme tercihlerinin değerlendirilmesi istenmiştir.

Katılımcılar etkinlik sonrası balık yemeklerine yönelik deneyimlerini, tüketim sıklıklarını, az tüketim sebeplerini ve hangi balık türlerini daha fazla tükettiklerine yönelik değerlendirmelerde bulunmuşlardır. Katılımcılar yaşadıkları deneyimin kendileri için farklı bir anı olduğunu, balık tüketmeyi sevdikleri ancak ekonomik şartların zorladığını ifade etmiştir. Katılımcı:

“Yapmış olduğum balık yemeğinin adı, palamut kebabı. Daha önce balıktan kebab yapabileceğimi düşünmemiştim. O yüzden benim açımdan farklı bir deneyim oldu. Genelde balığı taze bulamadığımız için ve Yozgat'ta balık satışı yapan alanların az olması sebebiyle belli fiyatlar dayatıldığını düşünüyorum bu yüzden ekonomik olarak balık tüketimine zorlanıyoruz. Ama en yakın zamanda özellikle iş arkadaşlarıma bu yemeği tattırmak istiyorum”.

İnsanlar yoğun iş temposu içerisinde çalışmakta ve özellikle akşam öğünlerinde daha hızlı pratik yemekler tercih ettiklerinden balık yemeklerinin hazırlanışın zor olmasından dolayı ön yargılarının olduğunu ifade etmişlerdir. Katılımcı:

“Bugün burada güzel bir atmosfer var. Aşçılık programı öğrencileri ile birlikte güzel bir workshopa katıldığımızı düşünüyorum. Yapmış olduğum yemeğin adı kiremitte palamut. Normalde balık tüketmeyi severim ama evde asla yapamıyorum. Hem hazırlık sürecinin zor olduğunu hem de zaman aldığını düşünüyordum. Ancak buradaki faaliyetlerde bu işlemlerin çok da zor olmayıp pratik bir şekilde hazırlanabileceğini deneyimlemiş oldum. Lezzeti de harikaydı”.

İnsanlar bazı yemekleri severek tüketmelerine rağmen bazen hazırlanışının zor olması bazen hazırlanışı ve pişirilmesi sırasında ortama farklı kokular yayması ve pişme kokusunun belli bir süre ortamda rahatsız edici olmasından dolayı evde tüketilmesinin zorluğunu ifade etmişlerdir. Katılımcı:

“Ben bekarım. Balık yemeklerini severim ama balık kokusu beni çok rahatsız eden bir durum. Bu yüzden çok sık tüketemiyorum. Bugün yaptığımız balık yemeğinin adı avokado ve somon fümeli krep. Mükemmel bir lezzetti diyebilirim. Balık yemeklerine ve kokusuna karşı ön yargılarım değiştiğini ifade edebilirim. Çünkü yaptığımız yemek o kadar lezzetli ve pratik bir yemektir. Kesinlikle evde de deneyeceğim bu lezzeti”.

Katılımcılar genel anlamda balık tüketmeyi sevmekte ancak taze balık bulabilme problemi yaşadıklarını ve Yozgat ili şartlarında taze balık satış noktalarının ve balık restoranlarının az olmasından dolayı tüketimlerinin sınırlandığını ifade etmişlerdir.

Katılımcı:

“Yozgat’ta taze balık bulmak biraz zor. Bugün balık taco yaptım. Daha önce yememiştim. Evde ailemle de tüketmeyi çok isterim. En kısa sürede deneyeceğim”.

Bir diğer katılımcı ise;

“Biz balığı genelde dışarda yemeği seviyoruz. Ancak yaşadığımız şehirde bizi tatmin eden balık restoranı maalesef yok. Şehir dışında daha çok bu ihtiyacımızı gideriyoruz. Bugün somon kavurma yaptık. Süper bir lezzet ve harika bir sunum tabağı hazırladığımızı düşünüyorum.”

Bu bağlamda tüketicilerin balık tüketimini etkileyen unsurların sadece beslenme alışkanlıkları, mevsimsellik ve balık yemeği sevmeme gibi durumlar değil aynı zamanda ekonomik şartlar, balık kokusu ve taze balık bulabilmede yaşanan problemler olduğu görülmüştür.

5. Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma kırsal bölgelerde balık tüketiminin yaygınlaştırılması amacıyla bireylere balık yemeklerinin uygulamalı olarak gösterilip yaptırılması sonucu beslenme alışkanlıklarında ve kullandıkları pişirme tekniklerinde değişimin belirlenmesi ve balık tüketimlerini etkileyen faktörleri belirlemek için yapılmıştır. Araştırma Yozgat ili merkez ilçesinde Yozgat Bozok Üniversitesi gastronomi ve mutfak sanatları atölyesinde 16 kişinin aynı anda katılımı ile yapılmıştır. Katılımcıların %56,3’ü kadın, %43,8’i ise erkektir. Katılımcıların tamamına yakını yüksek eğitim seviyesine sahip olmakla birlikte %87,8’i orta yaş olarak sınıflandırılabilir bir yaş aralığındadır. Katılımcıların balık tüketim sıklığına bakıldığında en yüksek oran %31,3 ile “ayda bir” tüketim sıklığı belirlenmiştir. Sağlık açısından hafta en az 2 defa balık tüketiminin önerilmesi doğrultusunda bu

çalışmaya katılanların sadece %12,5'i bu kritere uygun bir tüketim sergilemektedir. Bireylere balık tüketimlerinin neden az olduğu sorusuna ise; katılımcıların % 25'i "ekonomik şartlar", %18'i evde pişirilmesi sırasında oluşan "balık kokusu", %18,8', ise "taze balık bulma zorluğu" olarak en yüksek oranları belirlemişlerdir. Katılımcıların yaklaşık üçte ikisini oluşturan %62,6'sı bu üç nedeni belirtmiştir. Kırsal kesim bölgelerinde en çok satışı sürdürülen balık türü "hamsi" olduğu için özellikle mevsiminde ve çalışmanın yapıldığı tarih aralığında da katılımcılar tarafından en çok tüketilen ve sevilen balık türü "hamsi" olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların pişirme tekniği tercih durumları 10'u ızgara, 7'si fırında, 7'si kızartma, 5'i buğulama cevabını vermiştir. Buna göre katılımcılar tarafından %62,5 oranında olmak üzere en fazla tercih edilen yöntem ızgaradır. Ancak katılımcıların çoğu evde balık tüketimiyle ilgili gerek balık temizliği, gerek balık pişme sırasında koku olması gerekse de balık pişirme sonrası temizliğinin zor olması sebeplerinden dolayı daha çok ızgara pişirme yöntemini tercih eden katılımcıların daha çok ev dışı balık tüketimine yöneldikleri düşünülmektedir. Yozgat ili şartlarında ev dışı ortamda balık tüketilebilecek restoran sayısının az olduğu için bu ilde yaşayan insanların restoranda balık tüketim ihtiyacını il dışında karşıladıkları belirlenmiştir.

Beyter (2020) Türk mutfak kültüründe balık tüketiminin gastronomi hareketliliği açısından da önemli olduğunu belirtmiştir. İnsanların eskiden beri su ürünlerini belli şartlar sağlandığında sıklıkla tükettikleri ve son zamanlarda insanların beslenme rejimlerinde sağlık açısından uygun gıdaları seçmeye özen göstermeleri nedeniyle de balık tüketiminin öneminin arttığını belirtmiştir. Çalışmamızda katılımcıların balık tüketiminde genel anlamda beslenme alışkanlığı olduğu görülmüştür. Ancak bireyler farklı tat ve sunumlarla karşılaşmamışlardır. Çalışmanın yapıldığı ilin coğrafyasından kaynaklı taze balık bulamama ve balık restoranı olmaması sebep olarak belirlenmiştir. Katılımcı görüşlerinde de anlaşılacağı gibi bireylere şimdiye kadar karşılaşmadıkları farklı yemek tarifleri uygulamaları sağlanmıştır. Hemen hemen katılımcıların tamamında bir beğeni söz konusu olmuştur. Katılımcıların geneli bu lezzetleri farklı bulmuş ve tekrar denemek istediklerini ifade etmişlerdir. Bu durumda yapılan çalışmanın başarıyla sonuçlandığını göstermektedir.

Şen ve Aktaş (2019) çalışmasında tüketicilerin balık tüketim alışkanlıklarına en çok etki eden faktörün balık ürünlerinin çok pahalı olması olarak belirlemiştir. Yaptığımız bu çalışmada da katılımcı görüşlerinde benzer ifadeler yer almıştır. Dolayısıyla yaptığımız

çalışma sonucunda elde edilen veriler literatürü desteklemektedir. Bu yüzden ülke genelinde balık üretiminin yaygınlaştırılması ve bu sonuçla balık fiyatlarının daha düşük seviyelerde olabilmesi için ülke politikaları geliştirilmelidir.

Şen (2011) yapmış olduğu çalışmada Konya ilinde tüm gelir sınıfındaki bireylerde yeterli balık tüketmeme nedeni en çok “balık kokusu” seçeneği olarak belirlenmiştir. Yapmış olduğumuz çalışmada da balık tüketmeme sebebi olarak en çok ekonomik şartlar olduğu tespit edilmiş ikinci sırada ise “balık kokusu” belirlenmiştir. Buradan yola çıkılarak tespit etmiş olduğumuz veri ve katılımcı görüşleri daha önce yapılan çalışmaları desteklemektedir.

Literatürde yer alan balık tüketimine yönelik çalışmalar incelendiğinde, bireylere teorik anlamda sorular yöneltilmiş ve bunun sonucunda belli bulgulara ulaşılarak genellemeler yapılmıştır. Özellikle denizden uzak bölgelerde yapılan çalışmalar incelendiğinde insanların balık yemeği yapmalarına ve bu yemekleri tüketmelerine yönelik uygulamalı deneyimsel faaliyetler gerçekleştirilmediği görülmüştür. Yapmış olduğumuz bu çalışma bireylerin balık tüketimine yönelik algılarını ortaya koyarken beslenme alışkanlıklarında farklılık yaratabilmek için deneysel uygulama faaliyetlerinden yararlanılmıştır. Aynı zamanda faaliyet sonucu katılımcıların görüş ve düşünceleri belli sorularla elde edilmiştir. Bu nedenle yapmış olduğumuz çalışma literatürde yeni bir süreci başlatacak ve ilgili alana katkı sunacaktır.

Sağlıklı beslenme diyetinde önemli bir gıda olan balık tüketiminin artırılması için, öncelikle tüketicilerin her mevsim balık tüketebilmeleri için beslenme alışkanlıklarının değiştirilmesi ve haftada en az 2 defa balık tüketmeleri sağlanmalıdır. Bunun sağlanabilmesi toplumun genelinin refah seviyesinin yükseltilmesi gerekmektedir. Ayrıca insanların taze balığa ulaşabilme durumları kolaylaştırılmalıdır. Bunlarla birlikte bireylerin özellikle çocuk sahibi olan kişilerin çocuklarına balık tüketmeyi alışkanlık haline getirmeleri gerekmektedir. Bunun yapılabilmesi için çocuklarına balık ve balıktan üretilmiş yemekleri daha çekici ve daha zevkli hale getirebilmek için farklı tarifler uygulanmalıdır. Çalışmamızda örneği sunulan balık workshop gibi faaliyetlerin yaygınlaştırılarak halkın bilinçlendirilmesi sağlanmalı ve öğrenilen tariflerinde gelecek nesillere aktarılması önem arz etmektedir.

Kaynakça

Akbay, C., Meral, Y., Yılmaz, H., & Gözek, S. (2013). Türkiye’de ailelerin su ürünleri

tüketiminin ekonomik analizi. *KSÜ Doğa Bilimleri Dergisi*, 16(3), 1-7.

- Angiş, S. (2004). Gökkuşluğu Alabalığında soğuk tütsülemenin bazı önemli kimyasal ve duyuşsal özellikler üzerine etkisi. Atatürk Üniversitesi. *Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, 36s, Erzurum
- Arslan, G., & Yıldız, P. O. (2021). Türkiye Su Ürünleri Sektörüne Genel Bakış. *Menba Kastamonu Üniversitesi Su Ürünleri Fakültesi Dergisi*, 7(1), 46-57.
- Atsız, O. (2021). Az gelişmiş Bir Destinasyonda Yerel Halkın Turizme Yönelik Desteği: Yozgat Örneği. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 32(2), 224–257. <https://doi.org/10.17123/atad.897887>
- Büyüksünetçi, Y. T., Çitil, B. E., Tapan, U., & Anık, Ü. (2021). Development and application of a SARS-CoV-2 colorimetric biosensor based on the peroxidase-mimic activity of γ -Fe₂O₃ nanoparticles. *Microchimica Acta*, 188(10), 1-9.
- Cleave, E., Arku, G. ve Chatwin, M. (2017). Cities' economic development efforts in a changing global economy: Content analysis of economic development plans in Ontario, Canada. *Area*, 49(3), 359–368
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches*. Sage.
- Connor, W.E. (2000). Importance of n– 3 fatty acids in health and disease. *The American journal of clinical nutrition*, 71(1), 171-175.
- Duyar, H.A. & Erdem, M.E. (2004). Balık yağ asitlerinin insan sağlığı için önemi. *Ege Journal of Fisheries and Aquatic Sciences*, 21(3-4), 365– 370
- Dworkin, S. L. (2012). Sample Size Policy for Qualitative Studies Using In-Depth Interviews. *Archives of Sexual Behavior* 2012 41:6, 41(6), 1319–1320. <https://doi.org/10.1007/S10508-012-0016-6>
- Genç, Y. (2018). Çankiri ili Merkez ilçesinde tüketicilerin su ürünleri tüketim yapısı. Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Tarım Ekonomisi ABD Dönem Projesi (basılmamış), s:128, Ankara.
- Hecer, C. (2012). Türkiye'de Balıkçılık Sektörüne ve Türk Halkının Su Ürünleri Tüketim Alışkanlıklarına Genel Bir Bakış. *Journal of the Faculty of Veterinary Medicine/Veteriner Fakültesi Dergisi*, 31(2), 45-Kaya, Y.,
- Kaya, Y., Duyar, H.A. & Erdem, M.E. (2004). Balık yağ asitlerinin insan sağlığı için önemi. *Ege Journal of Fisheries and Aquatic Sciences*, 21(3-4), 365– 370
- Kim, J. H., Brent Ritchie, J. R., & Tung, V. W. S. (2010). The effect of memorable experience on behavioral intentions in tourism: A structural equation modeling approach. *Tourism Analysis*, 15(6), 637–648. <https://doi.org/10.3727/108354210X12904412049776>
- Loomis, A., Davis, A., Cruden, G., Padilla, C. ve Drazen, Y. (2021). Early childhood suspension and expulsion: A content analysis of state legislation. *Early Childhood Education Journal*. <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01159-4>.
- Neuendorf, K. A. (2002). *The content analysis guidebook*. Thousand Oaks, CA: Sage
- Olgunoğlu, İ.A., Bayhan, Y.K., Olgunoğlu, M.P., Artar, E. & Ukav, İ. (2014). adıyaman

ilinde balık eti tüketim alışkanlıklarının belirlenmesi. *Gıda Teknolojileri Elektronik Dergisi*, 9(1), 21-25

Öksüz, O., Narendra, V., Lee, C. H., Descostes, N., LeRoy, G., Raviram, R. & Reinberg, D. (2018). Capturing the onset of PRC2-mediated repressive domain formation. *Molecular cell*, 70(6), 1149-1162.

Sarıözkan, S. (2016). Türkiye’de Balıkçılık Sektörü ve Ekonomisi. *Aquatic Sciences and Engineering*, 31(1), 15-22.

Şahin, Y. (2011). AB ve iş dünyası: Balıkçılık sektörü. *İKV Değerlendirme Notu*(38).

Sağlam, N. E., & Samsun, S. (2018). Yozgat ili su ürünleri tüketim alışkanlıklarının belirlenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Eğirdir Su Ürünleri Fakültesi Dergisi*, 14(1), 9-16.

Seyfi, S., Hall, C. M., & Rasoolimanesh, S. M. (2020). Exploring memorable cultural tourism experiences. *Journal of Heritage Tourism*, 15(3), 341–357. <https://doi.org/10.1080/1743873X.2019.1639717>

Tavşancıl, E., & Aslan, A. E. (2001). *Sözel, yazılı ve diğer materyaller için içerik analizi ve uygulama örnekleri*. Epsilon.

Ültay, E. ve Ültay, N. (2014). Context-based physics studies: A thematic review of the literature. *Hacettepe University Journal of Education*, 29(3), 197-219

Ültay, E., Dönmez Usta, N. ve Durmuş, T. (2017). Descriptive content analysis of mental model studies in education. *Education for Life*, 31(1), 21-40

Ültay, E., Akyurt, H., & Ültay, N. (2021). Sosyal bilimlerde betimsel içerik analizi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 188-201.

Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2011). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (6. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık

Yılmaz, E. (2018). The importance of consumption of fish meat in early childhood period in terms of healthy development. *Süleyman Demirel Üniversitesi Eğirdir Fakültesi Dergisi*, 14(4), 357-364.

URL 1: <https://www.dsi.gov.tr/>

Etik Kurul İzni

Yozgat Bozok Üniversitesi Etik Komisyonu (Karar No:34/24) tarafından etik bir sakınca olmadığına karar verilmiştir.

Katkı Oranı Beyanı

Makale tek yazardan oluşmaktadır.

Çıkar Çatışması Beyanı

Herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.