**SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENMEYE YÖNELİK DAVRANIŞ ÖLÇEĞİ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | Hiçbir zaman   | Nadiren   | Bazen   | Sıklıkla   | Her zaman  |
| **Besin Tercihi** |
| 1. Üretimi sırasında daha az sera gazı oluşturan besinleri tercih ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Çevresel etkileri nedeniyle daha az hayvansal daha çok bitkisel kaynaklı besinlerle beslenirim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Çevreye duyarlı olarak üretilen besinleri tercih ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. İşlenmiş besinlerin çevreye zararının yüksek olduğunu düşündüğüm için az tüketirim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Çevresel etkisi daha düşük olduğu için evde yemek yapmayı tercih ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Çevreye etkileri düşük olduğu için protein kaynağı olarak kabuklu yemiş ve/veya kurubaklagil tüketmeyi tercih ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| **Gıda İsrafının Azaltılması** |
| 1. Besinlerin artan kısmını farklı yemeklerde yeniden kullanırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Bayatlayan ekmekleri çöpe atmayarak değerlendiririm.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Çevreyi korumak için besin israfımı azaltırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Gıda kaybının dünyada açlığa neden olduğunu bilerek gıda israfımı azaltırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Besinlerin daha pahalı olmasına israfın da neden olduğunu bilerek israf etmemeye çalışırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Ekolojik ayak izimi azaltmak için besin ve ambalaj atıklarımı ayrıştırırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Gelecek nesilleri düşünerek ihtiyacım kadar tüketmeye çalışırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Yumuşayan sebze-meyveleri atmayarak değerlendiririm.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Tüketmediğim ve/veya mevsiminde fazla aldığım besinleri daha sonra kullanmak için dondurucuda saklarım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| **Mevsimsel ve yerel beslenme**  |
| 1. Sera gazını azaltmak için mevsiminde yetişen besinleri tüketmeye çalışırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Ekolojik çeşitliliği korumak için mevsiminde avlanan balıkları tercih ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Geleneksel/yöresel besinleri tüketmeyi tercih ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Çevreyi korumak için organik besinleri (tarım ilacı/kimyasal madde içermeyen) tüketmeye çalışırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Küresel ısınmayı önlemek için başka ülkelerden taşınan besinleri tüketmemeyi tercih ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Besin alışverişimi küçük ölçekli yerel esnaftan ve/veya pazardan yapmaya çalışırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. İthal besinler yerine yerli besinleri almayı tercih ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Kültürel alışkanlıklarıma uygun besinleri almayı tercih ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| **Besin Satın Alma** |
| 1. Besin satın alırken etiketlerdeki yerel ve/veya ekolojik işaretleri kontrol ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. İhtiyacımdan fazlasını satın almamak için alışverişe liste yaparak giderim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. İsrafı azaltmak için ürünlerin son kullanma tarihine dikkat ederim.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Besin tercihlerimin küresel iklimi etkilediğini bilerek alışverişimi yaparım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Plastik atığını azaltmak için kendi su kabımı taşırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| 1. Plastik atığını azaltmak için kendi alışveriş çantamı kullanırım.
 |  1 | 2  | 3  | 4  | 5 |

*Ölçeğin Analizi*

Ölçeğe ait Cronbach Alpha değeri 0.92’dir, test-tekrar test güvenirlik katsayısı 0.96’tür. Faktörlerin birlikte açıkladığı toplam varyans oranı %77.03’dür. Alt-üst %27’lik grup ortalamaları arasındaki fark p<0,05 düzeyinde anlamlıdır. Ölçeğin faktör yapısı doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre doğrulanmıştır. Geliştirilen ölçeğin %60'ın üzerinde açıklayıcı varyans ile yapı geçerliliğine sahip olduğu ve 0.80'in üzerinde bir Cronbach alfa katsayısı ile güvenilir bir araç olduğu belirlenmiştir. Geliştirilen ölçek, 18-65 yaş aralığındaki yetişkinlerin sürdürülebilir beslenme davranışlarını ölçen yararlı bir araçtır.

*Ölçeğin Puanlanması*

 Geliştirilen ölçek Likert tipi beşli derecelendirmeli, 29 madde ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. 1, 2, 3, 4, 5 ve 6. maddeler besin tercihi, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 ve 15. maddeler gıda israfının azaltılması, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22 ve 23. maddeler mevsimsel ve yerel beslenme ve 24, 25, 26, 27, 28 ve 29. maddeler ise besin satın alma alt boyutlarında yer almaktadır. Ölçek; “hiçbir zaman”, “nadiren”, “bazen”, “sıklıkla” ve “her zaman” şeklinde derecelendirilmiştir. Tüm maddeler “hiçbir zaman” seçeneğinden başlamak üzere 1’den 5’e doğru puanlanmıştır. Ölçekteki maddelerin tamamı olumludur. Ölçekten alınabilecek, en düşük puan ise 29 en yüksek puan 145’dir. Alt boyut puanlamaları ise bireylerin alt boyutta yer alan sorulara verdikleri puanların toplamının alt boyutta yer alan soru sayısına bölünmesiyle elde edilmektedir. Toplam puanın ve alt boyut puanlarının yüksek olması bireyin sürdürülebilir beslenme davranışlarının daha fazla olduğunu göstermektedir.

**Kaynak**

Garipoglu, G., Meral Koc, B., & Ozlu, T. (2023). Behaviors scale towards sustainable nutrition: development and validity-reliability analysis. *Nutrition & Food Science*. doi: [10.1108/NFS-09-2022-0335](https://doi.org/10.1108/NFS-09-2022-0335). <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/NFS-09-2022-0335/full/html>