



## Z Kuşağının Beslenme Alışkanlıklarını Etkileyen Faktörler (Factors Affecting the Nutritional Habits of Generation Z)

\* Abdülkadir DİLBER<sup>a</sup>, Fadime DİLBER<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Karamanoğlu Mehmetbey University, Technical Science Vocational School, Department of Food Processing, Karaman/Turkey

<sup>b</sup>Karamanoğlu Mehmetbey University, School of Applied Disciplines, Department of New Media, Karaman/Turkey

### Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi:28.06.2021

Kabul Tarihi:09.09.2021

### Anahtar Kelimeler

Beslenme

Beslenme alışkanlıkları

Z kuşağı

### Öz

Günümüzde bireylerin hayat tarzlarını ve davranışlarını etkileyen önemli etmenlerden biride kuşak farklılıklarıdır. Özellikle yiyecek tercihleri göz önüne alındığında, Z kuşağı bireylerde farklı tercihlere ve beklentilere dönüşebilmektedir. Yapılan araştırmanın amacı, Z kuşağı bireylerinin yiyecek seçiminde hangi etmenlerden etkilendiklerini ve Z kuşağı bireylerinin hangi yiyecek gruplarına daha fazla önem verdiklerini araştırmaktır. Bu kapsamda, Z kuşağından 392 kişi ile görüşülerek veri toplanmıştır. Yapılan analizlerde, erkek katılımcılar en çok fastfood gıdalarını tercih ettikleri belirlenmiştir. Kadınlar ise; sokak yemeklerini ve geleneksel yiyecekleri tercih etmektedirler. Araştırma bulguları, Z kuşağı katılımcılarının düzenli bir beslenme alışkanlığına sahip olmadığını ortaya koymaktadır. Tercih edilen yiyeceklerin lezzetli, ekonomik, doyurucu ve sağlıklı olması Z kuşağı için en önemli etmenler olarak ortaya çıkmaktadır. Z kuşağının yiyecek tercihleri ile yaş ve eğitim değişkenler açısından anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir.

### Keywords

Nutrition

Nutrition habits

Generation Z

### Abstract

Today, one of the important factors affecting the lifestyles and behaviors of individuals is generational differences. Especially when food preferences are taken into consideration, Z generation can turn into different preferences and expectations in individuals. The aim of the research is to investigate which factors are affected by the Z generation individuals in food selection and which food groups Z generation individuals attach more importance to. In this context, data were collected by interviewing 392 people from the Z generation. In the analyzes made, it was determined that male participants preferred fast food the most. As for women; they prefer street food and traditional food. The research findings are to reveal that the Z generation participants do not have a regular eating habit. The most important factors for the Z generation are that the preferred foods are delicious, economical, satisfying and healthy. It has been determined that there are significant differences in the food preferences of the Z generation in terms of age and education variables.

### Makalenin Türü

Araştırma Makalesi

\* Sorumlu Yazar

E-posta: beyoglu\_4269@hotmail.com (A. Dilber)

DOI:10.21325/jotags.2021.892