

From Awareness to Behavior: A Qualitative Investigation of Food Waste Behaviors in the Context of Environmental Consciousness and Dietary Practices

Sibel Ayyıldız^{1,*}, Şenol Ayyıldız²

¹Karabük University, Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, 78600, Karabük, Türkiye

²Provincial Directorate of Environment, Urbanization and Climate Change, 78000, Karabük, Türkiye.

Abstract

This study aims to examine individuals' food waste behaviors in depth within the framework of environmental awareness and dietary practices. The increasing level of food waste on a global scale not only leads to significant economic losses but also contributes to the depletion of natural resources and the rise in greenhouse gas emissions. In response to this critical environmental issue, the present study investigates the relationship between individuals' levels of environmental awareness and their daily food consumption behaviors from a qualitative perspective. The research was designed using a phenomenological approach. Data were collected through semi-structured, in-depth interviews. The participants, selected through purposive sampling and representing diverse socio-demographic characteristics, were interviewed to explore themes such as environmental consciousness, perceptions of sustainable nutrition, awareness of food waste, daily consumption practices, and behavioral barriers. Data obtained from 25 participants were analyzed using thematic analysis. The findings reveal that the majority of participants perceive food waste as an environmental problem; however, this awareness does not consistently translate into daily behaviors. The "awareness-behavior gap" is particularly associated with habits, time constraints, and unplanned consumption patterns. Nevertheless, some participants demonstrated sustainable practices such as reusing leftovers, purchasing only what is needed, and making environmentally friendly choices. However, the continuity of these behaviors was found to be limited. In conclusion, the study indicates that environmental awareness alone is insufficient to reduce food waste; structural, educational, and policy interventions that support behavioral change are also necessary. The findings highlight the need for multidimensional strategies to promote sustainable nutrition and consumption behaviors.

Key Words: Food waste, Environmental awareness, Sustainable environment, Sustainable nutrition

Farkındalıktan Davranışa: Çevresel Bilinç ve Beslenme Pratikleri Bağlamında Gıda İsrafi Davranışlarının Nitel İncelenmesi

Özet

Bu çalışma, bireylerin gıda israfı davranışlarını çevresel farkındalık ve beslenme uygulamaları kapsamında derinlemesine incelemeyi amaçlamaktadır. Küresel ölçekte artan gıda israfı, bir taraftan ekonomik kayıplara sebep olurken diğer taraftan doğal kaynakların tükenmesine ve sera gazı emisyonlarının artmasına yol açmaktadır. Bu önemli bir çevresel sorun karşısında bu çalışma bireylerin çevresel farkındalık düzeyleri ile günlük gıda tüketim davranışları arasındaki ilişkiyi nitel bir perspektifle incelemiştir. Yapılan araştırma, fenomenolojik desen çerçevesinde tasarlanmıştır. Veriler yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler aracılığıyla toplanmıştır. Amaçlı örnekleme yöntemiyle belirlenen ve farklı sosyo-demografik özellikler gösteren katılımcılarla gerçekleştirilen görüşmelerde; çevresel bilinç, sürdürülebilir beslenme algısı, gıda israfı farkındalığı, günlük tüketim pratikleri ve davranışsal engeller gibi temalar incelenmiştir. 25 katılımcıdan elde edilen veriler tematik analiz yöntemiyle çözümlenmiştir. Katılımcıların büyük çoğunluğunun gıda israfını çevresel bir sorun olarak tanımladığını, ancak bu farkındalığın günlük davranışlara her zaman yansımadığını ortaya koymaktadır. "Farkındalık-davranış açığı" özellikle alışkanlıklar, zaman kısıtı ve plansız tüketim davranışlarıyla ilişkilendirilmiştir. Bununla birlikte, bazı katılımcıların artan yemekleri değerlendirme, ihtiyaç kadar satın alma ve çevre dostu tercihler yapma gibi sürdürülebilir uygulamalar geliştirdiği görülmüştür. Ancak bu davranışların sürekliliğinin sınırlı olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, bu çalışma gıda israfının azaltılmasında yalnızca çevresel farkındalığın yeterli olmadığını; bireysel davranış değişimini destekleyen yapısal, eğitsel ve politik müdahalelere de ihtiyaç duyulduğunu ortaya koymuştur. Çalışma, sürdürülebilir beslenme ve tüketim davranışlarının geliştirilmesine yönelik çok boyutlu stratejilerin gerekliliğine dikkat çekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Gıda israfı, Çevresel farkındalık, Sürdürülebilir çevre, Sürdürülebilir beslenme

