

Makalenin Türü / Article Type : Araştırma Makalesi / Research Article
Geliş Tarihi / Date Received : 27.07.2018
Kabul Tarihi / Date Accepted : 28.05.2019
Yayın Tarihi / Date Published : 01.07.2019



<https://dx.doi.org/10.17240/aibuefd.20xx.xx.xxxxx-xxxxxx>

LIFE POSITIONS AS PREDICTOR OF LIFE SATISFACTION AMONG UNIVERSITY STUDENTS*

Ali KARABABA¹

ABSTARCT

The aim of the study was to examine the relationship between life satisfaction and life positions among university students. The sample of the study consists of 429 university students (224 female - 205 male) studying at the Education Faculty of Uşak University, who accepted to participate in the research voluntarily, during 2017-2018. A correlational research model was used in this study. In the study, the scales of Life Satisfaction Scale developed by Diener, Emmans, Lorsche and Griffin (1985) and Life Positions Scale Moral Maturity Scale developed by Boholts (2002) were used for data collection. In the findings of the research, it has been seen that life satisfaction is positively associated with life positions of I am OK-You are OK and I am OK-You are not OK; it is negatively associated with life positions of I am not OK-You are not OK and I am not OK-You are OK. Also the result of the study has shown that life positions have a predictor role in university students' life satisfaction. Implications of these findings are discussed within the context of literature.

Keywords: Life positions, life satisfaction, university students

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMUNUN YORDAYICISI OLARAK YAŞAM POZİSYONLARI

ÖZ

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ile yaşam pozisyonları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın çalışma grubu 2017-2018 eğitim-öğretim yılında, Uşak Üniversitesi, Eğitim Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden toplam 429 üniversite öğrencisinden (224 kız-205 erkek) oluşmaktadır. Araştırma ilişkisel tarama modeline uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada katılımcıların yaşam doyumu düzeylerini belirlemek için Diener, Emmans, Lorsche ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği ve yaşam pozisyonları düzeylerini belirleyebilmek için ise Boholts (2002) tarafından geliştirilen Yaşam Pozisyonları Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma bulgularında, yaşam doyumunun Ben OK'im-Sen OK'sin ve Ben OK'im-Sen OK değilsin yaşam pozisyonları ile pozitif yönlü; Ben OK değilim-Sen OK değilsin ve Ben OK değilim-Sen OK'sin yaşam pozisyonları ile ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki içinde olduğu görülmüştür. Ayrıca, araştırma sonucu üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunda yaşam pozisyonlarının yordayıcı rolünü göstermiştir. Araştırma bulguları alan yazın ilişkisinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yaşam pozisyonları, yaşam doyumu, üniversite öğrencileri

* This study was presented as oral presentation in 3rd INES Education and Social Science Congress 28 April – 1 May 2018

¹ Uşak University, Education Faculty, Department of Psychological Counseling and Guidance, karababa_ali@hotmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-0458-3437>

1. INTRODUCTION

One of the indicator of mental health is life satisfaction (Steger, Oishi & Kesebir, 2011). The studies in both clinical and nonclinical domains have shown that there is a strong relationship between life satisfaction and mental health (Fergusson, McLeod, Horwood, Swain, Chapple, & Poulton, 2015; Lombardo, Jones, Wang, Shen, & Goldner, 2018), general psychological health (Ümmet, 2017) and happiness (Caner, 2016). Life satisfaction construct constitutes the cognitive component of subjective well-being (Diener, Lucas, & Oishi, 2002). Life satisfaction is defined a more stable indicator of subjective well-being. Life satisfaction is defined as a judgemental process, in which individuals assess the quality of their lives on the basis of their own unique criteria (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). Life satisfaction is suggested as an important determiner of positive development (Park, 2004). Accordingly, considering the literature, it has been seen that life satisfaction is negatively associated with negative psychological experiences such as depression (Gnilka, Ashby, & Noble, 2013), anxiety (Lepp, Barkley, & Karpinski, 2014), loneliness (Huo & Kong, 2014), stress (Buser & Kearney, 2017); it is positively associated with positive psychological experiences such as hope (O'Sullivan, 2011), happiness (Yan, Su, Zhu, & He, 2013) and motivation (Karaman & Watson, 2017).

Many factors such as personality traits (Diaz & Arroyo, 2013), environmental features (Heintzelman & Bacon, 2015), cognitive, emotional and social structures (Akatsu, Yamaguchi, Kim, & Oshio, 2016; Libran & Piera, 2008), sense of self (Vecchio, Gerbino, Pastorelli, Del Bove, & Caprara, 2007) and demographic features (Fernandez-Ballesteros, Zamarron, & Ruiz, 2001) play role in levels of individuals' life satisfaction. Also, the studies have shown that childhood experiences have a predictor role in the life satisfaction level (Comert, Ozyesil, & Ozguluk, 2016; Royse, Rompf, & Dhooper, 1991). Accordingly, under the title of childhood experiences, one of the structures that is expected to play role in life satisfaction level is the life position variable. In fact, life satisfaction evaluations are generally related to relatively stable constructs or traits (Pavot & Dinner, 2008). Life position, which is decided as result of childhood experiences and individuals use to justify his/her selections, decisions and behaviors, is a basic understanding related to himself/herself and others (Akkoyun, 2001). Klein (1949) has mentioned that the child adopts a position depending on his/her good or bad perception of his/her environment in his/her relationship with his/her environment. Eric Berne (1962) defined it as being OKEY in terms of the existential. Berne (1962) identifies four basic life positions: I'm not OK-You're not OK, I'm Ok-You're OK, I'm not OK-You're OK and I'm Ok-You're not OK.

The life position of I'm not OK-You're not OK is defined as position of unproductiveness and disappointment. The individuals with I'm not OK-You're not OK life position stop to use the Adult in their relationships with others (Harris, 2014). The individuals with I'm not OK-You're not OK life position don't take an interest in life and don't see life worth living (Corey, 2009). The individuals in this position surrender and just put life off (Harris, 2014). Because the persons who behaves according to this position think that the people around him/her is not good, they do not have the perception that anyone help himself/herself (Stewart & Joines, 1987). The life position of I'm not OK-You're OK, which is known a position with inward oriented, is called as the depressive position. When the people behaving according to this life position compare themselves with others, they evaluate as weakness themselves (Corey, 2009). Dominant thought of this position is that my life is not worth (Altıntaş & Gültekin, 2003). The life position of I'm OK-You're not OK is a outward oriented position (Akkoyun, 2001). The dominant behaviors of the persons in this life position are to humiliate others, to criticize them, don't tolerate mistakes, to constantly give advice to others (Harris, 2014). Dominant thought of this position is that your life is not worth (Altıntaş & Gültekin, 2003). Whereas the other life positions are decisions that are unconsciously choosed at the early years of life, the position of I'm Ok-You're OK is preferred as conscious by individual (Harris, 2014). It is believed that the individuals in this position have goodness, basic human values, respectability. The favour point of individual exhibiting behavior in the direction of I'm Ok-You're OK is related to his/her nature rather than his/her behavior. The individuals in this position are close to both themselves and persons around them, and they can build good relationship with people (Corey, 2009). The individuals in life position of I'm Ok-You're OK are personified as self-reliant, efficient, objective, confidential friendly, compassionate (Harris, 2014).

Life satisfaction refers to degree of satisfaction with the total life that the individual has (Diener et al., 1999). Life satisfaction is characterized, in agreement with the cognitive theory, as individual's cognitive judgment about comparisons based on the compatibility of their own living conditions with the standards. Life satisfaction constitutes a distinct construct representing a cognitive and global evaluation of the quality of one's life as a whole (Pavot & Dinner, 1993). The actual life evaluated is a result. Individual's past behaviors, selections reveal the result. Life position that refers to a psychological situation essentially, includes the individual's feeling, thought and behavior with regard to himself/herself and others (Akkoyun, 2001). Primarily, individual's behaviors and decisions are shaped within the framework of his/her favourite life position (Akkoyun, 2001). Also, it can not expected that the individual can assess his/her actual life without being under the influence of life position. Individuals' negative or positive perceptions, evaluations, and decisions of interpersonal and academic in university life in terms of life position could be considered as factor playing role in their life satisfaction levels.

Each of the processes including different developmental changes, experiences, and expectations has its own dynamics that play role in the level of life satisfaction. One of these periods is university life. For most of the students, university life means leaving the family life for first time and starting an individual life. This experience brings with different adaptation situations and relational and academic problems (Sahin, Sahin-Firat, Zoraloglu, & Açıkgoz, 2009). Individual's adaptation to university life is important in terms of his/her life satisfaction (Bulut & Bulut-Serin, 2016). According to Yavuzer (1996), individual's adaptation to life in which he/she is included depends on establishing positive and balanced relationships between his/her own self and environment and maintaining this. Also, the studies have shown that life satisfaction that is a evaluation of the whole quality of life is an important predictor of outcomes such as positive lifestyle habits (Grant, Wardle, & Steptoe, 2009), psychological and physical health (Pavot & Dinner, 2008), academic performance (Rode et al., 2005), positive relationships (Diener & Seligman). So, there is a need for studies that focus upon the antecedents of life satisfaction especially in the university process in which students are faced with many different social, academic, and environmental changes. Therefore, during the university life in order to promote life satisfaction levels of individuals, it is essential to focus upon on variables that may negatively or positively affect life satisfaction. It is important to examine predictor role of life positions reflecting individual's perception to himself/herself and the others in level of university students' life satisfaction. Considering Turkish and foreign literature, it is seen that there is no the study examining relationship between life positions and life satisfaction. Also, it is noteworthy that the variable of life position is not examined in Turkish clinical and non-clinical literature. It is expected that this study will fill the gap in the literature and will guide other researches. Identifying factors that are most highly associated with university students life satisfaction can help researchers and mental health professionals by revealing how much of the variance in life satisfaction is attributable to relatively stable conditions as opposed to malleable situations.

1.1. The Aim of The Study

In light of this information, the aim of the study was to examine the relationship between life satisfaction and life positions among university students. In direction of the study's aim, the following question was investigated in the current study:

- 1- Do life positions predict the life satisfaction levels of university students significantly?

2. METHOD

In line with the aim of the research, the study was conducted by relational screening model.

2.1. The Participants

The sample of the study consists of 429 university students (224 female - 205 male) studying at the Education Faculty of Uşak University, who accepted to participate in the research voluntarily, during 2017-2018 academic year. Considering grade distribution of the participants, 104 students are in 1st grade, 115 students are in 2nd grade, 109 students are in 3rd grade, 101 students are in 4th grade. The participants' age ranged from 18 to 28 (mean = 20.8).

2.2. The Instruments

2.2.1. Life Positions Scale: The Life Positions Scale was developed by Boholst (2002) and was adapted to Turkish by İsgör, Kaygusuz and Ozpolat (2012). The Life Positions Scale consists of four subscales of "I am not OK-You are OK", "I am not OK-You are not OK", "I am OK-You are not OK" and "I am OK-You are OK". Every subscale has five items so the scale consists of 20 items and it is a 5 points likert. In the study of adaptation to Turkish, when considering the internal consistency coefficients of the scale, it was found to be .97 for I am OK subscale, .96 for I am not OK subscale, .94 for You are OK subscale and .94 for You are not OK subscale. When considering the test-retest reliability coefficients are .75 for I am OK subscale, .73 for I am not OK subscale, .80 for You are OK subscale, and .72 for You are not OK. In the current study, the internal consistency coefficients of the scale were found to be .82 for I am OK subscale, .72 for I am not OK subscale, .80 for You are OK subscale and .84 for You are not OK subscale.

2.2.2. Life Satisfaction Scale: The Life Satisfaction Scale was developed by Diener, Emmons, Laresen, and Griffin (1985) and adapted to Turkish culture by Köker (1991). The scale that is a dimension has five items and it is a 7 points likert. In adaptation study of Köker (1991), the internal consistency coefficients of the scale was found to be .86 and the test-retest reliability coefficients was calculated to be .73. In the current study, the internal consistency coefficient of the scale was calculated to be .84.

2.3. Procedure

Data of the research was obtained from high university students on a volunteer basis in 2017-2018 academic year. The data collecting instruments were administered to total of 429 participants. The data collecting application was conducted by researcher. Before application of the scales, issues of study's aim and answering of the data collecting instruments were explained. Application process was carried out by researcher in the class environment. The statistical analyses of the study were tested with correlation and linear regression. The analyses were calculated with SPSS 23.0 statistical package program in .01 significance level.

3. FINDINGS

In this part of the study, the relationships between life satisfaction and life positions were given and then, after by linear regression analysis, it was tested whether life positions predicted life satisfaction.

Tablo 1.
Correlations Between Life Satisfaction and Life Positions

Variables	1	2	3	4	5	mean	S.d.	Kurt.	Skew
1. Life Satisfaction	1.00					20.71	6.55	-.173	-.251
2. I'm not OK-You're OK	-.13*	1.00				28.29	3.86	.171	.341
3. I'm not OK-You're not OK	-.44*	.52*	1.00			26.29	6.22	.533	.335
4. I'm OK-You're not OK	.15*	.16*	.43*	1.00		33.68	4.58	.440	.693
5. I'm OK-You're OK	.52*	.24*	-.41*	.46*	1.00	35.67	5.55	-.336	-.145

*p<.01

Firstly, given the descriptive statistics, it can be said that variables have a normal distribution. Taking into account the results of the analysis in Table 1., it has been seen that life satisfaction is positively associated with I am OK-You are OK ($r = .52, p < .01$) and I am OK-You are not OK ($r = .15, p < .01$); it is negatively associated with I am not OK-You are not ($r = -.44, p < .01$) and I am not OK-You are OK ($r = -.13, p < .01$).

Tablo 2.
Result of Regression Analysis on Prediction of Life Positions to Life Satisfaction

Depented Variable	Predictor Variable	B	S.H.	Beta	t	F	R	R ²
Life Satisfaction	I'm not OK-You're OK	-.23	.08	-.134	-2.796	7.818	.13	.02*
	I'm not OK-You're not OK	-.47	.05	-.442	-10.191	103.860	.44	.20*
	I'm OK-You're not OK	.21	.07	.145	3.034	9.205	.15	.02*
	I'm OK-You're OK	.62	.05	.522	12.653	160.102	.52	.27*

*p<.01

Taking into account results of analysis in the Table 2, it has been seen that I'm OK-You're OK ($R = .52, R^2 = .27, F_{(1-427)} = 160.102, p < .01$) and I'm OK-You're not OK ($R = .15, R^2 = .02, F_{(1-427)} = 9.205, p < .01$) life positions are positively significant predictors of life satisfaction; I'm not OK-You're not OK ($R = .44, R^2 = .20, F_{(1-427)} = 103.860, p < .01$) and I'm not OK-You're OK ($R = .13, R^2 = .02, F_{(1-427)} = 7.818, p < .01$) life positions are negatively significant predictors of life satisfaction. The findings have shown that I'm OK-You're OK life position predicts 27% of the variance in life satisfaction; I'm OK-You're not OK life position predicts 2% of the variance in life satisfaction; I'm not OK-You're not OK life position predicts 20% of the variance in life satisfaction and I'm not OK-You're OK life position predicts 2% of the variance in life satisfaction among university students.

4. DISCUSSION and RESULT

In the findings of the research, it has been seen that life satisfaction is positively associated with I am OK-You are OK and I am OK-You are not OK; it is negatively associated with I am not OK-You are not and I am not OK-You are OK. Also, the result of the regression analysis has shown that I'm OK-You're OK and I'm OK-You're not OK life positions are positively significant predictors of life satisfaction; I'm not OK-You're not OK and I'm not OK-You're OK life positions are negatively significant predictors of life satisfaction. This study has shown that childhood experiences have effect in the adulthood life. Considering the literature, there are the studies supporting this relationship (Comert et al., 2016; Çeçen-Eroğul & Turk, 2013; Royse et al., 1991). In the study conducted by Çeçen-Eroğul and Türk (2013) among adolescents at age 14-18, life satisfaction levels of abused individuals in childhood are significantly lower than non-abused individuals.

In the study, it was seen that life positions had predictor effect in the life satisfaction levels of university students. The finding has been obtained that the life position which has the highest explanation power in life satisfaction is

I am OK-You are OK position. It can be said that conceptual literature supports the finding of the study. Life position is defined as existential thought about oneself and others (Corey, 2009). Contrary to the other three positions, I'm Ok-You're OK life position has healthy existential thought and I'm Ok-You're OK life position is shaped on the trio of thought, belief and behavior (Harris, 2014). The life position of I'm Ok-You're OK emphasizes on "why not" (Harris, 2014), and the individuals behaving in the direction of this position can positively overcome their problems (Isgör et al., 2012). The individuals adopting this life position are in healthy communication with other people (Corey, 2009) and they have positive affection (Ozpolat, Isgör, & Akbaba, 2013). Behavior develops out of life position (Akkoyun, 2001). Accordingly, when considering their experiences such as that persons in this position get on with other persons positively, overcome their problems positively and have positive personality traits, it can be expected that the possibility which the individuals reach their desired life standards is higher. Also, in the case of a problem encountered, it can be said that their tendency that they may evaluate this result as more optimistic and more acceptable is the higher.

In the finding of the research, it was seen that I'm OK-You're not OK life position is positively significant predictor of life satisfaction among university students. It can be said that direction of the relationship between two variables conflicts with conceptual literature. The position, I'm OK-You're not OK, is a position with outward oriented (Akkoyun, 2001). The dominant behaviors of the persons in this life position are to humiliate others, to criticize them, don't tolerate mistakes, to constantly give advice to others (Harris, 2014). Dominant thought of this position is that your life is not worth (Altıntaş & Gültekin, 2003). According to Harris (Harris, 2014), the individuals behaving in the direction of this position are always OK, they are always right. These persons can't evaluate themselves as objective because source of problem is always others (Harris, 2014). In general, the life position of I'm OK-You're not OK is evaluated as an unhealthy existential thought structure (Harris, 2014). In the light of this information, contrary to expectation that there is negatively relationship between life position of I'm OK-You're not OK and life satisfaction; a positively relationship between two variables has been seen. It is considered that the individual's unrealistic positive self-perception to himself/herself plays a positive role in the level of life satisfaction. In addition, it is thought that the individual's positive self-perception acts as a buffer on the negatively effect of his/her negative thought to others on life satisfaction. Therefore, effect of mediator variables such as positive self-perception, high level of self-esteem, self-efficacy may be discussed. The result supporting the finding of the current study has been seen in the study of Karababa and Dilmaç (2016). Contrary to expectation in the light of conceptual literature, it was seen that there was no significant relationship between life position of I'm OK-You're not OK and loneliness.

In the finding of the research, it was seen that I'm not OK-You're not OK and I'm not OK-You're OK life positions are negatively significant predictors of life satisfaction among university students. It was seen that this finding is parallel to conceptual literature. I'm not OK-You're OK is characterized as the depressive position and I'm not OK-You're not OK is defined as position of desperation and ineffectiveness (Harris, 2014). When the individuals adopting this life position compare themselves with others, they feel powerless themselves (Corey, 2009) and life is not valuable for these individuals (Altıntaş & Gültekin, 2003). The individuals with I'm not OK-You're not OK life positions are not interest in life and do not see life worth living (Corey, 2009). Also, when considering that individuals in this two life positions emphasizes on "why" (Harris, 2014), don't positively approach their troubles (Isgör et al., 2012), have negative affections (Ozpolat et al., 2013) and feel loneliness at the higher level (Karababa & Dilmaç, 2016), it can be expected that they have life satisfaction at lower level. There is a positive relationship between adaptation to university life and life satisfaction (Bulut & Bulut-Serin, 2016). The important part of adaptation to university life is social adaptation (Aslan, 2015). Under the title of social adaptation, the important variable playing role in the life satisfaction among university students is romantic relationship (Facio & Resett, 2014). Therefore, it can be said that level of establishing positive relationships both themselves and others, and reaching the social adaptation of the individuals who have not got a positive perception of themselves or others, will be low. Taking into account the literature, in parallel with the relationship between I'm not OK-You're OK life position and life satisfaction it is seen that self-esteem contributes to life satisfaction among university students. The studies showed that the individuals with high self-esteem reported higher scores in life satisfaction than those with low self-esteem (Huo & Kong, 2014; Miller, Zivnuska, & Kacmar, 2019; Tagay, 2016).

As a result, in the findings of the research, it has been seen that life satisfaction is positively associated with I am OK-You are OK and I am OK-You are not OK; it is negatively associated with I am not OK-You are not and I am not OK-You are OK. The current research has some limitations. The limitations of the study can be stated in a few points. First, the data of research was limited students attending Uşak University/Education Faculty. Secondly, the data was got through self-reports instruments. The limitations of the research have an important role in interpretation of the results. Therefore, it is important to test the relationship between life positions and life satisfaction with different analysis and samples. Contrary to conceptual literature, there is a positive relationship between I am OK-You are not OK position and life satisfaction in the current study. The studies be conducted in order to be find out mediator variables to be played role in this relationship are important for both literature and practitioners.

REFERENCES

- Akatsu, S., Yamaguchi, A., Kim, M. S., & Oshio, A. (2016). Self-construals, anger regulation, and life satisfaction in the United States and Japan. *Frontiers in Psychology, 7*, 1-12. doi:10.3389/fpsyg.2016.00768
- Akkoyun, F. (2001). *Transaksiyonel Analiz: Psikolojide işlemsel çözümleme yaklaşımı (2nd ed.)*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Altıntaş, E. & Gültekin, M. (2003). *Psikolojik danışma kuramları (1st ed.)*. İstanbul: Alfa Basım Yayın.
- Aslan, S. (2015). Üniversite yaşamına uyum ölçeğinin geliştirilmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 30(4)*, 132-145.
- Berne E. (1962). Classification of positions. *Transactional Analysis Journal, 1*, 23.
- Boholst, F. A. (2002). A life position scale. *Transactional Analysis Journal, 32*, 28-32.
- Bulut, C. & Bulut-Serin, N. (2016). Öğretmen adaylarının üniversite yaşamına uyum düzeyleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education, 5(4)*, 1-7.
- Buser, J. K. & Kearney, A. (2017). Stress, adaptive coping, and life satisfaction. *Journal of College Counseling, 20(3)*, 224-236. doi:10.1002/jocc.12071
- Caner, A. (2016). Happiness and life satisfaction in Turkey in recent years. *Social Indicators Research, 127(1)*, 361-399. doi: 10.1007/s11205-015-0948-z
- Comert, I. T., Ozyesil, Z. A., & Ozguluk, S. B. (2016). Satisfaction with life, meaning in life, sad childhood experiences, and psychological symptoms. *Psychological Reports, 118(1)*, 236-250. doi:10.1177/0033294115626634
- Corey G, 2009. Transactional analysis. Retrieved from <http://www.acadiau.ca/>.
- Çeçen-Eroğul, A. R. & Türk, S. B. (2013). Ergenlerde çocukluk örselenme yaşantıları ve öfke ifade tarzları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *International Journal of Human Sciences, 10(1)*, 1421-1439.
- Diaz, R. P. & Arroyo, J. C. (2013). Personality factors, affect, and autonomy support as predictors of life satisfaction. *Universitas Psychologica, 12(1)*, 41-53.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment, 49(1)*, 71-75. doi:10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Lucas, R., & Oishi, S. (2002). Subjective well-Being: The science of happiness and Life satisfaction. C. R. Snyder & S. R. Lopez (Ed.). *Handbook of positive psychology* (p. 63-73). New York: Oxford University Press.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*, 276-302. doi:10.1037/0033-2909.125.2.276
- Facio, A., & Resett, S. (2014). Work, romantic relationships, and life satisfaction in Argentinean emerging adults. *Emerging Adulthood, 2(1)*, 27-35. doi:10.1177/2167696813515854
- Fergusson, D. M., McLeod, G. F. H., Horwood, L. J., Swain, N. R., Chapple, S., & Poulton, R. (2015). Life satisfaction and mental health problems (18 to 35). *Psychological Medicine, 45(11)*, 2427-2436. doi: 10.1017/S0033291715000422
- Fernandez-Ballesteros, R., Zamarron, M. D., & Ruiz, M. A. (2001). The contribution of socio-demographic and psychological factors to life satisfaction. *Ageing & Society, 21(1)*, 25-43. doi:10.1017/S0144686X01008078
- Gnilka, P. B., Ashby, J. S., & Noble, C. M. (2013). Adaptive and maladaptive perfectionism as mediators of adult attachment styles and depression, hopelessness, and life satisfaction. *Journal of Counseling and Development, 91(1)*, 78-86. doi:10.1002/j.1556-6676.2013.00074x
- Grant, N., Wardle, J., & Steptoe, A. (2009). The relationship between life satisfaction and health behavior: A cross-cultural analysis of young adults. *International Journal of Behavioral Medicine, 16(3)*, 259-268. doi:10.1007/s12529-009-9032-x
- Harris, T. A. (2014). *Ben OK'im – Sen OK'sin*. Şahin M (Trans.). İstanbul: Okuyan Us Yayıncılık.

- Heintzelman, S. J. & Bacon, P. L. (2015). Relational self-construal moderates the effect of social support on life satisfaction. *Personality and Individual Differences, 73*, 72-77. doi:10.1016/j.paid.2014.09.021
- Huo, Y. Q. & Kong, F. (2014). Moderating effects of gender and loneliness on the relationship between self-esteem and life satisfaction in Chinese university students. *Social Indicators Research, 118*(1), 305-314. doi:10.1007/s11205-013-0404-x
- İşgör, Y. İ., Kaygusuz, C., & Özpolat, A. R. (2012). Life positions scale language equivalence, reliability and validity analysis. *Social and Behavioral Sciences, 47*, 284-291.
- Karababa, A. & Dilmaç, B. (2016). TA and values as the predictors of loneliness among adolescents. *Education and Science, 187*, 63-77. doi:10.15390/EB.2016.6739
- Karaman, M. A. & Watson, J. C. (2017). Examining associations among achievement motivation, locus of control, academic stress, and life satisfaction: A comparison of US and international undergraduate students. *Personality and Individual Differences, 111*, 106-110. doi:10.1016/j.paid.2017.02.006
- Klein, M. (1949). *The psychoanalysis of children*. London: Hogart Press.
- Köker S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. Unpublished Master's Thesis. Ankara University, Ankara, Turkey.
- Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and satisfaction with life in college students. *Computers in Human Behavior, 31*, 343-350. doi:10.1016/j.chb.2013.10.049
- Libran, E. C., & Piera, P. J. F. (2008). Cognitive and affective variables as predictors of life satisfaction. *Psicothema, 20*(3), 408-412.
- Lombardo, P., Jones, W., Wang, L. L., Shen, X., & Goldner, E. M. (2018). The fundamental association between mental health and life satisfaction: Results from successive waves of a Canadian national survey. *BMC Public Health, 18*, 2-9. doi: 10.1186/s12889-018-5235-x
- Miller, B. K., Zivnuska, S. & Kacmar, K. M. (2019). Self-perception and life satisfaction. *Personality and Individual Differences, 139*, 321-325. doi:10.1016/j.paid.2018.12.003
- O'Sullivan, G. (2011). The relationship between hope, eustress, self-efficacy, and life satisfaction among undergraduates. *Social Indicators Research, 101*(1), 155-172. doi:10.1007/s11205-010-9662-z
- Ozpolat, A. R., İşgör, İ. S., & Akbaba, S. (2013) Analysis of the relation between university students' life positions and their positive-negative affectivity. *Journal of Studies in Social Sciences, 5*, 135-145.
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *Ann. Am. Acad. Pol. Sci., 591*, 25-39.
- Pavot, W. & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology, 3*(2), 137-152.
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychol. Assess., 5*, 164-172.
- Rode, J. C., Arthaud-Day, M. L., Mooney, C. H., Near, J. P., Baldwin, T. T., Bommer, W. H., & Rubin, R. S. (2005). Life satisfaction and student performance. *Academy of Management Learning & Education, 4*(4), 421-433. doi:10.5465/AMLE.2005.19086784
- Royse, D., Rompf, B. L., & Dhooper, S. S (1991). Childhood trauma and adult life satisfaction in a random adult sample. *Psychological Reports, 69*(3), 1227-1231. doi:10.2466/PRO.69.8.1227-1231
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kesebir, S. (2011). Is a life without meaning satisfying? The moderating role of the search for meaning in satisfaction with life judgements. *The Journal of Positive Psychology, 6*, 173-180. doi:10.1080/17439760.2011.569171
- Stewart, I., & Joines V. (1987). *TA today: A new introduction to transactional analysis* (1st ed.). England: Life Publishing.
- Şahin, İ., Şahin-Fırat, N., Zoraloğlu, Y. R., & Açıkgöz, K. (2009). Üniversite öğrencilerinin sorunları. *E-Journal of New World Sciences Academy, 4*, 1435-4449.
- Tagay, O. (2016). Contact disturbances, self-esteem and life satisfaction of university students: A structural equation modelling study. *Eurasian Journal of Educational Research, 58*, 113-132.

- Ümmet, D. (2017). Genel psikolojik sağlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide evlilik uyumunun aracı rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 159-175.
- Vecchio, G. M., Gerbino, M., Pastorelli, C., Del Bove, G., & Caprara, G. V. (2007). Multifaceted self-efficacy beliefs as predictors of life satisfaction in late adolescence. *Personality and Individual Differences*, 43(7), 1807-1818. doi:10.1016/j.paid.2007.05.018
- Yan, X. F., Su, J. K., Zhu, X., & He, D. (2013). Loneliness and subjective happiness as mediators of the effects of core self-evaluations on life satisfaction among Chinese college students. *Social Indicators Research*, 114(2), 757-766. doi:10.1007/s11205-012-0172-z
- Yavuzer, H. (1996). *Çocuk ve suç (8th ed.)*. İstanbul: Remzi Kitap Evi.

GENİŞLETİLMİŞ ÖZET

1. Giriş

Ruh sağlığının göstergelerinden biri yaşam doyumudur (Steger, Oishi ve Kesebir, 2011). Yaşam doyumunu öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu oluşturur (Diener, Lucas ve Oishi, 2002). Yaşam doyumunu bireyin beklentileri ile gerçek durumu karşılaştırması sonucunda ortaya çıkan sonuçtur. Bir anlamda, kişinin sahip olduğu yaşamdan ne derecede mutlu olduğunun bir ifadesidir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999). Araştırmalar çocukluk çağı yaşantılarının yaşam doyum düzeyinde yordayıcı bir role sahip olduğunu göstermiştir (Comert, Ozyesil ve Ozguluk, 2016; Roysse, Rompf ve Dhooper, 1991). Bu doğrultuda, çocukluk çağı yaşantılarına ilişkin olarak yetişkin yaşam doyumunda rol oynaması beklenen yapılardan biri yaşam pozisyonu değişkenidir. Yaşam pozisyonu, bireylerin seçimlerini, kararlarını ve davranışlarını gerekçelendirmek üzere kullandığı, çocukluk çağındaki deneyimlerin bir sonucu olarak alınan, kendisi ve başkaları ile ilgili temel anlayıştır (Akkoyun, 2001). Klein (1949) çocuğun çevresiyle olan ilişkisinde kendisini ve çevresini iyi ya da kötü algılamasına dayalı olarak bir pozisyonu benimsemesinden söz eder. Eric Berne (1962) ise bunu varoluşsal açıdan OKEY olma durumu olarak tanımlamıştır. Berne (1962) dört temel yaşam pozisyonu tanımlamıştır: Ben OKEY değilim- Sen OKEY değilsin, Ben OKEY'im- Sen OKEY'sin, Ben OKEY'im- Sen OKEY değilsin ve Ben OKEY değilim- Sen OKEY'sin.

Ben OKEY değilim-Sen OKEY değilsin yaşam pozisyonu, verimsizliğin ve hayal kırıklığının pozisyonu olarak adlandırılır. Diğer insanlarla ilişkilerinde Yetişkin'i kullanmayı durdurmuşlardır (Harris, 2014). Bu pozisyona sahip bireyler yaşama dair ilgilerini yitirmiştir ve hayatı yaşamaya değer olarak görmezler (Corey, 2009). İçeriyönelimli bir pozisyon olan Ben OKEY değilim-Sen OKEY'sin yaşam pozisyonu depresif pozisyon olarak adlandırılır. Bu pozisyon doğrultusunda hareket eden bireyler başkaları ile kendilerini karşılaştırdıklarında, güçsüzlük duygusuna kapılırlar (Corey, 2009). Ben OKEY'im-Sen OKEY değilsin yaşam pozisyonu dışarıyönelimli bir pozisyonudur (Akkoyun, 2001). Bu pozisyondaki kişilerin baskın davranışları başkalarını aşağılamak, onları eleştirmek, hatalarına tahammül etmemek, onlara sürekli öğütlerde bulunmaktır (Harris, 2014). Bahsedilen üç pozisyon yaşamın ilk yıllarında bilinçsiz olarak varılan bir sonuç iken Ben OKEY'im-Sen OKEY'sin yaşam pozisyonu bilinçli olarak birey tarafından tercih edilen bir pozisyonudur (24). Bu pozisyonu benimseyen bireyler erdemliliğe, insani değerlere, saygınlığı sahiptir. Ben OKEY'im-Sen OKEY'sin yaşam pozisyonundan yaklaşım sergileyen bireyin iyilik noktası onun davranışından ziyade doğası-özü ile ilgili bir durumdur (Corey, 2009). Bu pozisyondaki bireyler kendine güvenen, objektif, verimli, güvenilir, arkadaş canlısı, merhametli olarak karakterize edilirler (Harris, 2014). Öncelikle, bireyin davranış ve kararları favori yaşam pozisyonu çerçevesinde şekillenir (Akkoyun, 2001).

Farklı gelişimsel değişimleri, yaşantı ve beklentileri içeren süreçlerin her birinin yaşam doyum düzeyinde rol oynayan kendine özgü dinamikleri vardır. Bu dönemlerden biri de üniversite yaşamıdır. Yavuzer (1996) bireyin içinde bulunduğu yaşama uyumunu kendi benliği ile çevresi arasında olumlu ve dengeli ilişkiler kurması ve bunu sürdürebilmesine bağlamıştır. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeyinde bireyin kendisine ve başkalarına ilişkin algısını yansıtan yaşam pozisyonlarının yordayıcı rolünün incelenmesi önemlidir. Yurt içi ve yurt dışı literatür incelendiğinde yaşam pozisyonları ile yaşam doyum arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ayrıca, yaşam pozisyonları değişkeninin yurt içi klinik ve klinik olmayan bilimsel alanda araştırılmadığı dikkati çekmektedir. Bundan dolayı, bu araştırmanın alan yazındaki boşluğu dolduracağı ve diğer araştırmacılara ışık tutacağı beklenmektedir. Bu bilgiler ışığında, bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde yaşam pozisyonlarının yaşam doyum düzeyindeki yordayıcı rolünü araştırmaktır.

2. Yöntem

Çalışmanın katılımcı grubu Uşak Üniversitesi, Eğitim Fakültesi'nde 2017-2018 eğitim-öğretim yılında öğrenim görmekte olan ve çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden toplam 429 üniversite öğrencisinden (224 kız-205 erkek) oluşmaktadır. Katılımcıların sınıf dağılımına baktığımızda, 1. sınıfta öğrenim göre 104 öğrenci, 2. sınıfta 115 öğrenci, 3. sınıfta 109 öğrenci ve 4. sınıfta ise 101 öğrenci yer almaktadır. Katılımcıların yaşları 18-28 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 20.8'dir. Katılımcıların yaşam pozisyonları düzeylerinin belirlenmesinde "Yaşam Pozisyonları Ölçeği" kullanılmıştır. Yaşam Pozisyonları Ölçeği, Boholst (2002) tarafından geliştirilen ve İşgör, Kaygusuz ve Özpolat (2012) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Yaşam Pozisyonları Ölçeği, "Ben OKEY değilim-Sen OKEY'sin", "Ben OKEY değilim-Sen OKEY değilsin", "Ben OKEY'im-Sen OKEY değilsin" ve "Ben OKEY'im-Sen OKEY'sin" olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Katılımcıların yaşam doyum düzeylerini belirlemek için ise Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1989) tarafından geliştirilmiş ve Türk kültürüne uyarlama çalışması Köker (1991) tarafından yapılmış "Yaşam Doyum Ölçeği" kullanılmıştır. Tek boyutlu ölçek beş maddeden oluşmakta olup 7'li likert tipi özelliğindedir. Araştırma kapsamında analiz edilen veri seti gönüllülük esasına dayalı olarak üniversite öğrencilerinden 2017-2018 eğitim-öğretim yılında elde edilmiştir. Araştırmanın verileri toplam 429 katılımcıdan temin edilmiştir. Veri toplama

çalışması araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Uygulamadan önce katılımcı gruba araştırmanın amacı ve ölçek maddelerinin cevaplanmasına ilişkin açıklama yapılmıştır. Uygulama sınıf ortamında gerçekleştirilmiştir. Çalışmadaki verilerin istatistiksel analizleri korelasyon ve doğrusal regresyon ile gerçekleştirilmiştir. Analizler .01 anlamlılık düzeyinde SPSS 23. programı aracılığıyla test edilmiştir.

3. Bulgular, Tartışma ve Sonuçlar

Araştırma bulgularında, yaşam doyumunun Ben OK'im-Sen OK'sin ve Ben OK'im-Sen OK değilsin yaşam pozisyonları ile pozitif yönlü; Ben OK değilim-Sen OK değilsin ve Ben OK değilim-Sen OK'sin yaşam pozisyonları ile ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki içinde olduğu görülmüştür. Ayrıca, regresyon analizi sonucu Ben OK'im-Sen OK'sin ve Ben OK'im-Sen OK değilsin yaşam pozisyonlarının pozitif yönde; Ben OK değilim-Sen OK değilsin ve Ben OK değilim-Sen OK'sin yaşam pozisyonlarının ise negatif yönde yaşam doyumunun anlamlı yordayıcıları olduğunu göstermiştir. Bu araştırma çocukluk yaşantılarının yetişkin yaşamındaki etkisini göstermiştir. Literatür incelendiğinde, bu ilişkiyi destekleyen çalışmalar mevcuttur (Comert vd., 2016; Çeçen-Eroglu ve Turk, 2013; Royse vd., 1991).

Yaşam doyumunda en yüksek açıklama gücüne sahip yaşam pozisyonunun Ben OKEY'im-Sen OKEY'sin pozisyonu olduğu bulgusu elde edilmiştir. Kavramsal literatürün araştırma bulgusunu desteklediği söylenebilir. Diğer üç pozisyonun aksine, Ben OKEY'im-Sen OKEY'sin yaşam pozisyonu sağlıklı varoluşsal düşünceye sahiptir ve Ben OKEY'im-Sen OKEY'sin yaşam pozisyonu düşünce, inanç ve davranış üçlüsü üzerinde şekillenir (Harris, 2014). Bu doğrultuda, bu pozisyonda hareket eden bireylerin kendisi ve çevresi ile olumlu ilişkiler kurması, sorunlarını daha yapıcı çözmesi, olumlu kişilik özelliklerine sahip olması gibi karakteristikleri dikkate alındığında bireylerin arzu ettikleri yaşam standartlarını elde etme olasılıklarının daha yüksek olması beklenebilir. Ayrıca, karşılaşılan herhangi bir olumsuzluk durumunda ise bu sonucu daha iyimser ve kabul edilebilir olarak değerlendirme eğilimlerinin yüksek olduğu söylenebilir. Araştırma bulgusunda, Ben OKEY'im-Sen OKEY değilsin pozisyonunun yaşam doyumunun pozitif yönlü anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. İki değişken arasındaki ilişkinin yönünün kavramsal literatür ile çeliştiği söylenebilir. Ben OKEY'im-Sen OKEY değilsin yaşam pozisyonu dışı yönelimli bir pozisyondur (Akkoyun, 2001). Bu pozisyondaki kişilerin baskın davranışları başkalarını aşağılamak, onları eleştirmek, hatalarına tahammül etmemek, onlara sürekli öğütlerde bulunmaktır (Harris, 2014). Senin yaşamın değildir algısı bu pozisyonun baskın düşüncesidir (Altıntaş ve Gültekin, 2003). Harris'e göre bu pozisyondan hareket eden bireyler her zaman OK durumundadırlar, her zaman kendileri haklıdır. Bu kişiler kendilerini objektif olarak değerlendiremezler çünkü problemin kaynağı her zaman başkalarıdır (Harris, 2014). Genel olarak Ben OKEY'im-Sen OKEY değilsin yaşam pozisyonu sağlıklı bir varoluşsal düşünce yapısı olarak değerlendirilir (Harris, 2014). Bu bilgiler ışığında, Ben OKEY'im-Sen OKEY değilsin yaşam pozisyonu ile yaşam doyumunu arasında negatif yönlü bir ilişki beklentisinin aksine; iki değişken arasında pozitif yönlü bir ilişki görülmüştür. Bireyin kendine yönelik gerçekçi olmayan olumlu benlik algısı yaşam doyum düzeyinde olumlu olarak rol oynadığı düşünülmektedir. Araştırmada Ben OK değilim-Sen OK'sin ve Ben OK değilim-Sen OK değilsin yaşam pozisyonlarının yaşam doyumunun negatif yönde anlamlı yordayıcıları olduğu görülmüştür. Bu bulgunun kavramsal literatür ile paralellik gösterdiği görülmektedir. Ben OKEY değilim-Sen OKEY'sin yaşam pozisyonu depresif, Ben OKEY değilim-Sen OKEY değilsin yaşam pozisyonu ise düş kırıklığının ve verimsizliğin pozisyonu olarak adlandırılır (Harris, 2014). Ben OKEY değilim-Sen OKEY'sin yaşam pozisyonundaki kişiler kendilerini diğerleriyle kıyasladıklarında kendilerinde güçsüzlük hissederler (Corey, 2009) ve bu bireyler için yaşam değerli değildir (Altıntaş ve Gültekin, 2003). Ben OKEY değilim-Sen OKEY değilsin yaşam pozisyonundaki kişiler yaşama dair ilgilerini yitirmiştir ve hayatı yaşamaya değer olarak görmezler (Corey, 2009). Ayrıca, bu iki pozisyondaki bireylerin "neden" üzerinde durdukları (Harris, 2014), sorunlarına yapıcı yaklaşmadıkları (Işgör vd., 2012) ve olumsuz duygulanıma sahip oldukları (Ozpolat vd., 2013), daha yüksek düzeyde yalnızlık duygusu yaşadıkları (Karababa ve Dilmaç, 2016) göz önünde bulundurulduğunda, daha düşük düzeyde yaşam doyumuna sahip olması beklenebilir.

Mevcut araştırma bazı sınırlılıklara sahiptir. İlk olarak, çalışmanın verileri Uşak Üniversitesi, Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler ile sınırlıdır. İkincisi, üniversite öğrencilerinden elde edilen veri seti ölçme aracı aracılığıyla sağlanmıştır. Sonuçların yorumlanması açısından çalışmanın sınırlılıkları önemli bir rol oynar. Bundan dolayı, sonraki araştırmalarda, yaşam doyumunu ile yaşam pozisyonları arasındaki ilişkinin farklı analiz ve örneklerle değerlendirilmesi önemli görülmektedir. Kavramsal literatürün aksine Ben OKEY'im-Sen OKEY değilsin yaşam pozisyonu ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönlü bir ilişki bulgusu elde edilmiştir. Bu ilişkide rol oynayabilecek ara değişkenlerin varlığının ortaya çıkarılmasına yönelik gerçekleştirilecek çalışmalar hem literatür hem de uygulayıcılar açısından önemli görülmektedir.