MLQ

Questionario sul significato della vita (MLQ)

L'MLQ è un questionario di autovalutazione che misura due dimensioni essenziali del significato nella vita: la Presenza di significato (quanto una persona percepisce la propria vita come significativa) e la Ricerca di significato (quanto una persona è attivamente alla ricerca di un significato per la propria vita). È ampiamente utilizzato in psicologia positiva, nel counseling e nella ricerca sul benessere.

Numero di domande	10 domande
Durata stimata	5 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Meaning in Life Questionnaire
Destinatari	Adulti, adolescenti
Autori	Michael F. Steger, Patricia Frazier, Shigehiro Oishi, Matthew Kaler (2006)
Categoria	Generale

Anteprima delle 10 domande

Comprendo il significato della mia vita.

Assolutamente falso | Per lo più falso | Piuttosto falso | Non so dire se sia vero o falso | Piuttosto vero | Per lo più vero | Assolutamente vero

Sto cercando qualcosa che dia significato alla mia vita.

Assolutamente falso | Per lo più falso | Piuttosto falso | Non so dire se sia vero o falso | Piuttosto vero | Per lo più vero | Assolutamente vero

Sono sempre alla ricerca del senso della mia vita.

Assolutamente falso | Per lo più falso | Piuttosto falso | Non so dire se sia vero o falso | Piuttosto vero | Per lo più vero | Assolutamente vero

La mia vita ha un chiaro senso di scopo.

Assolutamente falso | Per lo più falso | Piuttosto falso | Non so dire se sia vero o falso | Piuttosto vero | Per lo più vero | Assolutamente vero

Ho un'idea chiara di ciò che rende la mia vita significativa.

Assolutamente falso | Per lo più falso | Piuttosto falso | Non so dire se sia vero o falso | Piuttosto vero | Per lo più vero | Assolutamente vero

Scoring e interpretazione

Ogni item è valutato su una scala Likert a 7 punti (1 = assolutamente falso, 7 = assolutamente vero). I punteggi si suddividono in due sottoscale distinte: Presenza (item dispari) e Ricerca (item pari) di significato nella vita. Il punteggio di ciascuna sottoscala si ottiene sommando le risposte corrispondenti. Punteggi più alti indicano una maggiore presenza o ricerca di significato.