PIL

Test av mening og formål i livet (PIL)

Test av mening og formål i livet (PIL) er et selvrapporteringsskjema som måler en persons opplevelse av mening og formål i livet, basert på Viktor Frankls eksistensielle modell. Det undersøker personens evne til å gi livet sitt mening, som er en viktig indikator på psykisk velvære og motstandskraft.

Antall spørsmål	20 spørsmål
Estimert tid	10 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Purpose in Life Test
Målgruppe	Voksne
Forfattere	James Crumbaugh, Leonard Maholick (1964)
Kategori	Generelt

Forhåndsvisning av de 20 spørsmålene

Jeg er vanligvis:

1 - helt uttråkket | 2 | 3 | 4 - nøytral | 5 | 6 | 7 - sprudlende, entusiastisk

Livet virker for meg:

7 - alltid spennende | 6 | 5 | 4 - nøytral | 3 | 2 | 1 - helt rutinepreget

I livet har jeg:

1 - ingen mål eller hensikter i det hele tatt | 2 | 3 | 4 - nøytral | 5 | 6 | 7 - svært klare mål og hensikter

Min personlige tilværelse er:

1 - fullstendig meningsløs, uten hensikt | 2 | 3 | 4 - nøytral | 5 | 6 | 7 - svært målrettet og meningsfull

Hver dag er:

7 - stadig ny og annerledes	6	5	4 - nøytral	3	2	1 - nøyaktig lik

Skåring og tolkning

Hvert ledd vurderes på en Likert-skala med 7 punkter. Skårene summeres til en samlet totalskår (variasjonsbredde: 20 til 140). En høy skår viser en tydelig opplevelse av mening i livet, mens en lav skår tyder på mangel på formål eller eksistensiell retning.