PIL

Levensdoeltest (PIL)

De PIL is een zelfrapportagevragenlijst die meet hoe iemand de zin en het doel van het eigen leven ervaart, gebaseerd op het existentiële model van Viktor Frankl. De vragenlijst onderzoekt het vermogen om zin te geven aan het eigen leven, een belangrijke indicator van psychisch welbevinden en veerkracht.

Aantal vragen	20 vragen
Geschatte duur	10 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Purpose in Life Test
Doelgroep	Volwassenen
Auteurs	James Crumbaugh, Leonard Maholick (1964)
Categorie	Algemeen

Voorbeeld van de 20 vragen

Ik ben meestal:

1 - volkomen verveeld | 2 | 3 | 4 - neutraal | 5 | 6 | 7 - uitgelaten, enthousiast

Het leven lijkt mij:

7 - altijd boeiend | 6 | 5 | 4 - neutraal | 3 | 2 | 1 - volkomen routinematig

In het leven heb ik:

1 - helemaal geen doelen of streefpunten | 2 | 3 | 4 - neutraal | 5 | 6 | 7 - zeer duidelijke doelen en streefpunten

Mijn persoonlijke bestaan is:

1 - volkomen zinloos, zonder doel | 2 | 3 | 4 - neutraal | 5 | 6 | 7 - zeer doelgericht en zinvol

Elke dag is:

7 - steeds nieuw en anders	6	5	4 - neutraal	3	2	1 - precies hetzelfde

Scoring en interpretatie

Elk item wordt beoordeeld op een Likertschaal met 7 punten. De scores worden opgeteld tot een totaalscore (bereik: 20 tot 140). Een hoge score wijst op een duidelijk ervaren zin in het leven, terwijl een lage score wijst op een gebrek aan doel of existentiële richting.