

PrevisionGroup  
the presentation of  
Purpose-in-Life Test  
(PIL)

The Purpose-in-Life Test (PIL) was created for wide Internet audience. The test (the test time is about 10 minutes) is intended for advisory work and complex psychological diagnostics, can use for testing of teenagers and adults, aged 15 to 75.

Viktor Frankl (1959) was one of the first to emphasize the importance of studying meaning in life within psychology. Based on his experience in a World War II concentration camp, Frankl concluded that the primary motivation in humans is a 'will to meaning'. In his private practice as a psychiatrist, he found a large number of his patients suffered from symptoms of boredom, feelings of emptiness, and a lack of purpose in their life. He labelled this syndrome 'existential vacuum' or 'noogenic neurosis'.

Surveys are the most common assessment tool for the study of purpose, and Viktor Frankl (1959) developed the first psychological survey of purpose in life. Called the Frankl Questionnaire, this self-report measure consists of a relatively informal set of 13 questions. It was created to both assess Frankl's Will to Meaning assumption and to evaluate the degree of purpose present among his patients. He believed that when individuals were unable to find a purpose for their lives they suffered varying degrees of existential frustration, typically manifest as boredom, apathy, or depression. According to Frankl approximately 20% of patients seeking psychological counseling suffer from a severe lack of purpose in life (noogenic neurosis) and 55% of the general public suffers from at least some degree of purposelessness (existential vacuum) (Crumbaugh and Maholick 1964; Crumbaugh 1968). Frankl used his measure for clinical rather than research purposes.

Crumbaugh and Maholick agreed that the Frankl Questionnaire was limited as a research tool, so they created a new survey of purpose designed to apply "the principles of existential philosophy to clinical practice" (Crumbaugh and Maholick 1964, p. 200). In consultation with Frankl, Crumbaugh and Maholick (1964) developed the most widely used measure of purpose to date (Pinquart 2002). Their Purpose in Life Test (PIL) improves upon the Frankl Questionnaire, and as such it relies on Frankl's conception of purpose, or "the ontological significance of life from the point of view of the experiencing individual" (Crumbaugh and Maholick 1964, p. 201), and tests Frankl's Will to Meaning assumption (Crumbaugh and Maholick 1964, 1981).

The PIL consists of three parts: parts A, B and C. Since only part A is objectively scored, it is the only part that is regularly used in empirical studies of purpose. Part B asks participants to complete 13 sentences about purpose and Part C asks them to compose a paragraph about their personal aspirations. Part A originally consisted of 25-items, but following pilot tests about half of the items were discarded or revised and new questions were added. A 22-item measure resulted (Crumbaugh and Maholick 1964). For simplicity sake, two-reverse scored items are typically omitted in empirical studies using the PIL, leaving a 20-item measure (Crumbaugh 1968; Crumbaugh and Maholick 1981).

The test target: the Purpose-in-Life Test (PIL) allows to assess perceived meaning in your life and there is very useful tool for advisory work of psychologist!

# Purpose-in-Life Test (PIL)

Тест смысложизненных ориентаций - Условия теста

Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) является адаптированной версией теста «Цель в жизни» (Purpose-in-Life Test, PIL) Джеймса Крамбо и Леонарда Махолика. Методика была разработана авторами на основе теории стремления к смыслу и логотерапии Виктора Франкла (Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990) и преследовала цель эмпирической валидации ряда представлений этой теории, в частности представлений об экзистенциальном вакууме и ноогенных неврозах. Суть этих представлений заключается в том, что неудача в поиске человеком смысла своей жизни (экзистенциальная фрустрация) и вытекающее из нее ощущение утраты смысла (экзистенциальный вакуум) являются причиной особого класса душевных заболеваний - ноогенных неврозов, которые отличаются от ранее описанных видов неврозов. Первоначально авторы стремились показать, что а) методика измеряет именно степень «экзистенциального вакуума» в терминах Франкла; б) последний характерен для психически больных и в) он не тождествен просто психической патологии (Crumbaugh, Maholick, 1964, p.201). «Цель в жизни», которую диагностирует методика, авторы определяют как переживание индивидом онтологической значимости жизни (Crumbaugh, Maholick, 1964, p.201).

По имеющимся на сегодняшний день данным, «Цель в жизни» не обнаруживает устойчивых связей с полом, возрастом, уровнем образования, IQ, религиозностью и доходом. В. Франкл рассматривает это обстоятельство как подтверждение его положения о том, что смысл жизни может быть найден любым человеком (Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990). Вместе с тем были выявлены значимые корреляции теста Крамбо и Махолика с целым рядом психологических переменных, из которых мы назовем лишь некоторые.

Разные авторы сообщают противоречивую информацию о связи «Цели в жизни» с разными шкалами MMPI. Единственная устойчивая связь, воспроизводящаяся во всех исследованиях - отрицательная корреляция со шкалой депрессии. С этим согласуются и воспроизведенные в разных исследованиях отрицательные корреляции теста с опросниками, измеряющими аномию.

Значимой оказалась связь результатов теста со шкалой социальной желательности Марлоу-Кроуна. Специальная экспериментальная процедура позволила установить, что степень влияния социальной желательности на результаты теста зависит от конкретной ситуации тестирования, но, в любом случае, это влияние следует брать в расчет.

Тест смысложизненных ориентаций включает, наряду с общим показателем осмысленности жизни, также пять субшкал, отражающих три конкретных смысложизненных ориентации (Цели в жизни; Процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни; Результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией) и два аспекта локуса контроля (Локус контроля-Я (Я - хозяин жизни); Локус контроля-жизнь, или управляемость жизни).

Корреляционный анализ шкал методики СЖО с опросником уровня субъективного контроля (УСК) (Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А., Эткин А.М. Метод исследования уровня субъективного контроля // Психологический журнал, 1984, т.5, №3. С. 152-162) и самоактуализационным тестом (САТ) (Гозман Л.Я.,

Начало теста

Professional  
e Pack 3)

ПУСК

Мой компьютер

Панель управления

Тест смысложизнен...

Безымянный - Paint

EN

19:21

# Purpose-in-Life Test (PIL)



Тест смысложизненных ориентаций - Информация о тебе

Имя и фамилия  
Джон Смит

Возраст  
21

Пол  
 М  Ж

Дата тестирования  
05.01.2015

OK

Windows XP Professional  
Сборка 2600.xpsp.080413-2111 (Service Pack 3)



Мой компьютер

Панель управления

Тест смысложизнен...

pic00.JPG - Paint

EN



19:23

# Purpose-in-Life Test (PIL)

Тест смысложизненных ориентаций - Тест

Инструкция: Вам будут предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача - выбрать одно из двух утверждений, которое, по Вашему мнению больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр 1, 2, 3 нажатием соответствующей кнопки, в зависимости от того, насколько Вы уверены в выборе (или 0, если оба утверждения на Ваш взгляд одинаково верны).

## Вопросы теста 1-5

1. Обычно мне очень скучно.

3 2 1 0 1 2 3

2. Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей.

3 2 1 0 1 2 3

3. В жизни я не имею определенных целей и намерений.

3 2 1 0 1 2 3

4. Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной.

3 2 1 0 1 2 3

5. Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие.

3 2 1 0 1 2 3

1. Обычно я полон энергии.

2. Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной.

3. В жизни я имею очень ясные цели и намерения.

4. Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной.

5. Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие.

< Назад

Далее >

ПУСК

Мой компьютер

Панель управления

Тест смысложизнен...

pic01.JPG - Paint

EN



19:23

Professional  
Pack 3

# Purpose-in-Life Test (PIL)

Тест смысложизненных ориентаций - Результат теста

Файл Правка Вид

Описание субшкал PIL

Субшкала 1 - Цели

Субшкала 2 - Процесс

Субшкала 3 - Результат

Субшкала 4 - ЛК-Я

Субшкала 5 - ЛК-жизнь

## ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ

Обработка результатов тестирования выполняется программой автоматически. Для обработки результатов исследования программой используется матрица-ключ на основе «Ключей шкал теста смысложизненных ориентаций (СЖО)». Цифры в матрице-ключе соответствуют номеру вопроса, обозначения «1», «2», «3», «4» и «5» указывают, на какую шкалу направлен данный вопрос. Для подсчета баллов отмеченные испытуемым позиции на симметричной шкале 3 2 1 0 1 2 3 переводятся с использованием матрицы-ключа в оценки по восходящей или нисходящей асимметричной шкале. В восходящую шкалу 1 2 3 4 5 6 7 переводятся пункты 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17. В нисходящую шкалу 7 6 5 4 3 2 1 переводятся пункты 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20. После этого суммируются баллы асимметричных шкал, соответствующие позициям, отмеченным испытуемым для пунктов теста, что дает нам суммарный балл или первичные оценки (П.О.) по соответствующим субшкалам и общему показателю ОЖ теста.

Для интерпретации данных, полученный суммарный балл по каждой субшкале и общий показатель ОЖ с учетом пола испытуемого сравнивается с нормативными данными (Нормативные данные - средние ( $\bar{X}$ ), среднее квадратическое отклонение ( $\sigma$ ) и нормативные диапазоны ( $\bar{X} \pm \sigma$ ) для мужчин (М) и женщин (Ж) по каждой субшкале и для общего показателя ОЖ в отдельности).

Суммарный балл (П.О.) по субшкалам и для общего показателя ОЖ

Суммарный балл (П.О.) по субшкале 1 (от 6 до 42 баллов): 36;  
Суммарный балл (П.О.) по субшкале 2 (от 6 до 42 баллов): 24;  
Суммарный балл (П.О.) по субшкале 3 (от 5 до 35 баллов): 23;  
Суммарный балл (П.О.) по субшкале 4 (от 4 до 28 баллов): 10;  
Суммарный балл (П.О.) по субшкале 5 (от 6 до 42 баллов): 30;

Суммарный балл (П.О.) для общего показателя ОЖ

В начало теста

Выйти из теста

Professional  
Pack 3)

ПУСК

Мой компьютер

Панель управления

Тест смысложизнен...

pic02.JPG - Paint

EN

19:26

# Purpose-in-Life Test (PIL)

Тест смысложизненных ориентаций - Результат теста

Файл Правка Вид

Описание субшкал PIL

Субшкала 1 - Цели      Субшкала 2 - Процесс      Субшкала 3 - Результат

Субшкала 4 - ЛК-Я      Субшкала 5 - ЛК-жизнь

Тест смысложизненных ориентаций - Описание субшкал PIL

Субшкала 1 - Цели

Цели в жизни. Баллы по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Низкие баллы по этой шкале даже при общем высоком уровне ОЖ будут присущи человеку, живущему сегодняшним или вчерашним днем. Вместе с тем высокие баллы по этой шкале могут характеризовать не только целеустремленного человека, но и прожектера, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эти два случая несложно различить, учитывая показатели по другим шкалам СЖО.

OK

Суммарный балл (П.О.) по субшкале 1 (от 6 до 42 баллов): 36;  
Суммарный балл (П.О.) по субшкале 2 (от 6 до 42 баллов): 24;  
Суммарный балл (П.О.) по субшкале 3 (от 5 до 35 баллов): 23;  
Суммарный балл (П.О.) по субшкале 4 (от 4 до 28 баллов): 10;  
Суммарный балл (П.О.) по субшкале 5 (от 6 до 42 баллов): 30;

Суммарный балл (П.О.) для общего показателя ОЖ

В начало теста      Выйти из теста



# Purpose-in-Life Test (PIL)

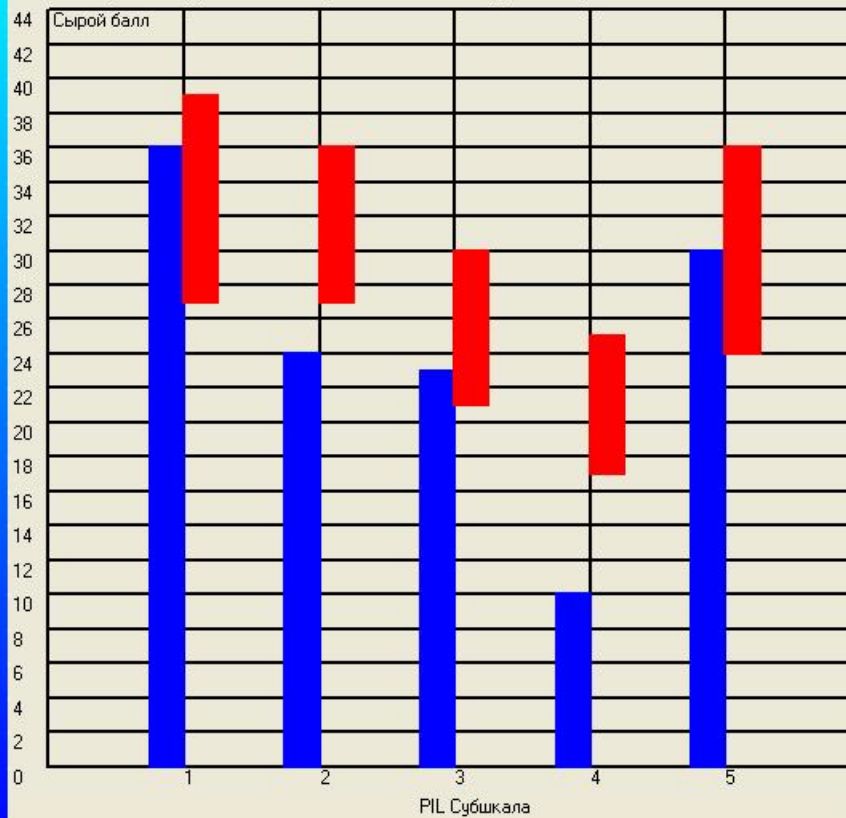
Тест смысложизненных ориентаций - Результат теста

Тест смысложизненных ориентаций - Диаграмма PIL

Правка Вид

Тест смысложизненных ориентаций - Диаграмма PIL

Имя и фамилия: Джон Смит Возраст: 21 Пол: М Дата тестирования: 05.01.2015



Субшкала 1 - Цели

Цели в жизни. Баллы по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Низкие баллы по этой шкале даже при общем высоком уровне ОЖ будут присущи человеку, живущему сегодняшним или вчерашним днем. Вместе с тем высокие баллы по этой шкале могут характеризовать не только целеустремленного человека, но и прожектера, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эти два случая несложно различить, учитывая показатели по другим шкалам СЖО.

Субшкала 2 - Процесс

Процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни. Содержание этой шкалы совпадает с известной теорией о том, что единственный смысл жизни состоит в том, чтобы жить. Этот показатель говорит о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать гедониста, живущего сегодняшним днем. Низкие баллы по этой шкале - признак неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; при этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность в будущее.

Субшкала 3 - Результат

Результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией. Баллы по этой шкале отражают оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. Высокие баллы по этой шкале

В начало теста

Выйти из теста

Professional  
Pack 3)

ПУСК

Мой компьютер

Панель управления

Тест смысложизнен...

pic04.JPG - Paint

EN

19:28

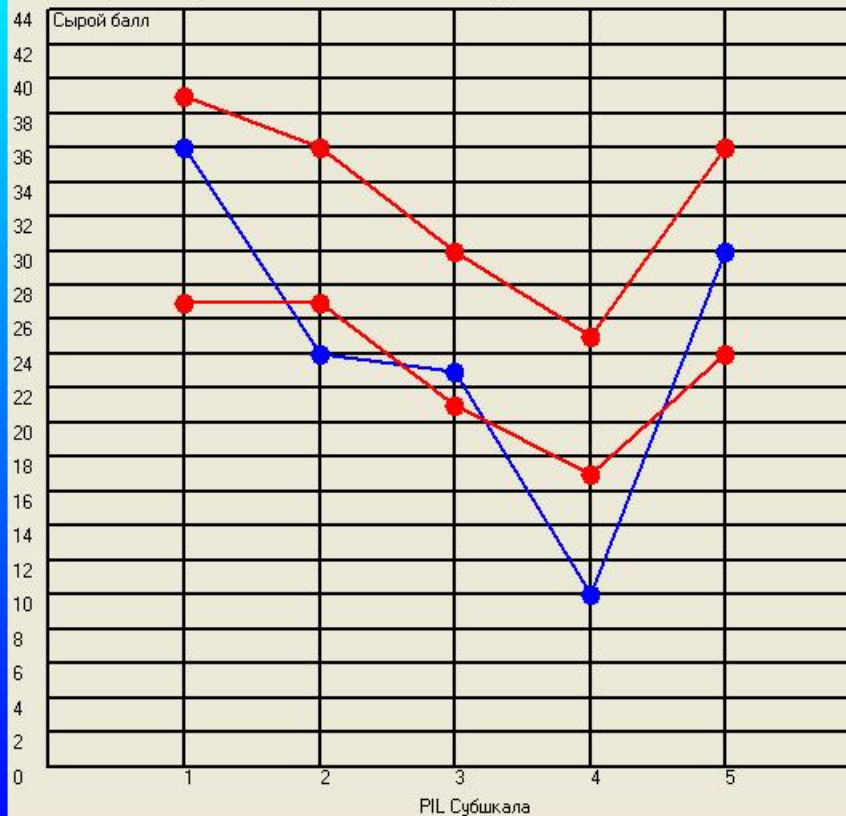
# Purpose-in-Life Test (PIL)

Тест смысложизненных ориентаций - Результат теста

Тест смысложизненных ориентаций - Диаграмма PIL

Правка Вид

Тест смысложизненных ориентаций - Диаграмма PIL  
Имя и фамилия: Джон Смит Возраст: 21 Пол: М Дата тестирования: 05.01.2015



## Субшкала 1 - Цели

Цели в жизни. Баллы по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Низкие баллы по этой шкале даже при общем высоком уровне ОЖ будут присущи человеку, живущему сегодняшним или вчерашним днем. Вместе с тем высокие баллы по этой шкале могут характеризовать не только целеустремленного человека, но и прожектера, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эти два случая несложно различить, учитывая показатели по другим шкалам СЖО.

## Субшкала 2 - Процесс

Процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни. Содержание этой шкалы совпадает с известной теорией о том, что единственный смысл жизни состоит в том, чтобы жить. Этот показатель говорит о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать гедониста, живущего сегодняшним днем. Низкие баллы по этой шкале - признак неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; при этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность в будущее.

## Субшкала 3 - Результат

Результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией. Баллы по этой шкале отражают оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. Высокие баллы по этой шкале

В начало теста

Выйти из теста

Professional  
Pack 3)

ПУСК

Мой компьютер

Панель управления

Тест смысложизнен...

pic05.JPG - Paint

EN

19:29