

## **AZ ÉLETCÉL KÉRDŐÍV MAGYAR VÁLTOZATÁNAK JELLEMZŐI**

**KONKOLY THEGE BARNA<sup>1\*</sup> – MARTOS TAMÁS<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Semmelweis Egyetem, Magatartástudományi Intézet, Budapest

<sup>2</sup>Pázmány Péter Katolikus Egyetem, Pszichológiai Intézet, Piliscsaba

(Beérkezett: 2006. július 10.; elfogadva: 2006. július 15.)

Tanulmányunkban a Crumbaugh és Maholick-féle Életcél Kérdőív (Purpose in Life Test – PIL) magyarországi adaptációjának eredményeit mutatjuk be. A vizsgálatban 343 fő vett részt, átlagéletkoruk 33 év volt. A validáláshoz a Rövidített Beck Depresszió Kérdőívet, a Rövidített Aspirációs Indexet, az Élettel Való Elégedettség Skálát, és egy további, az adaptálni kívánt kérdőívvel azonos konstruktumot mérni hivatott, de hazánkban még nem validált mérőeszközt, az Egzisztencia-skála rövidített verzióját használtuk. Az Életcél Kérdőív belső megbízhatósága igen jónak bizonyult. Noha a pusztán statisztikai szempontból értelmezett főkomponens-elemzés 4 faktort is kimutatott, az eredmények gyakorlati szempontból mégis inkább a kérdőív unidimenzionalitásának irányába mutatnak. A kérdőív az elvárásoknak megfelelő irányú, közepes erősségű kapcsolatot mutatott az összes, validáláshoz használt mérőeszközzel. A kérdőív magyar változata a külföldi adatokkal összevetve is megbízható és érvényes mérőeszköznek bizonyult az élet – Viktor Frankl fogalmának megfelelően értelmezett – értelmességének mérésében.

**Kulcsszavak:** Crumbaugh és Maholick-féle Életcél Kérdőív (PIL), élet értelmessége, depresszió, jóllét, aspirációk

Az elmúlt bő négy évtizedben számos mérőeszközt dolgoztak ki a pszichológiában annak megragadására, hogy valaki mennyire érzi életének egyes mozzanatait, illetve annak egészét értelmesnek. Ezek közül azonban még ma is az Egyesült Államokban elsőként kidolgozott mérőeszközt, a Crumbaugh és Maholick-féle (1964) Életcél Kérdőívet (Purpose in Life

---

\* Levelező szerző: Konkoly Thege Barna, Semmelweis Egyetem, Magatartástudományi Intézet, 1089 Budapest, Nagyvárad tér 4. E-mail: konkolyt@freemail.hu

Test – PIL) használják legelterjedtebben. Jelen munkánkban e kérdőív hazai adaptációját kívánjuk bemutatni.

Hangsúlyozzuk, hogy noha neve pusztán a célokat hangsúlyozza, a kérdőív mégis a Viktor Frankl által megfogalmazott értelmesség-konstrukum egészét kívánja lefedni, melynek csak egy – noha kiemelkedően fontos – része a megfelelő (élet)célok kitűzése és megvalósítása. Az életet értelmessé tévő tényezők között tart számon a Frankl által alapított logoterápia és egzisztencia-analízis olyan attitűdöket is, melyek nem a hétköznapi értelemben vett aktív cselekvést, hanem befogadóképességet, a már meglévő jó vagy az elkerülhetetlen rossz dolgokhoz való speciális viszonyulást jelentenek. Leath (1999) a különbséget úgy világítja meg, hogy aki életét értelmesként éli meg, az biztosan tudna mondani egy olyan kezdetű mondatot, hogy „Nagyra értékelem a...”; nem feltétlenül lenne kész viszont egy „Az a célom, hogy...”-jellegű mondat befejezésére. Ha az ember életét értelmetlennek tapasztalja meg, azzal elveszíti azt az érzést, hogy amit tesz, annak jelentősége, értéke van, s így végső soron motivációs bázisa emésztődik fel.

A mérőeszköz kifejlesztésének tehát az volt a célja, hogy operacionálizálni lehessen az értelmesség/értelmetlenség dimenzióját. Frankl (1996) szerint ugyanis az embernek alapvető igénye, hogy életét értelmessé élje meg, s ennek hiánya a pszichológiai/pszichiátriai problémák egyik jelentős kóroki tényezője, ezért e tényező mérhetővé tétele mind a megelőzéshez, mind a terápiához jelentős támpontokat adhat.

A mérőeszköz eredetileg 3 részből állt. Az A rész 20 tételt tartalmaz, általában ezt a részt azonosítják a kérdőívvel. A B rész 13 félmondatot tartalmaz (pl. „Mindennél jobban szeretnék...”), melyeket a vizsgálati személynek az első eszébe jutó gondolattal kell kiegészítenie. A C rész rövid esszéírási feladat, melyben a válaszadó céljairól, ezek elérésében tett eredményeiről, és arról számol be, hogy eddigi életének mi adott értelmet. A teszt B és C része évtizedek alatt sem váltott ki jelentős kutatói érdeklődést, így sem részletes értékelési szempontok, sem standardok nem állnak rendelkezésre értékelésükhöz (Crumbaugh és Henrion 1988). Ezért amikor a tanulmányok külön említés nélkül a „Purpose in Life test”-ről beszélnek, akkor mindig annak A részére utalnak; mi is csak ezzel foglalkozunk a továbbiakban.

Noha a tételek kialakítása teoretikus alapon történt, a publikálási adatok (Crumbaugh és Maholick 1964) alátámasztották a mérőeszköz belső megbízhatóságát (Spearman-Brown-együttható = 0,92). A későbbi kutatásokban már megjelent a belső reliabilitás ma legelterjedtebb mutatója is. Ezekben a teszt Cronbach-alfája igen magas, akár a 0,97-es értéket is elért (Reker és Fry 2003). A mérőeszköz teszt-reteszt megbízhatósága is

megfelelőnek bizonyult: időintervallumtól függően 0,68 (12 hetes intervallum; Reker 1977) és 0,83 (1 hetes intervallum; Meier és Edwards 1974) között változott.

A teszt 0,01-es szignifikanciaszinten különböztetett a vegyes diagnózisú pszichiátria beteg- és a normálpopuláció között, valamint különböző vizsgálati csoportokban 0,3–0,65-ös erősséggel, negatívan korrelált az MMPI depresszió-pontszámával (Crumbaugh és Maholick 1964; Crumbaugh 1968). Ezzel kapcsolatban már a szerzők is felvetik annak lehetőségét, hogy a kérdőív a depresszió indirekt mérőeszköze, valószínűnek látják azonban, hogy az összefüggés hátterében a depresszió és az értelmetlenség-érzés cirkuláris oksági kapcsolata áll, s így nem arról lenne szó, hogy a mérőeszköz által mértek pusztán a depresszió elemei volnának (Crumbaugh és Maholick 1964).

A PIL tételei Harlow és mtsai (1986) eredményei szerint 3, Chamberlain és Zika (1988a) kutatásában 4 (49% magyarázott összvariancia), Shek (1988) vizsgálatában 5 (51% magyarázott összvariancia), Reker és Cousins (1979) eredményei szerint 6 (61% magyarázott összvariancia) faktorba rendeződtek a főkomponens-elemzés során. A sokféleségnek azonban szemmel láthatóan az alkalmazott faktoranalitikus módszerek és az értelmezés szempontjainak különbözősége is oka.

Az Életcél Kérdőívet eddig a magyaron kívül legalább 6 nyelvre fordították le (Crumbaugh és Henrion 1988), és számos nemzetközi kutatást végeztek vele a pszichológia legkülönbözőbb területein. Több vizsgálat foglalkozott az életcélok, valamint az élet értelmességének megélt szintje és az addiktív magatartások kapcsolatával (pl. Padelford 1974; Gruner 1984; Kinnier és mtsai 1994; Nicholson és mtsai 1994; Noblejas de la Flor 1997; Rahman 2001; Marsh és mtsai 2003). Más vizsgálatok az Életcél Kérdőív segítségével az értelmességérzés és a pszichológiai jóllét (Chamberlain és Zika 1988b; Harlow és Newcomb 1990; Zika és Chamberlain 1992), a szorongás és a kontrollhely (Yarnell 1971), egyes egészségvédő magatartások (Wells és mtsai 2002), vagy éppen a neuropszichológiai rehabilitáció sikeres kimenetelének kapcsolatát (Thompson és mtsai 2003) vették górcső alá. Az öngyilkossági szándék és magatartás, valamint az értelmetlenség érzetének kapcsolatát is többen vizsgálták az Életcél Kérdőív segítségével (Harlow és mtsai 1986; Harlow és mtsai 1987; Edwards és Holden 2003).

Hazánkban tudomásunk szerint ez idáig nem végeztek publikált kutatást a kérdőív teljes szövegével. A teszt 2., 3., illetve 4. módosított tétele azonban számos alkalommal szerepelt a Semmelweis Egyetem Magatartástudományi Intézetének országos lakossági felméréseiben (Kopp és Skrabski 1992; Kopp és mtsai 1998; Kopp és Kovács 2006). Ezekben az

esetekben az epidemiológiai kutatások módszertana szükségessé tette, hogy az eredeti kérdőív szerkezet és a skála leegyszerűsödjön: így négyfokú skálával (egyáltalán nem jellemzőtől a teljesen jellemzőig) történt a következő állítások megítélése:

Általában unatkozom. (1. tétel alapján)

Nincsenek életcéljaim. (3. tétel alapján)

Minden egyes nap újszerű és különböző. (5. tétel alapján)

Megbízható vagyok. (13. tétel alapján)

A fenti vizsgálatok mindegyike alátámasztotta, hogy az élet értelmesebbé váló megélése jobb pszichológiai funkcionálással, és így jobb életminőséggel jár együtt. Jelen vizsgálat az eredeti szerkezetű, teljes kérdőív magyar változatával végzett vizsgálatunk eredményeinek ismertetését tűzte ki céljául.

## MÓDSZER

### Minta

Jelen keresztmetszeti vizsgálatban 343 fő vett részt, akiknek a vizsgálatba történő bevonása a Pázmány Péter Katolikus Egyetem pszichológus hallgatóinak segítségével történt. A mintában így – noha valamennyivel magasabb a hívők aránya egy átlagos magyar mintában várhatónál –, vizsgálati személyeink többsége mégsem sorolható az aktív vallásgyakorlók közé: 81,5%-uk állította ugyanis, hogy csak különleges alkalmakkor vagy soha nem jár templomba.

A minta 47,5%-a (163 fő) volt nő, 51,9%-a (178 fő) férfi, két válaszadó neme nem ismert. Az átlagéletkor 33 év volt (szórás: 14,6 év). A vizsgálati személyek közül 5,8% (20 fő) végzettsége nem haladta meg az általános iskolait, 66,2% (227 fő) rendelkezett középiskolai, 26,2% (90 fő) felsőfokú végzettséggel, 6 fő végzettsége nem ismert. Igyekeztünk többféle településen lakókat megkeresni: 10 fő lakott 1000-nél kisebb lélekszámú településen, 83 válaszadó 1000–10 000 fős, 79 személy 10 000–100 000 fős településen, 168 válaszadó 100 000-nél nagyobb lélekszámú városban. Az egy főre eső nettó havi jövedelem a vizsgálati személyek 5%-ánál (17 fő) volt kevesebb mint 30 000 Ft, 25,7% esetében (88 fő) 30–60 000 Ft, 24,2%-nál (83 fő) 60–90 000 Ft, 17,2%-nál (59 fő) 90–120 000 Ft, 8,2% esetében (28 fő) 120–150 000 Ft, 5,2%-nál (18 fő) 150–180 000 Ft, míg 8,7%-uknál (30 fő) 180 000 Ft feletti volt.

Az elemzéseket az SPSS 13.0 (SPSS Inc, Chicago, Illinois, USA) statisztikai programcsomaggal végeztük. Két csoport összehasonlítására független mintás t-próbát, három csoport összehasonlítására egy szem-

pontos varianciaanalízist használtunk, intervallumskálájú változóink kapcsolatvizsgálatára pedig Pearson-féle korrelációs együtthatót számoltunk.

### Mérőeszközök

#### *Életcél Kérdőív*

Az Életcél Kérdőív eredetileg 20 tétel, 7 fokú skálával működő attitűdmérő eszköz. A tételek olyan jellemzők megragadására irányulnak, mint az életcélok világossága, az egyéni élet értékéhez és a halálhoz való viszonyulás, az unalom, a jelenben való elmerülni tudás, valamint néhány tényező a kontroll-érzés és az énhatékonyság területéről. Egyik fontos jellemzője, hogy az egyes pontértékeknek nincs állandó jelentése, hanem az tételről tételre változik. Pl.

#### 11. Ha az életemre gondolok,

1	2	3	4	5	6	7
gyakran tűnődöm azon, hogy egyáltalán miért is élek.			(semleges)	mindig látom, hogy miért vagyok a világon.		

Itt jegyezzük meg azonban, hogy angol nyelvterületen használatos a tesztnek a mai mérőeszközökhöz hasonló formája is (pl. Harlow 1986), melyben a skála minden tételnél azonos, és a tételeknek csak egy végpontja van (pl. „Az életem csordultig tele van izgalmas, jó dolgokkal”). Mi az eredeti változatot honosítottuk, mert egyetértünk az eredeti szerzőkkel abban, hogy ez a forma – noha bonyolultabb – jobban fenntartja a vizsgálati személyek figyelmét, és több támpontot ad nekik egy-egy kérdés megválaszolásához. A tételek közül 9 fordított, de ez inkább csak a válaszbeállítódás kiszűrése szempontjából jelentős, hiszen mind a 20 tételnél szerepel pozitív és negatív tartalom egyaránt. A fordított tételek alább látható szerkesztési módja miatt a pontozás egyszerűsödik: a skálaérték a személy által megjelölt számok összege (20 – 140).

#### 15. A halálra

7	6	5	4	3	2	1
felkészültem és nem félek tőle.			(semleges)	nem készültem fel és félek tőle.		

Az eredeti, Crumbaugh és Maholick (1964) által publikált szerkezetű Életcél Kérdőívet először három független fordítóval magyarra fordítottuk. Ezután egy független szakértő észrevételeit figyelembe véve a fordítók megállapodtak egy közös változatban. Ennek megfelelő voltát újabb független, több évig Angliában élt fordító által készített visszafordítás segítségével ellenőriztük.

Munkánknak azonban nemcsak a minél szöveghűbb fordítás, hanem a hazai alkalmazhatóság is célja volt, ezért egy helyen tudatosan eltértünk az eredeti szövegtől. A 7. tételnél (Nyugdíjasként, ha tehetném, végre csinálnék valami érdekeset, amire mindig is vágytam / végre életem végéig csak lazítanék) beszúrtuk a „ha tehetném” kitétel, mivel úgy véltük, hogy e nélkül a hazai gazdasági körülmények között a tétel sokak számára teljesen életszerűtlen lenne.<sup>1</sup>

#### *Rövidített Beck Depresszió Kérdőív*

A 9 tételes, 4-fokú Likert-skálával rendelkező Rövidített Beck Depresszió Kérdőív a depresszió olyan tüneteire kérdez rá, mint a szociális visszahúzódás, döntésképtelenség, alvászavar, fáradékonyság, túlzott aggodás a testi tünetek miatt, munkaképtelenség, pesszimizmus, az elégedettség és az öröm hiánya, valamint önvádolás (Rózsa és mtsai 2001). A magasabb pontszámok több depressziós tünetre utalnak. A kérdőív belső megbízhatósága mintánkban is megfelelő volt (Cronbach-alfa = 0,78).

#### *Aspirációs Index rövidített változata*

A Kasser és Ryan-féle (1996) Aspirációs Index (Aspiration Index) a hosszú távú általános célok felmérésére szolgáló mérőeszköz. Az aspirációk törekvések, melyek a személy életének alapvető irányultságát jelzik. Az 5-fokú Likert-skálával rendelkező kérdőív célja, hogy az intrinzik, belülről motivált aspirációk (pl. tartalmaz emberi kapcsolatok, személyes növekedés és a közösség iránti elkötelezettség), illetve extrinzik, külső jutalmak által motivált aspirációk (pl. gazdagság, hírnév és megjelenés) relatív erősségét mérje. Az itt használt, 14 tételes, rövidített változat kidolgozása Martos és munkatársai (2006) munkája. Az adatainkon végzett elemzések mind az extrinzik (Cronbach-alfa = 0,79), mind az intrinzik (Cronbach-alfa = 0,77) célokat mérő tételek homogenitását alátámasztják.

<sup>1</sup> Itt kívánjuk megjegyezni, hogy ez a tétel az USA-ban is komoly kritikát kapott (Garfield 1973), mivel a népesség egy jelentős része számára ott sem reális a gondtalan nyugdíjaslét élvezésének lehetősége. Hützell (1988) azt is megjegyzi, hogy sokszor magukban a válaszadókban is ellenérzést szül a kérdés eredeti formája.



*Élettel Való Elégedettség Kérdőív*

Az Élettel Való Elégedettség Kérdőív (Satisfaction With Life Scale – SWLS) öttételes, 7-fokú Likert-skálával rendelkező mérőeszköz, mely fókuszáltnan az élettel való globális elégedettséget méri, eltekintve olyan kapcsolódó tényezőktől, mint a magányosság vagy a pozitív affektivitás (Diener és mtai 1985). A kérdőív általunk használt, magyar változatával eddig nem készült publikált empirikus vizsgálat, azonban a tételek alacsony száma és egyszerűsége miatt ez meglátásunk szerint nem csorbítja érdemben jelen célra való használhatóságát. A mérőeszköz belső megbízhatósága vizsgálatunkban is kiváló volt (Cronbach-alfa = 0,89).

*Rövidített Egzisztencia-skála*

Az Egzisztencia-skála 46 tételes, 6-fokú Likert-skálával működő mérőeszköz. Az általa mért konstruktum az egzisztenciára való képesség, vagyis hogy a személy mind a saját, mind a számára idegen adottságokkal egy számára értelmes keretben bánni tud (Längle és mtai 2003); ez pedig nagyjában-egészében megfelel a frankli értelembeteljesítés koncepciójának. A mérőeszköz belső megbízhatóságát és faktorszerkezetét egy korábbi munkánkban (Konkolý Thege 2005) már elemeztük, a tesztrövidítés ezen vizsgálat adatain végzett tételanalízisen alapult. Az általunk rövidített 8 tételes verzió és a teljes változat együttjárása igen magas volt ( $r = 0,91$ ;  $p < 0,001$ ). A kérdőív belső megbízhatósága jelen mintában is megfelelőnek mutatkozott (Cronbach-alfa = 0,74).

**EREDMÉNYEK**

Az Életcél Kérdőív belső megbízhatósága kifogástalan volt (Cronbach-alfa = 0,90). Az összpontszám (1. táblázat) érdemben nem különbözött a már hivatkozott vizsgálatokban normál populációra kapott átlagoktól (104,1–110,3). A férfiak és a nők skálaértékei közti különbség mintánkban szignifikáns ( $p = 0,024$ ), de nem jelentős ( $t = 2,26$ ; Cohen- $d = 0,25$ ). Ez egyrészt nem feltétlenül mond ellent az elvárásoknak, hiszen a férfiak és nők értékrendszere között lehetnek szisztematikus különbségek,

1. táblázat. Az Életcél Kérdőív leíró adatai mintánkban

Nők (N = 173)		Férfiak (N = 161)		Teljes minta (N = 335)			
Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Tételek száma	Cronbach-alfa
101,4	16,9	105,5	16,4	103,4	16,7	20	0,897

melyek a következményes változókra – mint amilyen az értelmesség megélt szintje is – hatással lehetnek. Másrészt a tesztadaptáció nem megfelelő voltáról sem okvetlenül árulkodnak, hiszen a külföldi adatok is vegyesek e téren (Crumbaugh 1968; Meier és Edwards 1974; Reker és Cousins 1979).

Az Életcél Kérdőíven elért pontszámok a külföldi eredményekkel összhangban (Meier és Edwards 1974; Reker és Cousins 1979) nem függtek a vizsgálati személyek életkorától, az oktatásban eltöltött évek száma azonban – szintén a külföldi eredményekkel összhangban (Crumbaugh 1968) – már gyenge ( $r = 0,22$ ;  $p < 0,001$ ) kapcsolatot mutatott a PIL-értékekkel. A logoterápia és egzisztenciaanalízis feltevéseivel teljes összhangban – egy az egyesült államokbeli vizsgálattal (Crumbaugh 1968) viszont ellentétesen – a PIL-értékek nem álltak szignifikáns kapcsolatban az anyagi helyzettel. Szignifikáns kapcsolat ( $F = 5,34$ ;  $p < 0,005$ ) mutatkozott viszont a vallásosság és az összpontszám között az aktívabb templomba járók javára (2. táblázat).

2. táblázat. Az Életcél Kérdőív átlagértékei a templomba járás gyakorisága szerint

Hetente vagy gyakrabban (N = 61)		Csupán különleges alkalmakkor (N = 138)		Soha vagy szinte soha (N = 133)	
Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás
108,7	14,0	103,9	14,5	100,5	19,2

A bevezetőben már említett, hazánkban eddig használt rövidített-módosított változatok megalapozottságát saját, a teljes kérdőívet tartalmazó adatállományunkon ellenőriztük. Az 1. és a 13. tételből összeálló pontérték 0,69-es, az 1., a 13. és 5. tételből összeálló pontérték 0,82-es, a mind a 4 tételt tartalmazó összeállítás pedig 0,84-es (egyaránt  $p < 0,001$ ) erősséggel korrelált a teszt összpontszámával. Megjegyezzük azonban, hogy itt a vizsgálat természetéből adódóan az eredeti szerkezetű és szövegű kérdéseket vizsgáltuk. A fent megadott, módosított szerkezetű kérdések teljes kérdőívvel való kapcsolatának erősségét ez alapján csak becsülni tudjuk.

A jelen mintán végzett tételanalízis alapján azonban további kutatások esetében a 3. táblázatban látható sorrendben javasoljuk a tételek bevonását, amennyiben rövidítésre lenne szükség. Az első két megadott tétel pontszámainak összege így már 0,86-os, az első háromé 0,89-es, az első négy tétel skálaértéke pedig már 0,92-es erősséggel (rendre  $p < 0,001$ ) korrelál a teljes skála pontértékével. Az egész adaptációs eljárás helyességét támogatja, hogy a kínai változat tételanalízisében (Shek 1988) ugyanaz

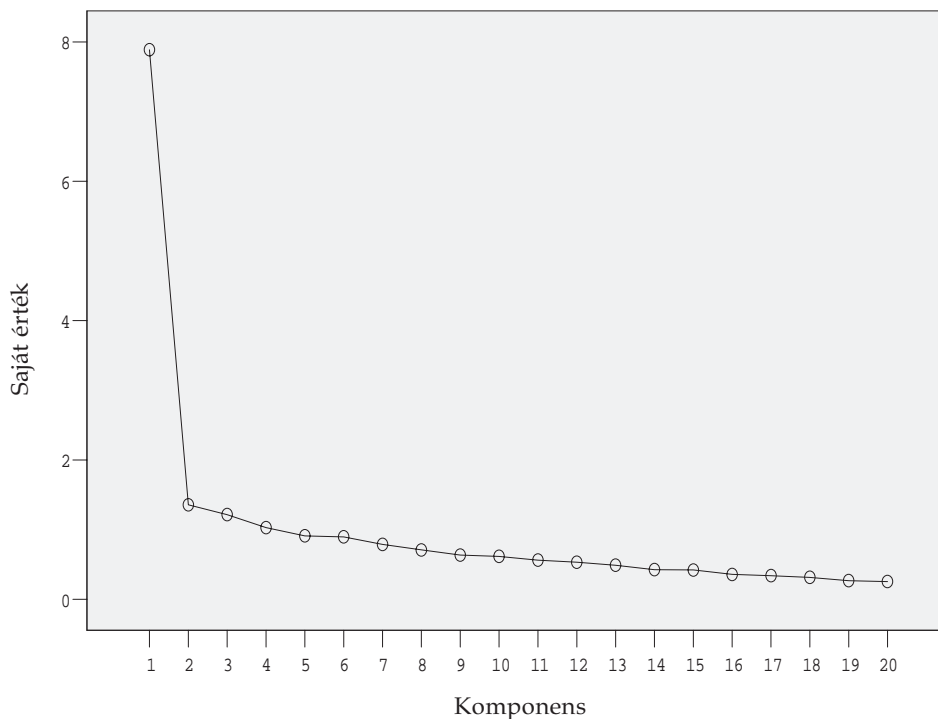


3. táblázat. Az Életcél Kérdőív tételeinek (az item-maradék korrelációk sorrendjében) átlaga, szórása a lehetséges rövidített változatok és az összpontszám korrelációjának ( $p < 0,001$ ) feltüntetésével

Item-maradék korreláció	Az addig felsorolt tételek pontösszegének korrelációja az összpontszámmal	Tétel	Átlag	Szórás
0,74	0,77	PIL_09	5,16	1,13
0,69	0,86	PIL_17	5,84	1,32
0,68	0,89	PIL_19	5,10	1,38
0,66	0,92	PIL_11	5,17	1,49
0,65	0,93	PIL_01	5,24	1,17
0,65	0,94	PIL_10	5,91	1,43
0,64	0,95	PIL_20	5,37	1,42
0,64	0,95	PIL_02	4,78	1,51
0,62	0,96	PIL_04	5,93	1,26
0,62	0,96	PIL_18	5,12	1,49
0,62	0,97	PIL_05	4,94	1,63
0,61	0,97	PIL_06	5,22	1,26
0,60	0,97	PIL_08	5,07	1,23
0,56	0,97	PIL_03	5,85	1,11
0,52	0,98	PIL_12	4,74	1,42
0,43	0,98	PIL_16	5,61	1,73
0,34	0,98	PIL_13	5,37	1,41
0,33	0,99	PIL_14	4,16	1,62
0,17	1,00	PIL_15	4,04	2,00
0,14	1,00	PIL_07	4,59	1,70

a 3 tétel volt a leggyengébb, mint jelen tanulmányban, és a legjobb 3 tétel közül is 2 egyezik.

A teszt 20 tételén végzett főkomponens-elemzés négy, egynél nagyobb sajátértékű komponenst eredményezett, a főfaktor által magyarázott variancia 39,4%, a továbbiaké rendre 6,8%, 6,1% és 5,1%; így az összes komponens által magyarázott összvariancia 57,4%. Ugyanakkor a 4. komponens mindössze egy tételt tartalmazott (7.), és a 2. és 3. komponensen tapasztalt töltések döntő többsége is pusztán az első faktor tételeinek ellentétes előjelű keresztöltése volt. Figyelembe véve továbbá a lej-tődiagramot (1. ábra), és az igen magas Cronbach-alfa-értéket, gyakorlati szempontból a kérdőív unidimenzionalitásának elfogadását tartjuk ésszerűnek. Elvégeztük ugyanezen elemzéseket a mintát nemek szerint kettébontva is, de érdemi különbséget így sem kaptunk a fentebb már ismertetettekhez képest.



1. ábra. Az Életcél Kérdőív magyar változatának lejtődiagramja (N = 335)

A 9 tételű, Rövidített Beck Depresszió Kérdőívvel az Életcélok Kérdőív korrelációja  $-0,61$ -es erősségűnek mutatkozott ( $p < 0,001$ ), ami teljes összhangban van Dyck (1987) eredményeivel, melyek szerint a teljes Beck Depresszió Kérdőív  $-0,58$ -as erősséggel járt együtt a PIL-pontszámokkal, vagyis az életüket értelmetlennek érzők nagyobb valószínűséggel számolnak be depressziós tünetekről, mint az életüket értelmesnek megélők.

Frankl elképzelései szerint az életet az teszi értelmessé, ha önmagunkon kívüli értékekre fordítjuk a figyelmünket. Ha az ember csak saját, szűkebb értelemben vett jóllétével törődik, az nem elégíti ki az értelmesség iránti vágyát. Ezért az elméletből az következik, hogy a Kasser-féle (Kasser és Ryan 1996) intrinzik célok dominanciájával az életben átélt értelmesség magasabb szintje kell hogy együttjárjon. Az adatok támogatják e feltételezést, és így a mérőeszköz konvergens validitását is. A Rövidített Aspirációs Index magyar változatának (Martos és mtsai 2006) ugyanis mind az intrinzik motivációt mutató pontértékével ( $r = 0,44$ ;  $p < 0,001$ ), mind az intrinzik aspirációknak az extrinzik célokhoz viszonyított súlyát kifejező aspirációs mutatóval ( $r = 0,34$ ;  $p < 0,001$ ) közepes

erősségű kapcsolatban álltak a PIL-értékek. E szerint – a Frankl-elméletből következőknek megfelelően – az életükben inkább „belső” értékek (pl. mély interperszonális kapcsolatok) által vezérelt személyek életüket értelmesebbnek élik meg, mint azok, akik döntően „külsődleges” célokat (anyagi jóllét, ismertség stb.) tartanak fontosnak.

Az Élettel Való Elégedettség Kérdőív és az Életcél Kérdőív erőteljes, szignifikáns kapcsolatban ( $r = 0,69$ ;  $p < 0,001$ ) álltak egymással, ami szintén összecseng a jóllét és az élet értelmességének szoros kapcsolatát mutató eddigi kutatásokkal. Vizsgált mérőeszközünk és a rövidített Egzisztencia-skála már kifejezetten erős ( $r = 0,76$ ;  $p < 0,001$ ) együttjárást mutatott. Ez ugyan nem perdöntő a rövidített Egzisztencia-skála még nem maradéktalanul tisztázott pszichometriai státusa folytán, azonban mégis további szempont lehet az Életcél Kérdőív konvergens validitásának igazolásához.

## MEGBESZÉLÉS

Az elemzett mintán az Életcél Kérdőív belső megbízhatósága kifogástalannak bizonyult. A konvergens és divergens validitást ellenőrizni hivatott elemzéseink alátámasztották a magyar változat konstruktum-validitását is. A kérdőív tehát a továbbiakban ajánlható elsősorban kutatási célokra, csoportok összehasonlítására az átélt élet frankli értelemben vett értelmességének szintjével kapcsolatban.

A konstruktum néhány egyéb mérőeszköztől eltérően viszont az Életcél Kérdőív nem javasolható egyéni diagnózisalkotáshoz, mivel Hutzell (1986, 1988) kritikájának jogosságát sajnos az azóta eltelt 20 év sem cáfolta meg: a kérdőív kritérium-validitása egyelőre sem a külföldi, sem a hazai kutatások alapján nem tekinthető minden kétséget kizáróan bizonyítottnak. A kérdőíves eredmények és az élet értelmessége megélt szintjének valamilyen objektív, de legalábbis nem kérdőíves kritériumával való összevetése továbbra is várat magára. Noha valóban az is kérdés, hogy egyáltalán mit tekinthetnénk jogosan külső kritériumnak (Crumbaugh és Henrion 1988), úgy véljük, hogy – esetleg logoterapeuták által levezetett – klinikai interjúkkal való összevetés további érdemi információkat szolgáltatna a mérőeszköz validitásáról.

További tisztázandó kérdés az élet értelmetlenként való átélésének és a depresszió kapcsolatának teoretikus és empirikus tisztázása. A két konstruktum közti – jelen vizsgálatban is megjelenő – magas együttjárás ugyanis a kezdetektől felveti azt a lehetőséget, hogy a kérdőív által mérni szándékozott dimenzió negatív pólusa – azaz az élet értelmességének

hiánya, Frankl kifejezésével az „egzisztenciális vákuum” – azonos a depresszióval, vagy legalábbis igen erős hasonlóságot mutat vele, s így a kérdőív voltaképpen pusztán a depresszió indirekt mérőeszköze volna (Crumbaugh 1968; Dyck 1987).

Mindent összevetve úgy véljük, hogy az Életcél Kérdőív itt ismertetett magyar változata értékes és jól használható eszköze lehet a hazai pszichológiai kutatásoknak.

## MELLÉKLET

### Az Életcél Kérdőív magyar változata

A következő állításokkal kapcsolatban karikázza be azt a számot, amelyet magára vonatkozóan a leginkább igaznak tart! Ehhez vegye figyelembe, hogy a számok egy-egy nagyon tiszta és egyértelmű érzéstől annak ellenkezőjéig terjednek. A „semleges” egyik irányban sem foglal állást. Próbálja ez utóbbi választ a lehető *legritkábban* használni!

#### 1. Általában

1	2	3	4	5	6	7
nagyon			(semleges)			feldobott
unatkozom.						és lelkes vagyok.

#### 2. Az élet számomra

7	6	5	4	3	2	1
mindig			(semleges)			teljesen
izgalmasnak tűnik.						rutinszerűnek tűnik.

#### 3. Az életben

1	2	3	4	5	6	7
egyáltalán nincsenek			(semleges)		nagyon világos	szándékaim
szándékaim vagy céljaim.					és céljaim vannak.	

#### 4. A létem

1	2	3	4	5	6	7
teljesen értelmetlen			(semleges)			rendelgetése és
és céltalan.						értelme van.

#### 5. Minden nap

7	6	5	4	3	2	1
új és különbözik			(semleges)			pont ugyanolyan,
a többitől.						mint a többi.

**6. Ha választhatnék,**

1	2	3	4	5	6	7
inkább meg sem születtem volna.			(semleges)		még vagy 100 ilyen életet szeretnék, mint a mostani.	

**7. Nyugdíjasként, ha tehetném,**

7	6	5	4	3	2	1
végre csinálnék valami érdekeset, amire mindig is vágytam.			(semleges)		végre életem végéig csak lazítanék.	

**8. Életcéljaim megvalósításában**

1	2	3	4	5	6	7
eddig semmit sem haladtam előre.			(semleges)		eddig mindent elértem.	

**9. Az életem**

1	2	3	4	5	6	7
üres, csupa kétségbeesés.			(semleges)		csordultig tele van izgalmas, jó dolgokkal.	

**10. Ha ma meg kellene halnom, úgy érezném,**

7	6	5	4	3	2	1
mindenképp megérte élni.			(semleges)		egyáltalán nem érte meg élni.	

**11. Ha az életemre gondolok,**

1	2	3	4	5	6	7
gyakran tűnődöm azon, hogy egyáltalán miért is élek			(semleges)		mindig látom, hogy miért vagyok a világon.	

**12. Ha a világhoz fűződő viszonyomat nézem, a világ**

1	2	3	4	5	6	7
zavaros és érthetetlen számomra.			(semleges)		értelmes összhangban van az életemmel.	

**13. Én**

1	2	3	4	5	6	7
nagyon felelőtlen ember vagyok.			(semleges)		nagyon felelősségteljes ember vagyok.	

**14. Az ember választásainak szabadságáról azt gondolom, hogy**

7	6	5	4	3	2	1
azt semmi sem korlátozza.			(semleges)		azt teljesen behatárolja az öröklődés és a környezet.	

**15. A halálra**

7	6	5	4	3	2	1
felkészültem és nem félek tőle.			(semleges)			nem készültem fel és félek tőle.

**16. Ami az öngyilkosságot illeti,**

1	2	3	4	5	6	7
már komolyan gondoltam rá, mint kiútra.			(semleges)			még csak meg sem fordult a fejemben.

**17. Arra, hogy célt, értelmet vagy küldetést találjak az életemnek,**

7	6	5	4	3	2	1
teljes mértékben képesnek érzem magam.			(semleges)			gyakorlatilag képtelennek érzem magam.

**18. Az életemet**

7	6	5	4	3	2	1
én tartom kézben, én irányítom.			(semleges)			nem tudom kézben tartani, külső tényezők irányítják.

**19. Mindennapi feladataim végzése számomra**

7	6	5	4	3	2	1
öröm és elégedettség forrása.			(semleges)			kellemtelen és unalmas élmény.

**20. Az életben**

1	2	3	4	5	6	7
eddig nem találtam a magam számára hivatást vagy életfeladatot.			(semleges)			világos célokat és nekem való életfeladatot találtam.

**IRODALOM**

- Chamberlain, K., Zika, S. (1988a): Measuring meaning in life: an examination of three scales. *Personality and Individual Differences*, 9 (3): 589–596.
- Chamberlain, K., Zika, S. (1988b): Religiosity, life meaning and wellbeing: some relationships in a sample of women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27 (3): 411–420.
- Crumbaugh, J. C. (1968): Cross validation of Purpose-in-Life test based on Frankl's concepts. *Journal of Individual Psychology*, 24 (1): 74–81.
- Crumbaugh, J. C., Henrion, R. (1988): The PIL Test: administration, interpretation, uses theory and critique. *International Forum for Logotherapy*, 11 (2): 76–88.
- Crumbaugh, J. C., Maholick, L. T. (1964): An experimental study in existentialism: the psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20: 200–207.



- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985): The satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1): 71–75.
- Dyck, M. J. (1987): Assessing logotherapeutic constructs: conceptual and psychometric status of the Purpose in Life and Seeking of Noetic Goals tests. *Clinical Psychology Review*, 7 (4): 439–447.
- Edwards M. J., Holden R. R. (2003): Coping, meaning in life, and suicidal manifestations: examining gender differences. *Journal of Clinical Psychology*, 59 (10): 1133–1150.
- Frankl, V. E. (1996): *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Kötet Kiadó, Budapest.
- Garfield, C. A. (1973): A psychometric and clinical investigation of Frankl's concept of existential vacuum and of anomia. *Psychiatry*, 36 (4): 396–408.
- Gruner, L. (1984): Heroin, hashish, and hallelujah: the search for meaning. *Review of Religious Research*, 26 (2): 176–186.
- Harlow, L. L., Newcomb, M. D. (1990): Towards a general hierarchical model of meaning and satisfaction in life. *Multivariate Behavioral Research*, 25 (3): 387–405.
- Harlow, L. L., Newcomb, M. D., Bentler, P. M. (1986): Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: lack of purpose in life as a mediational factor. *Journal of Clinical Psychology*, 42 (1): 5–21.
- Harlow, L. L., Newcomb, M. D., Bentler, P. M. (1987): Purpose in Life test assessment using latent variable methods. *The British Journal of Clinical Psychology*, 26 (3): 235–236.
- Hutzell, R. R. (1986): Meaning and purpose in life: assessment techniques of logotherapy. *The Hospice Journal*, 2 (4): 37–50.
- Hutzell, R. R. (1988): A review of the Purpose in Life test. *International Forum for Logotherapy*, 11 (2): 89–101.
- Kasser, T., Ryan, R. M. (1996): Further examining the American dream: differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 280–287.
- Kinnier, R. T., Metha, A. T., Keim, J., Okey J. L., Adler-Tabia, R. L., Berry, M. A., Mulvenon, S. W. (1994): Depression, meaninglessness, and substance abuse in „normal” and hospitalized adolescents. *Journal of Alcohol and Drug Education*, 39 (2): 101–111.
- Konkolý Thege B. (2005): Az élet értelmessége és az egészségmagatartás. In Sárkány P. (szerk.): *Az értelemkérdés sodrában. Viktor Frankl születésének centenáriuma*. Jel Kiadó, Budapest, 161–175.
- Kopp, M., Falger, P., Appels, A., Szedmák, S. (1998): Depression and vital exhaustion are differentially related to behavioural risk factors for coronary heart disease. *Psychosomatic Medicine*, 60: 752–758.
- Kopp M., Kovács M. E. (szerk.) (2006): *A magyar népesség életminősége az ezredfordulón*. Semmelweis Kiadó, Budapest.
- Kopp M., Skrabski Á. (1992): *Magyar lelkiállapot. Végeken Alapítvány*, Budapest.
- Längle, A., Orgler, Ch., Kundi, M. (2003): The Existence Scale. A new approach to assess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfilment. *European Psychotherapy*, 4 (1): 135–151.
- Leath, C. (1999): *The experience of meaning in life from a psychological perspective*. <http://purl.oclc.org/net/cleath/writings/meaning.htm> (hozzáférés: 2004. X. 12.)
- Marsh, A., Smith, L., Piek, J., Saunders, B. (2003): The Purpose in Life scale: Psychometric properties for social drinkers and drinkers in alcohol treatment. *Educational and Psychological Measurement*, 63 (5): 859–871.

- Martos T., Szabó G., Rózsa S. (2006): Az Aspirációs Index rövidített változatának pszichometriai jellemzői hazai mintán. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 7 (3): 171–191.
- Meier, A., Edwards, H. (1974): Purpose-In-Life test: age and sex differences. *Journal of Clinical Psychology*, 30: 384–386.
- Nicholson, Th., Higgins, W., Turner, P., James, S., Stickle, F., Pruitt, T. (1994): The relation between meaning in life and the occurrence of drug abuse: a retrospective study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 8 (1): 24–28.
- Noblejas de la Flor, M. A. (1997): Meaning levels and drug-abuse therapy: an empirical study. *The International Forum for Logotherapy*, 20 (1): 46–52.
- Padelford, B. L. (1974): Relationship between drug involvement and purpose in life. *Journal of Clinical Psychology*, 30 (3): 303–305.
- Rahman, T. (2001): Mental health and purpose in life of drug addicts in Bangladesh. *International Forum for Logotherapy*, 24 (2): 83–87.
- Reker, G. T. (1977): The Purpose-in-Life test in an inmate population: an empirical investigation. *Journal of Clinical Psychology*, 33 (9): 688–693.
- Reker, G. T., Cousins, J. B. (1979): Factor structure, construct validity and reliability of the Seeking of Noetic Goals (SONG) and Purpose in Life (PIL) tests. *Journal of Clinical Psychology*, 35 (1): 85–91.
- Reker, G. T., Fry, P. S. (2003): Factor structure and invariance of personal meaning measures in cohorts of younger and older adults. *Personality and Individual Differences*, 35 (5): 977–993.
- Rózsa S., Szádóczky E., Füredi J. (2001): A Beck Depresszió Kérdőív rövidített változatának jellemzői a hazai mintán. *Psychiatria Hungarica*, 16 (4): 379–397.
- Shek, D. T. L. (1988): Reliability and factorial structure of the Chinese version of the Purpose-in-Life questionnaire. *Journal of Clinical Psychology*, 44 (3): 384–392.
- Thompson, N. J., Coker, J., Krause, J. S., Henry, E. (2003): Purpose in life as a mediator of adjustment after spinal cord injury. *Rehabilitation Psychology*, 48 (2): 100–108.
- Wells, J. N. B., Bush, H. A., Marshall, D. (2002): Purpose-In-Life and breast health behavior in Hispanic and Anglo women. *Journal of Holistic Nursing*, 20 (3): 232–249.
- Yarnell, T. (1971): Purpose-in-Life test: further correlates. *Journal of Individual Psychology*, 27 (1): 76–79.
- Zika, S., Chamberlain, K. (1992): On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 83 (Pt1): 133–145.

*Köszönetnyilvánítás.* Jelen kutatás Bécs Város Viktor Frankl Alapítványa (Viktor Frankl-Fonds der Stadt Wien zur Förderung einer sinnorientierten humanistischen Psychotherapie) és a T042574 számú OTKA-pályázat támogatásával készült.

KONKOLY THEGE, BARNA - MARTOS, TAMÁS

### **PURPOSE IN LIFE TEST - CHARACTERISTICS OF THE HUNGARIAN ADAPTATION**

Results of the Hungarian adaptation of Crumbaugh and Maholick's Purpose in Life Test (PIL) are presented in the article. Study sample consisted of 343 persons with a mean age of 33 years. Shortened Beck Depression Scale, Shortened Aspiration Index, the Satisfaction with the Life Scale and the shortened version of the Existence Scale were used for the validation. Internal consistency of the Purpose in Life test proved to be excellent. Although principal component analysis revealed 4 components, results suggest a one-dimensional solution for practical use. Correlations of the scale were as predicted and of medium size with all of the validating measures. Considering these results and also those reported in foreign studies with the test, the Hungarian adaptation proved to be valid and reliable measure for assessing meaning of life according to Viktor Frankl's concept.

**Keywords:** Crumbaugh and Maholick's Purpose in Life Test, PIL, meaning of life, depression, well-being, aspirations