

Le TEST PIL de VIKTOR FRANKL

Viktor Emil Frankl (1905 – 1997) professeur de neurologie et de psychiatrie, a connu et survécu aux tortures des camps de concentration lors de la seconde guerre mondiale.

Tout au long de cette inoubliable expérience de vie, sa grande question est :

“Comment un homme trouve-t-il la force de vivre au cours des épreuves les plus inhumaines ?”

Sa réponse, il nous la confie dans son livre *“Découvrir un sens à sa vie avec la Logothérapie”*.

« J’ai trouvé le sens de ma vie en aidant les autres à trouver un sens à leur vie. »

La Logothérapie (logos en grec signifie « raison ») est donc un moyen fiable proposé à toute personne en quête de découvrir le sens de sa propre vie, reconnu comme motivation prioritaire et fondamentale.

Ainsi, **le test PIL** (*Purpose in life*) est l'un des instruments les plus largement utilisés pour évaluer cette dimension.

Ce test est un instrument d'évaluation en 20 points qui analyse quatre facteurs principaux :

- **La perception du sens,**
- **L'expérience du sens,**
- **Les buts et tâches,**
- **Dialectique du destin/de la liberté.**

Les scores obtenus dans chaque domaine nous permettent de nous situer vraiment quant à notre connaissance personnelle du sens de notre existence.

Un outil de grande valeur donc, qui peut servir à compléter, affiner, valider les points à améliorer pour qui, en conscience, aspire à vivre pleinement sa vie et à en comprendre le sens !

Ce document est produit par Pascale Maumas de FF1 (Force Facilitation Promo1) Juin 2019.

Ce test fait partie d'une série de tests d'aptitudes émotionnelles élaborés par ses soins et qui sont ajoutés en tant que thèmes dans les groupes de paroles, de jeux et d'expériences destinés à tous les publics.