

# Recensioni

GOTTFRIED ANDRÉS, *Manual del Test de Sentido en la Vida. Evaluación cuantitativa e interpretación cualitativa del PIL Test (Purpose in Life Test) de Crumbaugh y Maholick*. Publicado por GLE – Argentina, Mendoza, Argentina. 2ª Edición, (2017), pp. 113.

Quest'opera fa una trattazione onnicomprensiva della Logoterapia. In sei capitoli abbiamo una delle più complete e più organiche illustrazioni della Logoterapia in lingua spagnola.

Infatti, il primo capitolo fa una rassegna storico-cronologica della vita di Frankl e il secondo capitolo mette a fuoco le basi epistemologiche della Logoterapia: la volontà di piacere e di senso. La mancanza di senso è alla base dei disvalori così come il senso della vita è alla base dei valori: creativi, esperienziali e di atteggiamento. Tutto ciò si fonda su tre pilastri: la libertà della volontà, la volontà di senso e il senso della vita. Quest'ultima consiste nella capacità di scoprire il senso della propria vita attraverso la realizzazione di valori che danno una identità, coerenza, orientamento, missione, compito e scopo.

Il terzo capitolo rappresenta il cuore del libro: le proprietà psicometriche del test PIL (Purpose In Life) e il suo adattamento per l'Argentina. In continuità con il secondo capitolo, qui la volontà di senso è intesa come una forza interiore della dimensione spirituale spesso nascosta e inattiva. La "noodinamica" è la tensione tra il senso che deve essere realizzato e la persona che deve realizzarlo. In ognuno di noi vi è un senso che aspetta di essere scoperto e realizzato. Il bisogno di avere una vita con un senso può restare sopito, represso o frustrato. Qui abbiamo la "frustrazione esistenziale" che si manifesta con un "vuoto esistenziale". Chi vive senza cercare o dare un senso aumenta le probabilità di cadere in una "frustrazione esistenziale" che si manifesta con i sintomi di angoscia, vacuità del tempo, abulia, apatia e mancanza di obiettivi. Questa è detta "nevrosi noogena" che è l'anticamera di varie psicopatologie correlate con i vari tipi di depressione, dipendenze e sindromi aggressive.

L'A. fa una rassegna di tutti i tests più importanti che hanno cercato di valutare la condizione clinica del "vuoto esistenziale". È realmente impressionante l'analisi che l'A. fa delle ricerche sul PIL e dei risultati ottenuti in varie parti del mondo. Si tratta di ricerche fatte su campioni molto consistenti con metodologie rigorosamente scientifiche e di risultati di ampia convergenza. La prima parte di questo capitolo si conclude con una importante osservazione: l'applicazione del PIL è in considerevole aumento in questi ultimi 10 anni e quindi lo scopo del libro è quello di presentare una nuova traduzione in spagnolo del PIL per applicarla a un campione di ben 1.000 soggetti di 15-79 per studiare le proprietà psicometriche e fare un adattamento per l'Argentina. Sarà molto interessante qui considerare quale è stata la base epistemologica per questa nuova traduzione e adattamento del PIL; ossia, gli elementi centrali per identificare il costrutto del senso della vita e della frustrazione esistenziale.

I sette elementi per identificare il "senso della vita" sono stati: 1) Avere scopi, mete e obiettivi nella vita; 2) Individuare i motivi e le ragioni della vita e del proprio vivere; 3) Sentire di avere una missione da svolgere; 4) Intuire, individuare e realizzare i valori che la persona considera importanti; 5) Sentirsi liberi dai condizionamenti esterni; 6) Avere



entusiasmo e benessere interiore; 7) Sperimentare la realizzazione interiore e la sensazione di pienezza o di soddisfazione.

I sette elementi per identificare la “*frustrazione esistenziale*” sono: 1) Ansia e irrequietezza interna; 2) Noia e vacuità del tempo; 3) Mancanza di obiettivi e traguardi chiari; 4) Abulia, apatia e indifferenza verso la vita; 5) Vuoto interno; 6) Mancanza di significato, missione e scopo della vita; 7) Dipendenze, comportamenti aggressivi, stress patologico e depressione.

Il capitolo quarto è una serie di tabelle per la considerazione statistica delle varie scale che compongono il test sul senso della vita. La scala utilizzata da Crumbaugh e Maholick nel 1968 negli Stati Uniti prevedeva un punteggio pari o inferiore a 91 (percentili = P27-28) per indicare una “*manca di un chiaro senso della vita*”, un punteggio tra 92 e 112 (percentili tra P29 e P41) per indicare una “*zona indefinita della scoperta di un significato*” e un punteggio uguale o superiore a 113 (percentili = P72-73) per indicare una “*presenza di significato della vita*”.

Nel capitolo quinto l’A. propone un nuovo punteggio di interpretazione del PIL: Uguale o inferiore a P10 (valore molto basso): Neurosi noogena Tra P11 e P25 (valore basso): Vuoto esistenziale; Tra P26 e P40 (valore medio basso) Zona di frustrazione media bassa: allarme e rischio; Tra P41 e P60 (valore medio) Zona non definita di senso; Tra P61 e P74 (valore medio alto) Orientamento verso il raggiungimento del significato; Tra P75 e P89 (valore alto) Realizzazione interna del senso; Punteggio uguale o maggiore del P90 (valore molto alto) Pienezza di significato. (p. 67)

L’A. prende in esame ognuna di queste fasce e le analizza minuziosamente per aiutare una diagnosi differenziale e aggiunge che la “*nevrosi noogena*” è una condizione che risiede nella dimensione spirituale dell’uomo, la noogenia (da *noûs* = spirito), la cui origine risiede in: a) conflitti che compromettono la coscienza morale, b) problemi spirituali, c) crisi esistenziali situate nel conflitto tra valori, nel processo di maturazione umana, cambiamenti nello stato di vita o mancanza di significato nella vita. Le persone che soffrono di tali condizioni di solito menzionano un vuoto interno, un’assenza di significato e di direzione nella loro vita (Pareja Herrera, 2006), le cui condizioni patologiche risiedono nel “vuoto esistenziale”. (p. 68) A questo punto bisognerebbe aggiungere una annotazione a margine. Uno dei prossimi traguardi della ricerca in questo settore dovrà essere la diagnosi differenziale fra “*vuoto esistenziale*” e il vuoto cronico del Disturbo Borderline di Personalità. Infatti, tra i vari sintomi che i pazienti borderline molto spesso presentano c’è appunto la sensazione di vuoto interiore correlato con l’umore disforico e con emozioni caotiche o indistinte. Il “*vuoto esistenziale*” altre volte potrebbe essere confuso anche con la depressione in alessitimici. Ovviamente l’alessitimia è correlata con la depressione ma quando questa è accompagnata – per vari motivi – da una depressione, è possibile che la conseguente percezione di vuoto possa essere confusa con il “*vuoto esistenziale*”.

In questo stesso capitolo – il quinto – viene tratta l’interpretazione qualitativa del PIL a partire dal nuovo punteggio di interpretazione proposto dall’A. in cui la nevrosi noogena è indicata dal punteggio uguale o minore a P 10 con manifestazioni a seconda della fascia di età: bambini, adolescenti, adulti e anziani.

Il punteggio tra P11 e P25 indica il vuoto esistenziale che si manifesta con noia, indifferenza, apatia, mancanza di interesse verso il mondo e mancanza di iniziativa a cambiarlo. Si è incline al conformismo o alla imposizione del proprio volere, si vive alla giornata o in modo fatalistico; si ha paura di prendere delle responsabilità e si è interessati solo alla propria opinione.

Il punteggio tra P26 e P40 indica una zona di allarme e rischio per le frustrazioni che si possono manifestare con vari sintomi: 1) ansia e irrequietezza; 2) perdita di fiducia in se



stesso; 3) difficoltà a trovare un sostegno interno o una protezione esterna; 4) difficoltà a prendere iniziativa nella vita quotidiana o devo fare grandi sforzi nel dover fare qualcosa; 5) alcuni obiettivi o mete restano frustrate; 6) iniziano a sperimentare sensazioni di vuoto interiore; 7) sensazioni di inquietudine, insicurezza, tristezza e pessimismo; 8) alcuni atteggiamenti dubbiosi di fronte ad alcune aree della sua vita; 9) meccanismo di protezione: ricerca di aiuto e chiusura; 10) irritabilità e sensibilità; 11) aggressività con possibile inizio di dipendenze.

Il punteggio tra P41 e P60 indica una neutralità in ciò non si sperimenta né un chiaro senso della vita né una mancanza di senso e questo indefinito si può manifestare con alcune delle seguenti caratteristiche: 1) demotivazione e passività; 2) i compiti quotidiano sono avvertiti come una routine senza entusiasmo; 3) tempo libero non ben organizzato o usato per cose vane e superficiali; 4) i valori secondari diventano prioritari 5) le mete e gli impegni di vita vengono messi a secondo posto; 6) non ci si pone la domanda sul senso della vita e l'atteggiamento prevalente è quello della provvisorietà; 7) nelle attività lavorative non si mostra responsabilità si cerca di fare in minimo sforzo; 8) si potrebbe avvertire che la vita ha senso ma non rientra nei suoi interessi.

Il punteggio tra P61 e P74 indica un orientamento verso un senso attraverso compiti ed obiettivi accompagnato dalle seguenti caratteristiche: 1) motivazione e tendenza alle attività; 2) compiti quotidiani potrebbero essere percepiti interessanti e vi potrebbe essere anche un certo entusiasmo; 3) cerca di organizzare bene il suo tempo libero dando più spazio all'amicizia, allo sport o a un hobby; 4) antepone valori superiori come quelli estetici e intellettuali; 5) i compiti di vita sono focalizzati sulla propria realizzazione; 6) ci si chiede sul significato della vita e si hanno obiettivi da realizzare; 7) nelle attività lavorative c'è più spazio alla collaborazione e alla responsabilità; 8) si avverte che la vita ha un senso e si possono trovare i mezzi per realizzarlo.

Il punteggio tra P75 e P89 indica il raggiungimento di un senso e il conseguente stato di soddisfazione, pienezza e serenità. In genere si osservano le seguenti caratteristiche: 1) alta motivazione e produttività; 2) i compiti della quotidianità sono percepiti come interessanti e con entusiasmo; 3) il tempo libero è riempito dalla famiglia, dal lavoro, dall'amicizia, sport e hobby; 4) i valori etici sono messi al primo posto, come anche la fede e la trascendenza; 5) l'orientamento quotidiano è teso verso il raggiungimento degli obiettivi di vita; 6) si avverte che la vita ha un senso che conferisce coerenza e identità personale.

Il punteggio uguale o superiore a P90 indica una sensibilità verso ciò che Scheler chiamava "valori sacri": quelli verso la ricerca di un essere assoluto (Dio, per i credenti) o, comunque valori che sono al vertice della gerarchia dei valori. Il senso della vita è vissuto nelle esperienze positive e negative della quotidianità con atteggiamenti orientati verso: 1) la ricerca della universalità, promuovere il benessere generale; 2) la profondità della soddisfazione attraverso il piacere di compiere il dovere; 3) una maggiore vicinanza all'assoluto come sommo bene; 4) essere costruttivo mantenendo la vita nelle condizioni di dignità e uguaglianza.

Il sesto capitolo è sulla valutazione quantitativa del PIL con la presentazione due casi clinici e dei criteri applicativi per lo studio dei gruppi. Per ogni caso presentato abbiamo la possibilità di evidenziare le percentuali delle seguenti variabili: 1. Livello di entusiasmo presente; 2. Presenza di una vita routinaria; 3. La vita con mete e impegni definitivi; 4. Indicatori di una vita personale con un senso; 5. Vivere la vita con novità; 6. Scegliere una vita identica a quella che si vive; 7. Realizzare qualcosa di interessante che è stato posticipato; 8. Livello di progresso nell'avvicinarsi alle mete personali; 9. La vita come piena di cose buone e valide; 10. Sensazione che la vita vale la pena viverla; 11. Mantenere le ragioni per vivere; 12. Il mondo che potrebbe confonderci; 13. Individuare il livello di



