

УДК 159.922.6.

ВЗАИМОСВЯЗЬ СУБЪЕКТИВНОГО ВОЗРАСТА И САМООТНОШЕНИЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

© 2013 О.В.Курышева

Волгоградский государственный университет

Статья поступила в редакцию 17.05.2013

В данной статье рассматривается проблема отношения индивида к собственному хронологическому возрасту. Представлен теоретический анализ категории «субъективный возраст», сделан обзор существующих зарубежных эмпирических исследований. Приведены результаты авторского эмпирического исследования, выполненного на российской выборке респондентов. Доказывается существование значимых корреляционных связей между субъективным возрастом и показателями самооценки пожилых людей.

Ключевые слова: возраст, субъективный возраст, удовлетворенность возрастом, пожилой возраст, самооценка, самооценка.

Возраст – одна из универсальных социальных и культурных категорий, имеющих междисциплинарный характер. Сочетая в себе биологические и социальные характеристики, коррелирует внешнего и внутреннего мира человека, категория возраста находит отражение в целом ряде его подвидов – хронологическом, биологическом, социальном, психическом, психологическом и т.д. В основе такого деления лежит идея различения хронологического, паспортного возраста, являющегося объективным измерением времени человеческой жизни, и условного, собственно психологического возраста, наделяющего это время психологическим содержанием.

Одним из недостатков хронологического возраста как психологической переменной является отсутствие субъективной составляющей, которая позволяла бы описать чувства людей по поводу собственного возраста. Очевидно, что хронологический возраст не учитывает тот факт, что люди часто ощущают себя старше или моложе актуального возраста, удовлетворены или нет происходящими возрастными изменениями. С этой позиции хронологический возраст оказывается всего лишь цифрой в паспорте, не имеющей особого социального и психологического значения, переменной, не чувствительной к характеристикам внутреннего мира человека, которые в большей мере зависят от «чувства возраста», нежели чем от хронологических возрастных дат.

В настоящее время исследовательский интерес все чаще фокусируется на том, каким образом хронологический возраст как объективная мера времени жизни трансформируется в психологические характеристики self, как и

при каких условиях происходит подобного рода трансформация, а также какие категории позволяют «схватить» и объективировать эти процессы. На наш взгляд, одной из наиболее удачных в этом смысле является «субъективный возраст».

Субъективный возраст («subjective age») измеряет восприятие индивидом собственного возраста. В большей мере понятие субъективного возраста характерно для зарубежной психологии. В качестве его определения можно предложить следующий вариант: «в отличие от хронологического, субъективный возраст – многомерная конструкция, которая указывает, на какой возраст человек себя чувствует и к какой возрастной группе он себя относит»¹.

Теоретически субъективный возраст является элементом концепции self, который показывает, на какой возраст человек себя ощущает независимо от хронологического возраста. Часто в качестве его синонима используется термин «возрастная идентичность», или «субъективная идентичность возраста». Как понятие, субъективный возраст отражает индивидуальное значение возраста. Исследования показывают, что большинство респондентов оценивают собственный субъективный возраст как отличающийся от хронологического (биологического) возраста. Обычно они чувствуют себя моложе, чем их реальный возраст. Как правило, разница (промежуток) между субъективным и хронологическим возрастом увеличивается по мере взросления-старения человека. Взрослые средних лет обычно оценивают свой субъективный возраст на 5 – 10 лет моложе

¹ Курышева Ольга Васильевна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии.
E-mail: o.kurysheva@yandex.ru

¹ Kleinspehn-Ammerlahn A., Kotter-Grühn D., Smith J. Self-Perceptions of Aging: Do Subjective Age and Satisfaction With Aging Change During Old Age? / The Journals of Gerontology series B: Psychological Sciences and Social Sciences. – 2008. – № 3. – P. 377 – 385.

хронологического, тогда как пожилые люди 60-ти лет и старше отмечают разницу 10 – 15 лет и более². Эти возрастные тенденции указывают, что переход к младшему субъективному возрасту обычно происходит в тридцатилетнем возрасте. С возрастом количественная разница между хронологическим и субъективным возрастом становится все более отчетливой.

Ряд исследований показывает, что существуют индивидуальные различия в том, какое значение индивид придает своему возрасту. Установлено, что люди, для которых хронологический возраст имеет большое значение, чувствуют себя обычно старше, чем люди, не обращающие на это внимание. Доказано, что субъективное значение возраста является важным личностным признаком и играет ключевую роль в построении индивидуальной временной перспективы³.

Проведенные нами исследования субъективного возраста молодежи в целом подтверждают результаты зарубежных исследований. В частности, установлено, что молодые люди преимущественно ощущают свой субъективный возраст моложе хронологического. Респонденты, которые ощущают себя старше паспортных показателей, серьезнее относятся к задачам актуального возрастного этапа, отличаются большей зрелостью и самостоятельностью по сравнению с респондентами, чей субъективный возраст меньше реального. Кроме этого обнаружено статистически достоверное влияние на субъективный возраст таких показателей субъективного благополучия, как общее самочувствие, удовлетворенность сексуальными отношениями, гармоничное эмоциональное состояние⁴.

Результаты исследований субъективного возраста в различных возрастных группах показывают его важность на протяжении всего жизненного пути. Однако наибольший акцент субъективный возраст приобретает в пожилом возрасте. Анализ зарубежных исследований показывает, что большинство респондентов пожилого возраста имеют низкий субъективный возраст, причем нормативно эта разница составляет 8 – 13 лет. В частности, в шестилетнем лонгитюдном исследовании субъективного возраста и удовлетворенностью жизнью, проведенном в Берлине, участвовали пожилые люди в возрасте от 70 до 103 лет. Результаты

показывают, что возраст, на который они себя ощущали, оказался в целом по выборке на 13 лет ниже их актуального хронологического возраста. При этом оказалось, что чем меньше степень удовлетворенности собственной жизнью, тем больше разница между субъективным и хронологическим возрастом⁵.

В теоретическом плане полученные результаты позволяют описать адекватные модели принятия пожилыми людьми собственных процессов старения. По сути, 10 – 13 лет расхождения между субъективным и хронологическим возрастными показателями являются характеристикой своеобразной «оптимальной иллюзии» о возрасте в процессе старения, которая увеличивает удовлетворенность жизнью в целом. Однако, если этот разрыв слишком велик (по некоторым результатам превышает 15 – 18 лет), то можно предполагать невротическое отрицание собственного старения, неприятие себя в этот возрастной период.

Близкой по значению к понятию «субъективный возраст» является категория «удовлетворенность возрастом». Исследования степени удовлетворенности возрастом обычно касаются того, как человек воспринимает происходящие с ним изменения в рамках возрастных изменений, какую эмоциональную модальность он им придает. Например, это изменения в уровне активности и энергичности, качестве жизни и материальной обеспеченности, чувстве собственной значимости и востребованности и т.д. В частности, результаты американского исследования показывают, что в пожилом возрасте, несмотря на высокую распространенность связанных с возрастом отрицательных изменений, большинство респондентов удовлетворены собственной жизнью. Среди респондентов (65 лет и старше в количестве 300 человек) жизнью в целом были удовлетворены 87% респондентов. При этом 64% от выборки отметили, что старость и все, что происходит с ними в этот период, существенно лучше, чем они того ожидали, 46% не подтвердили этого, сказав, что старость это плохо, и они чувствуют себя старыми и уставшими от жизни. По мнению авторов, сочетание таких компонентов отношения к возрасту, как ощущение себя моложе своих лет и удовлетворение возрастом, является позитивным самовосприятием старости и свиде-

²Underhill L., Caldwell F. «What age do you feel?»: Age perception study // Journal of Consumer Marketing. – 1983. – № 1 (summer). – P. 18 – 27.

³Barak, B., Stern B. Subjective age correlates: a research note // The gerontologist. – 1986. – № 26. – P. 571 – 578.

⁴Курьшова О.В. Возраст как социально-психологический феномен: Монография. – Волгоград: 2012.

⁵Galambos N., Darrah J., Magill-Evans J. Subjective Age in the Transition to Adulthood for Persons with and without Motor Disabilities // Youth Adolescence. – 2007. – № 36. – P. 825 – 834.

тельствует об адаптивной стратегии принятия собственного старения⁶.

В анализируемых зарубежных исследованиях субъективного возраста представлены результаты, характеризующие зарубежную выборку респондентов. Что касается похожих российских исследований, то вопрос о том, каковы характеристики субъективного возраста пожилых людей в России пока остается открытым. Все вышесказанное обусловило актуальность эмпирического исследования особенностей субъективного возраста пожилых людей и его взаимосвязи с показателями самоотношения и самооценки.

В настоящей работе для исследования субъективного возраста использованы методы, применявшиеся в подобного рода зарубежных исследованиях⁷. Измерение субъективного возраста проводилось методом шкалирования. Респондентам задавался вопрос, «На какой возраст Вы чувствуете себя относительно своего паспортного возраста?» и предлагалось отметить на шкале соответствующую точку. Дополнительно в этой же логике измерялась степень удовлетворения респондента собственным возрастом (вопрос «Насколько Вы довольны сейчас своим возрастом?»).

Для измерения самоотношения применен опросник самоотношения В.В.Столина. Для внесения в первичную матрицу результатов были отобраны следующие шкалы: 1) шкала S – интегральное самоотношение; 2) шкала I – самоуважение; 3) шкала II – аутосимпатия; 4) шкала III – ожидаемое отношение от других (ожидание положительного отношения); 5) шкала IV – самоинтерес.

Для диагностики самооценки как дополнительного показателя самоотношения использован опросник, разработанный J.Montepare. Опросник позволяет измерить самооценку в контексте восприятия актуального возрастного этапа. Он состоит из 6 утверждений, которые описывают: 1) физическое и моральное состояние человека на сегодняшний день («С возрастом я чувствую себя все хуже и хуже и физически, и морально», «Мое физическое состояние по сравнению с прошлым годом ухудшилось», «Некоторые повседневные дела стали даваться мне труднее, чем раньше»); 2) эмоциональный фон и настроение («Я замечаю, что начинаю расстраиваться по мелочам», «Я не чувствую себя таким же счастливым,

как в молодости»); 3) работоспособность («Некоторые повседневные дела стали даваться мне труднее, чем раньше»)⁸.

Анализ полученных результатов произведен при помощи программы статистической обработки данных «SPSS Statistic 17.0». Были проведены процедуры описательной статистики, методы сопряженности номинативных признаков (кросстабуляция), параметрические методы сравнения двух выборок (t-критерий Стьюдента для независимых выборок), корреляционный анализ.

Выборку испытуемых составили 55 человек в возрасте от 56 до 79 лет (мужчин 17, женщин 38 человек), которые были разделены на две возрастные группы (пожилой возраст 55 – 70 лет – 24 человека и старческий возраст 71 – 79 лет – 31 человек). Данные возрастные группы выделены в силу того, что в психологической литературе часто встречаются упоминания о том, что содержательные характеристики пожилого возраста существенно отличаются у «молодых» и «пожилых» пожилых людей. Поэтому было высказано предположение о том, что сравнение полученных результатов между этими возрастными группами высветит особенности субъективного возраста пожилых людей наиболее ярко.

Рассмотрим полученные результаты. Диагностика субъективного возраста показывает, что большинство респондентов (53%) ощущает себя на свой актуальный возраст. 30% чувствуют себя старше и 17% ощущают себя младше собственного возраста. Сравнение средних значений субъективного возраста и удовлетворенности возрастом по возрастным группам показывает следующие результаты.

Как видно из таб. 1, оба показателя имеют статистически достоверные различия. Субъективный возраст в обеих группах оказывается выше хронологического, но в старшей группе его значения возрастают практически до максимальных. По отношению к переменной «Удовлетворенность возрастом» наблюдается обратная тенденция. Ее средние значения в старшей возрастной группе резко падают. И если «молодые» пожилые респонденты в целом удовлетворены собственным возрастом, то «пожилые» пожилые респонденты недовольны происходящими возрастными изменениями. Проведенный дополнительно анализ сопряженности обсуждаемых переменных (кросстабуляция) позволяет увидеть полученные результаты более детально.

⁶Levy B. Handwriting as a reflection of aging self-stereotypes // Journal of Geriatric Psychiatry. – 2000. – № 33. – P. 81 – 94.

⁷Montepare J.M. Characteristics and psychological correlates of young adult men's and women's subjective age // Sex Roles. – 1991. – № 24. – P. 323 – 333.

⁸Montepare J. Variations in adults subjective ages in relation to birthday nearness, age awareness and attitudes toward aging // Journal of adult development. – 1996. – № 3. – P. 193 – 203.

Таб.1. Результаты сравнения средних значений переменных «Субъективный возраст» и «Удовлетворенность возрастом» по возрастным группам

Переменные	Возрастные группы	Среднее значение	Уровень значимости различий
Субъективный возраст	55–70 лет	2,17	p≤0,05
	71 – 79 лет	2,77	
Удовлетворенность возрастом	55 – 70 лет	2,42	p≤0,01
	71 – 79 лет	1,61	

Таб.2. Результаты анализа сопряженности переменных «Субъективный возраст» и «Возрастная группа»

Переменные		Субъективный возраст «На какой возраст Вы себя чувствуете?»			Итого:
		Моложе	На свой возраст	Старше	
Возрастные группы	55 – 70 лет	5 100%	16 48,5%	3 17,6%	24 43,6%
	71 – 79 лет	-	17 51,5%	14 82,4%	31 56,4%
	Итого:	5 100%	33 100%	17 100%	55 100%

Результаты показывают, что большая часть респондентов ощущают себя в соответствии со своим актуальным возрастом. Однако в возрастной группе 71 – 79 лет почти половина респондентов чувствуют себя старше паспортного возраста, тогда как в возрастной группе 55 – 70 лет респондентов со старшим субъективным возрастом практически нет. Доля респондентов, которые ощущают себя моложе своих реальных лет, очень незначительна. Все они относятся к младшей возрастной группе. Эти данные расходятся с результатами, полу-

ченными в зарубежных исследованиях, и, возможно, требуют более детального анализа.

Различия между возрастными группами по переменной «Удовлетворенность возрастом», как это видно из полученных результатов, обнаруживаются в том, что респонденты младшей возрастной группы в подавляющем большинстве удовлетворены своим актуальным возрастом, тогда как в старшей возрастной группе большинство выражают недовольство актуальным возрастным этапом.

Таб.3. Результаты анализа сопряженности переменных «Субъективный возраст» и «Возрастная группа»

Переменные		Удовлетворенность возрастом «Насколько Вы довольны сейчас своим возрастом?»			Итого:
		Недоволен	В целом доволен	Очень доволен	
Возрастные группы	55 – 70 лет	3 13,0%	8 72,7%	13 61,9%	24 43,6%
	71 – 79 лет	20 87,0%	3 27,3%	8 38,1	31 56,4%
	Итого:	23 100%	11 100%	21 100%	55 100%

Таб.4. Результаты корреляционного анализа переменных «Субъективный возраст» и «Удовлетворенность возрастом» и показателей самооценки

Переменные	Субъективный возраст	Удовлетворенность возрастом
Интегральное самооценки	-,627**	,704**
Самоуважение	-,482**	,532**
Аутопатия	-,439**	,607**
Ожидание положительного отношения других	-,416**	,597**
Самоинтерес	-,408*	422**

** корреляция значима на уровне $p \leq 0,01$

Для выявления взаимосвязи субъективного возраста и показателей самооотношения применен корреляционный анализ. Его результаты представлены в таб. 4.

Обнаружена статистически достоверная обратная взаимосвязь между субъективным возрастом и переменными самооотношения. Установлено, что чем выше значения субъективного возраста, тем ниже показатели самооотношения. Получается, что пожилые люди, которые ощущают себя старше своего хронологического возраста, имеют более низкий уровень самоуважения. Они склонны не верить в свои силы и способности контролировать свою жизнь, имеют низкий уровень самопонимания, больше сосредоточены на собственных недостатках, склонны к самообвинению, а также ожидают негативное отношение к себе окружающих. В целом это выражается в низком интегральном показателе самооотношения как внутреннем недифференцированном чувстве «я против самого себя». Пожилые люди, чей субъективный возраст ниже хронологического, имеют противоположные характеристики. Они характеризуются положительным отношением к себе, высоким уровнем самопринятия, верой в соб-

ственные силы и способности и – в целом – позитивным интегральным самооотношением.

Значимые прямые корреляционные связи установлены между переменными «Удовлетворенность возрастом» и показателями самооотношения. Таким образом, пожилые люди, негативно относящиеся к актуальному возрастному этапу и не довольные происходящими возрастными изменениями, имеют более низкие показатели самооотношения, чем те респонденты, которые удовлетворены собственным возрастом.

Корреляционный анализ субъективного возраста и показателей самооценки также выявляет значимые прямые корреляционные связи. Респонденты пожилого возраста, чей субъективный возраст выше хронологического, имеют низкие показатели самооценки. Особенно ярко это проявляется относительно эмоциональных и физических характеристик: возрастные изменения связываются с бесполезностью, а также ухудшением общего самочувствия и настроения. Респонденты, ощущающие себя младше хронологического возраста, имеют более высокие самооценочные показатели и меньше акцентируют внимание на негативных возрастных изменениях.

Таб.5. Результаты корреляционного анализа переменных «Субъективный возраст» и «Удовлетворенность возрастом» и показателей самооценки

Переменные	Субъективный возраст	Удовлетворенность возрастом
С возрастом я чувствую себя все хуже и физически, и морально	,503**	-,616**
Мое физическое состояние по сравнению с прошлым годом ухудшилось	,438**	-,479**
Я замечаю, что начинаю расстраиваться по мелочам	,602**	-,503**
Из-за своего возраста я чувствую себя бесполезным	,472**	-,599**
Я не чувствую себя таким же счастливым, как в молодости	,411**	-,545**
Некоторые повседневные дела стали даваться мне труднее, чем раньше	,388**	-,614**

Значимая обратная связь выявлена также и между показателями самооценки и удовлетворенностью возрастом. Чем более негативно относятся респонденты к актуальному возрастному этапу, чем меньше они удовлетворены происходящими возрастными изменениями, тем ниже их самооценка и тем в большей степени они обращают внимание на связанные с возрастом регрессивные тенденции. Таким образом, результаты проведенного эмпирического исследова-

ния показывают, что существует взаимосвязь между субъективным возрастом пожилых людей и показателями их самооотношения и самооценки. В теоретическом плане это доказывает, что субъективный возраст как категория самооценивания проявляет внутренние характеристики человека, превращая возраст из номинальной, внешней переменной в личностный признак, связанный и проявляющий специфику самовосприятия и самосознания.

RELATION OF SUBJECTIVE AGE AND SELF-ESTEEM OF THE ELDERLY PEOPLE

© 2013 O.V.Kurysheva^o

Volgograd State University

In this article the problem of the relation of the individual to his/her own chronological age is studied. The category «subjective age» has been worked out on the basis of native and foreign empirical inquiries. The results of the author's own empirical inquiry are presented. It is proved that significant correlations between indications of subjective age and self-relation and self-esteem exist within the boundaries of the sample of the elderly people in the native population.

Key words: age, subjective age, age satisfaction, elderly age, self-esteem.

^o*Olga Vasilevna Kurysheva, Candidate of psychological sciences, Associate Professor of department of psychology. E-mail: o.kurysheva@yandex.ru*