

УДК 159.922

DOI: 10.18384/2310-7235-2020-3-87-95

СОЦИАЛЬНЫЕ И ТЕМПОРАЛЬНЫЕ ОСНОВАНИЯ СУБЪЕКТИВНОГО ВОЗРАСТА

Эйдельман А. Б.*Институт психологии Российской академии наук**129366, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13, Российская Федерация*

Аннотация

Цель. Изучить основания субъективного оценивания собственного возраста и возраста других людей в онтогенезе. В качестве таких оснований рассматриваются временные (темпоральные) и социальные сравнения.

Процедура и методы. В данном эмпирическом исследовании приняли участие 145 жителей Москвы и Московской области 3-х возрастных групп: 20-30 лет, 40-50 лет, 60-70 лет. Методический комплекс исследования включал в себя: авторскую анкету социо-демографических данных, уточняющий опросник субъективного возраста (разработанный на основе методики «Subjective age»), проективную методику «30 фотографий».

Результаты. В статье представлена возрастная специфика собственного эмоционального возраста и оценок, на сколько лет выглядит другой человек. Установлено, что с возрастом роль социальных сравнений в процессе оценивания возраста другого увеличивается, что повышает точность оценок. Опора на темпоральные основания с возрастом снижает точность самооценки эмоционального возраста. Выявлено, что респонденты всех возрастных групп более точны в оценке возраста сверстников, чем в оценке возраста людей других возрастных категорий. Подтверждены предположения о различии в основаниях оценивания своего и чужого возраста и об изменении этих оснований в онтогенезе.

Теоретическая и/или практическая значимость. Полученные данные расширяют представления о механизмах субъективного возраста и оценивания возраста других людей. Они также могут быть использованы в психотерапии и психологическом консультировании в качестве ресурса для достижения полноценного функционирования личности.

Ключевые слова: субъективный возраст, эмоциональный субъективный возраст, темпоральные сравнения, социальные сравнения, психологическое благополучие, полноценное функционирование

SOCIAL AND TEMPORARY FOUNDATIONS OF SUBJECTIVE AGE

A. Eydelman*Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences**13 Yaroslavskaya ul., Moscow, 129366, Russian Federation*

Abstract

Aim. To study the basis of a subjective assessment of one's own age and the age of other people in ontogenesis. Temporal and social comparisons are considered to be such foundations,

Methodology. This empirical study involved 145 residents of Moscow and Moscow region of 3 age groups: 20-30 years old, 40-50 years old, 60-70 years old. The methodological complex of the research included: the author's questionnaire of socio-demographic data, specifying the questionnaire

of subjective age (developed on the basis of the “Subjective age” methodology), and the projective methodology “30 photos”.

Results. *The* article presents the age specificity of one’s own emotional age and estimates of how old another person looks like. It is established that with increasing age, the role of social comparisons in the process of assessing the age of other people rises, which increases the accuracy of estimates. Reliance on temporal foundations decreases the accuracy of the emotional age self-esteem. It was revealed that the respondents of all age groups are more accurate in assessing the age of peers than in assessing the age of people of other age categories. The assumption that there is certain difference in the bases for evaluating one’s own and other person’s age and a change in these bases in ontogenesis is confirmed.

Research implications. The data obtained expand the understanding of the mechanisms of subjective age and the estimation of the age of other people. They can also be used in psychotherapy and psychological counseling as a resource to achieve the full functioning of the personality.

Keywords: subjective age, emotional subjective age, temporary comparisons, social comparisons, psychological well-being, full functioning

Введение

Возраст как временная характеристика развития человека представляет особый интерес для исследования. Уникальность данной характеристики заключается в возможности выступать в исследованиях в качестве независимой переменной, и при этом выявлять различия между людьми одной категории. К тому же возраст – понятие многогранное. Учёные разных научных сфер рассматривают различные виды и аспекты возраста: хронологический, психологический, социальный, физиологический и др. Наиболее важным для психологии является изучение субъективного возраста человека, под которым понимается самовосприятие своего возраста [4; 11]. При этом субъективный возраст включает в себя оценку самочувствия (биологический субъективный возраст), внешности (эмоциональный субъективный возраст), действий (социальный субъективный возраст) и интересов (интеллектуальный субъективный возраст) [4; 10].

Ранее в наших работах мы установили, что субъективный возраст имеет свои особенности в зависимости от хронологического возраста, а также взаимосвязан, например, в молодом возрасте с удовлетворённостью собой и своей жизнью, в частности, было установлено, что наибольшей связностью с психологическим благополучием обладает оценка

своих действий, т. е. субъективный социальный возраст [3].

Несмотря на то, что в последнее время появляется всё больше исследований субъективного возраста, его динамики, особенностей в разных группах, его влияния на полноценное функционирование личности и др., на настоящий момент недостаточно изучен вопрос механизмов оценивания своего возраста, а также возраста других людей. В изучении процесса восприятия и оценки своего возраста и возраста другого человека важным аспектом является определение оснований для подобной оценки, и, согласно зарубежным исследованиям, в качестве таких оснований выступают временные (темпоральные) и социальные сравнения [8].

Социальные сравнения подразумевают опору на социальные маркеры возраста и сравнения себя с другими, в то время как временные – на сравнения с собственными представлениями в разные периоды жизни.

Ранее были представлены аргументы, что в феномене субъективного возраста ведущую роль играют темпоральные сравнения, т. е. оценка строится на основе своих собственных изменений во времени [8]. При этом социальные сравнения также играют важную роль в данном феномене, так как установлена связь субъективного возраста с такими социальными

факторами, как важные события в жизни, социальный статус, наличие и состав семьи, уровень образования и др. [4].

Мы предполагаем, что механизмами субъективного возраста в разные возрастные периоды могут быть и временные, и социальные сравнения. При этом в оценке собственного возраста и в оценке возраста другого человека ведущую роль могут играть разные основания (сравнения).

В исследовании приняли участие 145 психически здоровых людей, проживающих в Москве и Московской области (ближайшее Подмосковье) в возрасте 20-70 лет. Из них 39 мужчин (27%) и 106 женщины (73%). Участники были разделены на три группы по возрастному критерию: 1) 20-30 лет – 51 человек (14 мужчин и 37 женщин); 2) 40-50 лет – 47 человек (9 мужчин и 38 женщин); 3) 60-70 лет – 47 человек (16 мужчин и 31 женщина).

Методы

Для проверки выдвинутого предположения нами были использованы уточняющий опросник субъективного возраста [5] и специально разработанная методика по оценке восприятия возраста других людей разных возрастных групп «30 фотографий», которая представляет собой 30 изображений мужчин и женщин разных возрастов (по 10 фотографий на каждый возрастной период: 20-30 лет, 40-50 лет, 60-70 лет).

Для оценки субъективного возраста респондентов использовался уточняющий опросник, разработанный на основе опросника «Subjective age» [7, р. 10]. Результаты исследования, опубликованные ранее, показали, что данная методика позволяет более точно измерить общий субъективный возраст респондентов, а также каждый из его компонентов (биологический, эмоциональный, социальный и интеллектуальный субъективные возраста) [5, с. 32]. Методика представляет собой перечень из 24 вопросов закрытого типа, описывающих различные ситуации самооощущения в области био-

логического, эмоционального, социального и интеллектуального возрастов. Оценка результатов производится путём вычисления разницы между хронологическим возрастом респондента и его субъективной оценкой. Для возможности сравнения результатов респондентов разных возрастных групп также высчитывается доля этой разницы относительно собственного хронологического возраста ((ХВ-СВ)/ХВ, где ХВ – хронологический возраст, СВ – субъективный возраст).

Так как в оценке других людей по фото преобладает оценка внешности, далее мы будем говорить только об одном компоненте субъективного возраста – эмоциональном субъективном возрасте.

Результаты изучения субъективного эмоционального возраста в различных возрастных группах опубликованы в более ранних работах [5; 6]. В данной работе будут представлены данные эмоционального субъективного возраста респондентов в сравнении с оценками эмоционального возраста других людей по фотографиям.

Для анализа роли социальных и темпоральных составляющих субъективного возраста респондентам предлагалось оценить возраст людей, изображённых на фотографиях. Фотографии были подобраны в соответствии с возрастными категориями респондентов (по 10 фотографий людей 20-30, 40-50 и 60-70 лет). При анализе выявлялось соответствие хронологического возраста героев фотографий и оценки их возраста респондентами.

В результате предъявления респондентам 30-ти фотографий, разбитых на возрастные группы (10 – 20-30 лет; 10 – 40-50 лет; 10 – 60-70 лет), были получены данные, представленные в таблице 1.

Из таблицы 1 мы видим, что молодые люди (20-30 лет) склонны немного занижать свой эмоциональный возраст и при этом значительно больше отклоняются в оценке внешности сверстников в сторону завышения. Сравнительный анализ с использованием критерия Уилкоксона (для

Таблица 1 / Table 1

Оценка собственного эмоционального возраста и эмоционального возраста сверстников по фото на разных этапах онтогенеза / Assessment of one's own emotional age and emotional age of peers by photos at different stages of ontogenesis

Респонденты				Люди на фотографиях (оценка сверстников)					
Группа	ХВ (Med)	СЭВ (Med)	Разница ХВ-СЭВ	Доля ХВ-СЭВ	Группа	ХВ (Med)	ЭВ (Med)	Разница ХВ-СЭВ	Доля ХВ-СЭВ
20-30 лет	26	25	1	0,04	20-30 лет	22,5	24,3	-1,8	-0,08
40-50 лет	43	37,4	5,6	0,13	40-50 лет	43,5	42,4	1,1	0,03
60-70 лет	64	53	11	0,17	60-70 лет	61,5	60,6	0,9	0,01

ХВ – хронологический возраст

СЭВ – субъективный эмоциональный возраст

зависимых выборок) показал значимость различий на уровне $p = 0,006$.

При этом респонденты 40-50 и 60-70 лет демонстрируют бóльшую точность в оценке возраста своих сверстников, чем в субъективной оценке собственной внешности ($p = 0,000$; $p = 0,000$). Это подтверждает результаты более раннего исследования субъективного возраста [3, с. 29]. Выявленные различия могут быть связаны с тем, что субъективная оценка собственной внеш-

ности – стремление выглядеть моложе – становится субъективным внутренним ресурсом регуляции собственной жизнедеятельности, своеобразным копингом в совладании с появлением изменений и проблем в середине взрослости и у пожилых людей. Оценка же других людей того же возраста не содержит оценок собственных возможностей и установок социальной привлекательности, что сказывается на значительно более точных оценках других.

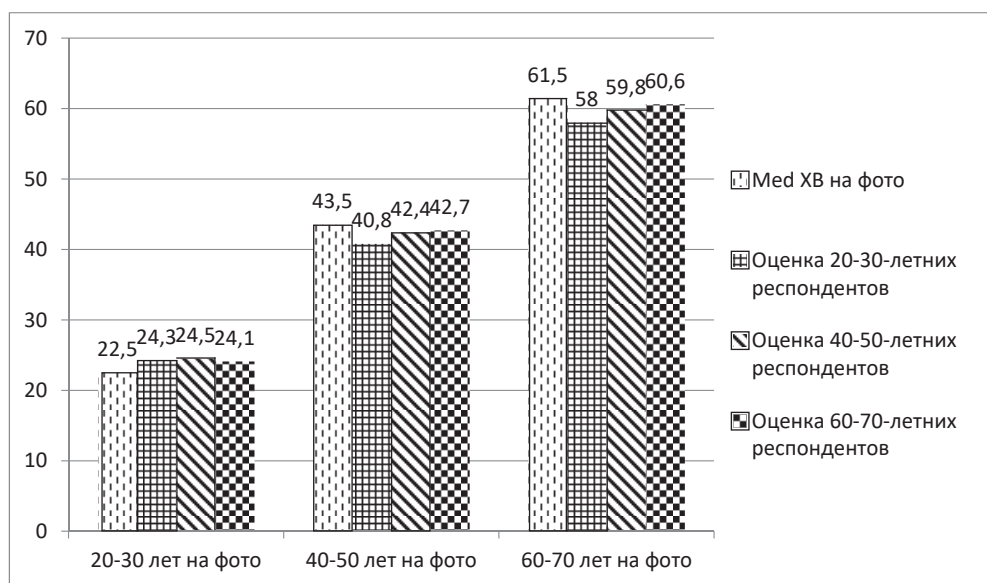


Рис. 1 / Fig. 1. Оценки эмоционального возраста других людей по фото в разных возрастах / Estimates of the emotional age of other people in the photo at different ages

Из рисунка 1 мы также видим, что респонденты всех возрастных групп оценивают людей молодого возраста (20-30 лет) на более старший возраст (1,5-2 года), чем их хронологический возраст, а людей других возрастных групп (40-50 лет и 60-70 лет) на более молодой возраст (1-3 года и 1,5-3,5 года соответственно).

Наиболее точные оценки относятся к фото людей своего возраста. Несмотря на то, что разница субъективных оценок возраста другого человека и оценки собственного субъективного эмоционального возраста значимо различны, для всех возрастов наблюдается тенденция оценивать старше людей 20-30 лет и моложе 40-50 и особенно 60-70 лет. Такая динамика отражает общий феномен, где перелом оценок собственного возраста в сторону их снижения начинается с 23-25 лет [9, р. 40]. Наши данные показывают, что эта же тенденция фиксируется при оценке возраста других людей.

Согласно полученным данным молодые люди наименее точны в оценке

эмоционального возраста других людей разных возрастных групп. Поскольку молодые люди, оценивая своих сверстников, взрослых и пожилых, скорее наделяют эти оценки социальными имплицитными представлениями о возрасте и его внешних маркерах, то следует предположить, что временные сравнения своего эмоционального возраста, основанные на сравнении самого же себя во времени (темпоральные), и социальные сравнения представлений о поколениях взрослых и пожилых, сильно отличны и более точны.

Таким образом, можно говорить о том, что молодые люди при оценке других людей преимущественно опираются на временные сравнения и при оценке людей старше себя имеют трудности вследствие отсутствия жизненного опыта, поэтому на передний план выступают социальные сравнения.

Для полноты картины рассмотрим оценку эмоционального возраста других людей в сравнении с собственным субъективным эмоциональным возрастом.

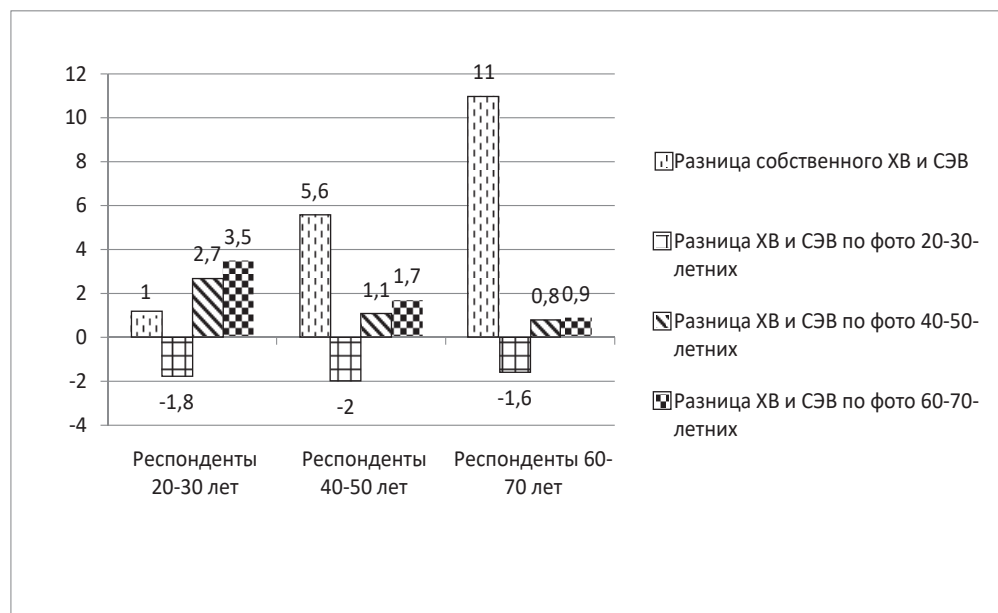


Рис. 2 / Fig. 2. Особенности оценки эмоционального возраста себя и других в разные возрастные периоды / Assessment features of the emotional age of oneself and the others at different age periods

Из рисунка 2 видно, что молодые люди (20-30 лет) наиболее точны из всех возрастных групп в оценке собственного эмоционального возраста (занижают на 1 год) и при этом наименее точны в оценки эмоционального возраста людей среднего и старшего возраста (занижают на 2,7 и 3,5 лет соответственно). Полученные результаты говорят о том, что молодые люди более сконцентрированы на себе, чем на других и, опираясь на темпоральные сравнения самого себя во времени, достигают большей точности в оценки эмоционального возраста.

Пожилые люди, наоборот, больше других возрастных групп занижают свой собственный эмоциональный возраст (на 11 лет), при этом более точны в оценке возраста людей всех возрастов (завышают молодежь на 1,6 года, занижают на 0,8 и 0,9 лет эмоциональный возраст людей более старшего возраста соответственно). С возрастом они приобретают большой жизненный опыт, который позволяет на основе социальных сравнений более точно определять эмоциональный возраст других людей. К тому же стремление вы-

глядеть моложе является ресурсом для сохранения благополучия и механизмом защиты от внешних и внутренних условий старения, снижающих их жизнеспособность. Другое исследование процесса оценивания возраста человека по фотографии также установило, что пожилые люди более точны в оценке возраста другого, чем люди младшего и среднего возрастов [2].

Полученные данные подтверждают наше предположение об увеличении с возрастом значимости социальных сравнений в оценке возраста других людей.

Интересным фактом является то, что респонденты всех возрастных групп оценивают молодых людей на более старший возраст, чем есть на самом деле. Это может свидетельствовать о некой тенденции современного общества наделять молодёжь более взрослыми чертами в результате завышенных ожиданий к ним.

Анализируя представления респондентов разных возрастов о возрасте других, мы выявили существенные различия между молодыми людьми, людьми среднего и пожилого возрастов, которые представлены в таблице 2.

Таблица 2 / Table 2

Показатели уровня значимости различий в оценке возраста другого по фотографии между тремя возрастными группами / Indicators of the significance level of differences in the assessment of the age of the other person by photos between the three age groups

Группы	Оценка фото 20-30 лет	Оценка фото 40-50 лет	Оценка фото 60-70 лет
	U	U	U
	p	p	p
20-30 лет	1103	769	716
40-50 лет	0,730	0,005	0,001
20-30 лет	1011	666	631
60-70 лет	0,622	0,002	0,001
40-50 лет	875	929	856
60-70 лет	0,349	0,622	0,275

Согласно полученным результатам (табл. 2), молодые люди (20-30 лет) значимо чаще отклоняются в оценке людей старше себя, чем люди 40-50 и 60-70

лет, а учитывая данные из рисунка 1, мы можем утверждать, что молодые люди значимо чаще занижают возраст людям 40-50 и 60-70 лет, чем люди среднего и

пожилого возрастов. В исследованиях Д. В. Погонцевой была установлена схожая тенденция относительно восприятия возраста других людей девушками (18-25 лет): оценка девушек до 40 на более старший возраст, а женщин старше 40 лет на более молодой возраст [1, с. 16].

Значимых различий в оценке возраста молодых людей в разных возрастных группах нет. Люди среднего возраста (40-50 лет) в оценках возраста других людей наиболее приближены к людям старшего возраста.

Выводы

Данная работа позволила нам приблизиться к пониманию специфики оснований процесса оценивания своего возраста и возраста других людей на разных этапах онтогенеза. Было установлено, что в разные возрастные периоды на передний план выступают различные основания для оценивания своего эмоционального возраста и того, на сколько лет выглядят другие люди, а именно: оценка своего субъективного возраста и возраста других людей меняется в процессе онтогенеза, а также процесс оценивания своего и чужого возрастов имеет свою специфику в различные возрастные периоды.

При оценке собственного эмоционального возраста во всех группах преобладают темпоральные сравнения, что с увеличением возраста снижает точность самооценки, но при оценке того, на сколько лет выглядят другие люди, с увеличением собственного возраста усиливается роль социальных сравнений, что позволяет повысить точность такой оценки. При этом молодые люди наименее точны в оценке возраста других людей, так как имеют меньше жизненного опыта, а пожилые люди, наоборот, наиболее точны в определении возраста других людей.

Точность в оценках возраста других людей (относительно оценки своего возраста) достигается посредством ис-

ключения из неё таких лично значимых параметров, как желание быть более привлекательным, социально активным, имеющим перспективное будущее и т.д. Эти параметры, неразрывно связанные с оценкой собственного возраста, сильно снижают её точность и с возрастом всё больше отклоняют субъективный возраст от хронологического в сторону занижения.

Интересным является тот факт, что люди всех возрастных категорий в оценке возраста других людей более точны в оценке своих сверстников, чем людей иных возрастных групп. Это говорит о том, что в процессе оценивания возраста сверстников участвуют темпоральные основания (соотнесение с собой), что также повышает точность оценки.

Плюс ко всему было установлено, что респонденты всех возрастов склонны завышать возраст 20-30-летних людей. Это говорит о тенденции современного общества приписывать молодёжи более взрослые черты в результате высоких требований к ней.

Таким образом, предположение о том, что в процессе оценивания собственного и возраста и возраста другого в разные возрастные периоды ведущую роль играют различные основания, подтвердилось, а именно: в самооценивании на первый план выходят временные сравнения, а при оценивании возраста другого – социальные.

С научной точки зрения полученные данные расширяют представления о механизмах субъективного возраста и оценивания возраста других людей. В свою очередь, эти данные могут быть использованы как ресурс в психотерапии и психологическом консультировании по вопросам достижения полноценного функционирования, а также повышения и сохранения психологического благополучия на разных этапах онтогенеза.

Статья поступила в редакцию 24.02.2020

ЛИТЕРАТУРА

1. Погонцева Д. В. Роль возраста при оценке внешнего облика человека // Психолог. 2018. № 6. С. 14–20.
2. Катунова И. Д., Рыбакова Т. А. Определение возраста человека по фотоизображениям // Юный ученый. 2018. № 2 (16). С. 144–148.
3. Сергиенко Е. А. Когнитивная иллюзия возраста // Психология зрелости и старения. 2012. № 4 (60). С. 5–32.
4. Сергиенко Е. А. Субъективный и хронологический возраст человека [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2013. Т. 6. № 30. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2013v6n30/853-sergienko30.html> (дата обращения: 12.03.2020).
5. Эйдельман А. Б. Особенности субъективного возраста и психологического благополучия в молодом возрасте // Вестник Костромского государственного университета. Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. № 2. С. 30–35.
6. Эйдельман А. Б. Субъективный возраст как ресурс психологического здоровья человека // Психология – наука будущего: материалы VII Международной конференции молодых учёных, Москва, 14–15 ноября 2017 г., / под ред. А. Л. Журавлёва, Е. А. Сергиенко. М., 2017. С. 957–960.
7. Barak B. Age identity: A cross-cultural global approach // International journal of behavioral development. 2009. Vol. 33. № 1. P. 2–11.
8. Braman A. C. What is subjective age and who does one determine it: the role of social and temporal comparisons. Dissertation presented to the Graduate School of Arts and Sciences of Washington University. SaitLouis, Missouri, 2002. 63 p.
9. Galambos N. L., Albrecht A. K., Jansson S. M. Dating, sex, and substance use predict increases in adolescents' subjective age across two years // International journal of behavioral development. 2009. Vol. 33 (1). P. 32–41.
10. Kastenbaum R., Derbin V. The ages of me: toward personal and interpersonal definitions of functional aging // Aging and human development. 1972. Vol. 3. № 2. P. 197–211.
11. Uotinen V., Rantanen T. Change in subjective age among older people over an eight-year follow up: Getting older and feeling younger? // Experimental Age Research. 2006. Vol. 32. No. 4. P. 381–393.

REFERENCES

1. Pogontseva D. V. [The role of age in assessing the appearance of a person]. In: *Psikholog* [Psychologist], 2018, no. 6, pp. 14–20.
2. Katunova I. D. [Determination of a person]. In: *Yunyi uchenyi* [Young scientist], 2018, no. 2 (16), pp. 144–148.
3. Sergienko E. A. [Cognitive illusion of age]. In: *Psikhologiya zrelosti i stareniya* [The psychology of maturity and aging], 2012, no. 4 (60), pp. 5–32.
4. Sergienko E. A. [Subjective and chronological age of the individual]. In: *Psikhologicheskie issledovaniya* [Psychological research], 2013, vol. 6, no. 30. Available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2013v6n30/853-sergienko30.html> (accessed: 03.12.2020).
5. Eidel'man A. B. [Features of subjective age and psychological well-being at a young age]. In: *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika* [Bulletin of the Kostroma State University. Pedagogy. Psychology. Sociokinetics], 2019, no. 2, pp. 30–35.
6. Eidel'man A. B. [Subjective age as a resource of human psychological health]. In: *Psikhologiya – nauka budushchego: materialy VII Mezhdunarodnoi konferentsii molodykh uchenykh, Moskva, 14–15 noyabrya 2017 g.* [Psychology is the Science of the Future: materials of the VII International Conference of Young Scientists “Psychology is the Science of the Future”, Moscow, November 14–15, 2017]. Moscow, 2017, pp. 957–960.
7. Barak B. Age identity: A cross-cultural global approach. In: *International journal of behavioral development*, 2009, vol. 33, no. 1, pp. 2–11.
8. Braman A. C. What is subjective age and who does one determine it: the role of social and temporal comparisons. Dissertation presented to the Graduate School of Arts and Sciences of Washington University. SaitLouis, Missouri, 2002. 63 p.
9. Galambos N. L., Albrecht A. K., Jansson S. M. Dating, sex, and substance use predict increases in adolescents' subjective age across two years. In: *International journal of behavioral development*, 2009, vol. 33 (1), pp. 32–41.

10. Kastenbaum R., Derbin V. The ages of me: toward personal and interpersonal definitions of functional aging. In: *Aging and human development*, 1972, vol. 3, no 2, pp. 197–211.
11. Uotinen V., Rantanen T. Change in subjective age among older people over an eight-year follow up: Getting older and feeling younger? In: *Experimental Age Research*, 2006, vol. 32, no. 4, pp. 381–393.

БЛАГОДАРНОСТИ

Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ в рамках научно-исследовательского проекта №17-29-02155 «Субъективные факторы психологического здоровья в современном обществе».

ACKNOWLEDGMENTS

The work is carried out with the financial support of the RFBR in the framework of the research project №17-29-02155 «Subjective factors of psychological health in modern society».

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

Эйдельман Александра Борисовна – аспирант лаборатории психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях Института психологии РАН;
e-mail: eydelman94@gmail.com

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Aleksandra B. Eydelman – postgraduate student of the Laboratory of psychology of the subject development in normal and post-traumatic conditions, the Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences;
e-mail: eydelman94@gmail.com

ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ

Эйдельман А. Б. Социальные и темпоральные основания субъективного возраста // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2020. № 3. С. 87–95.

DOI: 10.18384/2310-7235-2020-3-87-95

FOR CITATION

Eydelman A. B. Social and temporary foundations of subjective age. In: *Bulletin of the Moscow Region State University. Series: Psychology*, 2020, no. 3, pp. 87–95.

DOI: 10.18384/2310-7235-2020-3-87-95