Zeitschrift: Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

Herausgeber: Geriatrischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

Band: - (2005-2006)

Heft: 90

Rubrik: Altersmythos CCI : ältere Menschen fühlen sich selber viel jünger als ihr kalendarisches Alter, schätzen das Alter anderer Älterer jedoch richtig ein

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

hingegen solche mit negativen Erlebnissen bis ins hohe Alter an Häufigkeit (aber nicht an Intensität) zu reduzieren. Lediglich im höchsten Alter nehmen Erlebnisse mit negativen Emotionen wieder leicht zu, erreichen aber nie mehr das hohe Niveau von jungen Erwachsenen.

Carstensen LL et al: Taking time seriously. A theory of socioemotional selectivity. American psychologist 54:115 – 181; 1999

ALTERSMYTHOS CCI

Ältere Menschen fühlen sich selber viel jünger als ihr kalendarisches Alter, schätzen das Alter anderer Älterer jedoch richtig ein.

Wirklichkeit

Menschen im Alter von 64 ± 4 Jahren fühlen sich selber 5,6 ± 6,2 Jahre jünger als ihr wirkliches Alter, möchten selber am liebsten 8,4 ± 12 Jahre jünger sein und schätzen andere ältere Menschen durchschnittlich 4,7 ± 2 Jahre jünger ein.

Begründung

Diese Resultate basieren auf der Befragung von 386 Männern und 406 Frauen aus Thun im Kanton Bern im Alter von 58–70 Jahren. Sie wurden schriftlich befragt über ihr objektives und subjektives Alter, wie sie das Alter von 35 älteren erwachsenen Menschen mit dem Durchschnittsalter von 55 Jahren, dargestellt auf Fotografien, einschätzen würden, sowie über ihre eigene Gesundheit, ihre Lebenszufriedenheit und ihre Bildung.

- Auch wenn sich Betagte im Durchschnitt 5,6 Jahre subjektiv jünger fühlen als ihr kalendarisches Alter, betrifft dies nicht alle: 3% fühlen sich subjektiv älter, bei 28% deckt sich das subjektive und das objektive Alter, 61% fühlen sich etwas jünger und 6% viel jünger.
- Die Anzahl Jahre subjektiv jünger sein als kalendarisch, korreliert signifikant mit der eigenen Zufriedenheit über Fitness (r= 0,5) und seine körperliche Attraktivität (r=0,4), sowie mit der Einschätzung der eigenen Gesundheit als gut (r=0,4), mit einem hohen professionellen Status

(r=0,2), damit noch berufstätig zu sein (r=0,1) und folgenden psychologischen Merkmalen: Hohe Selbstwirksamkeit (r = 0,3), hoher Optimismus (r=0,3), hohe Lebenszufriedenheit (r=0,5), aber auch mit einer positiven Haltung dem Alter gegenüber (r=0,3) und folgenden Verhaltensmerkmalen: Zahl kürzlich neu Gelerntem (r=0,2), Zahl jung erhaltender Aktivitäten (r=0,3), Arbeit mit PC, E-Mail und Internet (r=0,2) und dem Benützen eines Mobiltelefons (r=0,1).

- Es gibt zwei Gründe weshalb sich Betagte jünger fühlen als ihr kalendarisches Alter: Einerseits möchten sie jünger erscheinen (Motivationskomponente) und anderseits wegen eines Systemfehlers des Informationsverarbeitungsprozesses: der innere Prototyp einer Person eines bestimmten Alters stimmt nicht mehr überein mit dem Aussehen und Verhalten einer durchschnittlichen Person dieses Alters. Dies dürfte darauf basieren, dass der innere Prototyp in der Jugend geprägt wurde und, dass sich seither sowohl das Aussehen als auch das Verhalten älterer Menschen objektiv verjüngt hat.

Teuscher U: Subjective age bias. The universality of feeling young. Publication im Druck 8/2004