

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

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): - **(2005-2006)**

Heft 90

PDF erstellt am: **10.08.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

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 $5,6 \pm 6,2$ Jahre jünger als ihr wirkliches Alter, möchten selber am liebsten $8,4 \pm 12$ Jahre jünger sein und schätzen andere ältere Menschen durchschnittlich $4,7 \pm 2$ 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 andererseits 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