

老年人年龄认同特征及其与心理健康的关系*

武盼盼¹ 邵景进^{1,2} 贺念¹ 张丽¹

(1 西南大学心理学部, 重庆 400715) (2 西南大学心理健康教育研究中心, 重庆 400715)

摘要 采用年龄认同问卷、流调中心用抑郁量表、焦虑自评量表和生活满意度量表对 646 位老年人进行问卷调查, 考察我国老年人年龄认同的特征及其与心理健康之间的关系。结果表明: (1) 老年人感觉自己比实际年龄年轻的人数比例为 55.7%, 平均年轻 4.07 年。实际年龄和自评健康对老年人的年龄认同有显著影响。(2) 回归分析结果表明, 在控制了性别、受教育水平、自评健康等变量后, 年龄认同仍然对老年人的心理健康有显著影响, 表现在对其焦虑和抑郁情绪有显著的负向预测作用, 对其生活满意度水平有显著的正向预测作用。综上, 我国老年人年龄认同存在年轻化偏向, 而且这种年轻化偏向程度越强, 老年人的焦虑和抑郁情绪越少, 生活满意度水平越高。这意味着可以采取适当干预措施促使老年人保持年轻化的年龄认同, 这可能将有助于改善老年人的心理健康状况。

关键词 老年人, 年龄认同, 心理健康。

分类号 B844.4

1 引言

实际年龄是老年人生理和心理研究中的一个基本维度, 但以实际年龄为自变量研究老年人有很大的局限性, 因为人们总是认为自己属于哪个年龄而不是自己的实际年龄。因此, 越来越多的研究者开始将年龄认同 (*age identity*) 作为个体发展中的一个重要标识 (Montepare, 2009)。年龄认同是指个体对自己年龄的主观判断, 反映出个体对其人生历程中所处位置的自我评估, 常用知觉到的相较于实际年龄的“年老”或“年轻”的程度进行衡量。

许多研究发现, 老年人的年龄认同存在着明显的年轻化偏向, 绝大多数老年人往往拒斥“老年”的标签而报告了年轻化的自我知觉, 他们倾向于感觉到自己比实际年龄年轻 (Gana, Alaphilippe, & Bailly, 2004; Rubin & Berntsen, 2006)。甚至有研究表明, 许多老年人感觉要比自己的实际年龄年轻 10~15 年 (Barak & Schiffman, 1981; Hubley & Hultsch, 1994; Kleinspehn-Ammerlahn, Kotter-Grühn, & Smith, 2008)。实质上, 这种较年轻的年龄认同是老年人为了应对老化刻板印象与污名而产生的对自己年龄的一种积极错觉 (*positive illusion*), 被视为根植于文化的

一种自我增强策略 (Barak & Stern, 1986)。

老年人在年龄认同上的年轻化偏向已获得诸多研究支持, 但这些研究主要集中于西方文化背景下。目前中国只有三篇有关老年人年龄认同的研究, 如基于 2000 年收集的“中国城乡老年人口状况一次性抽样调查”数据结果表明, 有 12.1% 的老年人并不认为自己是“老年人” (杜鹃, 伍小兰, 2008); 而 2010 年中国城乡老年人口状况追踪调查数据则发现, 60~64 组和 65~69 岁组认为自己不是“老年人”的比例几乎提高了 10 个百分点 (谢立黎, 黄洁瑜, 2014)。此外, Liang (2014) 考察了中国高龄老人 (85 岁及以上) 的年龄认同状况, 结果显示, 有 8% 的中国高龄老人并不认为自己“老了”。以上研究均表明, 我国老年人的年龄认同也呈现出“趋于年轻”的趋势。

年龄认同的年轻化偏向对于老年期个体发展和成功老龄化有着重要意义, 甚至可能是比实际年龄对身体和心理幸福感更为重要的预测变量 (George, Mutran, & Pennybacker, 1980)。许多研究表明, 年龄认同的年轻化偏向与个体主观幸福感和心理健康密切相关 (Carp & Carp, 1981; Gana et al., 2004; Keyes & Westerhof, 2012; Liang, 2014; Mock &

收稿日期: 2015-5-31。

* 基金项目: 国家社会科学基金项目 (16BSH101)。

通讯作者: 邵景进, E-mail: jingjinshao@126.com。

Eibach, 2011; Steverink, Westerhof, Bode, & Dittmann-Kohli, 2001; Westerhof & Barrett, 2005)。如 Westerhof 和 Barrett (2005) 研究发现, 感觉比自己实际年龄小, 即年龄认同偏向比较年轻的老年人报告了更高水平的生活满意度、更多的积极情绪和更少的消极情绪。Gana, Alaphilippe 和 Bailly (2004) 也发现, 和年龄认同偏向在 1-15 年之间的老年人相比, 那些年龄认同偏向在 15 年以上的老年人, 其生活满意度水平和自尊水平都比较高。然而, 年龄认同与心理健康之间的关系较为复杂, 如有研究显示, 年龄认同中的年轻化偏向与主观幸福感之间并无相关, 甚至呈负相关关系 (Montepare & Lachman, 1989)。Westerhof 和 Barrett (2005) 曾对美国人和德国人的年龄认同及其与主观幸福感的关系进行了研究, 结果发现, 相对于德国人, 美国人表现出更年轻的年龄认同。更为有趣的是, 该研究还发现年龄认同能显著负向预测其消极情绪, 但年龄认同和消极情绪的这种负向关系只存在于美国人身上。在崇尚年轻的西方文化中, 老年人通过这种年轻化的年龄认同以抵制或拒绝消极老化刻板印象和污名对其自尊的威胁, 这种年龄认同的年轻化偏向被视为一种具有自我保护机能的调节策略 (Gana et al., 2004; Weiss & Lang, 2012)。

尽管研究者对年龄认同的影响因素及其与心理健康的关系等方面做了许多研究, 但国内有关老年人年龄认同的研究仍然存在着以下两方面的不足: (1) 测量方式略显粗糙, 已有研究主要采取诸如“您觉得自己老了吗?”或“您认为自己是个老年人吗?”等问题的是否式的作答方式 (杜鹏, 伍小兰, 2008; 谢立黎, 黄洁瑜, 2014), 难以考察我国老年人所知觉到的主观年龄与其实际年龄差异的具体程度。(2) 目前国内鲜有研究关注中国老年群体的年龄认同与其心理健康之间的关系, 其年轻化偏向是否也是一种成功自我调节的表达, 对此仍需要实证研究予以检验。

针对以上问题, 本研究主要有两个目的: 其一, 采用更主流的测量方式对中国老年人的年龄认同进行量化研究, 探讨我国老年人的年龄认同是否存在年轻化偏向, 以及这种年轻化偏向的程度如何, 其影响因素又有哪些。其二, 系统分析老年人年龄认同上的年轻化偏向与其心理健康之间的关系, 以验证这种年轻化偏向的自我调节是否适合中国老年人, 最终期望能帮助老年人形成并保持更加积极的年龄认同, 这可能有助于改善老年人的心理

健康状况。

2 方法

2.1 被试

采用方便取样, 对来自云、贵、川、渝等地社区的 646 名老年人进行问卷调查。剔除填写不完整及有规律作答的问卷, 最后得到有效问卷 594 份, 问卷有效率为 92.0%。其中, 男性 247 人 (41.6%), 女性 347 人 (58.4%); 年龄范围 60~88 岁, 平均年龄为 70.51 岁 ($SD=6.35$); 受教育水平: 文盲 144 人, 小学 250 人, 初中 116 人, 高中及以上 84 人。

2.2 研究工具

2.2.1 健康和经济状况自评

老年人自评健康状况用 SF-12 中一个题目来测量, 具体表述为“总体来讲, 您的健康状况是: ①非常好 ②很好 ③好 ④一般 ⑤差”。此外, 老年人的经济状况则按照家庭人均月收入加以表示, 题目表述为“您每个月可支配收入大概为 ____ 元”, 老年人根据自己的实际情况进行填写。

2.2.2 年龄认同

与已有研究相一致 (Kleinspehn-Ammerlahn et al., 2008; Schafer & Shippee, 2009; Westerhof & Barrett, 2005), 老年人的主观年龄采用如下问题来测量: 很多人会感觉比实际年龄显老或显年轻, 那您感觉自己的年龄是 ____ 岁, 请根据自己的实际情况, 选择填写 0~120 范围内的任意一个整数。年龄认同用实际年龄减去主观年龄得到的差值来表示, 正值表示老年人感觉自己比实际年龄要年轻, 负值表示老年人感觉自己比实际年龄要老, 而 0 则表示老年人年龄认同没有明显偏向。

2.2.3 抑郁

采用流调中心用抑郁量表 (center for epidemiologic studies depression scale, CES-D), 由美国国立精神研究所的 Radloff 于 1977 年编制 (汪向东, 王希林, 马弘, 1999)。共 20 个项目, 要求被试用 1~4 级评定最近一周内症状出现的频度, 1 表示偶尔或无 (少于 1 天), 2 表示有时 (1~2 天), 3 表示时常或一半时间 (3~4 天), 4 表示多数时间或持续 (5~7 天)。其中 4, 8, 12, 16 题为反向计分, 对这些项目进行重新编码后, 所有项目的得分相加求量表总分。总分越高表明个体抑郁程度越高。本研究中量表的 Cronbach α 值为 0.89, $\chi^2/df=0.845$, $GFI=0.984$, $NFI=0.976$, $CFI=1.000$, $RMSEA=0.000$ 。

2.2.4 焦虑

采用 Zung 于 1971 年编制的焦虑自评量表 (SAS), 用于评定焦虑的主观感受。共有 20 个项目, 要求被试用 1~4 级评定最近一周内症状出现的频度, 1 表示没有或很少时间, 2 表示小部分时间, 3 表示相当多时间, 4 表示绝大部分或全部时间。其中, 5, 9, 13, 17, 19 题为反向记分, 对这些项目进行重新编码后, 所有项目的得分相加求和, 得到量表总分。总分越高表明个体焦虑程度越高。本研究中量表的 Cronbach α 值为 0.86, $\chi^2/df=0.893$, $GFI=0.986$, $NFI=0.976$, $CFI=1.000$, $RMSEA=0.000$ 。

2.2.5 生活满意度

采用等人于 1980 年编制的生活满意度量表 (SWLS), 用于评价老年人的整体生活满意度。共有 5 个项目, 如“我的生活在大多数方面都接近我的理想”、“我的生活条件很好”等, 要求被试评定对这 5 个句子的赞同程度, 分值在 1~7 之间, 1 表示强烈反对, 7 表示强烈赞成。得分越高, 表明个体对自己的生活越满意。本研究中量表的 Cronbach α 值为 0.85, $\chi^2/df=0.627$, $GFI=0.999$, $NFI=0.999$, $CFI=1.000$, $RMSEA=0.000$ 。

2.3 测试程序

采用入户调查、面对面的方式, 测试有统一的指导语, 主试由经过培训的心理学专业本科生或硕士生担任。问卷原则上由老年人亲自填写完成, 但那些因受教育水平和视力问题而无法读或写的被试, 则由主试大声读出并代为填写。考虑到问卷题目数量和老年人精力有限, 未对测试时间进行严格限制, 老年人可根据个人情况适当休息。

2.4 数据处理

采用 SPSS17.0 软件对所得数据进行统计处理与分析, 主要包括描述统计、假设检验、 χ^2 检验、Pearson 相关分析、回归分析等。

3 结果

3.1 老年人年龄认同的特征分析

老年人年龄认同、抑郁、焦虑和生活满意度的描述统计结果见表 1。

表 1 主要变量的描述统计结果 ($n=594$)

年龄认同	心理健康		
	抑郁	焦虑	生活满意度
4.07 \pm 7.59	15.14 \pm 10.08	36.82 \pm 9.01	21.37 \pm 5.91

本研究中, 报告知觉到的年龄比实际年龄要年

轻的老年人数为 331 名, 占总样本量的 55.7%, 比实际年龄年老的老年人数为 107 名, 占样本总量的 18.0%, 与实际年龄相符的老年人数为 156 名, 占样本总量的 26.3%。 χ^2 检验结果表明, 比实际年龄年轻、年老以及与实际年龄相符的老年人数存在极其显著的差异, $\chi^2=140.07$, $p<0.01$, $df=2$ 。采用二比率差异的显著性检验对三类人数的百分比进行两两比较, 结果表明, 比实际年龄年轻的老年人数百分比显著高于比实际年龄年老的人数百分比, $Z=13.47$, $p<0.01$; 比实际年龄年轻的老年人数百分比显著高于与实际年龄相等的人数百分比, $Z=10.30$, $p<0.01$; 比实际年龄年轻的老年人数百分比显著高于另两类 (比实际年龄年老、与实际年龄相符) 人数百分比之和, $Z=3.93$, $p<0.01$ 。此外, 由表 1 可知, 我国老年人年龄认同的平均值为 4.07 ($SD=7.59$), 该平均数显著大于 0 ($t=13.06$, $p<0.05$, $df=593$)。以上结果均表明我国老年人年龄认同整体上表现出了明显的年轻化偏向。

为进一步考察老年人年龄认同的影响因素, 以实际年龄、性别、受教育水平 (以“文盲”为基准)、经济收入、自评健康为自变量, 以老年人年龄认同为因变量, 做线性回归分析。该步骤中每个自变量均以 Enter 的方式进入方程, 所得结果见表 2。

表 2 老年人年龄认同影响因素分析 ($n=594$)

	年龄认同	
	β	R^2
实际年龄	0.19***	0.115
性别	0.04	
小学	0.10	
初中	0.08	
高中及以上	0.01	
经济收入	0.03	
自评健康	0.30***	

注: * $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$, 以下同。

从表 2 可以看出, 老年人实际年龄、自评健康对其年龄认同有显著的预测作用, 即实际年龄越大、自评健康状况越好的老年人, 其年龄认同的年轻化偏向程度也越高。然而, 性别、受教育水平、经济收入这三个变量均未达到显著性水平。即男性、女性老年人在年龄认同上无显著差异; 不同经济收入的老年人在年龄认同上没有显著性差异; 不同受教育水平的老年人在年龄认同上也不存在显著

性差异。

3.2 老年人年龄认同与心理健康的关系

3.2.1 相关分析

采用 Pearson 相关分析考察老年人的实际年

龄、性别、受教育水平、经济收入、自评健康、年龄认同与焦虑、抑郁、生活满意度之间的相关关系，结果见表3。

表3 变量间的相关分析 ($n=594$)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1 实际年龄								
2 性别	-0.08							
3 受教育水平	-0.02	-0.34***						
4 经济收入	0.03	-0.27***	0.62***					
5 自评健康	-0.04	-0.10*	0.19***	0.19***				
6 年龄认同	0.16***	-0.09*	0.03	0.03	0.29***			
7 抑郁	0.04	0.06	-0.18***	-0.20***	-0.41***	-0.26***		
8 焦虑	-0.02	0.08*	-0.18***	-0.23***	-0.42***	-0.23***	0.78***	
9 生活满意度	0.07	-0.06	0.24***	0.31***	0.36***	0.17***	-0.45***	-0.44***

相关分析表明，老年人受教育水平、经济收入、自评健康、年龄认同等变量与其焦虑、抑郁、生活满意度均有不同程度的显著相关，相关系数介于-0.42~0.36之间。但性别只与老年人的焦虑状况呈显著正相关，即女性老年人比男性老年人报告了更多的焦虑症状。

3.2.2 回归分析

根据表3相关矩阵分析，以性别、受教育水平、经济收入、自评健康、年龄认同为自变量，分

别以老年人焦虑、抑郁和生活满意度为因变量，进行多元回归分析，以更好地考察年龄认同对抑郁、焦虑和生活满意度的独立预测作用。结合已有文献(Westerhof & Barrett, 2005)，本研究把性别、受教育水平、经济收入等社会人口学变量纳入第一层；把可能影响因变量的老年人自评健康状况纳入到回归方程第二层；把年龄认同变量纳入到第三层。各步骤中自变量均以 Enter 方式进入模型，结果见表4。

表4 老年人年龄认同对心理健康的回归分析 ($n=594$)

变量	抑郁			焦虑			生活满意度		
	Block1	Block2	Block3	Block1	Block2	Block3	Block1	Block2	Block3
性别 ^a	0.03	0.04	0.05	0.00	0.01	0.02	-0.05	-0.05	-0.06
小学	-0.13*	-0.10*	-0.10*	-0.07	-0.04	-0.03	0.05	0.03	0.03
初中	-0.16**	-0.10*	-0.10*	-0.11*	-0.05	-0.55	0.12*	0.07	0.07
高中及以上	-0.12*	-0.06	-0.06	-0.06	-0.00	-0.00	0.10	0.06	0.06
经济收入	-0.15**	-0.12*	-0.12**	-0.20***	-0.16**	-0.16**	0.26***	0.23***	0.24***
自评健康		-0.38***	-0.33***		-0.39***	-0.36***		0.30***	0.28***
年龄认同			-0.16***			-0.12**			0.08*
Adjusted R^2	0.048	0.184	0.206	0.051	0.195	0.207	0.097	0.184	0.188

注：性别^a为虚拟变量，男=1，女=0。

由表4可知，老年人经济收入和自评健康对其心理健康有显著预测作用，具体表现为：经济收入显著负向预测其抑郁和焦虑状况，显著正向预测其生活满意度水平；自评健康显著负向预测其焦虑和

抑郁状况，显著正向预测其生活满意度水平。而性别、受教育水平对老年人的心理健康水平没有显著影响。

未控制人口学变量之前，老年人年龄认同对其

抑郁、焦虑情绪有显著的负向预测作用,对其生活满意度水平有显著的正向预测作用, $F(1,592) = 44.46, p < 0.001$; $F(1,592) = 32.96, p < 0.001$; $F(1,592) = 16.93, p < 0.001$ 。然而,在控制了人口学变量对心理健康的作用之后,年龄认同的预测作用仍然显著,具体表现为:老年人年龄认同显著负向预测其抑郁和焦虑状况, $F(1,586) = 17.28, p < 0.001$; $F(1,586) = 9.60, p < 0.01$,即老年人年龄认同偏向越年轻,其报告的抑郁和焦虑情绪越少。老年人年龄认同显著正向预测其生活满意度水平, $F(1,586) = 3.95, p < 0.05$,即老年人年龄认同偏向越年轻,其生活满意度水平越高。

4 讨论

4.1 老年人年龄认同的特征分析

总体而言,大多数老年人(55.7%)报告了知觉到的年龄比自己的实际年龄要年轻,平均比实际年龄小4.07年。这说明我国老年人的年龄认同呈现出年轻化的趋势,与已有研究结果相一致(谢立黎,黄洁瑜,2014)。但本研究还发现,与西方研究结果相比,我国老年人这种年轻化偏向程度可能要小得多。如Barnes-Farrell和Piotrowski(1991)发现,老年人年轻偏向程度接近于8年。Hubley和Hultsch(1994)研究报告显示,两个社区老年人平均年轻化偏向分别为13.5年和12.9年。还有研究发现,60岁以上老年人主观年龄和实际年龄之间的差值达到15年之多(Gana, Alaphilippe, & Bailly, 2002; Goldsmith & Heiens, 1992)。这可能的原因有:一方面,随着社会经济、医疗保障和生活质量的提高,我国老年人预期寿命和生活自理预期都有所增长,意味着老年人的整体身体健康、机能水平和社会参与度均有大幅度提升,这使得越来越多的老年人不认为自己“老了”(谢立黎,黄洁瑜,2014);另一方面,中国的快速城市化和工业化使得传统的崇老、尊老的孝道文化开始出现削弱的态势,不像过去那样坚固(Lim et al., 2011; Wang, Laidlaw, Power, & Shen, 2009),对于老年或老化的贬低和污名现象已屡见不鲜。这种情况下,我国老年人逐渐开始适应性地调整自己对年龄的态度,也尽可能地避免把自己和“老年”、“老年人”这些词语联系在一起,并将主观年龄年轻化偏向作为一种自我提升或自我保护的策略(Liang, 2014)。这也可从实际生活窥见一斑,很多老年人开始热衷于通过染发、美容和保健等方式展现自己的“年轻”,从而尽力避免和“隐

藏”他们的实际年龄。

老年人年龄认同影响因素分析结果表明,老年人的实际年龄对其年龄认同有显著正向预测作用,即老年人实际年龄越大,其年轻化偏向程度越高,这与以往研究结果一致(Barak, 2009; Barak & Stern, 1986; Cleaver & Muller, 2002; Hubley & Hultsch, 1994; Montepare & Lachman, 1989; Uotinen, Rantanen, Suutama, & Ruoppila, 2006; 文静,彭华茂,王大华,2009)。究其原因,随着年龄的增长,老人经过人生的磨砺,积累了丰富的知识、技能与社会经验,对周围事物的看法变得较为平淡。同时年龄大的老年人可能少了很多生活琐事(如照看子孙)的困扰,有更多自由时间从事自己感兴趣的活動。另外,这也可能与自我保护策略相关,老年人体会到更多身体下降和死亡日益迫近,这使得他们更多采取“他们老了,我还年轻”的自我提升的应对策略以维持其自尊。此外,本研究再次印证了自评健康对老年人年龄认同的重要影响,这说明身体健康与机能在老年人主观年龄建构中发挥着至关重要的作用。老年人的自评健康水平越高,其年龄认同越偏向于年轻化;相反,老年人健康状况的恶化时会使他们意识到他们已不再年轻,进而使其感知到的年龄变大,年龄认同偏向程度变小(杨逊,2014)。

4.2 老年人年龄认同与心理健康的关系

研究发现,老年人经济收入和自评健康对其心理健康有显著预测作用。即老年人每月可支配收入越多,自评健康状况越好,其心理健康水平越高,这与已有研究结果是一致的(Westerhof & Barrett, 2005)。经济收入不同的老年人表现出不同的心理健康状况。如有研究表明,经济收入影响老年人的生活满意度,直接影响贫困地区老年人的幸福感(张静平,叶曼,朱诗林,2008)。收入高的老年人的生活满意度要显著高于收入低的老年人(冯晓黎,李兆良,高燕,梅松丽,魏冬柏,2006)。另外,经济困难是老年抑郁症的危险因素(杨逊,2014)。以往研究均表明,自评健康能显著影响老年人的主观幸福感、生活满意度和生活质量(白兰,2013;金岭,2010;李春瑛,2013;李振华,2011;孟琛,孟家眉,1996;田林,张开金,2010)。如金岭(2010)研究发现,老年人自评健康的变化可导致生活满意度发生直接的变化;李振华(2011)的研究结果表明,自评健康状况差是农村老年人抑郁症状程度增加的独立危险因素。本研究结果也证实,

自评健康状况对老年人心理健康有非常重要的作用。一般来说,人到了老年,躯体逐渐老化,普遍患有一种或多种常见的慢性病及其他常见疾病。躯体上的疾病,会直接或者间接地影响老年人的心理健康。首先,老年人要承受疾病本身带来的身体上的痛苦;其次,患病老人常感到“自己是累赘”而产生焦虑、抑郁等负性情绪;最后,过多的医药费用,也会加重其心理负担,从而使其生活满意度水平倍受影响。相对而言,那些自评健康状况较好的老年人,生活自理能力更高,可以自由参与各种休闲活动,且不会给子女、家人带来生活照料上的负担,因此感到内心轻松、愉悦,幸福感指数更高。

此外,研究还发现,老年人年龄认同对其抑郁和焦虑情绪具有显著的负向预测作用,对其生活满意度水平有显著的正向预测作用,即老年人年龄认同偏向越年轻,老年人体验到的抑郁和焦虑情绪越少,生活满意度水平越高,这与已有研究结果一致(Baum, 1983; Carp & Carp, 1981; Gana et al., 2004; Infurna, Gerstorf, Robertson, Berg, & Zarit, 2010; Keyes & Westerhof, 2012; Liang, 2014; Mock & Eibach, 2011; Stephan, Caudroit, & Chalabaev, 2011; Steverink et al., 2001; Westerhof & Barrett, 2005)。老年人年龄认同中的年轻化偏向实质上是一种自我提升的积极错觉(Gana et al., 2004)。心理健康的社会心理模型认为,个体所具有的这种适度的积极自我相关的歪曲是应对威胁性事件的重要资源,通过这种自我提高的方式可以发展出乐观的态度、获得掌控感和自尊,从而能够维系良好的心理健康或幸福感(Taylor & Brown, 1988)。David等人认为这种年轻化偏向是老年人通过年龄-群体分离(*age-group dissociation*)来实现的,即通过“他们都老了,而“我”依然感觉年轻的方式作为应对老年刻板印象和污名的一种自我保护策略,进而有利于维系老年人的心理适应状况(Weiss & Lang, 2012)。但需要注意的是,无论是本研究还是已有研究(Gana et al., 2004; Westerhof & Barrett, 2005)都发现,年龄认同和老年人心理健康之间仅呈现低到中等程度的显著相关。这可能提示老年人年龄认同与其适应性功能之间的关系中较为复杂的一面,仍需要更多研究予以验证。

4.3 研究的意义与局限

总的来说,本研究在一定程度上揭示了我国老年人年龄认同的特征及其适应性价值,为以后研究老年人心理健康提供了新的视角和参考框架。同时

也提示,我们可以采取适当措施促使老年人保持较年轻的年龄认同,减少其抑郁、焦虑情绪,进一步提高心理健康水平。如完善老年社会物质保障和医疗体系,提高老人的经济收入和待遇水平;确保老有所医,提高老年人的身体健康和机能水平。同时提倡尊老爱老的传统孝道观念,消除对于老年人和老化的刻板印象和污名现象,尽可能多地给老年人提供精神上的支持和慰藉。此外,老年人自身努力培养多种兴趣爱好,积极参与身体锻炼及其他社会相关活动,保持乐观豁达的人生态度和“年轻”心态以应对老化所带来的挑战等。

但本研究也存在以下几方面的局限性。首先,本研究采用的是横断研究设计,难以确定年龄认同与心理健康各项指标之间的因果关系。虽然研究结果表明老年人年龄认同对其心理健康有影响,但它们之间的关系似乎是双向的,很难对其做出因果定位。因此,后续研究可以采用追踪方法来改善研究设计,进一步验证年龄认同与心理健康之间的关系。其次,本研究采用方便取样的方式取样,被试主要是来自于云、贵、川、渝等地区的老年人,因此,研究结果在推广上有一定的局限性,后续研究可以通过扩大样本对相关研究结果予以检验。最后,也有学者认为年龄认同是一个多维概念(Kastenbaum, Derbin, Sabatini, & Artt, 1972),而本研究只是从整体上考察了年龄认同的状况,年龄认同的多维性有待深入研究。

5 结论

通过本文分析可以得出以下结论:(1)总体上,55.7%的老年人感觉自己比实际年龄要年轻,平均年轻程度为4.07年,其年龄认同呈现出年轻化趋势。实际年龄和自评健康对老年人年龄认同有显著影响。(2)在控制了性别、受教育水平、自评健康等变量后,年龄认同仍然对老年人的心理健康有显著影响,表现在对其焦虑和抑郁情绪有显著的负向预测作用,对其生活满意度水平有显著的正向预测作用。

参 考 文 献

- 白兰. (2013). 退休后老年人的主观幸福感及其影响因素研究. (硕士学位论文). 天津师范大学.
- 杜鹏, 伍小兰. (2008). 中国老年人身份认同的实证研究. 人口研究, (2), 67-72.
- 冯晓黎, 李兆良, 高燕, 梅松丽, 魏冬柏. (2006). 经济收入及婚姻

- 家庭对老年人生活满意度影响. *中国公共卫生*, 21 (12), 1426-1427.
- 金岭. (2010). *上海市同批老年人生活满意度的跟踪分析* (硕士学位论文). 华东师范大学, 上海.
- 李春瑛. (2013). *延吉市社区老年人健康状况与生活质量的的相关性分析* (硕士学位论文). 延边大学, 延吉.
- 李振华. (2011). *衡阳县农村社区老年人抑郁症状及其影响因素研究* (硕士学位论文). 中南大学, 长沙.
- 孟琛, 孟家眉. (1996). 北京市老年人自评幸福度状况及影响因素的分析. *老年医学与保健*, 2 (2), 84-87.
- 田林, 张开金. (2010). 中老年人生活质量及其影响因素研究. *中国全科医学*, 13 (16), 1782-1784.
- 汪向东, 王希林, 马弘. (1999). 心理卫生量表评定手册. *中国心理卫生杂志*, 13, 127-131.
- 文静, 彭华茂, 王大华. (2009). 老年人日常生活方式与老化态度的关系研究. 第十二届全国心理学学术大会论文摘要集.
- 谢立黎, 黄洁瑜. (2014). 中国老年人身份认同变化及其影响因素研究. *人口与经济*, (1), 55-66.
- 杨逊. (2014). *老年人认知年龄与风险决策倾向* (硕士学位论文). 西南大学, 重庆.
- 张静平, 叶曼, 朱诗林. (2008). 贫困地区老年人幸福感知数及其影响因素. *中国心理卫生杂志*, 22 (2), 126-128.
- Barak, B. (2009). Age identity: A cross-cultural global approach. *International Journal of Behavioral Development*, 33 (1), 2-11.
- Barak, B., & Schiffman, L. G. (1981). Cognitive age: A nonchronological age variable. *Advances in consumer research*, 8 (1), 602-606.
- Barak, B., & Stern, B. (1986). Subjective age correlates: A research note. *The Gerontologist*, 26 (5), 571-578.
- Barnes-Farrell, J. L., & Piotrowski, M. J. (1991). Discrepancies between chronological age and personal age as a reflection of unrelieved worker stress. *Work & Stress*, 5 (3), 177-187.
- Baum, S. K. (1983). Age identification in the elderly: Some theoretical considerations. *The International Journal of Aging and Human Development*, 18 (1), 25-30.
- Carp, F. M., & Carp, A. (1981). Mental health characteristics and acceptance-rejection of old age. *American Journal of Orthopsychiatry*, 51 (2), 230.
- Cleaver, M., & Muller, T. E. (2002). *I want to pretend i'm eleven years younger: Subjective age and seniors' motives for vacation travel advances in quality of life research 2001* (pp. 227-241). Springer Netherlands.
- Gana, K., Alaphilippe, D., & Bailly, N. (2002). Réalité, illusion et santé mentale: l'exemple du biais de rajeunissement de soi chez l'adulte. *Revue Internationale de Psychologie Sociale*, 15 (1), 97-128.
- Gana, K., Alaphilippe, D., & Bailly, N. (2004). Positive illusions and mental and physical health in later life. *Aging & Mental Health*, 8 (1), 58-64.
- George, L. K., Mutran, E. J., & Pennybacker, M. R. (1980). The meaning and measurement of age identity. *Experimental Aging Research*, 6 (3), 283-298.
- Goldsmith, R. E., & Heiens, R. A. (1992). Subjective age: A test of five hypotheses. *The Gerontologist*, 32 (3), 312-317.
- Hubley, A. M., & Hultsch, D. F. (1994). The relationship of personality trait variables to subjective age identity in older adults. *Research on Aging*, 16 (4), 415-439.
- Infurna, F. J., Gerstorf, D., Robertson, S., Berg, S., & Zarit, S. H. (2010). The nature and cross-domain correlates of subjective age in the oldest old: Evidence from the OCTO Study. *Psychology and Aging*, 25 (2), 470-476.
- Kastenbaum, R., Derbin, V., Sabatini, P., & Artt, S. (1972). "The ages of me": Toward personal and interpersonal definitions of functional aging. *The International Journal of Aging and Human Development*, 3 (2), 197-211.
- Keyes, C. L. M., & Westerhof, G. J. (2012). Chronological and subjective age differences in flourishing mental health and major depressive episode. *Aging & Mental Health*, 16 (1), 67-74.
- Kleinspehn-Ammerlahn, A., Kotter-Grühn, D., & Smith, J. (2008). 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*, 63 (6), 377-385.
- Liang, K. (2014). The cross-domain correlates of subjective age in Chinese oldest-old. *Aging & Mental Health*, 18 (2), 217-224.
- Lim, L. L., Chang, W., Yu, X., Chiu, H., Chong, M. Y., & Kua, E. H. (2011). Depression in Chinese elderly populations. *Asia-Pacific Psychiatry*, 3 (2), 46-53.
- Mock, S. E., & Eibach, R. P. (2011). Aging attitudes moderate the effect of subjective age on psychological well-being: Evidence from a 10-year longitudinal study. *Psychology and Aging*, 26 (4), 979.
- Montepare, J. M. (2009). Subjective age: Toward a guiding lifespan framework. *International Journal of Behavioral Development*, 33 (1), 42-46.
- Montepare, J. M., & Lachman, M. E. (1989). "You're only as old as you feel": Self-perceptions of age, fears of aging, and life satisfaction from adolescence to old age. *Psychology and Aging*,

- 4 (1) , 73.
- Rubin, D. C., & Berntsen, D. (2006) . People over forty feel 20% younger than their age: Subjective age across the lifespan. *Psychonomic Bulletin & Review*, 13 (5) , 776–780.
- Schafer, M. H., & Shippee, T. P. (2009) . Age Identity, gender, and perceptions of decline: Does feeling older lead to pessimistic dispositions about cognitive aging?. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 65B (1) , 91–96.
- Stephan, Y., Caudroit, J., & Chalabaev, A. (2011) . Subjective health and memory self-efficacy as mediators in the relation between subjective age and life satisfaction among older adults. *Aging & Mental Health*, 15 (4) , 428–436.
- Steverink, N., Westerhof, G. J., Bode, C., & Dittmann-Kohli, F. (2001) . The personal experience of aging, individual resources, and subjective well-being. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 56 (6) , 364–373.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988) . Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103 (2) , 193.
- Uotinen, V., Rantanen, T., Suutama, T., & Ruoppila, I. (2006) . Change in subjective age among older people over an eight-year follow-up: ‘getting older and feeling younger?’ . *Experimental Aging Research*, 32 (4) , 381–393.
- Wang, D. H., Laidlaw, K., Power, M. J., & Shen, J. L. (2009) . Older people’s belief of filial piety in China: Expectation and non-expectation. *Clinical Gerontologist*, 33 (1) , 21–38.
- Weiss, D., & Lang, F. R. (2012) . “They” are old but “I” feel younger: Age-group dissociation as a self-protective strategy in old age. *Psychology and Aging*, 27 (1) , 153.
- Westerhof, G. J., & Barrett, A. E. (2005) . Age identity and subjective well-being: A comparison of the united states and germany. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 60 (3) , 129–136.

The Features of Age Identity and Its Relationship with Mental Health Among Older Adults

Wu Panpan¹, Shao Jingjin^{1,2}, He Nian¹, Zhang Li¹

(1 Faculty of psychology, Southwest University, Chongqing 400715; 2 Research Center of Mental Health Education, Southwest University, Chongqing 400715)

Abstract

To investigate the characteristics of age identity among Chinese older adults and its relationship with mental health, four questionnaires (Age Identity Questionnaire, the Center for Epidemiological Studies Depression Scale, Self-Rating Anxiety Scale and Satisfaction with Life Scale) were administered to 646 older adults. The findings suggested that: 1) 55.7% of the participants reported feeling younger than their actual age and the discrepancy was about 4.07 years. Actual age and self-rated health had a significant impact on older adults’ age identity. 2) Regression analyses revealed that, older adults’ mental health was significantly affected by age identity, after controlling for gender, education, and self-rated health. To be exact, older adults’ anxiety and depression were weakened by age identity, but their life satisfaction level was strengthened by age identity. To sum up, Chinese elder adults showed younger bias. The younger older adults’ age identity was, the less anxiety and depression they had, but the higher life satisfaction level. All our findings suggested that appropriate measures can be taken to enable older people to remain a younger age identity, which may be helpful to improve the mental health status of the elderly.

Key words older adults, age identity, mental health.