

Man ist immer nur so alt, wie man sich fühlt:

Subjektives Alter als Gesundheitsindikator

Nadia Steiber, Institut für Wirtschaftssoziologie, Universität Wien

Forschungsinteresse und Zielsetzung

Im Vergleich zum chronologischen Alter, repräsentiert das subjektiv gefühlte Alter einer Person ein Konzept, das stärker von sozialen Kontexten, psychologischen Dispositionen und persönlichen Deutungszuschreibungen geprägt ist. Das Konzept des subjektiv gefühlten Alters (im Folgenden kurz: SGA) bietet damit eine multi-dimensionale Perspektive auf den Alterungsprozess ([1–4]). Interessant wird das Konzept des SGA dadurch, dass es in einem starken Zusammenhang steht mit der Gesundheit und der Lebenserwartung eines Menschen [5]. Ziel des Moduls ist es, i) Daten für die österreichische Bevölkerung mit früheren Studien bzw. Studien, die in anderen Ländern durchgeführt wurden, zu vergleichen; ii) die individuellen Bestimmungsfaktoren des SGA zu untersuchen; iii) die Korrelation des SGA mit diversen Gesundheitsindikatoren zu bestimmen; iv) sowie die Zusammenhänge zwischen dem SGA und wirtschaftlichen Entscheidungen zu analysieren. Ein weiteres Ziel (v) besteht in einer methodischen Analyse der Auswirkungen unterschiedlicher Messmethoden des SGA.

Theoretische und methodische Überlegungen

Das subjektive gefühlte Alter einer Person wird von der Interaktion mit der sozialen Umwelt beeinflusst, welche die Vorstellung von Alter sowie die Altersnormen einer Person prägt. Wenn sich Menschen jünger fühlen als sie sind, dann impliziert dies, dass sie ein Bild ihres chronologischen Alters haben, das nicht mit ihrem gefühlten Alter übereinstimmt. Zusätzlich zu den individuell konstruierten sowie sozial und kulturell geprägten Altersnormen gelten laut bestehenden Forschungsarbeiten die folgenden Faktoren als relevante Einflussgrößen auf das SGA von Menschen: das chronologische Alter (im Folgenden kurz: CA) einer Person, ihr/sein subjektiv gefühlter Gesundheitsstatus, körperliche und mentale Einschränkungen bei alltäglichen Aktivitäten, sowie die Ausübung bestimmter Rollen in Familie und Gesellschaft [5]. Hinsichtlich der Faktoren Geschlecht und Bildung liefert die bestehende Forschung widersprüchliche Ergebnisse. Einige Studien finden keine Unterschiede im SGA zwischen Frauen und Männern [2,5–7], andere finden, dass sich Frauen bei gleichem CA im Schnitt jünger fühlen als Männer [8] oder umgekehrt, dass sich Frauen im Schnitt älter fühlen als Männer [9]. Hinsichtlich des Bildungsstandes bzw. des sozio-ökonomischen Status (SES) ist die bestehende Evidenz ähnlich unklar. Während Wilkes [10] einen negativen Zusammenhang zwischen dem Einkommen und dem SGA einer Person findet; Barret [1] einen negativen Zusammenhang mit dem SES einer Person sowie Rubin und Berntsen, [11] einen negativen Zusammenhang mit dem Bildungsniveau; finden Hendersen et al. [2] sowie Kaufman und Elder [12] keine signifikanten Bildungs- oder Einkommenseffekte. Bergland et al. [9] wiederum finden das jüngste SGA in der norwegischen Bevölkerung mit der geringsten Bildung.

Auf Basis der Literatur, können folgende Hypothesen formuliert werden: Personen im Alter ab 40 Jahren fühlen sich im Schnitt jünger als sie sind [11]. Es kann jedoch erwartet werden, dass diese Diskrepanz zwischen dem CA und dem SGA ($Y=CA-SGA$) mit zunehmenden CA zunimmt [13]. Zum Bildungseffekt auf das SGA liefern frühere Studien wie erwähnt gemischte Ergebnisse. In Anbetracht des besseren Gesundheitsstatus jener mit einem höheren Bildungsabschluss [14], wird erwartet, dass Y mit der Höhe des höchsten Bildungsabschlusses zunimmt. Das SGA einer Person steht in einem statistischen Zusammenhang mit deren Gesundheitsstatus, und es ist Ziel der Analyse herauszufinden, ob die physische oder

die psychische/mentale Gesundheit einen größeren Einfluss auf das SGA hat. Eine weitere zu überprüfende Hypothese ist, dass sich Menschen, die aktiv erwerbstätig sind, unabhängig von ihrem CA und ihrem subjektiv gefühlten Gesundheitszustand, jünger fühlen als jene, die bereits in Pension sind. Die Daten können auch herangezogen werden, um zu testen ob sich sozial integrierte Menschen mit einer höheren Wahrscheinlichkeit jünger fühlen als sie sind.

Das SGA wurde in früheren Studien unterschiedlich gemessen, teils als Einzelitem, teils als Skala auf Basis einer Vielzahl von Items, die zwischen physischem gefühltem und psychischem bzw. emotional gefühltem Alter unterscheiden [4,15]. Das SGA kann in Jahren gemessen werden oder die Befragten werden gebeten, ihr tatsächliches mit ihrem gefühlten Alter auf einer Skala zu vergleichen und anzugeben, ob sie sich jünger, so alt, oder älter fühlen als sie sind [16]. Andere Studien wiederum messen nicht das gefühlte Alter sondern das Alter, das man erwartet zu erreichen. Dieses Alter wird entweder direkt in Jahren abgefragt oder als Wahrscheinlichkeitsangabe, ein vorgegebenes Alter zu erreichen. Da Uneinigkeit besteht hinsichtlich der idealen Messung des SGA, werden in diesem Modul all diese Optionen getestet, d.h. es beinhaltet eine Vielzahl von Indikatoren. Die erste Auswertung, die hier präsentiert wird, fokussiert auf zwei Items, die zur der Messung des SGA herangezogen wurden. Die Befragten wurden gebeten anzugeben, ob sie sich a) jünger, b) so alt oder c) älter fühlen als sie sind und in einem weiteren Schritt wurden sie gefragt, wie alt sie sich fühlen (SGA: Angabe in Jahren).

Ausgewählte Ergebnisse

Die Befragten wurden gebeten, ihr tatsächliches mit ihrem gefühlten Alter auf einer Skala zu vergleichen und anzugeben, ob sie sich jünger, so alt, oder älter fühlen als sie sind. Eine deskriptive Analyse dieser Fragestellung zeigt, dass sich in der Bevölkerung im Alter von 40-75 Jahren rund 55% der Männer und 60% der Frauen jünger fühlen als sie sind, während sich nur rund 3% der Männer und Frauen älter fühlen als sie sind. Wie aus der untenstehenden Grafik ersichtlich, ist das subjektive Altersempfinden jedoch stark altersabhängig. Bei den Frauen steigt der Anteil jener, die sich jünger fühlen als sie sind mit dem Alter an von rund 29% in den 20ern bis zu rund 69% in den 60ern. Bei den Männern steigt dieser Anteil zuerst von rund 28% in den 20ern auf rund 60% in den 40ern an, sinkt dann jedoch in den 50er Jahren temporär auf einen Anteil von knapp unter 40% und steigt dann wiederum auf über 74% in den 60ern. Es liegt nahe, diesen Altersverlauf des SGA mit dem Übergang in die Pension in Verbindung zu bringen: so sind weniger als 10% der befragten Männer in den 50ern bereits in Pension, jedoch 82% in den 60ern. In den Jahren vor der Pensionierung scheinen sich Männer mithin temporär älter zu fühlen als sie sind.

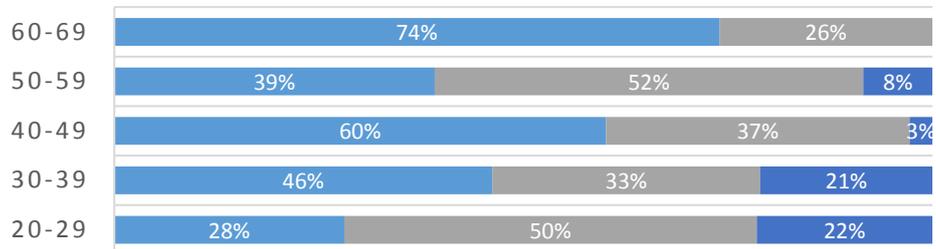
Um wie viele Jahre fühlen sich die Menschen im Schnitt jünger?

Auf Basis des Differenzindikators Y kann gezeigt werden, dass sich Männer im Alter von 40-75 Jahren im Schnitt um 5,6 Jahre jünger fühlen als sie sind, bei den Frauen beläuft sich die Differenz in dieser Altersgruppe auf 6,3 Jahre. Der Unterschied zwischen den Geschlechtern ist statistisch nicht signifikant. Differenziert man allerdings zwischen den Altersgruppen, so kann in der Gruppe der 50-59 Jährigen ein signifikanter Unterschied zwischen Frauen und Männern festgestellt werden: Frauen in diesem Alter fühlen sich im Durchschnitt um rund 3,8 Jahre jünger als ihr CA, Männer um rund 6,2 Jahre.

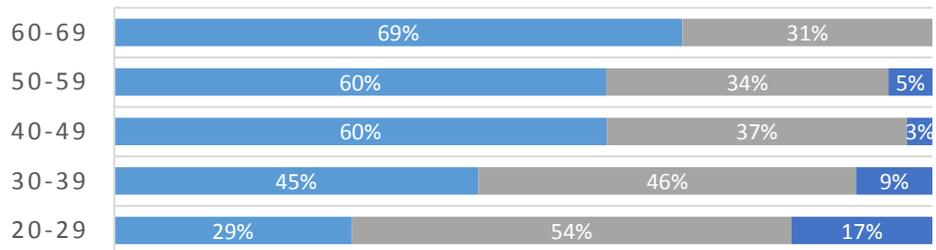
Erste multivariate Analysen betätigen, dass der Effekt des Geschlechts über die Altersgruppen hinweg variiert, und dass Männer im Alter von 50-69 Jahren eine höhere Wahrscheinlichkeit zeigen, sich jünger zu fühlen als sie sind, wenn sie bereits in Pension sind im Vergleich zu gleichaltrigen Männern, die noch aktiv erwerbstätig sind (Kontrolle von Alter, Bildung, Haushaltseinkommen pro Kopf, Haushaltszusammensetzung). Dieses Ergebnis steht im Widerspruch zur theoretischen Erwartung bzw. der Annahme, dass eine aktive Rolle in der Gesellschaft zu einer jugendlicheren Selbsteinschätzung führt.

**FÜHLEN SIE SICH ÄLTER ODER JÜNGER ALS SIE SIND ODER
 FÜHLEN SIE SICH GENAU SO ALT WIE SIE SIND? (MÄNNER)**

■ jünger als ich bin ■ so alt wie ich bin ■ älter als ich bin


**FÜHLEN SIE SICH ÄLTER ODER JÜNGER ALS SIE SIND ODER
 FÜHLEN SIE SICH GENAU SO ALT WIE SIE SIND? (FRAUEN)**

■ jünger als ich bin ■ so alt wie ich bin ■ älter als ich bin



Quelle: PUMA-Daten Q2 2016. Ergebnisse gewichtet. Ergebnisse basieren auf einem Sample von 978 Personen. Im Detail: 73 Männer (M) im Alter 60-69, 129 M im Alter 50-59, 136 M im Alter 40-49, 88 M im Alter 30-39, 50 M im Alter 20-29, 51 Frauen (F) im Alter 60-69, 118 F im Alter 50-59, 141 F im Alter 40-49, 116 F im Alter 30-39, 76 F im Alter 20-29. Der Unterschied zwischen Frauen und Männern im Alter 50-59 ist statistisch signifikant.

Literatur

1. Barrett AE. Socioeconomic status and age identity: the role of dimensions of health in the subjective construction of age. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci.* 2003;58: S101-109.
2. Henderson KV, Goldsmith RE, Flynnm LR. Demographic Characteristics of Subjective Age. *J Soc Psychol.* 1995;135: 447-457. doi:10.1080/00224545.1995.9712214
3. Montepare JM. Subjective age: Toward a guiding lifespan framework. *Int J Behav Dev.* 2009;33: 42-46. doi:10.1177/0165025408095551
4. Teuscher U. Subjective age bias: A motivational and information processing approach. *Int J Behav Dev.* 2009;33: 22-31. doi:10.1177/0165025408099487
5. Uotinen V, Rantanen T, Suutama T. Perceived age as a predictor of old age mortality: a 13-year prospective study. *Age Ageing.* 2005;34: 368-372. doi:10.1093/ageing/afi091
6. Kaufman G, Elder Jr. GH. Revisiting age identity: A research note. *J Aging Stud.* 2002;16: 169-176. doi:10.1016/S0890-4065(02)00042-7
7. Barrett AE. Gendered experiences in midlife: Implications for age identity. *J Aging Stud.* 2005;19: 163-183. doi:10.1016/j.jaging.2004.05.002
8. Pinquart M, Sörensen S. Gender Differences in Self-Concept and Psychological Well-Being in Old Age A Meta-Analysis. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci.* 2001;56: P195-P213. doi:10.1093/geronb/56.4.P195
9. Bergland A, Nicolaisen M, Thorsen K. Predictors of subjective age in people aged 40-79 years: a five-year follow-up study. The impact of mastery, mental and physical health. *Aging Ment Health.* 2014;18: 653-661. doi:10.1080/13607863.2013.869545
10. Wilkes RE. A Structural Modeling Approach to the Measurement and Meaning of Cognitive Age. *J Consum Res.* 1992;19: 292-301. doi:10.1086/209303
11. Rubin DC, Berntsen D. People over forty feel 20% younger than their age: Subjective age across the lifespan. *Psychon Bull Rev.* 13: 776-780. doi:10.3758/BF03193996
12. Kaufman G, Elder Jr. GH. Grandparenting and age identity. *J Aging Stud.* 2003;17: 269-282. doi:10.1016/S0890-4065(03)00030-6
13. Montepare JM, Lachman ME. "You're only as old as you feel": self-perceptions of age, fears of aging, and life satisfaction from adolescence to old age. *Psychol Aging.* 1989;4: 73-78.
14. Steiber N. Population Aging at Cross-Roads: Diverging Secular Trends in Average Cognitive Functioning and Physical Health in the Older Population of Germany. *PLOS ONE.* 2015;10: e0136583. doi:10.1371/journal.pone.0136583
15. Barak B. Age identity: A cross-cultural global approach. *Int J Behav Dev.* 2009;33: 2-11. doi:10.1177/0165025408099485
16. Schwall AR. Defining Age and Using Age-Relevant Constructs. In: Borman WC, Hedge JW, editors. *The Oxford Handbook of Work and Ageing.* Oxford: Oxford University Press; 2012.