

Научная статья | Original paper

Связь когнитивной иллюзии возраста с благополучием в юношеском возрасте

А.Р. Новикова✉, Ю.А. Сыченко

Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина,
Екатеринбург, Российская Федерация

✉ arina.nov.8@mail.ru

Резюме

Контекст и актуальность. В статье рассматривается один из возможных коррелятов благополучия – когнитивная иллюзия возраста. Ряд исследований показывают связь когнитивных иллюзий возраста или с субъективным благополучием, или с психологическим, изучая ее на выборках со значительным возрастным разбросом. **Цель.** Выявление связи когнитивной иллюзии возраста как с субъективным, так и с психологическим благополучием человека в юношеском возрасте и установление переменных, опосредующих эту связь. **Гипотезы.** Показатели субъективного и психологического благополучия статистически значимо выше у лиц юношеского возраста с негативной когнитивной иллюзией возраста по сравнению с группой, имеющей положительную когнитивную иллюзию. Пол и занятость являются медиаторами связи когнитивной иллюзии возраста с субъективным и психологическим благополучием. **Методы и материалы.** В выборку вошло 96 студентов ($M = 19,27$, $SD = 0,814$, где 48% юношей) в возрасте от 18 до 21 года. Использовались методики: опросник «Age-of-me» Б. Барака; «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера; «Шкала позитивного аффекта и негативного аффекта» Д. Уотсона, Л. Кларка и А. Теллегена; «Шкала психологического благополучия» К. Рифф. **Результаты.** Установлено, что негативная когнитивная иллюзия возраста, в отличие от положительной когнитивной иллюзии, связана с более высокими показателями психологического и субъективного благополучия человека в юношеском возрасте. Проверено предположение, что пол и занятость являются медиаторами связи когнитивной иллюзии возраста с благополучием. Обнаружено, что независимо от пола и опыта работы, негативная когнитивная иллюзия напрямую связана с более высокими показателями благополучия в юношеском возрасте. **Выводы.** Полученные результаты позволяют утверждать, что негативная когнитивная иллюзия возраста может способствовать повышению уровня как психологического, так и субъективного благополучия в юношеском возрасте.

Новикова А.Р., Сыченко Ю.А. (2025)
Связь когнитивной иллюзии возраста с благополучием в
юношеском возрасте
Психолого-педагогические исследования, 17(2), 22—35.

Novikova A.R., Sychenko Y.A. (2025)
Correlation of the cognitive illusion of age with
well-being in adolescence
Psychological-Educational Studies, 17(2), 22—35.

Ключевые слова: хронологический возраст, субъективный возраст, когнитивная иллюзия возраста, юношеский возраст, субъективное благополучие, психологическое благополучие

Благодарности. Авторы благодарят Д.А. Тарасова за консультации по методам статистической обработки.

Для цитирования: Новикова, А.Р., Сыченко, Ю.А. (2025). Связь когнитивной иллюзии возраста с благополучием в юношеском возрасте. *Психолого-педагогические исследования*, 17(2), 22—35. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2025170201>

Correlation of the cognitive illusion of age with well-being in adolescence

A.R. Novikova✉, Y.A. Sychenko

Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russian Federation

✉ arina.nov.8@mail.ru

Abstract

Context and Relevance. This article considers one possible correlate of well-being, the cognitive illusion of age. A number of studies have shown the correlation of cognitive illusions of age with either subjective well-being or psychological well-being, studying it in samples with significant age variation. **Objective.** To identify the correlation of the cognitive illusion of age with both subjective and psychological well-being of individuals in adolescence and to establish the variables mediating this correlation. **Hypotheses.** Indicators of subjective and psychological well-being are hypothesized to be significantly higher in adolescents with a negative cognitive illusion of age compared to those with a positive cognitive illusion. Sex and employment are hypothesized to mediate the relationship between the cognitive illusion of age and both subjective and psychological well-being. **Methods and Materials.** The sample consisted of 96 students ($M = 19,27$, $SD = 0,814$, where 48% were young men) aged between 18 and 21 years. The following methods were used: “Age-of-me” (B. Barak); “Life Satisfaction Scale” (E. Diener); “Positive and Negative Affect Schedule” (D. Watson, L. Clark, A. Tellegen); “Ryff’s Scales of Psychological Well-being”. **Results.** The study found that subjective age overestimation (negative cognitive illusion of age), as opposed to positive cognitive illusion, is correlated with higher indicators of psychological and subjective well-being of a person in adolescence. The hypothesis that sex and employment mediate the correlation between the cognitive illusion of age and well-being was tested. It was found that regardless of sex and work experience, negative cognitive illusion was directly related to higher measures of well-being in young adulthood. **Conclusions.** The results suggest that the negative cognitive illusion of age may contribute to higher levels of both psychological and subjective well-being in adolescence.

Keywords: chronological age, subjective age, cognitive illusion of age, adolescence, subjective well-being, psychological well-being

Acknowledgements. The authors are grateful to D.A. Tarasov for consultations on the methods of statistical analysis.

For citation: Novikova, A.R., Sychenko, Y.A. (2025). Correlation of the cognitive illusion of age with well-being in adolescence. *Psychological-Educational Studies*, 17(2), 22—35. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psyedu.2025170201>

Введение

В современном мире человеку сложно достигать и поддерживать высокий уровень благополучия, зачастую для этого необходимо находить все новые ресурсы. На благополучие могут влиять как внешние, так и внутренние факторы. Одним из таких внутренних факторов может выступать субъективный возраст.

Субъективный возраст является существенным элементом личностной идентичности, активное формирование которой происходит в юношеском возрасте. В юности человек решает задачи выбора жизненного пути и понимания того, кем он является. Идентичность имеет множество параметров: возрастная, гендерная, гражданская, этническая, профессиональная и др. В данном исследовании рассматривается один из ее видов – возрастная идентичность, формой которой выступает субъективный возраст. «Возрастную идентичность» и «субъективный возраст» можно рассматривать как синонимичные понятия, так как они представляют текущий статус, состояние, которое выражено в цифре (Манукян, 2024).

Субъективный возраст человека – это самовосприятие человеком собственного возраста (Сергиенко, 2020; Сергиенко, Павлова, 2024; Kornadt и др., 2022; Wettstein и др., 2023). А. Debreczeni и Р. Bailey указывают, что субъективный возраст обозначает «степень того, насколько люди чувствуют себя моложе или старше своего хронологического возраста, и учитывает идиосинкразический опыт старения» (Debreczeni, Bailey, 2021, с. 471). Механизм восприятия и оценки субъективного возраста может быть основан на социальных (сравнение себя с другими) и темпоральных (в основе сравнения собственные изменения во времени) сравнениях. Молодые люди чаще для оценки своего возраста используют темпоральные сравнения (Эйдельман, 2020).

В структуре субъективного возраста выделяют эмоциональный возраст (feel-age) – на сколько лет себя человек чувствует; биологический (look-age) – на какой возраст человек выглядит; социальный (do-age) – на какой возраст действует; интеллектуальный возраст (interest-age) – на сколько лет оценивает свои интересы (Barak, 2009).

Субъективный возраст может существенно отличаться от хронологического, в результате возникает когнитивная иллюзия (КИ) возраста (Волосатова, Забелина, 2023). При положительной когнитивной иллюзии (ПКИ) возраста человек оценивает себя младше своего хронологического возраста. При негативной (НКИ) – происходит обратная ситуация: человек склонен завышать свой субъективный возраст (Мелехин, Сергиенко, 2015). Расхождение субъективного и хронологического возраста может сказываться на субъективно воспринимаемом благополучии или неблагополучии личности.

В психологических исследованиях благополучие понимается в первую очередь как субъективное благополучие – суммарная оценка человеком всех аспектов жизни с точки

зрения того, насколько его жизнь в целом близка к максимально желательному состоянию (Осин, Леонтьев, 2020). Вслед за Н. Бредберном и Э. Динером компонентами базовой структуры субъективного благополучия стали считаться удовлетворенность жизнью (рациональный компонент) и баланс позитивного и негативного аффекта (эмоциональный компонент) (Леонтьев, 2020). Преобладание положительных переживаний над отрицательными свидетельствует о позитивном эмоциональном фоне текущего момента жизни и характеризует субъективное благополучие.

К. Рифф предложила конструкт «психологическое благополучие», описывающий аспекты позитивного функционирования личности: цель в жизни, автономия, личностный рост, управление средой; позитивные отношения; самопринятие (Riff, Boylan, Kirsch, 2021).

В данной статье в качестве конструктов, описывающих благополучие, используются как субъективное благополучие (Н. Бредберн, Э. Динер), так и психологическое благополучие (К. Рифф), которое является личностным предиктором субъективного благополучия (Осин, Леонтьев, 2020).

Эмпирические исследования на разновозрастных выборках испытуемых показывают связь между субъективным возрастом и показателями субъективного и психологического благополучия. Так, было установлено, что чем более занижен субъективный возраст (ПКИ возраста), тем выше уровень удовлетворенности жизнью у пожилых людей (Волосатова, Забелина, 2023; Курносова и др., 2024; Мелехин, Сергиенко, 2015). Исследование J. Montepare и M. Lachman показало, что женщины ($N = 106$; от 15 до 83 лет ($M = 36,06$; $SD = 20,64$)) в большей степени удовлетворены жизнью при адекватном хронологическому или завышенном субъективном возрасте, у мужчин ($N = 81$; от 14 до 78 лет ($M = 29,74$; $SD = 18,46$)) связь удовлетворенности жизнью с субъективным возрастом не значима (Montepare, Lachman, 1989). Однако исследование J. Montepare на юношеской выборке (55 мужчин ($M_{age} = 18,38$) и 60 женщин ($M_{age} = 18,82$) в возрасте от 17 до 21 года) показало, что чем более завышен субъективный возраст, тем выше степень удовлетворенности жизнью как у юношей, так и у девушек (Montepare, 1991). Объясняется это тем, что завышенный субъективный возраст у молодых людей может отражать чувство зрелости (Hughes, Tourop, 2021). В исследовании А.Б. Эйдельман, проведенном на выборке из 51 человека в возрасте от 20 до 30 лет ($M = 25,61$; $SD = 2,51$), из них 14 мужчин (27,5%) и 37 женщин (72,5%), установлено, что низкий уровень психологического благополучия может способствовать занижению субъективного возраста (Эйдельман, 2019).

В юности связи субъективного возраста с благополучием могут быть опосредованы некоторыми факторами, включая пол и опыт работы. Так, девушки, склонные к занижению возраста, могут чувствовать себя более благополучными. Опыт работы в юношеском возрасте может усиливать связь субъективного возраста с благополучием, так как работа дает ощущение независимости, что потенциально может способствовать осознанию себя более взрослым (повышая субъективный возраст), позитивно функционирующим (повышая психологическое благополучие) и достаточно успешным по сравнению со сверстниками (повышая удовлетворенность жизнью и эмоциональный фон).

Цель исследования – выявить связь когнитивной иллюзии возраста с субъективным и психологическим благополучием человека в юношеском возрасте и установить переменные, опосредующие эту связь.

Гипотезы исследования:

- показатели субъективного и психологического благополучия статистически значимо выше у лиц юношеского возраста с НКИ по сравнению с группой, имеющей ПКИ;
- пол и занятость являются медиаторами связи когнитивной иллюзии возраста с субъективным и психологическим благополучием: девушки, у которых выражена НКИ, оценивают себя менее благополучными по сравнению с юношами; лица юношеского возраста, имеющие опыт работы, характеризуются НКИ и оценивают себя как более благополучные по сравнению с теми, кто не имеет опыта работы.

Материалы и методы

Выборку составили 100 человек (49 юношей и 51 девушка) в возрасте от 18 до 21 года.

После сбора данных была проведена проверка распределения на нормальность. Тест Шапиро-Уилка показал, что при доверительном интервале, равном 0,99 ($A_s = -0,68$, $E_x = 1,25$), распределение является похожим на нормальное. После чего была выполнена процедура исключения статистических выбросов, которые удалены от медианного значения выборки больше, чем на 1,5 межквартильных интервала. Итоговое количество человек в выборке составило 96 (47 юношей и 49 девушек), средний возраст – 19,27 лет. Большая часть испытуемых – студенты, которые только учатся ($N = 58$), остальные совмещают учебу с работой ($N = 38$).

Проверка однородности выборки проводилась с использованием U-критерия Манна-Уитни по критериям пола и занятости. Сравнительный анализ показал отсутствие статистически значимых различий между юношами и девушками по КИ возраста ($U = 1274,5$, $p = 0,369$), по показателям субъективного (позитивный аффект ($U = 1138,5$, $p = 0,927$), негативный аффект ($U = 1031,5$, $p = 0,381$), удовлетворенность жизнью ($U = 920,5$, $p = 0,09$)) и психологического благополучия ($U = 915,5$, $p = 0,084$). Между группами тех, кто только учится, и тех, кто совмещает учебу с работой, были обнаружены значимые различия только по позитивному аффекту ($U = 815,5$, $p = 0,03$). Однако позитивный аффект как показатель является неустойчивым. Респондент оценивает свое состояние в течение последних двух недель, а состояние может значительно меняться в зависимости от ситуации. Поскольку остальные более устойчивые показатели значимо не различаются, выборку можно считать однородной.

Методики исследования. Для оценки субъективного возраста и когнитивной иллюзии возраста использовался опросник «Age-of-me» (Barak, 2009) в адаптации Е.А. Сергиенко. Опросник, включающий четыре пункта, позволяет оценить эмоциональный, биологический, социальный и интеллектуальный возраст. Респондент должен указать возраст в годах. Общий показатель субъективного возраста определяется как среднее арифметическое из всех четырех вышеперечисленных компонентов. Когнитивная иллюзия возраста (КИ) рассчитывается путем вычитания значения общего показателя субъективного возраста (СВ) из хронологического (ХВ): $КИ = (ХВ - СВ)$ (Эйдельман, 2022). Значения показателя меньше «0» интерпретируются как НКИ, выше – как ПКИ.

Для оценки рационального компонента субъективного благополучия была использована Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (в адаптации Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева, 2008). Шкала состоит из 5 вопросов, по каждому оценки варьируются от 1 (полностью согласен) до 7 (полностью не согласен) баллов, общее количество баллов по шкале – от 5 до 35. Эмоциональный компонент субъективного благополучия измерялся при помощи Шкалы позитивного аффекта и негативного аффекта (ШПАНА) Д. Уотсона, Л. Кларка и А. Теллегена

(в адаптации Е.Н. Осина, 2012). В ней представлены 10 дескрипторов позитивного и 10 дескрипторов негативного аффектов. Респонденту предлагалось оценить по шкале от 1 до 5 баллов, в какой мере в течение прошедших двух недель он испытывал то или иное чувство или эмоцию, где 1 – почти или совсем не чувствовал себя так, а 5 – очень сильно. Общее количество баллов как по шкале позитивного аффекта, так и по шкале негативного – 50.

Психологическое благополучие измерялось при помощи Шкалы психологического благополучия К. Рифф (экспресс-вариант в адаптации Л.В. Жуковской, Е.Г. Трошихиной, 2011). Шкала состоит из 18 пунктов, по каждому оценки варьируются от 1 (категорически не согласен) до 5 (совершенно согласен) баллов, общее количество баллов по интегральному показателю шкалы – 90 баллов.

Математическая обработка данных проводилась в программе RStudio Version 2024.04.1. Сравнительный анализ проводился с помощью критерия U-Манна-Уитни, размер эффекта рассчитывался с использованием d-Козна. Дополнительно использовался статистический пакет Jamovi 2.6.25 для проверки эффекта медиации.

С целью избежать мультиколлинеарности была проведена проверка данных на избыточность методом анализа главных компонент. Он показал, что четыре компонента субъективного возраста (эмоциональный, биологический, социальный, интеллектуальный) образуют один фактор, так как первая независимая компонента объясняет 50% дисперсии (ее показатель составил 0,54), коэффициент α -Кронбаха составил 0,64, он является средним. Однако в данном исследовании мы опираемся на результаты анализа главных компонент, чтобы избежать риска появления случайных связей. Поэтому далее для расчетов был взят только общий показатель субъективного возраста. Субшкалы методики Рифф на данной выборке также образуют один фактор, первая независимая компонента определяет 50% дисперсии (достигая значения 0,5), коэффициент α -Кронбаха при этом – 0,78. Исходя из полученных результатов, в дальнейшем анализе будут использованы интегральные показатели, а именно – общий показатель психологического благополучия и рассчитанные по интегральному показателю субъективного возраста когнитивные иллюзии.

Результаты

По результатам описательной статистики средний хронологический возраст группы составляет 19,27, при этом общий показатель субъективного возраста выше хронологического ($M = 20,323$; $SD = 2,662$; $Me = 19,75$; $x_{min} = 14$; $x_{max} = 29,5$). Соответственно, по показателю «когнитивная иллюзия возраста» проявляется тенденция к НКИ.

Большая часть респондентов имеет НКИ ($N = 58$), почти у трети студентов выражена ПКИ ($N = 30$), а у остальных хронологический возраст совпадает с субъективным ($N = 8$). В подгруппе с НКИ отклонение в сторону завышения субъективного возраста по сравнению с хронологическим составляет в среднем два года ($M = -2,388$; $SD = 2,041$; $Me = -1,5$; $x_{min} = -9,5$; $x_{max} = -0,3$). Эта группа состоит из студентов, которые только учатся (53%), и тех, кто совмещают учебу с работой (47%). В подгруппе с ПКИ отклонение в сторону занижения субъективного возраста составляет около 1 года ($M = 1,25$; $SD = 1,242$; $Me = 1$; $x_{min} = 0,25$; $x_{max} = 5$). В группе большинство студентов только учатся (67%), одна треть и учатся, и работают (33%).

Для проверки гипотезы о различиях показателей благополучия у студентов с разными КИ из выборки были выделены две группы – респондентов с НКИ (N = 58) и ПККИ (N = 30) и был проведен сравнительный анализ с использованием критерия Манна-Уитни (таблица).

Таблица / Table

**Результаты сравнительного анализа показателей благополучия у лиц юношеского
возраста с НКИ и ПККИ (N = 88)**

Results of comparative analysis of well-being indicators in adolescents with NCI and PCI (N = 88)

Вид благополучия / Type of well-being	Показатели благополучия / Well-being indicators	Медиана / Median		U-Манна-Уитни / Mann-Whitney U test	Уровень значимости (p)	d-Коэна / d-Cohen
		НКИ / NCI	ПККИ / PCI			
Субъективное благополучие / Subjective well-being	Позитивный аффект / Positive affect	36	33	1148	0,014	0,55
	Удовлетворенность жизнью / Life satisfaction	26	23	1196,5	0,004	0.65
Психологическое благополучие / Psychological well-being	Психологическое благополучие / Psychological well-being	70	64	1285,5	0,0003	0,85

В группе респондентов с НКИ значимо выше показатели субъективного и психологического благополучия по сравнению с теми, кто занижает свой субъективный возраст. На исследуемой выборке размер эффекта по показателям субъективного благополучия является умеренным (удовлетворенность жизнью ($d = 0,65$), позитивный аффект ($d = 0,55$)), по психологическому благополучию – сильным ($d = 0,85$).

При проверке второй гипотезы о медиации переменные «когнитивная иллюзия возраста», «пол» и «занятость» были закодированы как DUMMY-переменные: КИ (0 – ПККИ, 1 – НКИ), пол (0 – мужской, 1 – женский), занятость (0 – только учатся, 1 – совмещают работу с учебой). Независимой переменной выступила КИ, медиаторами – пол и занятость. Были построены четыре модели медиации, в каждой из которых зависимой переменной являлся один из показателей благополучия – субъективного (удовлетворенность жизнью, позитивный аффект, негативный аффект) и психологического (интегральный показатель).

Проверка эффекта медиации показала, что негативная когнитивная иллюзия возраста связана с показателями благополучия следующим образом:

- с удовлетворенностью жизнью напрямую ($\beta = 0,254$, $p = 0,012$), эффект медиации пола незначим ($\beta = 0,025$, $p = 0,303$), как и эффект медиации занятости ($\beta = 0,014$, $p = 0,423$);

- с позитивным аффектом напрямую ($\beta = 0,223$, $p = 0,030$), эффект медиации пола незначим ($\beta = 0,002$, $p = 0,875$), как и эффект медиации занятости ($\beta = 0,023$, $p = 0,319$);
- с негативным аффектом не связана напрямую ($\beta = -0,075$, $p = 0,487$), при том, что эффект медиации пола незначим ($\beta = 0,004$, $p = 0,765$), как и эффект медиации занятости ($\beta = 0,001$, $p = 0,946$);
- с психологическим благополучием напрямую ($\beta = 0,323$, $p < 0,001$), эффект медиации пола незначим ($\beta = 0,031$, $p = 0,274$), как и эффект медиации занятости ($\beta = 0,015$, $p = 0,392$).

Таким образом, пол и занятость не являются медиаторами благополучия в исследуемой выборке.

Обсуждение результатов

Студенты, имеющие завышенный субъективный возраст (НКИ), обладают более высоким уровнем субъективного и психологического благополучия, чем те, которые оценивают себя младше. Рассмотрим выявленные различия подробнее.

Различия по показателям субъективного благополучия. При НКИ человек чувствует себя более взрослым, вовлеченным в то, чем он занимается на новом этапе, что улучшает эмоциональный фон жизни, а ощущение взрослости придает уверенности в возможности выстраивать свою жизнь на новом этапе так, как он считает нужным, что повышает удовлетворенность жизнью.

С другой стороны, низкий уровень удовлетворенности жизнью и сниженный эмоциональный фон могут приводить к занижению субъективного возраста и формированию ПКИ. Неудовлетворенность жизнью в юношеском возрасте может быть вызвана тем, что юноша или девушка ощущают себя недостаточно взрослыми для реализации задуманного. Воспринимая себя младше, они дают себе время и возможность внести коррективы в жизненный сценарий, оценить, с чем именно они могут справиться на данном этапе в своей жизни, «до чего они доросли».

Различия по показателю психологического благополучия. Респондентам с НКИ свойственен более высокий уровень психологического благополучия. С одной стороны, завышенный субъективный возраст позволяет человеку чувствовать себя способным справляться с повседневными проблемами, ставить жизненные цели и действовать в соответствии со своими интересами, что способствует повышению уровня психологического благополучия. С другой стороны, психологическое благополучие помогает человеку в достижении позитивных результатов, при оценивании которых он чувствует себя старше. Испытуемые, которые принимают себя, осознают свои цели, то, к чему они стремятся в жизни, оценивают себя как более «зрелых» личностей.

Юноши и девушки, оценивающие себя младше хронологического возраста (ПКИ), характеризуются более низкими показателями психологического благополучия. Возможно, они воспринимают жизнь менее осмысленной и результативной, недооценивая свои возможности справляться с ее вызовами и задачами. ПКИ может быть связана с тем, что молодой человек не готов к «взрослой жизни», с помощью заниженного субъективного возраста он оттягивает момент взросления и сепарации.

Таким образом, в юношеском возрасте НКИ способствует повышению уровня психологического и субъективного благополучия, и в этом смысле может играть позитивную роль, выступая психологическим ресурсом развития личности. ПКИ связана с более низкими

показателями психологического и субъективного благополучия, вместе с тем может выполнять функцию психологической защиты при невысоком уровне психологического благополучия и недостаточности внутренних ресурсов, позволяющих преуспеть во взрослой жизни.

Полученные результаты подтверждают данные других исследований (Эйдельман, 2019; Montepare, Lachman, 1989), согласно которым даже небольшое отклонение субъективного возраста в сторону его завышения (НКИ возраста) положительно связано с психологическим и субъективным благополучием в юношеском возрасте.

Пол и занятость как медиаторы связи КИ и благополучия. Предположение о том, что пол и возраст могут быть медиаторами, не подтвердилось.

Ожидалось, что девушки, у которых выражена НКИ, будут оценивать себя менее благополучными по сравнению с юношами. Оказалось, что и девушки, и юноши могут иметь НКИ наряду с высокими показателями субъективного и психологического благополучия. Вероятно, юношеский возраст является для девушек тем периодом, когда они не опасаются представлять себя старше своего хронологического возраста, напротив, завышение субъективного возраста позволяет воспринимать себя более благополучными. В старших возрастных когортах ситуация иная. По данным Дж. Монтепаре и М. Лахман, у взрослых женщин и мужчин появляется склонность занижать свой реальный возраст (более свойственная для женщин) (Montepare, Lachman, 1989), что, по данным других исследователей, способствует повышению уровня удовлетворенности жизнью в пожилом возрасте (Волосатова, Забелина, 2023; Курносова и др., 2024; Мелехин, Сергиенко, 2015).

Теоретически обоснованным выглядело предположение, что лица юношеского возраста, имеющие опыт работы, характеризуются НКИ и оценивают себя как более благополучных, поскольку работа дает возможность быстрее вступить во взрослую жизнь, воспринимать себя старше сверстников. Однако оказалось, что занятость не является медиатором: те респонденты, которые только учатся, и те, кто в юношеском возрасте уже имеют опыт работы, могут иметь как НКИ наряду с высокими показателями благополучия, так и ПКИ наряду с низкими показателями психологического и субъективного благополучия. В юношеском возрасте работа, как правило, временная, не дающая постоянного дохода, редко связанная с будущей профессией. Такие временные подработки, видимо, не оказывают существенного влияния ни на возрастную самоидентификацию, ни на оценку благополучия.

Заключение

1. Негативная когнитивная иллюзия возраста связана с повышением уровня психологического и субъективного благополучия человека в юношеском возрасте.

2. Связь когнитивной иллюзии возраста с субъективным и психологическим благополучием в юношеском возрасте не опосредуется переменными пола и занятости: независимо от пола и опыта работы в юношеском возрасте негативная когнитивная иллюзия связана с более высокими показателями благополучия.

Перспективным направлением исследования является сравнительный анализ респондентов с субъективным возрастом, соответствующим хронологическому, и респондентов с когнитивными иллюзиями возраста, что позволит определить, какое сочетание субъективного возраста с хронологическим характеризуется наиболее высоким уровнем благополучия в юношеском возрасте.

Новикова А.Р., Сыченко Ю.А. (2025)
Связь когнитивной иллюзии возраста с благополучием в
юношеском возрасте
Психолого-педагогические исследования, 17(2), 22—35.

Novikova A.R., Sychenko Y.A. (2025)
Correlation of the cognitive illusion of age with
well-being in adolescence
Psychological-Educational Studies, 17(2), 22—35.

Ограничения. Исследование проведено на выборке студентов, что ограничивает генерализацию выводов на другие группы юношеского возраста. Относительно небольшой объем выборки делает необходимым подтверждение полученных данных на выборках большей численности. Отсутствие в выборке достаточного числа респондентов, у которых субъективный возраст совпадает с хронологическим, не позволяет сравнить их показатели благополучия с показателями респондентов с негативной когнитивной иллюзией возраста и уверенно утверждать, что негативная когнитивная иллюзия является наиболее оптимальным вариантом субъективного возраста в период юности.

Limitations. The study was based on a sample of students, which limits the generalizability of the findings to other adolescent groups. The relatively small sample size necessitates confirmation of these findings in larger samples. Additionally, the lack of a sufficient number of respondents in the sample whose subjective age matches their chronological age prevents us from comparing their well-being indicators with those of respondents exhibiting a negative cognitive illusion of age, and from confidently asserting that a negative cognitive illusion is the most optimal form of subjective age during adolescence.

Список источников / References

1. Волосатова, О.С., Забелина, Е.В. (2023). Взаимосвязь временного фокуса, субъективного возраста и субъективного благополучия у людей на пенсии. *Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение*, 4(24), 56–66. <https://doi.org/10.47475/2409-4102-2023-24-4-56-66>
Volosatova, O.S., Zabelina, E.V. (2023). Interrelation of temporal focus, subjective age and subjective wellbeing of people in retirement. *Bulletin of Chelyabinsk State University. Education and Healthcare*, 4(24), 56–66. (In Russ.). <https://doi.org/10.47475/2409-4102-2023-24-4-56-66>
2. Курносорова, С.А., Трушина, И.А., Телицына, А.Ю., Честюнина, Ю.В., Забелина, Е.В. (2024). Образование как фактор удовлетворенности жизнью на пенсии. *Психологическая наука и образование*, 29(1), 31–46. <https://doi.org/10.17759/pse.2024290103>
Kurnosova, S.A., Trushina, I.A., Telitsyna, A.Y., Chestyunina, Y.V., Zabelina, E.V. (2024). Education as a factor of life satisfaction in retirement. *Psychological Science and Education*, 29(1), 31–46. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/pse.2024290103>
3. Леонтьев, Д.А. (2020). Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля. *Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены*. 1(155), 14–37. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.02>
Leontiev, D.A. (2020). Happiness and well-being: toward the construction of the conceptual field. *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, 1(155), 14–37. (In Russ.). <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.02>
4. Манукян, В.Р. (2024). Опыт исследования возрастной идентификации взрослого человека. *Вестник СПбГУ. Психология*, 14(1), 79–95. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2024.105>
Manukyan, V.R. (2024). To the research of the age identification of an adult. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 14(1), 79–95. (In Russ.). <https://doi.org/10.21638/spbu16.2024.105>

Новикова А.Р., Сыченко Ю.А. (2025)
Связь когнитивной иллюзии возраста с благополучием в
юношеском возрасте
Психолого-педагогические исследования, 17(2), 22—35.

Novikova A.R., Sychenko Y.A. (2025)
Correlation of the cognitive illusion of age with
well-being in adolescence
Psychological-Educational Studies, 17(2), 22—35.

5. Мелехин, А.И., Сергиенко, Е.А. (2015). Субъективный возраст как предиктор жизнедеятельности в поздних возрастах. *Современная зарубежная психология*, 4(3), 6–14. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2015040301>
Melehin, A.I., Sergienko, E.A. (2015). The subjective age as a predictor of vital functions in later ages. *Journal of Modern Foreign Psychology*, 4(3), 6–14. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/jmfp.2015040301>
6. Осин, Е.Н., Леонтьев, Д.А. (2020). Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ. *Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены*, 1(155), 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>
Osin, E.N., Leontiev, D.A. (2020). Brief Russian-language instruments to measure subjective wellbeing: psychometric properties and comparative analysis. *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, 1(155), 117–142. (In Russ.). <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>
7. Сергиенко, Е.А. (2020). Субъективный возраст как предиктор течения тяжелой болезни. *Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование»*, 1, 25–39. <https://doi.org/10.28995/2073-6398-2020-1-25-39>
Sergienko, E.A. (2020). Subjective Age as a predictor of the course of a severe disease. *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, 1, 25–39. (In Russ.). <https://doi.org/10.28995/2073-6398-2020-1-25-39>
8. Сергиенко, Е.А., Павлова, Н.С. (2024). Субъективный возраст и психологическое благополучие. *Современная зарубежная психология*, 13(4), 29–40. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2024130403>
Sergienko, E.A., Pavlova, N.S. (2024). Subjective Age and Psychological Well-Being. *Journal of Modern Foreign Psychology*, 13(4), 29–40. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/jmfp.2024130403>
9. Эйдельман, А.Б. (2019). Особенности субъективного возраста и психологического благополучия в молодом возрасте. *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*, 2, 30–35. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2019-25-2-30-35>
Eidelman, A.B. (2019). Features of subjective age and psychological well-being at a young age. *Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, 2, 30–35. (In Russ.). <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2019-25-2-30-35>
10. Эйдельман, А.Б. (2020). Социальные и темпоральные основания субъективного возраста. *Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки*, 3, 87–95. <https://doi.org/10.18384/2310-7235-2020-3-87-95>
Eydelman, A.B. (2020). Social and temporary foundations of subjective age. *Bulletin of the Moscow Region State University. Series: Psychology*, 3, 87–95. (In Russ.). <https://doi.org/10.18384/2310-7235-2020-3-87-95>
11. Эйдельман, А.Б. (2022). Субъективный возраст как фактор психологического благополучия: Дис. ... канд. психол. наук. Институт психологии РАН. М.

Новикова А.Р., Сыченко Ю.А. (2025)
Связь когнитивной иллюзии возраста с благополучием в
юношеском возрасте
Психолого-педагогические исследования, 17(2), 22—35.

Novikova A.R., Sychenko Y.A. (2025)
Correlation of the cognitive illusion of age with
well-being in adolescence
Psychological-Educational Studies, 17(2), 22—35.

- Eydelman, A.B. (2022). *Subjective age as a factor of psychological well-being: Diss. Cand. of Sci. (Psychol.)*. Institute of Psychology RAS. Moscow. (In Russ.).
12. Barak, B. (2009). Age identity: A cross-cultural global approach. *International Journal of Behavioral Development*, 33(1), 2–11. <https://doi.org/10.1177/0165025408099485>
 13. Debreczeni, A.F., Bailey, P.E. (2021). A systematic review and meta-analysis of subjective age and the association with cognition, subjective well-being, and depression. *The Journals of Gerontology: Series B, The Gerontological Society of America*, 76(3), 471–482. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa069>
 14. Hughes, M.L., Tournon, D.R. (2021). Aging in context: Incorporating everyday experiences into the study of subjective age. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.633234>
 15. Kornadt, A.E., Pauly, T., Schilling, O.K., Kunzmann, U., Katzorrec, M., Lücke, A.J., Hoppmann, C.A., Gerstorf, D., Wahl, H.-W. (2022). Momentary subjective age is associated with perceived and physiological stress in the daily lives of old and very old adults. *Psychology and Aging*, 37(8), 863–875. <https://doi.org/10.1037/pag0000711>
 16. Montepare, J.M. (1991). Characteristics and psychological correlates of young adult men's and women's subjective age. *Sex Roles*, 24(5–6), 323–333. <https://doi.org/10.1007/bf00288305>
 17. Montepare, J.M., Lachman, M.E. (1989). You're only as old as you feel: Selfperceptions of age, fears of aging, and life satisfaction from adolescence to old age. *Psychology and Aging*, 4(1), 73–78. <https://doi.org/10.1037//0882-7974.4.1.73>
 18. Ryff, C.D., Boylan, J.M., Kirsch, J.A. (2021). Eudaimonic and Hedonic Well-Being In: Measuring Well-Being. (M.T. Lee, L.D. Kubzansky, T.J. VanderWeele, ed.). *Oxford University Press*. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197512531.003.0005>
 19. Wettstein, M., Wahl, H.-W., Drewelies, J., Wurm, S., Huxhold, O., Ram, N., Gerstorf, D. (2023). Younger than ever? Subjective age is becoming younger and remains more stable in middle-age and older adults today. *Psychological Science*, 34(6), 647–656. <https://doi.org/10.1177/09567976231164553>

Информация об авторах

Арина Родионовна Новикова, студентка кафедры общей и социальной психологии, департамент психологии, Уральский государственный федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина (ФГАОУ ВО «УрФУ имени первого Президента России Б.Н. Ельцина»), Екатеринбург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-7091-4848>, e-mail: arina.nov.8@mail.ru

Юлия Анатольевна Сыченко, кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии, департамент психологии, Уральский государственный федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина (ФГАОУ ВО «УрФУ имени первого Президента России Б.Н. Ельцина»), Екатеринбург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5991-3213>, e-mail: julija-2016@bk.ru

Новикова А.Р., Сыченко Ю.А. (2025)
Связь когнитивной иллюзии возраста с благополучием в
юношеском возрасте
Психолого-педагогические исследования, 17(2), 22—35.

Novikova A.R., Sychenko Y.A. (2025)
Correlation of the cognitive illusion of age with
well-being in adolescence
Psychological-Educational Studies, 17(2), 22—35.

Information about the authors

Arina R. Novikova, student of the Chair of General and Social Psychology, Department of Psychology, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-7091-4848>, e-mail: arina.nov.8@mail.ru

Yulia A. Sychenko, Candidate of Science (Psychology), Associate Professor, Chair of General and Social Psychology, Department of Psychology, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5991-3213>, e-mail: julija-2016@bk.ru

Вклад авторов

Новикова А.Р. — идеи исследования; сбор данных; написание и оформление рукописи; применение статистических методов для анализа данных.

Сыченко Ю.А. — планирование исследования; написание рукописи; применение статистических методов для анализа данных; научное редактирование текста.

Все авторы приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Contribution of the authors

Arina R. Novikova – ideas; data collection; writing and design of the manuscript; planning of the research; application of statistical methods for data analysis.

Yulia A. Sychenko – planning of the research; manuscript writing; application of statistical methods for data analysis; scientific editing.

All authors participated in the discussion of the results and approved the final text of the manuscript.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest

The authors declare no conflict of interest.

Декларация об этике

К исследованию привлекались совершеннолетние участники, которые предварительно информировались о цели исследования и использовании данных на условиях анонимности и конфиденциальности. При прохождении исследования участники выразили добровольное согласие при отправке результатов. Они могли отказаться от продолжения исследования.

Ethics statement

The study involved adult participants who were informed in advance about the purpose of the study and the use of data under conditions of anonymity and confidentiality. At the time of completion of

Новикова А.Р., Сыченко Ю.А. (2025)
Связь когнитивной иллюзии возраста с благополучием в
юношеском возрасте
Психолого-педагогические исследования, 17(2), 22—35.

Novikova A.R., Sychenko Y.A. (2025)
Correlation of the cognitive illusion of age with
well-being in adolescence
Psychological-Educational Studies, 17(2), 22—35.

the study, participants gave voluntary consent when the results were sent. They could refuse to continue with the study.

Поступила в редакцию 15.07.2024
Поступила после рецензирования 23.04.2025
Принята к публикации 02.06.2025
Опубликована 30.06.2025

Received 2024.07.15.
Revised 2025.04.23.
Accepted 2025.06.02.
Published 2025.06.30.