

年轻个体自我认知的主观老年起点探究

——基于新浪微博用户的观察

□ 常园青 陈子卓 张 昕 陆杰华

摘 要：随着我国人口老龄化的加剧和预期寿命的延长，老年起始阶段的定义亟须重新审视。当前关于个体如何主观定义老年起点的研究相对匮乏。本研究基于新浪微博用户的文本数据，运用词频分析、基于词典的态度和心理过程分析等自然语言处理技术，结合人工编码与大语言模型ChatGPT-o1，探讨用户对老年起点的主观定义。研究发现，微博用户对老年起点的界定超越了具体年龄，涉及健康与功能、社会认知、社会角色等多方面。人工编码共识别出12个主题，表明用户从多角度定义老年起点，而非单一依赖年龄。本研究为更全面地理解老年阶段提供了新视角，并为制定应对老龄化挑战的公共政策提供了重要参考。

关键词：主观老年起点；微博；自然语言处理；主题提取；ChatGPT-o1

DOI:10.19633/j.cnki.11-2579/d.2025.0053

一、研究背景与问题

随着人口老龄化程度的持续加深以及平均预期寿命的延长、退休年龄的延迟和身心健康功能的改善，研究者必须以新的视角和观点重新认识和定义老年阶段和老年人^{[1][2]}。关于老年和老年人的定义包含客观和主观的界定，客观的界定通常依赖于生物医学、社会人口、经济或法律等方面的特征^[3]；相对地，主观的界定则更多地建立在个人的看法和感受之上，其映射了个体对老年起始时刻和老年阶段的个人想象与自我感知，被个体与社会文化的互动所构建^{[4][5]}。然而，当前社会和学术界主要依据单一的维度和指标

划分和定义老年人，且常用不同的年龄标准来界定老年人（这一范围从50~75岁不等）^{[6][7]}，而忽略了群体内部的个体差异性和主体性^[8]。

采用特定的年龄标准作为老年的起点具有历史渊源。19世纪，基于当时人口预期寿命普遍偏低的社会背景，德国将65岁设为市民可以参与国家退休计划的标准^[9]。美国社会保障体系亦将65岁作为民众可以领取退休金和养老金的年龄。但是，无论是将60岁还是65岁当作老年的起点年龄，这些界定均以某个静止的、特定的年龄作为划分老年阶段的依据，存在一定的局限性：第一，60/65岁是各国规定的退休和领取养老金的年龄，因而都在一定程度上预设了该年龄群体已无法继续工作，实质上是以退休状态来定义老

年,而非根据老年特征界定退休资格。第二,个体的衰老是一个逐步演化的过程,其健康、功能、心理状态在60/65岁前后并无截然差异。第三,个体的衰老呈现生理、心理、社交及人格等多方面、多领域的差异,以单一日历年龄定义老年阶段过于片面。第四,忽略了老年内部的异质性和个体的自主性,个体会依据自身功能状况与老化体验主动理解与建构对老年阶段的认知,而任何忽略这一主体性的定义都可能是武断的^[10]。因而,简单以固定的日历年龄定义和划分老年并用于抚养比统计,将赋予该年龄段以上的人群以消极含义,这样的定义难免是生硬单一的,且忽略了个体发展以及相应的心理行为过程的差异^[11]。死亡率和重病率的下降、预期寿命的延长以及生活条件的改善,都为重新定义老年提供了现实依据。因此,随着老龄化程度的不断加深,为有效应对未来老龄社会的挑战并科学规划其发展前景,亟须对“老年”概念的定义进行重新审视与深入讨论。

在此背景下,研究者对老年阶段和老年人的主观定义已进行了一定的探索。既往研究发现,老年界定不仅依赖于日历年龄,还受到个体的生理健康、心理状态和社会角色转变等多维因素的影响,且不同年龄层和文化背景下的个体对老年起点的主观认知存在显著差异^{[12][13]}。例如,研究发现60多岁的日本人将老年起点定义为70岁左右,且普遍将生理和心理变化视为老年阶段开始的标志^[14]。此外,根据毕生发展观^[15],年龄阶段的感知和年龄认同的形成基于社会文化背景、个人身心状态及与年龄有关的规范和期望,既会受到社会共享的年龄刻板印象或强制性的政策力量等远端线索的影响,也会受到个体发展模式的内部表征,如个体所经历的人生事件或角色转变等近端线索的影响^[16]。因此,老年起点可从多角度进行界定,不局限于具体年龄,个体通常也将退休、成为祖父母或健康功能受限等作为进入老年的标志^{[17][18][19]}。然而,目前关于个体如何在数字时代中主观感知和定义老年起点的研究仍相对匮乏。

特别地,与以往主要关注老年群体的研究不同,本研究将聚焦年轻个体对老年阶段的主观认知在社交媒体上的表达和呈现,这是因为和老年期相比,年轻阶段往往是老年观念与认知以及个人探索和建立身份认同的关键时期^[20]。新浪微博作为国内重要的社交媒体平台,为用户自由表达观点提供了广阔的场域,有助于研究者从社交媒体数据中挖掘年轻个体对老年和老化过程的主观认知。因此,本研究通过内容爬

取,结合自然语言处理、人工编码和大语言模型,深入分析微博用户在“何时算老”“何时变老”等相关主题上的原创讨论,充分揭示个体感知和定义老年起点的主体性和差异性。本研究的贡献包括:第一,探究了中国文化背景下网络上的年轻个体对老年、老年人和老化过程的认识与理解。第二,为重新制定更具包容性的老年标准提供参考。第三,展示了网络大数据文本在社会科学研究中的应用价值,相比传统的观察法和访谈法,对社交媒体文本的分析有助于揭示新媒体语境下的社会心态和行动逻辑,所得结论具有更高的普适性与生态效度。

二、相关文献回顾与评述

个体所生活过的年数只是确定个体年龄的一种方式,即“日历年龄”(chronological age)。然而,具有相同日历年龄的人往往没有以相同的程度老化,而是基于个体整体的健康状况形成“生物年龄”(biological age)或基于个体的社会角色和社会位置形成“社会年龄”(social age),即年龄是多维度且被社会所不断建构的^[21]。以往研究发现个体的年龄感知和认同存在较大的差异性^[22],但大部分的研究都主要关注个体感觉到的年龄,即主观年龄^[23],而对另一个关键成分即个体感知到的不同阶段的开始和结束的年龄或标志,尤其是老年阶段的开始年龄和开始的标志性事件研究较少^[24]。既往一些研究显示,个体对“多少岁算老人?”以及“老年开始的标志”有不同的心理图式^[25]。事实上,大多数人对老年开始的年龄或标志都有一定的个体认知,即存在“主观感知的老年起点”(perceived onset of old age)^[26]。如日本一项调查显示,近90%的人认为“70岁或75岁以上才算老人”或“不能用年龄来判断”^[27]。2009年美国的皮尤研究中心的调查也显示,18~29岁的年轻人大多认为60岁就进入了老年阶段了,中年人则认为70岁才进入老年,而65岁以上的个体更将老年阶段开始的年龄推迟到74岁^[28]。欧洲社会调查的数据也指出,从2008年到2018年,欧洲15岁以上个体的主观感知的老年起点从63.3岁推迟到68.5岁^[29]。德国跨越25年的追踪数据也发现,个体对老年阶段的起始年龄感知存在显著的个体差异性,研究发现在64岁时,德国受访者平均认为老年开始的时间大约在75岁左右,实际年龄每增加4~5岁,感知的老年开始的年龄增加约1岁,且后来出生的队列报告了更

晚的老年开始的时间。上述这些结果均表明，个人对老龄化和老年的看法存在非常显著的个体差异和非线性的历史趋势，即认为老年开始的时间越来越晚^[30]。基于中国老年社会追踪调查的数据也显示，即使受访者已经是官方定义的60岁以上的“老人”，但每个人关于自己何时算“老人”的起始年龄存在非常明显的个体变异性^[31]。

虽然以往研究对主观老年起点有所关注，但目前主要聚焦于对老年阶段起点年龄的分析。事实上，个体关于老年阶段的起点认知，即主观老年起点既可体现为某个具体的年龄，也可表现为生命历程的转折点或人生事件，即主观老年标志（subjective markers of old age）。如美国的调查发现，约76%的受访者认为老年开始的标志是失去独立性和自理能力，约51%的人认为健忘是老年开始的标志，仅23%的人将退休与进入老年相关联^[32]。来自中国的数据同样显示，除了具体年龄，60岁以上的个体也将退休或不劳作、成为祖父母、老伴儿去世等生命历程的转折点或社会角色的转变作为老年的开端，抑或将失去自理能力、行走不便、记忆力下降等功能状态转变作为老年开始的标志^[33]。

值得注意的是，尽管每个人对老年阶段的起点有着自己的主观认知，但这些认知并非完全独立形成，而是深受社会经济发展程度以及社会成员所共同遵循的社会制度、价值观和社会规范的影响^[34]。因此，主观老年起点在不同的社会中也呈现出多样性和差异性^[35]。这种差异性可以从两个层面理解：一方面，老年以及整个生命历程，都是社会构建的结果^[36]。因此，衰老的意义以及老年阶段的分界由社会共识决定。另一方面，老年被视为一种社会习惯，体现了一种文化上的固有观念^{[37][38]}。然而，以往研究多关注主观老年起点的个体层面的影响因素，而忽略了更广泛的社会背景，特别是社交媒体的潜在影响^[39]。

此外，随着年龄的增长，个体倾向于推迟老年开始的时间，这种现象被称为“年龄群体分离效应”（age-group dissociation effect），这是一种自我保护的策略，旨在防止与老年相关的负面的年龄刻板印象和年龄歧视成为自我定义的一部分。由于老年人（作为社会群体的一部分）和老年（作为人生阶段）通常带有负面含义，人们倾向于通过心理上的距离感来避免污名化和自证预言，从而增强自我效能感和幸福感^[40]。因此，对老年的重新定义将有助于积极老龄观和健康老龄化的实现。例如，不同的老年起点认知会对个体的身心健康和主观幸福感产生影响。研究表明，认为

中年结束较早的个体，在随访期间患冠状动脉疾病、心肌梗死及功能下降的风险更高，即使控制自评健康、职业地位、健康行为等变量后，效应仍然显著^{[41][42]}。

尽管目前相关研究已经注意到不同主观变老起点的潜在影响，但大多数研究仍聚焦于60岁以上的人群，忽视了对年轻群体的关注^[43]。然而，对老年的认知和印象形成是一个毕生发展的过程，并深刻影响个体的老年生活^[44]。如研究指出，年轻时对老年持有的消极刻板印象会成倍增加个体38年后罹患心血管疾病的风险^[45]。此外，研究发现，年轻个体也常遭遇年龄歧视^[46]，这些将进一步影响他们对老年的主观认知。然而，目前仅有少量的研究关注年轻个体对老年的主观认知，如研究发现美国和德国的年轻人对老年阶段的起点年龄存在非常显著的国家差异，德国年轻人认为男性老年阶段开始于64岁，女性始于60岁，而美国年轻人则认为男性在53岁、女性在48岁进入老年，这种差异进一步导致了美国年轻人对老年群体和老年阶段的消极认知^[47]。遗憾的是，目前聚焦于年轻个体的主观老年起点的研究还非常不足，且大多只关注老年开始的具体年龄，而忽略了老年开始的其他标志，如重要的人生转折点。

三、研究设计和方法

本研究的数据来源于对微博用户关于相关话题的讨论文本。根据《2023年微博热搜趋势报告》，其用户多为年轻人，其中“90后”和“00后”占86%，而“80前”用户仅占3%，因此适合作为研究年轻个体主观老年起点的数据来源。我们首先利用Python爬虫技术爬取了新浪微博上用户关于37个相关话题的原创性讨论文本，如#变老的标志、#变老的迹象、#老了、#你觉得什么是老了、#你觉得自己老了吗、#你什么时候觉得自己老了、#哪一刻你突然觉得自己老了、#从哪一瞬间发现自己老了、#瞬间感觉自己老了等。我们只对话题下的一级微博评论及相关信息进行爬取，时间不限，最后一共得到了9152条微博文本。此外，我们也收集了每条微博文本的点赞数、转发数和评论数。接下来，我们将全部的微博文本导入Jupyter notebook中，对文本进行去重，并采用jieba包去除微博文本中的话题标签、网页链接、特殊符号、emoji表情、数字和字母，然后对文本进行分词、去除停用词等操作，最后一共得到了7568条有效的分析文本。在这一过程中，我们结合了jieba的停用词词典

和中国知网、哈工大停用词词典，以及在分词的过程中加入了用户自定义词典，使某些专用词，如“挥霍时间”“熬不动夜”作为一个整体而不被分词。之后，我们基于TF-IDF对每个话题下的前20个关键词进行降序呈现，以获得关于每个话题下的关注焦点的粗略认知。TF-IDF（Term Frequency-Inverse Document Frequency）是一种常用的文本分析技术，用于评估一个词在一组文档中的重要性，其结合了词频（Term Frequency, TF）和逆文档频率（Inverse Document Frequency, IDF）两个指标，能够有效地衡量一个词在特定文档中的重要性，同时减轻在所有文档中普遍出现的词语的权重^[48]。

接下来，我们对分词后的文本进行基于词典的语言特征分析。该分析基于中文简体LIWC2007（Linguistic Inquiry and Word Count）词典^[49]，通过计算微博文本中的单词频率来揭示个体对老年起点主观定义的心理、情感和认知状态。该工具最初由Pennebaker和其同事在20世纪90年代开发，包含多类别、多领域的词汇和短语，如积极和消极的情感情绪词、社会过程词、认知过程词、感知过程词和生理过程词、时间词、个人关注词等。该词典现已被广泛应用于心理学、语言学、社会科学等领域的态度和认知过程的分析，并体现个体差异^[50]，如在文本中更高频率的洞察词可能反映了个体更高层次的认知参与过程。以上分析过程有助于我们形成对微博用户主观老年起点认知的初步了解。

接下来，我们结合人工编码和大语言模型对处理后的微博文本进行主题提取。我们首先采取人工编码的方式，对7568条微博文本进行了主题提取的质性分析。本研究的目的是弄清楚个体会从什么样的角度来感知“何时变老/算老”以及如何定义老年的开始，因此在通读全部的文本后，我们选择对其中评论数较多的200条文本进行人工编码，并从剩下的文本随机抽取了100条文本，抽取的微博文本的WID随机数由Excel自动生成，一共300条文本。2个研究者（作者1和作者2）首先对300条文本中提到的“主观变老的起点及标志”进行独立编码，不一致的编码由第三个研究者帮助确定。之后，经过多次讨论，形成最终的编码脚本，以及每个编码主题下的子编码和节点（示例微博文本）。

之后，考虑到大模型在海量文本处理方面的优越性，以及ChatGPT-o1模型在强化学习和复杂逻辑推理上的优势，本研究根据人工编码得到的主题类别，使用网页版的大语言模型ChatGPT-o1对所有微博文本

进行主题提取。参考之前研究，我们使用TopicGPT，一个基于提示的主题建模框架来提取潜在的主题类别^[51]。首先分别在窗口中输入人工得到的主题、子主题和示例微博文本，之后要求模型输出所有微博文本所属的主题、子主题。主题分析的提示语（Prompt）如下：“你是一个专业的质性分析专家，熟悉文本编码、自然语言处理和大模型。请根据以下提供的主观变老标志和子主题的定义、内涵和具体体现，对输入的微博文本进行分类。对于每条微博文本，请执行以下步骤：（1）阅读微博文本，理解其内容和含义。（2）匹配子主题：根据微博文本的内容，将其归类到最符合的子主题中。请注意：子主题的示例并不完全，你需要根据已经给出的例子进行适当的扩充。（3）确定主观变老标志：根据子主题，确定对应的主观变老标志。（4）如果微博文本不涉及任何变老的标志，请将其归类为‘无关’。”最后，我们根据得到的所有微博文本的分类结果，对所得到的主题（即主观变老标志）的微博文本数、点赞数、评论数和转发数进行描述性统计。以上所有分析均基于Python 3.11。

四、主要研究结果呈现

1. 微博相关话题的描述性结果和关键词分布

37个微博相关话题可聚类为6个类别，话题聚类的结果和每个聚类下讨论文本的数量、汇总后的点赞、转发和评论数如表1所示。由表1可知，微博用户在讨论“老年”话题时侧重点不同：“变老的迹象”和“变老的标志”主要关注老化的表现、特征或标记；“变老的时刻或瞬间”则聚焦个体在特定时刻的意识；“变老的疑问或反思”以及“变老的原因”则主要强调个人对变老的情感反应和思考过程；“特定群体变老”则重点关注特定年龄群体（如“90后”“95后”）的变老表现和感受。上述话题聚类充分说明“变老”是非常个体化和多元化的过程，每个人的老化体验独具差异，反映了老化的复杂性和多样性。此外，表1显示，微博用户对话题类别“变老的时刻和瞬间”的关注和讨论最多，说明该类话题最能引起个体的共鸣，易引发公众对老年阶段和老年起点的思考。相对而言，个体对话题类别“变老的原因”及“变老的疑问或反思”的关注和讨论较少，在一定程度上说明个体在面对老化时，更倾向于关注即时的感受和变化，而较少深究和反思老化的原因和意义，这可能导致对老化过程的理解停留在表面。

表1 微博话题的聚类结果(单位:个)

话题聚类(n)	微博话题(#)	文本条数	总转发数	总评论数	总赞数
特定群体变老(n=9)	“90后”变老迹象、“90后”变老图鉴、“90后”都觉得自己老了、“90后”开始变老的迹象、“90后”老了吗、“90后”真的老了吗、“90后”真的已经老了吗、“95后”是不是老了、“90后”变老的表现	1591	5479	5672	69244
变老的迹象(n=2)	变老的迹象、变老的明显迹象是什么	165	1273	1335	25646
变老的标志(n=4)	变老的标志、开始变老的一个重要标志、一个人变老的标志、一个人老了的标志是什么	373	1468	623	7243
变老的时刻或瞬间(n=16)	哪个时刻让你开始服老了、从哪一瞬间发现自己老了、哪一刻你突然觉得自己老了、哪一刻你发觉自己老了、哪一刻开始发现自己变老了、哪一刻你会感觉自己老了、一瞬间发现自己老了、是什么时候发现自己变老了、突然发觉自己变老的瞬间、发现自己老了的瞬间、哪一刻让你意识到自己老了、哪一刻意识到自己变老了、突然感觉到自己真的老了、发现自己真的老了、瞬间感觉自己老了、觉得自己老了的瞬间	3556	22555	18243	88410
变老的疑问或反思(n=4)	老了、你觉得自己老了吗、你什么时候觉得自己老了、你觉得什么是老了	1691	192	2046	2173
变老的原因(n=2)	知道自己变老的三个理由、为什么会觉得自己突然变老了	193	318	522	2961

每个话题聚类下基于TF-IDF提取的前20个关键词如表2所示。由表2可知,6个聚类话题中,个体主要从以下几个方面感知老年起点的到来:身体健康状况(如“白头发”)、生活方式及兴趣爱好的变化(如“喜欢”)、时间的感知与对比(如“现在”“以前”“曾经”)、社会角色与人生任务的转变(如“结婚”“阿姨”“孩子”)以及心态变化等。这些关键词揭示了人们在老年起点认知中对生理、心理和社会因

素等多方面的关注^[52]。

2. 主观老化感知中的态度和认知心理过程

每条微博文本中包含的态度和认知心理过程词汇的频率分布涉及多个类别,包括情绪情感、社会过程、时间感知、认知过程、生理过程、个人关注和感知过程等类别。其中个体对主观老年起点的感知更多涉及生理过程、社会关系和认知过程,如生理和健康、洞察和因果、社会和家人等词汇出现的频率更

表2 话题聚类下前20个关键词的分布

话题聚类	前20个关键词
变老的时刻或瞬间	感觉*0.0238, 现在*0.0165, 突然*0.0144, 发现阿姨*0.0129, 以前发现自己*0.0127, 喜欢*0.0117, 看到*0.0114, 熬夜*0.0113, 年轻*0.0094, 孩子*0.0092, 瞬间今天*0.0079, 不再*0.0070, 年龄*0.0066, 身体*0.0064, 白头发*0.0064, 不能*0.0063, 结婚*0.0063
特定群体变老	90后*0.0284, 现在*0.0182, 年轻*0.0173, 感觉*0.0150, 阿姨*0.0138, 00后*0.0113, 喜欢*0.0101, 不老*0.0097, 以前*0.0088, 80后*0.0087, 年龄*0.0081, 孩子*0.0079, 话题*0.0075, 时间*0.0075, 生活*0.0075, 结婚*0.0075, 发现*0.0073, 今天*0.0071, 年纪*0.0071, 90*0.0065
变老的迹象	喜欢*0.0307, 年龄*0.0256, 熬夜*0.0210, 年轻*0.0193, 恐慌*0.0190, 战胜*0.0190, 皮肤*0.0190, 现在*0.0183, 感觉*0.0173, 睡觉*0.0168, 衰老*0.0158, 知识*0.0153, 身体*0.0140, 时间*0.0137, 变得*0.0128, 健康*0.0128, 下降*0.0116, 想到*0.0113, 保持*0.0113, 不爱*0.0111
变老的原因	出门*0.0240, 喜欢*0.0213, 年轻*0.0178, 感觉*0.0165, 衰老*0.0144, 可爱*0.0142, 身体*0.0142, 需要*0.0139, 不爱*0.0126, 记忆力*0.0101, 熬夜*0.0099, 生活*0.0096, 每天*0.0095, 长大*0.0095, 熬不了夜*0.0093, 工作*0.0090, 白头发*0.0089, 重要*0.0084, 永远*0.0082, 浑身*0.0079
变老的标志	喜欢*0.0239, 身体*0.0196, 现在*0.0176, 感觉*0.0176, 心态*0.0144, 不再*0.0138, 事情*0.0137, 生活*0.0133, 以前*0.0131, 年轻*0.0119, 不想*0.0113, 可能*0.0102, 每天*0.0099, 衰老*0.0094, 父母*0.0093, 兴趣*0.0088, 回忆*0.0084, 大概*0.0082, 记忆力*0.0082, 成熟*0.0077
变老的疑问或反思	现在*0.0202, 感觉*0.0142, 今天*0.0120, 说明*0.0119, 曾经*0.0113, 以前*0.0110, 拥有*0.0104, 印象*0.0104, 喜欢*0.0102, 发现*0.0101, 年纪*0.0100, 年轻*0.0095, 看到*0.0080, 突然*0.0078, 晚上*0.0076, 年龄*0.0075, 白头发*0.0065, 全球*0.0062, 长大*0.0055, 看着*0.0054

注:关键词按TF-IDF权重。大小降序呈现

表3 主观老年起点的主题类别和示例 (单位: 个)

主观变老标志	子主题	示例	文本数	点赞数	评论数	转发数
身体功能与外表			98	36819	9271	10483
	外貌	当我发现又多了几根白头发, 笑起来有干纹细纹的时候				
	容易疲惫/体力下降	以前很羡慕那些经常出差的人, 现在让我跑两趟就觉得太累了				
	熬不动夜	有一种症状叫通宵后遗症				
	注重养生	天刚冷秋裤就给套上了				
	抵抗力下降	被风吹吹, 就偏头疼两三天的我				
	消化/代谢功能下降	发现晚上吃点主食就不消化了				
	器官衰老	耳机音量越调越小, 怕伤耳朵				
	身体复原力变差	已经不是腹肌拉伤崴脚睡两觉就能恢复的年纪				
	身体脆弱性增加	昨天下大雨, 昨晚和今天左腿膝盖疼得不行				
时间感知			50	21040	1935	4723
	岁月流逝	时光荏苒				
	代际/年龄对比	发现新来的同事都是2000年, 2001年的				
社会角色与人生任务	怀旧	当我的歌单大量出现我爸妈当年听的CD歌曲				
	人生任务	每年的高考, 生日, 身边的人开始结婚生子	39	2850	774	53
	人生事件	身边陆续有同龄人去了另一个世界				
	社会角色/称谓	小孩看到我都不叫我姐姐, 而是叫阿姨的时候				
心态老化			14	969	318	253
	失去兴趣/激情/追求	对任何事都不感兴趣, 只想躺平				
具体年龄	行为方式老化	像个老干部一样背着手慢悠悠地走				
	具体年龄	一想到自己要奔三、奔四、奔五就怕	13	40	86	7
复合标志			12	3231	1964	3222
	涉及多种变老的迹象、标志或节点	风一吹就觉得头疼, 至今还没有脱掉棉袄。在解决问题纠纷的时候, 直接说了真话				
现实取向			11	338	66	10
	节俭	不再花钱大手大脚				
	成熟	考虑事情更周全, 当我攥紧拳头又松开的时候				
社会脱离	关注现实生活	喜欢看新闻联播				
			7	6	47	0
	社交退缩/倾诉欲下降	不喜欢出去玩				
	享受家庭与生活	追的综艺是向往的生活和幸福三重奏				
灵活定义	跟不上潮流	打开微博榜单, 90%的明星没听过名字				
	新技术落后者	店员问我有没有26键输入法				
			5	1803	1591	405
认知功能下降	自我定义	记录当下的每一份点点滴滴。无论好的坏的, 都是生命中的一部分				
			3	130	45	93
向往青春/生命	记忆力下降	年龄大了, 脑子都不好使了, 最近老做傻事				
			3	1057	947	772
人格/性格改变	向往生命/喜爱大自然	以前喜欢蓝色, 现在喜欢绿色				
	喜欢青春可爱的事物	开始喜欢粉色				
无关			3	2	11	0
	失去兴趣/激情/追求	对任何事都不感兴趣, 只想躺平				
	简单直接	在解决问题纠纷的时候, 直接说了真话				
	倾诉欲下降/享受独处与安静	不想和人交流, 享受一个人的独处				
	兴趣改变	只想看新闻联播				
	变得成熟	不爱自拍				
顺其自然/随心所欲	变得佛系					
总计			300	167538	23159	29774

高。在个人关注方面，更多是在工作中体会老年的开始。在时间感知上，个体则是更多将“现在”与“过去”做对比，从时间流逝、身体功能和社会关系的变化中感知老年的起点。以上这些结果表明，个体对“老年何时开始”融入了自己的思考和定义，展现出明显的个体差异性和主体性。

3. 人工编码和大模型的主题分类

两个独立评分者的编码一致性系数Kappa为0.915，该系数越接近于1，表示评分一致性越高，人工编码具有良好的信度。研究者共提取出12个主题类别，构成了主观老年起点的不同认知维度（见表3）。这些类别涵盖了不同的主观变老的标志，体现在身体与健康功能衰退、时间感知、社会角色与人生任务、心态老化、具体年龄、现实取向、社会脱离、认知功能下降、向往青春与生命、人格与性格改变等方面。从这些类别中可以发现，微博用户对“变老”和“老了”的感知在一定程度上符合对老年人的刻板印象，如社交退缩（倾诉欲下降、享受家庭生活）、认知能力下降（记忆力减退）、失去探索欲（对新鲜事物失去兴趣与激情）、性格改变（变得成熟、顺其自然和随遇而安）以及关注现实生活等。但与此同时，研究结果也表明，个体在年龄增长过程中也具有自我定义与反思以及自我投射的过程，即个体会将自己在年龄增长过程中所感知的各方面的变化泛化为一般的老化过程，展现出明显的个体差异。因此，本研究发现不同的个体会从不同的领域定义老年阶段的起点，验证了“自我定义的老年起点”现象的存在。

由ChatGPT-o1得到的所有微博文本中的主观老年标志和人工编码得到的主观老年标志之间的评分一致性系数Kappa = 0.606 (>0.4)，该系数表示人工编码和ChatGPT高级模型得到的评分一致性达到中等较高的水平^[53]。图1展示了由ChatGPT-o1得到的所有主

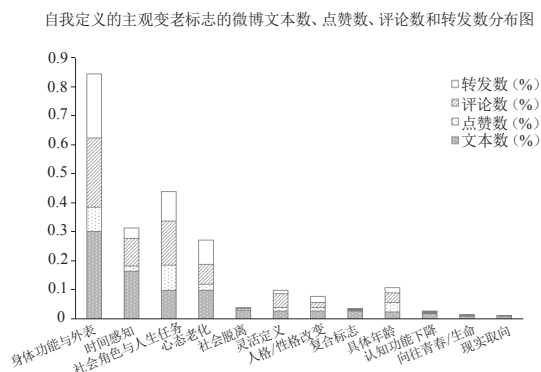


图1 主观老年起点（标志）的社会认同度

观变老标志的微博文本数、转发数、评论数和点赞数。由图1可见，微博用户对“身体功能与外表的变化”“社会角色与人生任务”“时间感知”作为变老的标志有较高的认同度，这反映出个人经历和个人体验、社会角色与人生任务以及对时间流逝和不同年龄与代际对比的感知对老化体验和老化认知的深刻影响，进一步说明了个体自我定义的老年起点既具有一定的社会共识，也具有较大的个体差异性，即自我定义的主观老年起点既会受到社会远端线索，如社会共享的年龄刻板印象或政策的影响，也会受到个体近端线索，如身体功能变化和所经历的人生事件以及社会角色转变的影响，是社会和个体因素共同作用的结果^[54]。

五、结论与讨论

本研究的分析表明，个体对“何时变老”或“何时算老”的认知具有显著的个体差异性，既包含符合刻板印象的内容，也融入了个人体验与自主思考。个体根据自身是否出现特定表现和迹象，形成对变老和老年起点的不同理解，并将这种基于个人体验的认知投射到一般的老年印象之中。此外，社会时钟的研究亦强调，个人的主观年龄规范感知也会约束和影响人们的想法，并引导个体作出符合年龄规范的行为决策，如结婚和退休的时机^[55]。因此，关于老年起点的主观认知不仅影响个体对老年群体和老化过程的理解，也深刻影响个体行为和群体互动，具有重要的社会意义。

首先，对年轻的微博用户而言，身体健康功能与外表变化成为其自我感知“变老”的最常见原因或标志。这表明，随着年龄的增长，个体会逐渐自动监测自身的健康状况与功能变化，并反思这些变化背后的原因及其意义。已有研究也表明，健康功能的衰退是个体产生“衰老感”的重要因素之一^[56]。因此，采取积极措施维持年轻时的健康与功能水平，将成为延缓个体衰老感知的关键路径。

其次，生命历程及人生阶段的演变，包括人生任务（如婚姻、生育）以及社会角色和称谓的转变，也是年轻人年龄认同变化的重要因素。已有研究表明，个体的生命历程会显著影响其主观老化感知，包括年龄认同、老化焦虑以及主观预期寿命^{[57][58]}。同时，个体的主观老化感知亦会反作用于其生命历程及其转变。例如，工作中的年龄规范和年龄认同对个体何时选择退休产生重要影响^[59]。因此，保持个体社会角

色的连续性,将有助于延缓个体感知“进入老年”的时间点。

最后,时间感知,比如怀旧,也是影响个体年龄意识、老化感知与定义的因素之一。以往关于怀旧的研究发现,年龄越大,个体越倾向于怀旧以及怀旧可以让老年人感觉更年轻^{[60][61]}。但本研究却发现怀旧也可以成为诱发年轻人年龄意识和老化感知与定义的因素,因此未来的研究可以尝试探讨两者在全年龄段的相互关系和机制。此外,不同代际/年龄之间的区分和对比也深刻地影响了个体的年龄感知和主观老年起点。既往研究发现代际/年龄的对比和分隔会影响个体的老年态度^[62],这种效应在工作领域和公共领域尤其明显^[63]。因而,如何有效降低代际/年龄对比对员工的年龄意识以及可能的年龄歧视的负面影响,增加年长员工的就业机会是一个亟待解决的问题。

老年群体作为一个被污名化的群体,个体为了保持积极的自我认同和自尊,往往倾向于采取“年龄组脱离”策略,如否认自己属于老年人群体^[64]。发展阶段的转变在这一策略中也具有潜在影响。已有研究表明,老年人通常认为老年阶段开始更晚,且老年个

体的异质性更明显^[65]。因此,未来研究亟须更深入地调查中老年个体对衰老的认识、感受与应对,特别是自我定义的主观老年起点现象及其对中老年个体可能的影响和机制。此外,考虑到社会中普遍存在的年龄歧视,未来研究也应探讨不同的主观老年起点能否有效缓解年龄歧视,提升积极的老化感知。■

[基金项目:本文系国家资助博士后研究人员计划“老龄化加速背景下孝道观念的变迁对年龄歧视和老年态度的影响研究”(项目编号:GZC20230065)、中国博士后基金“积极老龄观视角下老年人越轨宽容处罚的影响效应与干预策略研究”(项目编号:2024M750029)的阶段性成果]

常园青:北京大学社会学系助理研究员

陈子卓:北京大学心理与认知科学学院博士研究生

张昕:北京大学心理与认知科学学院副教授

陆杰华:北京大学社会学系教授,北京大学应对老龄化

国家战略研究中心主任

责任编辑/杨守建

参考文献:

- [1] [7] [9] [11] Orimo H, Ito H, Suzuki T, et al. Reviewing the Definition of “Elderly” [J]. *Geriatrics and Gerontology International*, 2006, 6 (3) : 149–158.
- [2] [27] Ouchi Y, Rakugi H, Arai H, et al. Redefining the Elderly as Aged 75 Years and Older: Proposal from the Joint Committee of Japan Gerontological Society and the Japan Geriatrics Society: Redefining Elderly: Proposal from Japan [J]. *Geriatrics & Gerontology International*, 2017, 17 (7) : 1045–1047.
- [3] [5] [8] Dziechciaż M, Filip R. Biological Psychological and Social Determinants of Old Age: Bio–Psycho–Social Aspects of Human Aging [J]. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*, 2014, 21 (4) : 835–838.
- [4] Barrett A E, Barbee H. The Subjective Life Course Framework: Integrating Life Course Sociology with Gerontological Perspectives on Subjective Aging [J]. *Advances in Life Course Research*, 2022, 51: 100448.
- [6] Denton F T, Spencer B G. Some Demographic Consequences of Revising the Definition of “Old Age” to Reflect Future Changes in Life Table Probabilities [J]. *Canadian Journal on Aging / La Revue canadienne du vieillissement*, 2002, 21 (3) : 349–356.
- [10] [19] [33] 翟振武, 刘雯莉. 从功能发挥的角度定义老年: 对老年定义与健康测量的反思与探讨 [J]. *中国体育科技*, 2019, 55 (10) : 3–9.
- [12] [17] Bauger L, Bongaardt R. The Lived Experience of Well-Being in Retirement: A Phenomenological Study [J]. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 2016, 11 (1) : 33110.
- [13] [29] [39] Jurek Ł. Chronological Age and Subjective Perception of the Old-Age Threshold: An Empirical Verification of the Age-Group Dissociation Effect Using European Social Survey Data [J]. *Advances in Gerontology*, 2022, 12 (1) : 14–24.
- [14] Hori S. Beginning of Old Age in Japan and Age Norms in Adulthood [J]. *Educational Gerontology*, 1994, 20 (5) : 439–451.
- [15] [22] [44] Montepare J M. Subjective Age: Toward a Guiding Lifespan Framework [J]. *International Journal of Behavioral Development*, 2009, 33 (1) : 42–46.
- [16] [54] Barrett A E, Montepare J M. “It’s about Time”: Applying Life Span and Life Course Perspectives to the Study of Subjective Age [J]. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 2015, 35 (1) : 55–77.
- [18] [59] Kaufman G, Elder Jr G H. Grandparenting and Age Identity [J]. *Journal of Aging Studies*, 2003, 17 (3) : 269–282.

- [20] [36] Mortimer J T, Moen P. The Changing Social Construction of Age and the Life Course: Precarious Identity and Enactment of “Early” and “Encore” Stages of Adulthood [M] // Handbook of the Life Course. Springer, 2016: 111–129.
- [21] Johfre S, Saperstein A. The Social Construction of Age: Concepts and Measurement [J]. *Annual Review of Sociology*, 2023, 49 (1) : 339–358.
- [23] Pinguat M, Wahl H W. Subjective Age from Childhood to Advanced Old Age: A Meta-Analysis [J]. *Psychology and Aging*, 2021, 36 (3) : 394–406.
- [24] [65] Chopik W J, Bremner R H, Johnson D J, et al. Age Differences in Age Perceptions and Developmental Transitions [J]. *Frontiers in Psychology*, 2018, 9: 67.
- [25] [42] Kuper H. Intimations of Mortality: Perceived Age of Leaving Middle Age as a Predictor of Future Health Outcomes within the Whitehall II Study [J]. *Age and Ageing*, 2003, 32 (2) : 178–184.
- [26] [34] Frąckowiak T, Groyecka-Bernard A, Oleszkiewicz A, et al. Difference in Perception of Onset of Old Age in Traditional (hadza) and Modern (polish) Societies [J]. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020, 17 (19) : 7079.
- [28] [32] [52] Taylor P, Morin R, Parker K, et al. Growing Old in America: Expectations and Reality. Pew Research Center, Social & Demographic Trends Report [Z]. 2009.
- [30] [56] Wettstein M, Park R, Kornadt A E, et al. Postponing Old Age: Evidence for Historical Change toward a Later Perceived Onset of Old Age [J]. *Psychology and Aging*, 2024, 39 (5) : 526–541.
- [31] [51] Yu X, Wang Q. A Study on the Factors Influencing Old Age Identity among the Chinese Elderly [J]. *Frontiers in Public Health*, 2023, 10: 1027678.
- [35] Löckenhoff C E, De Fruyt F, Terracciano A, et al. Perceptions of Aging across 26 Cultures and Their Culture-Level Associates [J]. *Psychology and Aging*, 2009, 24 (4) : 941–954.
- [37] Gilleard C. Age, Subjectivity and the Concept of Subjective Age: A Critique [J]. *Journal of Aging Studies*, 2022, 60: 101001.
- [38] Higgs P, Gilleard C. Fourth Ageism: Real and Imaginary Old Age [J]. *Societies*, 2021, 11 (1) : 12.
- [40] [64] Weiss D, Lang F R. “They” Are Old But “I” Feel Younger: Age-Group Dissociation as a Self-Protective Strategy in Old Age [J]. *Psychology and Aging*, 2012, 27 (1) : 153.
- [41] Demakakos P, Gjonca E, Nazroo J. Age Identity, Age Perceptions, and Health: Evidence from the English Longitudinal Study of Ageing [J]. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 2007, 1114 (1) : 279–287.
- [43] Bratt C, Abrams D, Swift H J. Supporting the Old But Neglecting the Young? The Two Faces of Ageism [J]. *Developmental Psychology*, 2020, 56 (5) : 1029–1039.
- [45] Levy B R, Zonderman A B, Slade M D, et al. Age Stereotypes Held Earlier in Life Predict Cardiovascular Events in Later Life [J]. *Psychological Science*, 2009, 20 (3) : 296–298.
- [46] Chasteen A L, Horhota M, Crumley-Branyon J J. Overlooked and Underestimated: Experiences of Ageism in Young, Middle-Aged, and Older Adults [J]. *The Journals of Gerontology: Series B*, 2021, 76 (7) : 1323–1328.
- [47] McConatha J T, Schnell F, Volkwein K, et al. Attitudes toward Aging: A Comparative Analysis of Young Adults from the United States and Germany [J]. *The International Journal of Aging and Human Development*, 2003, 57 (3) : 203–215.
- [48] Ramos J E. Using TF-IDF to Determine Word Relevance in Document Queries [C]. 2003.
- [49] Pennebaker J W, Booth R J, Francis M E. Linguistic Inquiry and Word Count (LIWC2007) [C]. 2007.
- [50] Seraj S, Blackburn K G, Pennebaker J W. Language Left Behind on Social Media Exposes the Emotional and Cognitive Costs of a Romantic Breakup [J]. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 2021, 118 (7) : e2017154118.
- [51] Pham C M, Hoyle A, Sun S, et al. TopicGPT: A Prompt-Based Topic Modeling Framework [Z]. 2023.
- [53] Mandrekar J N. Measures of Interrater Agreement [J]. *Journal of Thoracic Oncology*, 2011, 6 (1) : 6–7.
- [55] Neugarten B L, Moore J W, Lowe J C. Age Norms, Age Constraints, and Adult Socialization [J]. *American Journal of Sociology*, 1965, 70 (6) : 710–717.
- [57] Barrett A E, Toothman E L. Multiple “Old Ages”: The Influence of Social Context on Women’s Aging Anxiety [J]. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 2018, 73 (8) : e154–e164.
- [59] Bal P M, de Lange A H, Van der Heijden B I, et al. Young at Heart, Old at Work? Relations between Age, (Meta-) Stereotypes, Self-Categorization, and Retirement Attitudes [J]. *Journal of Vocational Behavior*, 2015, 91: 35–45.
- [60] Turner J R, Stanley J T. Holding on to Pieces of the Past: Daily Reports of Nostalgia in a Life-Span Sample [J]. *Emotion*, 2021, 21 (5) : 951–961.
- [61] Abeyta A A, Routledge C. Fountain of Youth: The Impact of Nostalgia on Youthfulness and Implications for Health [J]. *Self and Identity*, 2016, 15 (3) : 356–369.
- [62] Weiss D, Zhang X. Multiple Sources of Aging Attitudes: Perceptions of Age Groups and Generations from Adolescence to Old Age across China, Germany, and the United States [J]. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2020, 51 (6) : 407–423.
- [63] Weiss D, Perry E L. Implications of Generational and Age Metastereotypes for Older adults at Work: The Role of Agency, Stereotype Threat, and Job Search Self-Efficacy [J]. *Work, Aging and Retirement*, 2019: waz010.