

## Odnos otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja: Provjera posredujuće uloge životnih žaljenja

Ivana Tucak Junaković<sup>1</sup>, Neala Ambrosi-Randić<sup>2</sup> i Marina Nekić<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Sveučilište u Zadru, Odjel za psihologiju, Hrvatska

<sup>2</sup> Sveučilište Jurja Dobrile u Puli, Odjel za interdisciplinarne, talijanske i kulturološke studije, Hrvatska

---

### Sažetak

Cilj je ovoga istraživanja bio ispitati povezanost otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja, te provjeriti moguću posredujuću ulogu životnih žaljenja zbog propuštenih prilika i pogrešnih akcija u tom odnosu. Povećanje udjela starijih osoba u populaciji potaknulo je usmjeravanje istraživačkog interesa na čimbenike koji doprinose dugovječnosti i kvaliteti života u starijoj dobi, a u tom kontekstu raste broj istraživanja koja se bave konceptom uspješnog ili dobrog starenja. Uspješno starenje vrlo je složen konstrukt te još nema konsenzusa u pogledu komponenti koje uključuje i načina njegova mjerenja. Otvorenost prema iskustvu odnosi se na dimenziju ličnosti koja uključuje osjećaj za estetiku, znatiželju, kreativnost i nekonvencionalnost te je za nju kao takvu pretpostavljeno da doprinosi uspješnom starenju. U istraživanju je sudjelovalo 479 osoba u dobi od 60 do 95 godina iz različitih dijelova Hrvatske. Uspješno starenje operacionalizirano je na dva načina: pomoću Skale samoprocjene uspješnog starenja i pomoću kompozitne mjere uspješnog starenja temeljene na komponentama modela Choa, Martina i Poona (2012), a to su subjektivni zdravstveni status, percepcija financijskog stanja i subjektivna dobrobit. Otvorenost je ispitana hrvatskom verzijom (Babarović i Šverko, 2013) supskale otvorenosti prema iskustvu iz upitnika HEXACO-PI-(R) (Ashton i Lee, 2008, 2009), dok su životna žaljenja zbog akcija i zbog propuštenih prilika ispitana svaka s po jednim pitanjem. Rezultati su pokazali da je otvorenost prema iskustvu umjereno visoko povezana s obje primijenjene mjere uspješnog starenja, dok su žaljenja zbog akcija i propuštenih prilika značajno negativno korelirala s mjerama uspješnog starenja. Rezultati provjere posredujuće uloge životnih žaljenja u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja pokazali su da životna žaljenja zbog pogrešnih akcija nisu medijator u ovom odnosu, dok su se žaljenja zbog propuštenih prilika pokazala značajnim, ali djelomičnim medijatorom. Istraživanje upućuje na važnost koju otvorenost prema iskustvu te manji intenzitet životnih žaljenja mogu imati za starije osobe, olakšavajući im prilagodbu na promjene povezane s procesom starenja.

*Cljučne riječi:* uspješno starenje, otvorenost prema iskustvu, životna žaljenja, starije osobe

---

## Uvod

Uspješno starenje je konstrukt koji postaje sve zanimljiviji gerontolozima i stručnjacima srodnih disciplina. Glavni su razlog tome demografske promjene vidljive zadnjih desetljeća u smjeru povećanja udjela starijih osoba, odnosno trenda starenja stanovništva. Razilaženja u pogledu definicija i mjera uspješnog starenja još uvijek postoje, a nema ni konsenzusa u vezi s pitanjem tko je ustvari mjerodavan za definiranje uspješnog starenja. Kako je sam pojam *uspješnog* starenja kritiziran kao neprimjeren jer navodno sugerira postojanje "dobitnika" i "gubitnika" u procesu starenja (Masoro, 2001), koriste se i alternativni pojmovi kao što su zdravo, dobro, aktivno, produktivno starenje i sl. (Butler, Oberlink i Schechter, 1990; LaCroix, Newton, Leveille i Wallace, 1997; Strawbridge, Wallhagen i Cohen, 2002), međutim, pojam uspješnog starenja idalje se često koristi.

Među različitim je teorijskim pristupima uspješnom starenju još uvijek najzastupljeniji biomedicinski, unutar kojeg je najpoznatiji Roweov i Kahnov model uspješnog starenja (Rowe i Kahn, 1997). Ovaj model uspješno starenje definira na osnovi triju kriterija: izostanak bolesti i s bolešću povezanih ograničenja, dobro tjelesno i kognitivno funkcioniranje te aktivna uključenost u život. Međutim, vrlo mali postotak starijih osoba udovoljava ovako strogim kriterijima, posebice onome koji se odnosi na odsustvo bolesti, a izgleda da biomedicinski model ne odražava adekvatno ni percepciju starijih osoba o uspješnom starenju (Bowling i Iliffe, 2006; Phelan, Anderson, LaCroix i Larson, 2004; Strawbridge i sur., 2002; Young, Frick i Phelan, 2009). Tako istraživanja pokazuju da i osobe narušenog zdravlja i funkcionalnih sposobnosti mogu svoje starenje doživljavati uspješnim i kvalitetu života visokom ako su zadovoljne svojim socijalnim odnosima i životom općenito te ga doživljavaju smislenim (Kahana i Kahana, 2001; Young i sur., 2009).

Stoga je u novije vrijeme biomedicinski pristup korigiran ili nadopunjen psihosocijalnim i laičkim modelom. Psihosocijalni ističe važnost zadovoljstva životom/ dobrobiti, dobrog socijalnog funkcioniranja i psiholoških resursa, kao što su samopoštovanje, samoefikasnost, osobni rast, autonomija, itd., za uspješno starenje. S druge strane, laičke definicije uspješnog starenja su najobuhvatnije i najheterogenije te uključuju, uz dobro zdravlje i zadovoljstvo životom, osjećaj životne svrhe i smisla, dobre odnose s drugima, financijsku sigurnost, učenje novih stvari, produktivnost, duhovnost, smisao za humor itd. Istraživanja pokazuju da samo manji postotak starijih osoba udovoljava kriterijima biomedicinskog, dok većina starijih osoba udovoljava kriterijima psihosocijalnog modela te većina sebe doživljava kao osobe koje uspješno stare (Jeste, Depp i Vahia, 2010). Stoga mnogi autori u ovome području istraživanja zaključuju da prilikom definiranja uspješnog starenja uz tzv. objektivne mjere (npr. zdravlje) u obzir treba uzeti i to kako same starije osobe percipiraju uspješno starenje (Phelan i Larson, 2002; Pruchno, Wilson-Genderson, Rose i Cartwright, 2010; Strawbridge i sur., 2002).

Pokušaji revidiranja biomedicinskog modela rezultirali su pojavom nekih alternativnih modela uspješnog starenja, kao što je onaj Choa, Martina i Poona (2012), koji tri poznate dimenzije uspješnog starenja iz modela Rowea i Kahna (1997) zamjenjuje trima novim. To su: subjektivna procjena zdravlja, dobar percipirani ekonomski status i sreća. Primjenom su ovih triju alternativnih kriterija Cho i sur. (2012) utvrdili da značajno raste broj osoba za koje se može reći da uspješno stare. Primjerice, riječ je o približno polovici stogodišnjaka iz Georgijske studije, dok se prema kriterijima Rowea i Kahna (Cho i sur., 2012) nijedan stogodišnjak ne bi mogao nazvati uspješnim. Važno je istaknuti da ovaj alternativni model uključuje i percepciju vlastita materijalnog stanja, što je komponenta koja se rijetko spominje u drugim modelima uspješnog starenja, a biomedicinski model ju potpuno zanemaruje. Međutim, materijalni su resursi posebno važni u starijih osoba u kojih su oni obično i ograničeni, a ti resursi mogu neposredno ili posredno utjecati na kvalitetu života putem dostupnosti usluga kojima se zadovoljavaju zdravstvene, socijalne i druge potrebe starijih (Crystal i Shea, 1990; Pinquart i Sörensen, 2000). Alternativni kriteriji uspješnog starenja, poput onih predloženih modelom Choa i sur. (2012), pridonose širem objašnjenju ovoga konstrukta i povećanju udjela starijih osoba za koje se može reći da se uspješno nose s promjenama koje donosi starenje, bez obzira na narušeno zdravlje i funkcionalna ograničenja.

Među potencijalnim su determinantama i korelatima uspješnog starenja najviše ispitivani zdravlje i funkcionalne sposobnosti (Depp i Jeste, 2006; Li i sur., 2014; Meng i D'Arcy, 2014; Ng, Broekman, Niti, Gwee i Kua, 2009; Strawbridge, Cohen, Shema i Kaplan, 1996; Vahia, Thompson, Depp, Allison i Jeste, 2012) te zdravstvene navike, kao što su nepušenje (Depp i Jeste, 2006; Hodge, English, Giles i Flicker, 2013) i tjelesna aktivnost (Almeida i sur., 2014; Hodge i sur., 2013; Meng i D'Arcy, 2014; Ng i sur., 2009; Parslow, Lewis i Nay, 2011; Strawbridge i sur., 1996). Uloga osobina ličnosti u procesu uspješnog starenja rjeđe je ispitivana. Malobrojna istraživanja na stranim uzorcima starijih upućuju na povezanost otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja, operacionaliziranog na različite načine, uključujući mjere kognitivnih sposobnosti, svakodnevnog funkcioniranja, volontiranje, zdravstveni status, društvenu uključenost i dr. (Baek, Martin, Siegler, Davey i Poon, 2016; Chiao i Hsiao, 2017; Gregory, Nettelbeck i Wilson, 2010). Uz to, i visoki rezultati na dimenzijama ekstraverzije, ugodnosti i savjesnosti te niski rezultati na neuroticizmu bili su značajno povezani s komponentama uspješnog starenja (Baek i sur., 2016).

Nadalje, ranija se istraživanja nisu bavila odnosom između životnih žaljenja, uspješnog starenja i otvorenosti prema iskustvu. Može se pretpostaviti da bi životna žaljenja mogla imati posredujuću ulogu u odnosu između otvorenosti i uspješnog starenja. Žaljenje se obično definira kao "neugodno kognitivno i emocionalno stanje koje nastaje prilikom procjene da smo neku akciju izveli pogrešno ili prilikom procjene da nismo učinili nešto što nam je bilo važno" (Landman, 1993, str. 36). Zeelenberg (1999) žaljenje definira kao negativnu, kognitivno utemeljenu emociju

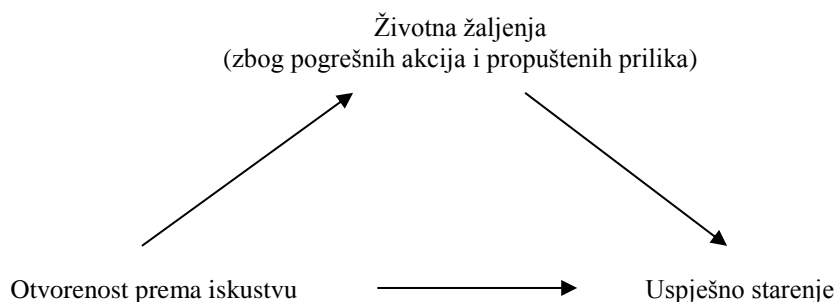
koja se javlja kada procijenimo da bi naša trenutna situacija bila bolja da smo postupili drugačije. Dakle, radi se o fenomenu koji povezuje kogniciju i emocije jer da bi se žaljenje javilo, pojedinac mora razmišljati o svojim izborima i neizborima te njihovim posljedicama (Lacković-Grgin, 2012). Istraživanja pokazuju da ljudi obično više žale zbog propuštenih prilika nego zbog pogrešnih akcija (Gilovich i Medvec, 1994; Hattiangadi, Medvec i Gilovich, 1995; Savitsky, Medvec i Gilovich, 1997). Razlog tome je što su žaljenja zbog neakcija, za razliku od žaljenja zbog akcija koje imaju jasne posljedice, dugotrajnija jer su propuštene prilike ili neakcije uvijek otvorene prema mogućnostima zamišljanja različitih pozitivnih ishoda.

Iako Hrvatska slijedi trendove razvijenih zemalja u pogledu brzog rasta udjela starijih osoba u populaciji [prema zadnjem popisu stanovništva iz 2011. godine osobe starije od 65 godina činile su čak 17.7% hrvatskog stanovništva te godine (Državni zavod za statistiku, 2012)], istraživanja konstrukta uspješnog starenja u nas zasada su malobrojna (Ambrosi-Randić i Plavšić, 2008; Tucak Junaković i Nekić, 2016a; Tucak Junaković, Nekić i Ambrosi-Randić, 2017). Ta su istraživanja dala neka saznanja o tome u kojoj mjeri starije osobe u Hrvatskoj svoje starenje procjenjuju uspješnim (Ambrosi-Randić i Plavšić, 2008; Tucak Junaković i Nekić, 2016a; Tucak Junaković i sur., 2017), koje su značajne psihosocijalne odrednice uspješnog starenja (Tucak Junaković i sur., 2017) te kakav je doprinos roditeljskog zadovoljstva i generativnosti uspješnom starenju (Tucak Junaković, Nekić i Ambrosi-Randić, 2016). Međutim, odnos temeljnih osobina ličnosti i uspješnog starenja u našim uzorcima dosada nije bio ispitivan. Stoga smo se u ovom radu odlučili usmjeriti na odnos uspješnog starenja i jedne od temeljnih osobina za koju smo pretpostavili da bi mogla značajno doprinositi uspješnom starenju, a to je otvorenost prema iskustvu.

Dakle, glavni je cilj ovoga istraživanja bio ispitati povezanost otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja. Pretpostavili smo da će starije osobe otvorenije prema iskustvu zahvaljujući većem interesu i većoj uključenosti u različite intelektualno poticajne, kreativne, umjetničke, društvene i druge aktivnosti koje mogu pridonijeti uspješnom starenju zaista i procijeniti vlastito starenje uspješnijim u odnosu na osobe koje su manje otvorene prema iskustvu. Pri tome smo uspješno starenje, umjesto samo jednom mjerom, odlučili operacionalizirati na dva načina, pomoću Skale samoprocjene uspješnog starenja, koja je sadržajno dosta heterogena te pokriva mnoge različite aspekte uspješnog starenja; kao drugom smo se mjerom koristili kompozitnom mjerom uspješnog starenja proizašlom iz alternativnog modela Choa i sur. (2012), koji je utemeljen u sve popularnijem laičkom i psihosocijalnom pristupu uspješnom starenju. Prvom smo se skalom koristili iz razloga što pokriva veći broj različitih aspekata uspješnog starenja. Drugu mjeru, koja se zasniva na procjeni triju komponenata uspješnog starenja (zdravlje, financije i subjektivna dobrobit), koristili smo zato što prati novije trendove u ispitivanju uspješnog starenja, koji ističu važnost psihosocijalnog i laičkog pristupa. Za obje smo mjere očekivali da će biti značajno pozitivno povezane s otvorenošću, a rezultati koji bi bili sukladni ovoj pretpostavci bili bi dodatna potvrda povezanosti otvorenosti i uspješnog starenja

u odnosu na povezanost koja bi bila utvrđena u slučaju operacionalizacije uspješnog starenja samo jednom od ovih dviju mjera.

Kako se ranija istraživanja uspješnog starenja nisu bavila ovim problemom, dodatni je cilj ovoga istraživanja bio provjeriti potencijalnu posredujuću ulogu životnih žaljenja zbog pogrešnih akcija i propuštenih prilika u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja. Pretpostavili smo da bi žaljenja mogla biti djelomični medijator u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja, operacionaliziranog i jednom i drugom korištenom mjerom. Točnije, pretpostavljeno je da bi otvorenost prema iskustvu mogla, ne samo izravno nego i posredstvom manjeg intenziteta žaljenja, pridonijeti uspješnijem starenju (Slika 1.). Za pretpostaviti je da će osobe otvorene prema novim iskustvima, idejama i izazovima zbog svoga većeg angažmana u različitim poticajnim aktivnostima općenito imati manje životnih žaljenja, a posebice manje žaljenja zbog propuštenih prilika u životu. Nadalje, može se pretpostaviti da će osobe koje imaju manje životnih žaljenja svoje starenje percipirati uspješnijim. Zbog ranije navedenih razloga pretpostavili smo da će posredujuća uloga žaljenja u odnosu između otvorenosti i uspješnog starenja biti izraženija za žaljenja zbog propuštenih prilika nego za žaljenja zbog pogrešnih akcija.



Slika 1. Hipotetski odnos otvorenosti prema iskustvu, životnih žaljenja i uspješnog starenja.

## Metoda

### Sudionici

Rezultati koje prikazuje ovaj rad prikupljeni su u okviru šireg istraživanja determinanti uspješnog starenja u starijih osoba u Hrvatskoj. Istraživanje je provedeno na prigodnom izvaninstitucionalnom uzorku od 479 osoba u dobi od 60 do 95 godina ( $M = 69.37$ ;  $SD = 7.03$ ), od kojih su 273 žene i 206 muškaraca. Sudionici su živjeli u 17 hrvatskih županija, pri čemu najveći postotak u Istarskoj (29.2%), Splitsko-dalmatinskoj (24.5%) i Zadarskoj (13%) županiji. Najveći je dio sudionika u trenutku ispitivanja živio u braku (61.5%), oko četvrtinu uzorka (26.3%)

činili su udovci i udovice, dok manji postotak (4.2%) sudionika nikada nije bio u braku, ili su bili razvedeni (5.6%), ili su živjeli u nevjenčanoj zajednici (2.2%). U pogledu stupnja obrazovanja većina je imala završenu srednju školu (50.3%), zatim završenu ili djelomice završenu osnovnu (28.1%), dok je 21.3% sudionika završilo višu ili visoku školu. Većina je sudionika živjela u gradu (61%); 25% njih živjelo je na selu, a 14% u manjem mjestu.

## Instrumenti

*Skala samoprocjene uspješnog starenja* (Tucak Junaković i Nekić, 2016b) uključuje 20 čestica (npr. "Imam prijatelje i obitelj koji su tu zbog mene." ili "Uspješno se prilagođavam promjenama koje su povezane sa starenjem."). Nastala je na osnovi hrvatskoga prijevoda (Ambrosi-Randić i Plavšić, 2008) liste od 20 obilježja uspješnog starenja (Phelan i sur., 2004) za koja su autori utvrdili da su bila najzastupljenija u dotadašnjoj literaturi o uspješnom starenju. Ova se obilježja odnose na različite aspekte uspješnog starenja, kao što su dobro zdravlje, autonomija, samoprihvatanje, prilagodba na promjene, društvena uključenost i dr. Na svaku se tvrdnju odgovara pomoću skale od 5 stupnjeva, od 1 (*uopće se ne odnosi na mene*) do 5 (*u potpunosti se odnosi na mene*). Ukupan rezultat na skali izračunava se kao prosječna vrijednost zbroja procjena na pojedinim česticama tako da se mogući raspon ukupnih rezultata kreće između 1 i 5. Viši rezultat na skali pokazuje da sudionici svoje starenje procjenjuju uspješnijim. Skala ima jednofaktorsku strukturu i dobru pouzdanost. Koeficijent Cronbach alfa skale na ovom uzorku iznosio je .87.

*Subskala otvorenosti prema iskustvu iz upitnika HEXACO-PI(R)* (Ashton i Lee, 2008, 2009; hrvatski prijevod: Babarović i Šverko, 2013) verzija je koja sadrži 10 čestica (npr. "Zanimljivo mi je učiti o povijesti i politici drugih država."). One zahvaćaju četiri facete ličnosti koje ovako zamišljen konstrukt otvorenosti prema iskustvu opisuju kao osjećaj za estetiku, znatiželju, kreativnost i nekonvencionalnost. Noviji HEXACO model ličnosti (Lee i Ashton, 2004) polazi od poznatoga petofaktorskog (*Five-factor*; McCrae i Costa, 1997) i modela velikih pet (*Big Five*; Goldberg, 1990), tj. predstavlja njihovu svojevrсну reorganizaciju u kojoj su neke dimenzije (točnije, ekstraverzija, savjesnost i otvorenost prema iskustvu) vrlo slične korespondirajućim dimenzijama iz petofaktorskog i modela velikih pet. Otvorenost se prema iskustvu unutar modela HEXACO odnosi na maštovitost, originalnost, kreativnost i intelektualnu znatiželju, ali ne uključuje intelekt u smislu opće inteligencije ili kognitivnih sposobnosti. Stoga se samo dijelom poklapa sa sličnom dimenzijom *intelekta* iz modela velikih pet (Babarović i Šverko, 2013). Stupanj slaganja s tvrdnjama HEXACO-PI(R) supskale otvorenosti procjenjuje se pomoću skale Likertova tipa od pet stupnjeva od 1 (*U potpunosti se ne slažem*) do 5 (*U potpunosti se slažem*). Ukupan se rezultat izračunava kao zbroj procjena na pojedinim česticama skale podijeljen ukupnim brojem čestica tako da se mogući raspon rezultata kreće između 1 i 5. Pritom viši rezultat upućuje na veću otvorenost

prema iskustvu. Supskala je u ovoj primjeni pokazala jednofaktorsku strukturu i zadovoljavajuću pouzdanost tipa Cronbach alfa (.76).

*Životna žaljenja* zbog propuštenih prilika u životu i žaljenja zbog pogrešnih akcija ispitana su pomoću dviju čestice koje su za potrebe ovog istraživanja osmislile njegove autorice ("Koliko Vam je žao zbog propuštenih prilika u životu?" i "Koliko Vam je žao zbog stvari koje ste u životu napravili a sada smatrate da niste trebali?"). Na svako su pitanje sudionici odgovarali pomoću skale od pet stupnjeva, od 1 (*nimalo*) do 5 (*jako mnogo*). Viši rezultat na svakoj od čestica upućuje na veći intenzitet žaljenja.

*Samoprocjena zdravlja* ispitana je pomoću dviju čestica od kojih se jedna odnosila na tjelesno, a druga na mentalno zdravlje. Sudionici su procjenjivali svoje tjelesno, odnosno mentalno zdravlje pomoću skale od pet stupnjeva u rasponu od 1 (*vrlo loše*) do 5 (*izvrsno*). Pritom viši rezultat upućuje na povoljniju samoprocjenu tjelesnog, odnosno mentalnog zdravlja.

*Zadovoljstvo financijama* ispitano je pomoću jednog pitanja ("Koliko se osjećate sigurnima u financijskom pogledu i zadovoljni svojim primanjima?") na koje su sudionici odgovarali na skali procjene od pet stupnjeva, od 1 (*nimalo siguran/na i zadovoljan/na*) do 5 (*jako siguran/na i zadovoljan/na*). Viši rezultat upućuje na veće zadovoljstvo i sigurnost u financijskom pogledu.

*Zadovoljstvo životom* ispitano je jednom česticom ("Koliko ste zadovoljni svojim životom u cjelini?") sa skalom odgovora od pet stupnjeva, od 1 (*potpuno nezadovoljan/na*) do 5 (*potpuno zadovoljan/na*), pri čemu viši rezultat upućuje na veće zadovoljstvo životom.

Uz rezultat na Skali samoprocjene uspješnog starenja kao dodatna je mjera uspješnog starenja uzeta kompozitna mjera proizašla iz alternativnog modela uspješnog starenja Choa i sur. (2012). Ta je mjera formirana kao zbroj standardiziranih rezultata na česticama samoprocjene zdravlja, zadovoljstva financijama i zadovoljstva životom, pri čemu je rezultat na samoprocjeni zdravlja prethodno izračunat kao prosjek procjena tjelesnog i mentalnog zdravlja. Ovdje je potrebno napomenuti da smo varijablu sreće iz originalnog modela Choa i sur. (2012) zamijenili zadovoljstvom životom zato što se sreća može smatrati komponentom konstrukta općeg zadovoljstva životom i kvalitete života, pa smo se odlučili za širi konstrukt, pri čemu smatramo da nismo bitno odstupili od navedenog modela. Rezultati na tri indikatora (subjektivnom zdravlju, financijskoj sigurnosti i zadovoljstvu i zadovoljstvu životom) prethodno su standardizirani, tj. pretvoreni u z-vrijednosti, te kombinirani u kompozitnu mjeru uspješnog starenja, s jednakim udjelom svakog indikatora. U prilog ovoj odluci govori i ekstrahirani jedinstveni faktor u podlozi triju indikatora te zadovoljavajuća pouzdanost ovako dobivene kompozitne mjere uspješnog starenja (Cronbach alfa = .67).

## Postupak

Sudionike su regrutirali metodom snježne grude sami istraživači i studenti Sveučilišta u Zadru i Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli, posebno uvježbani u primjeni upitnika. Podatci su prikupljeni individualno, u domovima sudionika te u klubovima i udrugama umirovljenika. Prikupljeni su pomoću upitnika koji su sudionici popunjavali samostalno u prisutnosti ispitivača ili su, ako je to bilo potrebno, ispitivači čitali pitanja i tvrdnje sudioniku. Primjena upitnika trajala je između 20 i 40 minuta.

## Rezultati

U svrhu realizacije postavljenih ciljeva istraživanja korištene su deskriptivne analize podataka, korelacijske analize te, radi provjere posredujuće uloge žaljenja u odnosu između otvorenosti i uspješnog starenja, regresijska analiza i Sobel-test za provjeru značajnosti medijacije.

Osnovni deskriptivni parametri ispitanih varijabli prikazani su u Tablici 1.

Tablica 1.

*Deskriptivni pokazatelji ispitanih varijabli (N = 479)*

	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>postignuti raspon</i>
1. otvorenost prema iskustvu	3.25	0.71	1.00 – 5.00
2. žaljenje zbog propuštenih prilika	2.63	1.18	1.00 – 5.00
3. žaljenje zbog pogrešnih akcija	2.49	1.13	1.00 – 5.00
4. tjelesno zdravlje	3.29	0.81	1.00 – 5.00
5. mentalno zdravlje	3.76	0.85	1.00 – 5.00
6. zadovoljstvo financijama	3.29	1.01	1.00 – 5.00
7. zadovoljstvo životom	3.87	0.79	1.00 – 5.00
8. uspješno starenje – Skala samoprocjene	3.70	0.57	1.40 – 5.00
9. uspješno starenje – kompozitna mjera <sup>a</sup>	0.00	1.58	-4.98 – 3.15

<sup>a</sup> Kompozitna mjera uspješnog starenja izražena je u standardiziranim vrijednostima. Ona predstavlja kombinaciju z-vrijednosti rezultata na tri mjere: samoprocjeni zdravlja (prosječna vrijednost procjena tjelesnog i mentalnog zdravlja), financijskoj sigurnosti i zadovoljstvu te zadovoljstvu životom.

Rezultati na mjerama tjelesnog i mentalnog zdravlja, financijske sigurnosti i zadovoljstva te općeg životnog zadovoljstva, kao sastavnica uspješnog starenja prema modelu Choa i sur. (2012), pomaknuti su prema višim vrijednostima, posebice za procjenu mentalnog zdravlja i zadovoljstva životom. I rezultati su na Skali samoprocjene uspješnog starenja pomaknuti prema višim vrijednostima. Dakle, uzevši u obzir i jednu i drugu mjeru uspješnog starenja, može se zaključiti da ispitane starije osobe, prema vlastitoj samoprocjeni, prilično uspješno stare. Rezultati na skali otvorenosti prema iskustvu kretali su se oko prosjeka, dok su žaljenja zbog propuštenih prilika i pogrešnih akcija bila ispod teoretskog prosjeka od 3 na skali od 1 do 5.



Tablica 2.  
*Korelacije među ispitanim varijablama (N = 479)*

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
1. otvorenost prema iskustvu	-							
2. žaljenje zbog propuštenih prilika	-.11*	-						
3. žaljenje zbog pogrešnih akcija	-.06	.59**	-					
4. tjelesno zdravlje	.25**	-.13**	-.02	-				
5. mentalno zdravlje	.20**	-.17**	-.19**	.47**	-			
6. zadovoljstvo financijama	.07	-.15**	-.18**	.19**	.30**	-		
7. zadovoljstvo životom	.15*	-.25**	-.29**	.41**	.44**	.42**	-	
8. uspješno starenje – Skala samoprocjene	.31**	-.23**	-.26**	.50**	.49**	.35**	.55**	-
9. uspješno starenje – kompozitna mjera	.21**	-.25**	-.25**	.62**	.69**	.73**	.82**	.63**

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ .

Sve su ispitane varijable međusobno značajno i u očekivanom smjeru korelirale uz izuzetak neznačajne povezanosti otvorenosti sa žaljenjem zbog akcija i sa zadovoljstvom financijama, te žaljenja zbog akcija s tjelesnim zdravljem. Dobivene su korelacije bile uglavnom umjereno visoke, a najviša je utvrđena između kompozitne mjere uspješnog starenja i njezinih pojedinih komponenti (tjelesnog i mentalnog zdravlja, financijske sigurnosti i zadovoljstva te zadovoljstva životom), što je i logično. Treba istaknuti i značajnu korelaciju (.63) između dviju mjera uspješnog starenja, Skale samoprocjene i kompozitne mjere, što govori u prilog njihovoj konvergentnoj valjanosti. Ta korelacija ipak nije toliko visoka da bi upućivala na veliko preklapanje dviju mjera. Visina ovog koeficijenta korelacije sugerira da su dvije mjere, iako značajno povezane jer mjere isti nadređeni konstrukt, ipak relativno nezavisne mjere konstrukta uspješnog starenja.

Odgovor na glavni problem ovoga istraživanja daje utvrđena značajna pozitivna i niska do umjereno visoka povezanost otvorenosti prema iskustvu s mjerama uspješnog starenja, tj. .31 s rezultatom na Skali samoprocjene uspješnog starenja te .21 s kompozitnom mjerom. Te su korelacije slične visine premda je povezanost niža kada je uspješno starenje temeljeno samo na procjeni zdravlja, financija i zadovoljstva životom. Dakle, starije osobe otvorenije iskustvu i same procjenjuju da uspješnije stare uzevši u obzir različite komponente koja zahvaća Skala samoprocjene uspješnog starenja, te uspješnije stare i prema kriterijima modela Choa i sur. (2012), odnosno imaju povoljniju subjektivnu procjenu zdravlja i zadovoljnije su životom u odnosu na starije osobe manje otvorene iskustvu.

Provjerili smo i moguće spolne razlike u svim ispitanim varijablama i pokazalo se da one nisu bile značajne ( $p > .05$ ) ni za jednu ispitanu varijablu.

Dodatni je cilj istraživanja bio provjeriti potencijalnu posredujuću ulogu životnih žaljenja u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja. Pri tome smo se vodili uvjetima Barona i Kennya (1986). Prvo, nezavisna varijabla mora biti značajan prediktor medijator varijable; drugo, nezavisna varijabla mora značajno pridonijeti objašnjenju zavisne varijable; treće, medijator mora značajno pridonijeti objašnjenju zavisne varijable; četvrto, nakon kontrole doprinosa medijatora zavisnoj varijabli, povezanost nezavisne i zavisne varijable se mora značajno smanjiti (djelomična medijacija) ili biti neznačajna (potpuna medijacija).

Kako se pokazalo da otvorenost prema iskustvu nije značajno povezana sa životnim žaljenjima zbog akcija, ova su žaljenja isključena kao mogući medijator spomenutog odnosa. S druge strane, žaljenja zbog propuštenih prilika ili neakcija pokazala su se značajno negativno, iako nisko, povezana s otvorenošću prema iskustvu, sugerirajući da osobe koje su otvorenije iskustvu manje žale zbog propuštenih prilika u životu, vjerojatno zato što ih i manje imaju. Rezultati provjere posredujuće uloge žaljenja zbog neakcija u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja operacionaliziranog na dva načina prikazani su u Tablicama 3. i 4.

Tablica 3.

*Testiranje posredujuće uloge žaljenja zbog propuštenih prilika ili neakcija u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja ispitanog Skalom samoprocjene uspješnog starenja*

uvjet	kriterij	prediktor	$\beta$	$R$	$R^2$
1	žaljenja zbog neakcija	otvorenost	-.11*	.11*	.01*
2	uspješno starenje	otvorenost	.31**	.31**	.09**
3	uspješno starenje	žaljenja zbog neakcija	-.23**	.23**	.05**
4	uspješno starenje	žaljenja zbog neakcija	-.23**	.23**	.05**
		otvorenost	.29**	.37**	$\Delta R^2 = .08^{**}$

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ .

Tablica 4.

*Testiranje posredujuće uloge žaljenja zbog propuštenih prilika ili neakcija u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja ispitanog kompozitnom mjerom*

uvjet	kriterij	prediktor	$\beta$	$R$	$R^2$
1	žaljenja zbog neakcija	otvorenost	-.11*	.11*	.01*
2	uspješno starenje	otvorenost	.21**	.21**	.04**
3	uspješno starenje	žaljenja zbog neakcija	-.25**	.25**	.06**
4	uspješno starenje	žaljenja zbog neakcija	-.25**	.25**	.06**
		otvorenost	.18**	.31**	$\Delta R^2 = .03^{**}$

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ .

Kada je riječ o rezultatima na Skali samoprocjene uspješnog starenja, iz Tablice 3. vidi se da su zadovoljena prva tri uvjeta o kojima govore Baron i Kenny (1986). Međutim, u provjeri se četvrtog uvjeta pomoću hijerarhijske regresijske analize pokazalo da nakon kontrole doprinosa žaljenja zbog neakcija uspješnom starenju doprinos otvorenosti uspješnom starenju idalje ostaje značajan, iako nešto manji nego u drugom koraku postupka provjere medijacije. Izračunat je i Sobel test (Sobel, 1982) za provjeru značajnosti medijacije. Test je pokazao da su životna žaljenja zbog propuštenih prilika uistinu značajan medijator u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja (Sobel test = 2.19,  $p < .05$ ). Navedeni rezultati upućuju na zaključak da je otvorenost i direktno i indirektno povezana s uspješnim starenjem, te da su životna žaljenja zbog propuštenih prilika djelomični medijator u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja mjenog Skalom samoprocjene uspješnog starenja.

Slični su i rezultati prikazani u Tablici 4., iz koje se vidi da nakon kontrole doprinosa žaljenja uspješnom starenju operacionaliziranom kompozitnom mjerom doprinos otvorenosti uspješnom starenju, iako manji, ostaje značajan. Sobel-test ponovno je potvrdio značajan posredujući utjecaj životnih žaljenja zbog propuštenih prilika u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja (Sobel-test

= 2.22,  $p < .05$ ). Dakle, životna žaljenja zbog propuštenih prilika opet se pokazuju djelomičnim medijatorom u odnosu između otvorenosti i uspješnog starenja.

### Rasprava

Rezultati provedenog istraživanja potvrdili su pretpostavku o povezanosti crte otvorenosti prema iskustvu iz modela HEXACO (Lee i Ashton, 2004) i uspješnog starenja. Prema ovome modelu osobe visoko na dimenziji otvorenosti imaju izražen osjećaj za estetiku, znatiželjne su, kreativne i nekonvencionalne, a rezultati ovoga istraživanja sugeriraju da se takve osobe bolje nose s promjenama povezanima sa starenjem, vjerojatno zahvaljujući njihovu većem zanimanju i angažmanu u različitim intelektualno poticajnim, kreativnim, umjetničkim i drugim aktivnostima koje mogu pridonijeti uspješnom starenju. Osobine pojedinaca otvorenijih prema iskustvu, kao što su njihova intelektualna znatiželja i kreativnost, vjerojatno ih potiču na bavljenje različitim zanimljivim i, za održavanje kognitivnih funkcija, korisnim aktivnostima (npr. proučavanje enciklopedija, gledanje dokumentarnih filmova, čitanje, učenje novih stvari, uživanje u umjetnosti, druženje sa zanimljivim ljudima i sl.). S druge strane, takve aktivnosti mogu pridonijeti očuvanju i poboljšanju kognitivnih funkcija, zdravlja općenito, zadovoljstva životom, doživljaja životnog smisla i drugih komponenti širokog konstrukta uspješnog starenja. U prilog vezi između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja govore i rezultati nekih stranih istraživanja koja su također potvrdila njihovu povezanost (Baek i sur., 2016; Chiao i Hsiao, 2017; Gregory i sur., 2010). Međutim, u tim je istraživanjima crta otvorenosti uglavnom bila operacionalizirana mjerama koje proizlaze iz petofaktorskog (*Five-factor*) modela (McCrae i Costa, 1997), dok je uspješno starenje bilo operacionalizirano na različite načine (korištenjem mjera kognitivnih sposobnosti, zdravstvenog stanja, svakodnevnog funkcioniranja, društvene uključenosti, sudjelovanja u volonterskim aktivnostima, itd.). Općenito se može reći da se značajna povezanost otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja može očekivati bez obzira na način operacionalizacije jednog i drugog konstrukta. Jedino te korelacije mogu veličinom varirati ovisno o tome na koji aspekt jednog i drugog konstrukta upotrijebljene mjere stavljaju naglasak. Primjerice, otvorenost je iz modela HEXACO (Lee i Ashton, 2004) slična konstruktu otvorenosti iz petofaktorskog (McCrae i Costa, 1997) i modela velikih pet (Goldberg, 1990), ali prva ne uključuje intelekt u smislu kognitivnih sposobnosti i opće inteligencije, pa se samo djelomično poklapa sa sličnom dimenzijom *intelekta* iz modela velikih pet. Ipak, za svaku se od sličnih dimenzija otvorenosti, bez obzira na model iz kojeg proizlazi, može očekivati da je povezana s uspješnim starenjem. O problemima definiranja i mjerenja složenog konstrukta uspješnog starenja raspravljali smo u uvodu ovoga rada. Među brojnim različitim načinima ispitivanja uspješnog starenja, koji proizlaze iz različitih teorijskih definicija i modela ovoga konstrukta, u ovome smo se istraživanju usmjerili na dvije mjere. Jedna je Skala samoprocjene uspješnog

starenja za koju smo se odlučili zbog obuhvatnosti različitih aspekata uspješnog starenja koje pokriva, kao što su zdravlje, društveni angažman, samoprihvatanje, autonomija, socijalni odnosi itd. Uključili smo i dodatnu kompozitnu mjeru uspješnog starenja, utemeljenu na alternativnom modelu Choa i sur. (2012), koji uspješno starenje definira kao procjenu vlastita dobrog zdravstvenog stanja, zadovoljstvo svojom materijalnom situacijom i izraženu subjektivnu dobrobit/sreću. Za ovaj smo se model odlučili zato što su alternativni modeli, utemeljeni na laičkim i psihosocijalnim definicijama uspješnog starenja, sve zastupljeniji te omogućuju šire objašnjenje ovoga konstrukta i, shodno tome, povećanje broja starijih osoba za koje se može smatrati da uspješno stare. U ovome smo istraživanju utvrdili značajnu iako nisku do umjereno visoku povezanost otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja, i to operacionaliziranog na oba spomenuta načina, što dodatno potvrđuje vezu ovih dvaju konstrukata. Povezanost s rezultatima na Skali samoprocjene uspješnog starenja, koja je sadržajno heterogenija, ipak je nešto veća negoli s kompozitnom mjerom koja se temelji na tri aspekta. To sugerira užu povezanost otvorenosti i uspješnog starenja kada se ono procjenjuje na osnovi većeg broja različitih komponenti nego kada se ograničava na njihov manji broj. Nadalje, dvije mjere uspješnog starenja pokazale su vrlo slične korelacije i sa životnim žaljenjima, što se moglo i očekivati.

Za starije osobe koje su sudjelovale u ovom istraživanju može se reći da vlastito starenje procjenjuju dosta uspješnim jer su rezultati na obje mjere uspješnog starenja bili pomaknuti prema višim vrijednostima. Posebno se to odnosi na rezultate na mjeri mentalnog zdravlja i zadovoljstva životom, kao sastavnicama uspješnog starenja prema modelu Choa i sur. (2012). Ovi rezultati ne iznenađuju jer je istraživanje provedeno na izvaninstitucionalnom uzorku starijih osoba koje u prosjeku obično i jesu boljeg zdravlja i funkcionalnih sposobnosti u odnosu na starije osobe u institucionalnom smještaju, kao što su domovi za starije i nemoćne osobe ili zdravstvene ustanove. Uz to, riječ je, u prosjeku, o "mlađim" starijim osobama jer je prosječna dob uzorka iznosila oko 69 godina, dok je standardna devijacija kao mjera varijabiliteta bila relativno mala usprkos dosta širokom dobnom rasponu (od 60 do 95 godina). Možda je i to razlog što dob sudionika ovoga istraživanja nije značajno korelirala s mjerama uspješnog starenja, pa nije ni kontrolirana u provedenim analizama.

Rezultati na skali otvorenosti prema iskustvu kretali su se oko prosjeka, a na mjerama životnih žaljenja zbog pogrešnih akcija i propuštenih prilika bili su ispod teoretskog prosjeka. Imajući na umu psihometrijska ograničenja mjera koje uključuju samo jednu česticu, ipak se može reći da ovi rezultati sugeriraju da ispitane starije osobe u prosjeku gledano nemaju intenzivnih životnih žaljenja. To je bitno i u kontekstu Eriksonove teorije psihosocijalnog razvoja (Erikson, 1984), prema kojoj je za uspješno razrješenje krize zadnjeg stadija, krize integriteta naspram očaju, tj. za doživljaj smisla života bitno da starija osoba ima pozitivan pogled na proživljeni život uz malo žaljenja za onim što je propustila ili pogrešno učinila.

Dodatni je cilj ovoga istraživanja bio provjeriti imaju li životna žaljenja zbog pogrešnih akcija i zbog propuštenih prilika posredujuću ulogu u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja. Korelacijske su analize pokazale da žaljenja zbog pogrešnih akcija nisu značajno povezana s otvorenošću prema iskustvu, što ih eliminira kao moguće medijatore u ovom odnosu. Vjerojatno se otvorenije osobe lakše upuštaju u nove situacije i aktivnosti, kako one koje će rezultirati pozitivnim ishodom, tako i one koje će rezultirati neželjenim posljedicama, pa će izazvati žaljenje zbog istih. S druge strane, žaljenja zbog propuštenih prilika ili neakcija bila su značajno negativno, iako nisko, povezana s otvorenošću upućujući na to da osobe otvorenije prema iskustvu imaju manje životnih žaljenja zbog propuštenih prilika. Kako je već spomenuto, osobe otvorenije novim iskustvima i idejama vjerojatno lakše ulaze u nove situacije i prihvaćaju nove prilike, te stoga vjerojatno procjenjuju da imaju manje propuštenih prilika, pa i manje žaljenja zbog istih. Rezultati su, nadalje, potvrdili značajnu posredujuću ulogu žaljenja zbog propuštenih prilika u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja, operacionaliziranog na dva načina. Točnije, ova su se žaljenja pokazala djelomičnim, ali značajnim medijatorom u ovom odnosu što znači da otvorenost prema iskustvu djeluje na uspješno starenje posredno, žaljenjem zbog propuštenih prilika, ali se, isto tako, ne može odbaciti mogućnost da otvorenost i izravno pridonosi uspješnom starenju. Starije osobe koje manje žale zbog propuštenih prilika u životu procjenjuju da uspješnije stare. To je nalaz koji se, kao što je već spomenuto, može sagledati u kontekstu Eriksonove teorije, prema kojoj je za postizanje *ego* integriteta i doživljaja smisla života, koji također olakšavaju uspješno starenje, bitno da osoba nema puno životnih žaljenja. Iako se nisu pokazala značajnim medijatorom u odnosu između otvorenosti i uspješnog starenja, žaljenja zbog pogrešnih akcija također su bila značajno negativno povezana s uspješnim starenjem sugerirajući da osobe koje manje žale zbog pogrešnih akcija uspješnije stare. Nalazi o negativnoj povezanosti životnih žaljenja i uspješnog starenja u skladu su i s rezultatima drugih istraživanja koja su pokazala da intenzivna žaljenja koja nisu učinkovito regulirana smanjuju kvalitetu života i životno zadovoljstvo, te negativno utječu na tjelesno i mentalno zdravlje odraslih i starijih osoba (Pethel i Chen, 2014; Wrosch, Bauer i Scheier, 2005).

I u ovom su istraživanju žaljenja zbog propuštenih prilika bila nešto izraženija u odnosu na žaljenja zbog pogrešnih akcija, iako je ta razlika bila malo ispod granice značajnosti ( $p = .06$ ). Ranija su istraživanja razlika u intenzitetu žaljenja zbog akcija i neakcija tijekom vremena pokazala da ljudi obično više žale zbog propuštenih prilika nego zbog pogrešnih akcija (Gilovich i Medvec, 1994; Hattiangadi i sur., 1995; Savitsky i sur., 1997). To se obično objašnjava na način da pogrešne akcije imaju jasne i vidljive posljedice, dok su žaljenja zbog propuštenih prilika dugotrajnija jer su propuštene prilike uvijek otvorene prema mogućnostima zamišljanja različitih pozitivnih ishoda koji su se mogli dogoditi da se pojedinac odvažio prihvatiti priliku.

Među glavnim ograničenjima provedenog istraživanja potrebno je spomenuti prigodan uzorak i korištenje mjera samoprocjene što je, zbog varijance metode koju dijele, moglo povećati povezanosti među konstruktima koji su ispitani tim mjerama. Nadalje, korištene su i mjere koje uključuju samo jednu česticu, a uz njih se veže problem pouzdanosti. Međutim, u istraživanjima na starijim osobama takve su mjere često oportuni izbor. U budućim bi istraživanjima ove tematike bilo dobro neke od mjera samoprocjene zamijeniti objektivnijim mjerama (npr. procjenu zdravstvenog statusa ili kognitivnih funkcija) te provjeriti odnose među ispitanim varijablama i na drugim uzorcima starijih osoba, npr. onima čija je kvaliteta života niža ili onima koje žive u institucionalnom smještaju. Kako je provedeno istraživanje korelacijske prirode, moguća su i drugačija tumačenja odnosa među ispitanim varijablama. Primjerice, moguće je da i uspješno starenje pridonosi otvorenosti prema iskustvu, a ne isključivo obrnuto, jer su možda one starije osobe koje se procjenjuju zdravijima bolje materijalne situacije itd. (opisane kao one koje uspješno stare) otvorenije prema novim iskustvima jer nisu usmjerene samo na temeljno zdravstveno i egzistencijalno stanje.

Zaključno se može reći da ovo istraživanje predstavlja mali korak naprijed u istraživanju konstrukta uspješnog starenja u Hrvatskoj te je prvo istraživanje u nas koje se bavilo odnosom otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja te ispitivanjem posredujuće uloge životnih žaljenja u ovom odnosu. Imajući, naravno, na umu ograničenja korelacijskog nacrtu istraživanja i zaključaka koji iz njega proizlaze, ipak možemo zaključiti da su dobiveni rezultati potvrdili pretpostavljenu povezanost između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja. Nadalje, pokazali su da su životna žaljenja i zbog propuštenih prilika i zbog pogrešnih akcija značajno negativno povezana s uspješnim starenjem. Rezultati testiranja posredujuće uloge životnih žaljenja u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja pokazali su da su samo žaljenja zbog propuštenih prilika značajan i to djelomičan medijator u odnosu između ovih dviju varijabli. U budućim bi istraživanjima također valjalo provjeriti i moguću posredujuću ulogu nekih drugih varijabli u odnosu između otvorenosti prema iskustvu i uspješnog starenja (npr. strategija suočavanja, uključenosti u različite aktivnosti itd.), kao i odnos nekih drugih osobina ličnosti (npr. ekstraverzije, neuroticizma) s uspješnim starenjem.

S obzirom na trend starenja populacije smatramo da je svaka spoznaja koja objašnjava složene odnose i faktore u procesu starenja značajna te da može imati i primijenjenu vrijednost u smislu doprinosa oblikovanju usluga usmjerenih očuvanju zdravlja i kvalitete života osoba starije dobi. Utvrđeni pozitivni doprinos otvorenosti prema iskustvu uspješnom starenju mogao bi pronaći svoju praktičnu primjenu kroz osmišljavanje i provedbu različitih aktivnosti (predavanja, radionice, tribine) i specifičnijih intervencija (npr. trening kognitivnih vještina), koje predstavljaju priliku za učenje i nova poticajna iskustva, što bi posljedično trebalo pridonijeti uspješnom starenju. S obzirom da kvalitetni programi, te aktivnosti i usluge koje iz njih proizlaze, zahtijevaju i financijska sredstva, rezultati ovog (i ovakvih)

istraživanja mogli bi poslužiti kao znanstveno uporište o potrebi i opravdanosti provođenja odabranih mjera u kontekstu intervencija usmjerenih na kvalitetno starenje.

### Zahvala

Autorice zahvaljuju Elizabeth A. Phelan na korisnim sugestijama i mogućnosti korištenja njezinih materijala u svrhu ispitivanja uspješnog starenja.

### Literatura

- Almeida, O. P., Karim, M. K., Hankey, G. J., Bu, B. Y., Golledge, J. i Flicker, L. (2014). 150 minutes of vigorous physical activity per week predicts survival and successful ageing: A population-based 11-year longitudinal study of 12201 older Australian men. *British Journal of Sports Medicine*, 48(3), 220-225.
- Ambrosi-Randić, N. i Plavšić, M. (2008). *Uspješno starenje*. Pula: Društvo psihologa Istre, Istarska županija, Sveučilište Jurja Dobrile u Puli.
- Ashton, M. C. i Lee, K. (2008). The prediction of Honesty-Humility-related criteria by the HEXACO and Five-Factor Models of personality. *Journal of Research in Personality*, 42(5), 1216-1228.
- Ashton, M. C. i Lee, K. (2009). The HEXACO-60: A short measure of the major dimensions of personality. *Journal of Personality Assessment*, 91(4), 340-345.
- Babarović, T. i Šverko, I. (2013). The HEXACO personality domains in the Croatian sample. *Društvena istraživanja*, 22(3), 397-411.
- Baek, Y., Martin, P., Siegler, I. C., Davey, A. i Poon, L. W. (2016). Personality traits and successful aging: Findings from the Georgia Centenarian Study. *The International Journal of Aging and Human Development*, 83(3), 207-227.
- Baron, R. M. i Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Bowling, A. i Iliffe, S. (2006). Which model of successful aging should be used? Baseline findings from a British longitudinal survey of ageing. *Age and Ageing*, 35, 607-614.
- Butler, R. N., Oberlink, M. R. i Schechter, M. (1990). *The promise of productive aging: From biology to social policy: Symposium*. Springer Publishing Company.
- Chiao, C. Y. i Hsiao, C. Y. (2017). Comparison of personality traits and successful aging in older Taiwanese. *Geriatrics and Gerontology International*, 17(11), 2239-2246.
- Cho, J., Martin, P. i Poon, L. W. (2012). The older they are, the less successful they become? Findings from the Georgia Centenarian Study. *Journal of Aging Research*, 2012, 1-8.



- Crystal, S. i Shea, D. (1990). The economic well-being of the elderly. *Review of Income and Wealth*, 36(3), 227-247.
- Deep, C. A. i Jeste, D. V. (2006). Definitions and predictors of successful aging: A comprehensive review of larger quantitative studies. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 14, 6-20.
- Državni zavod za statistiku Republike Hrvatske (2012). *Popis stanovništva 2011.: Statistička izvješća 1468/2012*. Preuzeto s <http://www.dzs.hr/>
- Erikson, E. (1984). *Childhood and society*. London: Triad Paladin.
- Gilovich, T. i Medvec, V. H. (1994). The temporal pattern to the experience of regret. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 357-365.
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative 'description of personality': The Big-Five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1216-1229.
- Gregory, T., Nettelbeck, T. i Wilson, C. (2010). Openness to experience, intelligence, and successful ageing. *Personality and Individual Differences*, 48(8), 895-899.
- Hattiangadi, N., Medvec, V. H. i Gilovich, T. (1995). Failing to act: Regrets of Terman's geniuses. *International Journal of Aging and Human Development*, 40(3), 175-185.
- Hodge, A. M., English, D. R., Giles, G. G. i Flicker, L. (2013). Social connectedness and predictors of successful ageing. *Maturitas*, 75(4), 361-366.
- Jeste, D. V., Depp, C. A. i Vahia, I. V. (2010). Successful cognitive and emotional aging. *World Psychiatry*, 9(2), 78-84.
- Kahana, E. i Kahana, B. (2001). Successful aging among people with HIV/AIDS. *Journal of Clinical Epidemiology*, 54, S53-S56.
- Lacković-Grgin, K. (2012). Žaljenja: Fenomenologija, konceptualizacije i istraživanja. *Društvena istraživanja*, 21(3), 651-670.
- La Croix, A. Z., Newton, K. M., Leveille, S. G. i Wallace, J. (1997). Healthy aging. A women's issue. *Western Journal of Medicine*, 167(4), 220-232.
- Landman, J. (1993). *Regret: Persistence of the possible*. New York: Oxford University Press.
- Lee, K. i Ashton, M. C. (2004). Psychometric properties of the HEXACO Personality Inventory. *Multivariate Behavioral Research*, 39(2), 329-358.
- Li, C.-I., Lin, C.-H., Lin, W.-Y., Liu, C.-S., Chang, C.-K., Meng, N.-H., Lee, Y.-D., Li, T.-C. i Lin, C.-C. (2014). Successful aging defined by health-related quality of life and its determinants in community-dwelling elders. *BMC Public Health*, 14, 1013.
- Masoro, E. J. (2001). 'Successful aging' - Useful or misleading concept? *The Gerontologist*, 41, 415-418.
- McCrae, R. i Costa, P. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52(5), 509-516.
- Meng, X. i D'Arcy, C. (2014). Successful aging in Canada: Prevalence and predictors from a population-based sample of older adults. *Gerontology*, 60(1), 65-72.

- Ng, T. P., Broekman, B. F. P., Niti, M., Gwee, X. i Kua, E. H. (2009). Determinants of successful aging using a multidimensional definition among Chinese elderly in Singapore. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 17(5), 407-416.
- Parslow, R. A., Lewis, V. J. i Nay, R. (2011). Successful aging: Development and testing of a multidimensional model using data from a large sample of older Australians. *Journal of the American Geriatrics Society*, 59(11), 2077-2083.
- Pethel, O. i Chen, Y. (2014). Life regrets and life satisfaction in mature adults. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 2(2), 106-118.
- Phelan, E. A., Anderson, L. A., LaCroix, A. Z. i Larson, E. B. (2004). Older adults' views of "successful aging" - How do they compare with researchers' definitions? *Journal of the American Geriatric Society*, 52(2), 211-216.
- Phelan, E. A. i Larson, E. B. (2002). "Successful aging" - where next? *Journal of the American Geriatric Society*, 5(7), 1306-1308.
- Pinquart, M. i Sörensen, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective wellbeing in later life: A meta-analysis. *Psychology and Aging*, 15(2), 187-224.
- Pruchno, R. A., Wilson-Genderson, M., Rose, M. i Cartwright, F. (2010). Successful aging: Early influences and contemporary characteristics. *The Gerontologist*, 50(6), 821-833.
- Rowe, J. W. i Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37, 433-440.
- Savitsky, K., Medvec, V. H. i Gilovich, T. (1997). Remembering and regretting: The Zeigarnik effect and the cognitive availability of regrettable actions and inactions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(3), 248-257.
- Sobel, M. E. (1982). Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models. *Sociological Methodology*, 13, 290-312.
- Strawbridge, W. J., Cohen, R. D., Shema, S. J. i Kaplan, G. A. (1996). Successful aging: Predictors and associated activities. *American Journal of Epidemiology*, 144(2), 135-141.
- Strawbridge, W. J., Wallhagen, M. I. i Cohen, R. D. (2002). Successful aging and well-being: Self-rated compared with Rowe and Kahn. *The Gerontologist*, 42(6), 727-733.
- Tucak Junaković, I. i Nekić, M. (2016a). Percepcija uspješnog starenja u starijih osoba. *Acta Jadertina*, 13(2), 171-187.
- Tucak Junaković, I. i Nekić, M. (2016b). Skala samoprocjene uspješnog starenja. U: I. Tucak Junaković, I. Burić, V. Čubela Adorić, A. Proroković i A. Sliško (Ur.), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika, Svezak 8* (str. 37-43). Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Tucak Junaković, I., Nekić, M. i Ambrosi-Randić, N. (2016). Roditeljsko zadovoljstvo, generativnost i uspješno starenje. *Suvremena psihologija*, 19(2), 149-163.
- Tucak Junaković, I., Nekić, M. i Ambrosi-Randić, N. (2017). Some psychosocial predictors of successful aging among Croatian older adults. U: I. Burić (Ur.), *Book of Selected Proceedings of the 20th Psychology Days in Zadar* (str. 275-286). Zadar: Sveučilište u Zadru.

- Vahia, I. V., Thompson, W. K., Depp, C. A., Allison, M. i Jeste, D. V. (2012). Developing a dimensional model for successful cognitive and emotional aging. *International Psychogeriatrics*, 24(4), 515-523.
- Wrosch, C., Bauer, I. i Scheier, M. F. (2005). Regret and quality of life across the adult life span: The influence of disengagement and available future goals. *Psychology and Aging*, 20(4), 657-670.
- Young, Y., Frick, K. D. i Phelan, E. A. (2009). Can successful aging and chronic illness coexist in the same individual? A multidimensional concept of successful aging. *Journal of the American Medical Directors Association*, 10(2), 87-92.
- Zeelenberg, M. (1999). The use of crying over spilled milk: A note on the rationality and functionality of regret. *Philosophical Psychology*, 13, 326-340.

## **The Relationship between Openness to Experience and Successful Aging: Testing the Mediation Role of the Life Regrets**

### **Abstract**

The aim of the research was to explore the relationship between openness to experience and successful aging, and to test potential mediation role of life regrets due to missed opportunities and faulty actions in that relationship. The growth of proportion of older people in the population prompted the research interest for factors that contribute longevity and quality of life in old age, and in that context, the number of studies focused on successful or good ageing has increased. Successful ageing is a very complex construct and the consensus regarding its components and measurement is not yet reached. Openness to experience refers to dimension of personality that includes aesthetic appreciation, inquisitiveness, creativity, and unconventionality, and, as such, it was hypothesized that it could contribute to successful ageing. Four hundred and seventy-nine subjects, 60 to 95 years old, from various regions of Croatia, have participated in the study. Successful ageing was operationalized in two ways: by The Self-Rated Successful Ageing Scale and by a composite measure of successful ageing. This measure is based on the components of the Cho, Martin and Poon's model (2012), i.e. subjective health status, perception of financial situation and subjective well-being. Openness was measured by Croatian version (Babarović & Šverko, 2013) of openness to experience subscale from the HEXACO-PI-(R) personality measure (Ashton & Lee, 2008, 2009), while life regrets of action and inaction were measured by one question each. The results have shown that openness to experience correlated moderately high with both measures of successful ageing, while regrets of action and inaction correlated significantly and negatively with successful ageing measures. The results of testing the mediation role of life regrets in relationship between openness to experience and successful ageing showed that regrets of action were not a mediator in this relationship, while regrets of inaction were a significant, but partial mediator. The study indicates the importance that openness to experience and less intensity of life regrets could have for older people, by facilitating their adaptation to age-related changes.

*Keywords:* successful ageing, openness to experience, life regrets, older people

## **Relación entre la apertura a la experiencia y el envejecimiento exitoso: Verificación del papel mediador del remordimiento**

### Resumen

El objetivo de esta investigación fue examinar la relación entre la apertura a la experiencia y el envejecimiento exitoso, tanto como investigar el posible papel mediador del remordimiento por oportunidades perdidas y acciones erróneas. El número de personas mayores cada vez más alto en la población ha estimulado las investigaciones de factores que contribuyen a la longevidad y la calidad de vida en la edad mayor, y en este contexto aumenta el número de investigaciones sobre el concepto del envejecimiento exitoso o bueno. El envejecimiento exitoso es un constructo muy complejo y todavía no hay consenso en cuanto a las componentes que incluye y la manera de su medición. La apertura a la experiencia se refiere a la dimensión de personalidad que incluye la sensibilidad por la estética, curiosidad, creatividad, falta de convencionalismo, y para la que suponemos que contribuye al envejecimiento exitoso. En la investigación participaron 479 personas a la edad de entre 60 y 95 años de diferentes partes de Croacia. El envejecimiento exitoso se ha tratado de dos maneras: a través de la Escala de Autoevaluación del Envejecimiento Exitoso y a través de la medición compositora del envejecimiento exitoso basada en las componentes del modelo de Cho, Martin y Poon (2012), y se trata del estado subjetivo de salud, la percepción del estado económico y el bienestar subjetivo. La apertura se evaluó a través de la versión croata (Babarović y Šverko, 2013) de la Subescala de Apertura a la Experiencia del Cuestionario HEXACO-PI-(R) (Ashton y Lee, 2008, 2009), mientras que los remordimientos por acciones y por oportunidades perdidas se verificaron cada una con una pregunta. Los resultados han demostrado que la apertura a la experiencia tiene una correlación moderadamente alta con las dos medidas del envejecimiento exitoso aplicadas, mientras que los remordimientos por acciones y por oportunidades perdidas tienen una correlación negativa significativa con las medidas del envejecimiento exitoso. Los resultados de la verificación del papel mediador del remordimiento en la relación entre la apertura a la experiencia y el envejecimiento exitoso han demostrado que el remordimiento por las acciones erróneas no es mediador en esta relación, mientras que el remordimiento por las oportunidades perdidas se ha demostrado como un mediador significativo, pero parcial. Esta investigación indica la importancia que la apertura a la experiencia y la intensidad menor del remordimiento pueden tener para las personas mayores, facilitándoles la adaptación a los cambios relacionados con el proceso de envejecimiento.

*Palabras clave:* envejecimiento exitoso, apertura a la experiencia, remordimiento, personas mayores

Primljeno: 18.02.2018.