

Teoria gerotranscendencji – jej potencjał i ograniczenia

The theory of gerotranscendence – its potential and limitations

Celina Timoszyk-Tomczak

Zakład Psychologii Ogólnej, Instytut Psychologii, Uniwersytet Szczeciński

Streszczenie

Teoria gerotranscendencji Larsa Tornstama jest psychospołeczną teorią starzenia, która dostarcza nowych pojęć do zrozumienia tego procesu. Koncentruje się na naturalnych zmianach zachodzących w świadomości osób starszych, związanych ze zmianą metaperspektywy z materialistycznej i pragmatycznej w kierunku widzenia holistycznego i transcendentnego. Autor zakłada, że rozwój człowieka jest procesem trwającym do późnej starości i mogącym przynieść nową zoptymalizowaną perspektywę widzenia siebie i świata. Celem tego artykułu jest przybliżenie teorii, charakterystyka opisanych przez jej autora wymiarów, a także prezentacja rezultatów badań pokazujących uwarunkowania procesu gerotranscendencji. Teoria gerotranscendencji ma implikacje praktyczne, może stanowić podstawę organizacji opieki nad osobami starszymi, pomaga tworzyć programy wsparcia dla osób starszych, a także profilaktykę związaną z ostatnim etapem rozwoju człowieka. Teoria ta budzi kontrowersje i prowokuje wiele pytań co również omówione zostało w artykule. (Gerontol Pol 2017; 25; 191-196)

Słowa kluczowe: gerotranscendencja, starzenie się, osoby starsze

Abstract

The theory of gerotranscendence developed by Lars Tornstam provides new concepts to understand the process of aging. The theory focuses on normal changes occurring in older adults' consciousness that are related to changes in metaperspective from materialistic and pragmatic view towards cosmic and transcendent. According to Tornstam, human development is a life-long process that continues into old age and may result in developing a new, optimized perspective of viewing themselves and the world. The aim of this article is to introduce the theory itself, the features of dimensions described by the author, as well as to demonstrate the scientific research indicating the conditions needed for the gerotranscendence to occur. The theory of gerotranscendence has many practical implications: it may be the base for organizing care for the elderly, it facilitates a development of support programs for older adults. This theory remains controversial and generates a lot of questions, which are discussed in this article. (Gerontol Pol 2017; 25; 191-196)

Key words: gerotranscendence, aging, older adults

Wstęp

Teoria gerotranscendencji Larsa Tornstama koncentruje się na doświadczeniach osób starszych i procesie starzenia się [1,2]. Powstała na gruncie socjologii w oparciu o badania empiryczne, choć nie jest typową teorią socjologiczną, ponieważ odnosi się do indywidualnego procesu starzenia, a nie starzenia się grup, czy pokoleń [3]. Opisywana jest nie tylko przez socjologów, ale również psychologów, pedagogów i badaczy innych nauk. Wątpliwości, które budzi wiążą się między innymi z tym, na ile jest teorią pozytywnego starzenia się, na ile nadal jest

teorią wycofania się, a także na ile wiąże się z koncepcją Erika H. Eriksona i jego integralnością *Ego* [4-10]. Badacze dyskutują czy jest nowym ujęciem procesu starzenia się, czy raczej efektem dominującej współcześnie postmodernistycznej perspektywy [11]. Na ile też jest czymś innym niż to, co proponuje w dziewiątej fazie Joan M. Erikson [12]. Celem tego artykułu jest prezentacja teorii gerotranscendencji, badań prowadzonych w jej ramach, a także wynikających z niej implikacji teoretycznych i praktycznych wraz z kontrowersjami wokół tej teorii.

Adres do korespondencji: ✉ Celina Timoszyk-Tomczak; Zakład Psychologii Ogólnej Instytutu Psychologii Uniwersytetu Szczecińskiego; ul. Krakowska 69, 71-004 Szczecin ☎ (+48 91) 444 32 40 ; 📧 c.timoszyk@wp.pl

Teoria gerotranscendencji

Teoria gerotranscendencji swoje korzenie wywodzi z koncepcji Carla G. Junga i Erika H. Eriksona, a opiera się na analizach danych jakościowych i ilościowych [5], które Tornstam uzyskał z badań prowadzonych w latach 80. i 90. Jej punktem wyjścia jest meta-teoretyczne przeformułowanie teorii wycofania Elanie Cumminig i Williama E. Henry'ego. Rezygnowanie z dotychczasowego stylu życia, Tornstam rozumie jako pozytywny krok w stronę naturalnego rozwoju [1]. Autor badał proces starzenia się w jakościowym podejściu fenomenologicznym [13]. Donald J. Eble wskazuje na filozoficzne korzenie teorii sięgające do tradycji wschodniego mistycyzmu [3]. Podobnie jak w teorii indywidualności Junga, gerotranscendencja jest uważana za końcowy etap naturalnej progresji w kierunku dojrzewania i mądrości [2]. W procesie rozwoju człowieka zawarty jest potencjał do dojrzewania w nowej perspektywie i nowym zrozumieniu życia. Stąd *przedrostek* Gero zaczerpnięty z gerontologii, odnoszący się do osób starszych i *przyrostek* transcendencja, czyli przekraczanie granic dotychczasowego życia, ogólnie wzrost [5,13]. Teoria odnosi się do duchowości i poszukiwania sensu w okresie późnej dorosłości [3].

W trakcie prowadzonych wywiadów Tornstam zaobserwował, że osoby starsze często spostrzegają swoje życie w kontekście pozytywnego rozwoju, związanego z redefinicją siebie, relacji interpersonalnych, a także z nowym rozumieniem pytań egzystencjalnych [4,14]. Są to najczęściej osoby mniej skupione na sobie *self-occupied*, angażujące się w różne aktywności, a także działalność społeczną. Osoby te mówią o zmianie w zakresie spostrzegania czasu, przestrzeni, a także życia i śmierci. Są bardziej nastawione na przeżywanie wewnętrznego świata, bardziej skoncentrowane na centralnych relacjach, a także czujące więź z wcześniejszymi pokoleniami. Tornstam myślenie o starości opiera na zasobach jednostki, wiodących wartościach i założeniu, że proces gerotranscendencji jest naturalny, a w jego realizacji przeszkodą mogą okazać się niektóre normy kulturowe i ideologie społeczne [13].

Każdy człowiek ma potencjał związany z rozwojem w gerotranscendencji. Gerotranscendencja implikuje zmiany metaperspektywy, z materialistycznego i racjonalnego spojrzenia na świat, na bardziej holistyczną i transcendentną. Zmianie takiej towarzyszy zazwyczaj wzrost satysfakcji z życia [2,4,5,14]. Tornstam gerotranscendencję, opisuje w sposób metaforyczny wykorzystując np. metaforę Bergmana wspinaczki górskiej albo metaforę rzeki [2,5]. Stanisława Steuden definiuje proces wychodzący od pojęcia transcendencji (autotranscenden-

cji) [7]. Jest to specyficznie ludzka zdolność skupiająca się na przekraczaniu własnych ograniczeń odnoszących się do różnych obszarów własnego funkcjonowania, a także poszerzaniu własnego *Ja* poprzez szereg zmian zachodzących w rozumieniu i spostrzeganiu siebie, modyfikowaniu własnej aktywności, zmianie w angażowaniu się na rzecz innych ludzi, a także syntezowaniu dotychczasowych doświadczeń i pogłębianiu rozumienia sensu życia oraz relacji osoba – świat. „W tym kontekście gerotranscendencję można rozumieć jako zdolność (siłę), która stanowi o sposobie przekraczania swoich ograniczeń i jest zorientowana na dalszy rozwój w okresie starzenia się i starości” [7]. Jest to wychodzenie poza granice siebie, ale także poza dotychczasowe rozumienie zjawisk. Tornstam skoncentrował się bardziej na opisie cech gerotranscendencji i jej podstawowych wymiarów: kosmicznego, związanego z *Ja* oraz z relacjami społecznymi jednostki [2,4,5,14].

Wymiar kosmiczny to zmiana dotycząca bardziej holistycznego widzenia swojego miejsca w świecie i praw rządzących wszechświatem. Zmienia się spojrzenie na czas i przestrzeń. Doświadczenie przeszłości, teraźniejszości i przyszłości może stać się jednością. Okres dzieciństwa ulega rekonfiguracji [5]. Ludzie doświadczają połączenia z wcześniejszymi generacjami, czują się częścią strumienia pokoleń i częścią całości. Zmienia się spojrzenie na życie i śmierć. Ludzie potrafią doświadczać jednocześnie radości z życia i nie odczuwać lęku przed śmiercią. W procesie zmiany perspektywy pojawia się akceptacja tajemnicy życia, rozum i intelekt mają swoje granice. Zmiany obejmują również emocje. Radość pojawia się w wyniku wielkich wydarzeń, ale także przy subtelnych doznaniach, jest związana z kontemplacją wszechświata. Wymiar kosmiczny obejmuje redefinicję czasu, połączenie z wcześniejszymi pokoleniami, zmniejszenie lęku przed śmiercią, tajemnicę życia oraz transcendentalne źródła szczęścia [13].

Wymiar *Ja* wiąże się z redefinicją i zmianą spojrzenia na siebie. Zaczyna dominować „widzenie siebie z zewnątrz”. Często w tym procesie dochodzi do konfrontacji siebie *self-confrontation*, czyli odkrywania ukrytych aspektów siebie, związanych, jak określał to Jung, z własnym cieniem [15]. Jednostka staje się świadoma, że nie jest centrum wszechświata i że nie ma ponadczasowego *Ja*. Ulega zmianie stosunek do własnego ciała, które przestaje tak koncentrować uwagę. Tornstam określa to *body-transcendence*, mija koncentracja na urodzie, a w zamian pojawia się raczej akceptacja własnego ciała i zmian, które w nim zachodzą [4,5,14]. *Ja* jest przekraczane również w odniesieniu do potrzeb, ważniejsze stają się potrzeby innych *self-transcendente*. Nadmierny egocentryzm, egoizm zmienia się w kierunku altruizmu.

Proces dochodzenia do integralności jest ważnym elementem wymiaru *Ja* [13].

Wymiar społecznych i osobistych relacji odnosi się do redefinicji siebie w relacjach z ludźmi oraz zmiany podejścia do relacji. U osób starszych pojawia się większa selektywność kontaktów na rzecz tych ważniejszych dla jednostki. Pociągające jest doświadczanie własnej samotności i przebywanie w wewnętrznym świecie. W tym wymiarze pojawia się dystans i możliwość przekraczania dotąd pełnionych ról, co zbliża do *Ja* autentycznego [4,5,14]. Można zrezygnować z masek społecznych [13]. Pojawia się potrzeba zmiany dotychczasowego stylu życia, przekraczania konwencji i zasad, które wcześniej ograniczały. Osoby będące w procesie gerotranscendencji przestają obawiać się utraty prestiżu i pozycji. Pojawia się poczucie, że jest się na tyle starym i mądrym, że można odważyć się robić „głupie rzeczy”. Tornastam określa to jako wyzwoloną niewinność. Zmienia się też podejście do tego, co w życiu niezbędne, pieniądze nie są już ograniczeniem [16]. Dominuje asceza, umiar. Kształtuje się mądrość transcendentna, wiążąca się z dystansem do dobra i zła, a także z większą otwartością i tolerancją na świat [5].

Badania dotyczące teorii gerotranscendencji

Teorii gerotranscendencji ma charakter empiryczny, powstała na podstawie badań jakościowych, analiza ustrukturalizowanych wywiadów ze starszymi ludźmi, a także ilościowych, badania ankietowe [5,14,17]. Badania ilościowe potwierdziły trójczynnikową strukturę procesu gerotranscendencji: wymiar kosmiczny (holistyczny), koherencji oraz samotności. Badania przekrojowe, prowadzone w 2001 roku potwierdziły dane uzyskane w 1995, czyli wzór zmian rozwojowych w opisanych wymiarach [14]. Wymiary gerotranscendencji zmieniają się wraz z wiekiem. Trzy rodzaje czynników wpływają lub wyjaśniają stopień gerotranscendencji, są to: wiek, czynniki społeczne takie jak płeć, stan cywilny, zawód – wykształcenie oraz kryzysy życiowe np. choroba. W wymiarze kosmicznym obserwuje się wzrost gerotranscendencji u obu płci od 20 r.ż. (wyższy u kobiet), aż do 65 r.ż., kiedy dochodzi do wyrównania między płciami. Około 75 r.ż. poziom ten zaczyna spadać u mężczyzn, a u kobiet nadal rośnie. Okazało się, że we wczesnej i średniej dorosłości doświadczenie kryzysów życiowych wiąże się z rozwojem kosmicznej gerotranscendencji, ale w późnej dorosłości już nie. Mężczyźni 95+, którzy doświadczyli w ciągu ostatnich dwóch lat kryzysów życiowych prezentują nawet umiarkowanie obniżony poziom gerotranscendencji. Z kosmiczną gerotranscendencją wiąże się również wyższe wykształcenie,

większa aktywność, a także większe zadowolenie z życia [14]. W wymiarze obserwuje się spadek spójności. Maksimum dla obu płci przypada na 65-74 lat. Czynniki pozytywnie skorelowane z koherencją, to oprócz wieku i płci, również stan cywilny, większe dochody i wyższe wykształcenie, ujemnie doświadczenie kryzysów życiowych [14]. Potrzeba samotności wrasta u obu płci od 20 r.ż. do 35-44 r.ż. Od tego okresu pozostaje względnie stabilna, aż do 75-85 r.ż., kiedy to pojawiają się rozbieżne tendencje u kobiet i mężczyzn. Z samotnością negatywnie koreluje satysfakcja z życia, bycie samotnym, chorym, a także mniejsza aktywność [14].

Teoria gerotranscendencji zaowocowała szeregiem badań. W wielu wypadkach potwierdzają one uzyskane przez autora teorii efekty, a także wskazują na duży potencjał praktyczny teorii [18-21]. Niektóre sugerują potrzebę dalszych analiz [22]. Wykorzystanie japońskiej wersji skali gerotranscendencji potwierdziło trójczynnikową strukturę tego procesu [23]. Stwierdzono związek negatywnych wydarzeń życiowych ze wzrostem kosmicznej gerotranscendencji, a brak takich wydarzeń ze spadkiem kosmicznej gerotranscendencji [18]. Badanie modelu strukturalnego czynników bio-psycho-społeczno-duchowych pokazało, że istnieje związek między wsparciem społecznym, zadowoleniem z życia i poczuciem sensu życia z gerotranscendencją [19]. Potwierdzono zależność między wiekiem i wzrostem gerotranscendencji, choć nie potwierdzono związku między satysfakcją z życia a wzrostem gerotranscendencji [24]. Badania w perspektywie 10 lat, przekrojowo prowadzone co 3 lata, na grupie starszych mieszkańców Amsterdamu, pokazały, że istnieją trzy profile rozwoju gerotranscendencji: stabilnie wysoka, wysoka, ale ze spadkiem i stabilnie niska. Wysoki poziom gerotranscendencji wiązał się, w tej grupie badanej, z wiekiem, modlitwą, katolicyzmem, niskim dążeniem do mistrzostwa, wysokimi zdolnościami poznawczymi oraz poczuciem humoru. Badacze stwierdzili również, że w ciągu 10 lat nie zaobserwowano zmian w rozwoju kosmicznej gerotranscendencji, ale najstarsi badani mieli jej najwyższy poziom [25]. Teoria gerotranscendencji łączona jest ze wzrostem potraumatycznym, który opiera się na dążeniu ku samotranscendencji i emancypacji wiedzy [26]. Przede wszystkim jednak ma implikacje dla praktyki, procesu adaptacji do starości oraz opieki nad osobami starszymi. I tak na przykład badania jakościowe pokazują, że można wykorzystywać tę teorię jako rodzaj interwencji w gerontologii. W prowadzonych badaniach uczestnikom prezentowano film o teorii gerotranscendencji oraz prowokowano ich do analizy procesu własnego starzenia. Okazało się, że zwiększało to refleksyjność wobec własnego starzenia, a badane ko-

biety rozpoznawały doświadczenie zmian opisywanych w tej teorii [20]. Badania pokazały również, że tak jak doświadczenia kryzysów życiowych i żalu oraz czynników kulturowych mogą ułatwiać bądź utrudniać proces gerotranscendencji. Tak samo opieka i atmosfera tej opieki, sprzyja lub nie, rozwojowi w kierunku gerotranscendencji [23]. Teoria pozwala na sformułowanie standardów opieki nad osobami starszymi wspomagających proces starzenia się [27]. Wykorzystano tę teorię do analizy tego, co wspomaga proces godnego umierania [28]. Badanie kliniczne przeprowadzone na grupie eksperymentalnej i kontrolnej, gdzie w grupie eksperymentalnej, przez 8 tygodni po godzinie, prowadzono grupę wsparcia opartą o teorię gerotranscendencji pokazały, że u osób starszych przebywających w instytucjach opieki, wzmocnione zostało zadowolenie z życia, a objawy depresji zmalały [29]. Ciekawe badania dotyczyły również sprawdzania efektów programu edukacyjnego na temat procesu gerotranscendencji dla opiekunów. Uczestnictwo w nim spowodowało „uznanie” gerotranscendencji jako możliwej zmiany w starości i spowodowało zmiany w behawioralnych interwencjach opiekunów [30].

Kontrowersje wokół teorii gerotranscendencji

Teoria gerotranscendencji, z jednej strony rzuca nowe światło na proces starzenia, z drugiej prowokuje do wielu pytań. Przez niektórych autorów uważana jest za rodzaj teorii wycofania, co wiąże się z dystansem do doczesności, świata, samego siebie i relacji [9]. W procesie gerotranscendencji jest to wybór wynikający ze zmiany perspektywy i oznaka dojrzałości. Mogą się jednak pojawiać pytania na ile gerotranscendencja jest uwarunkowana kulturowo, historycznie, a także na ile, wpływa na nią indywidualne doświadczenia. Krytyki teorii gerotranscendencji dokonała m.in. Kristen Thorsen, odwołując się do gerontologii kulturowej oraz perspektywy postmodernistycznej [11]. Autorka próbuje pokazać nieścisłości w założeniach teorii i zwraca uwagę na to, że proces gerotranscendencji może wiązać się z dominującą współcześnie perspektywą postmodernizmu. Zmiana perspektywy materialistycznej na holistyczną może być uwarunkowana bardziej sytuacją życiową w starości, niż faktycznie sugerowanym procesem transcendencji. Transcendencja wg Thorsen może być wyrazem przynależności do aktualnego czasu, wyrazem ponowoczesności, czyli zmienności, relatywizmu i dystansu do siebie i świata, która dotyka nie tylko osoby starsze, ale również młodych [11]. Nieścisłość pojawia się także w stopniowości procesu gerotranscendencji, przy jednoczesnym nagłym jej przyroście w okresie późnej dorosłości.

Thorsen wskazuje na więcej sprzeczności. Z jednej strony *Ja* staje się bardziej otwarte i tolerancyjne, człowiek przekracza granice siebie, a jednocześnie ogranicza kontakty międzyludzkie. W procesie starzenia istotna wydaje się reakcja afektywna na zmiany dotyczące ciała, co jest związane z płcią. W teorii gerotranscendencji Tornstam nie uwzględnia różnic międzypłciowych w transcendencji ciała. Thorsen poddaje w wątpliwość traktowanie gerotranscendencji jako naturalnego pozytywnego wzorca starzenia się [11]. Wskazuje na konieczność rozpatrywania starzenia się w odniesieniu do kulturowych i indywidualnych doświadczeń. Ebel wskazuje na niewygodne dla społeczności naukowej korzenie gerotranscendencji związane ze wschodnim mistycyzmem, który kontrastuje z zachodnią tradycją filozoficzną [3]. Problem stanowi również opisowy, metaforyczny język teorii, utrudniający prowadzenie badań w tym zakresie. Trudność w przyjęciu nowej teorii stanowią jej często niejasne wartości, co wymusza zmianę w myśleniu, a przez gerontologów nie jest łatwe do przyjęcia. Część badaczy zarzuca teorii słabą zdolność empirycznej weryfikacji oraz brak jednolitych rezultatów badań [31]. Próby określenia mocnych i słabych stron teorii dokonały Fahreen Rajani i Hena Jawaid [13]. Uznały, że atutem teorii jest odniesienie do rzeczywistych doświadczeń osób starszych. Zaakcentowały praktyczne implikacje wynikające z teorii gerotranscendencji, która zapewnia osobom będącym w okresie późnej dorosłości nową perspektywę rozwojową oraz możliwość zmian związanych z ich sytuacją życiową. Pozwala sformułować wytyczne postępowania z osobami starszymi, a także pozwala opiekunom na lepsze zrozumienie tego, co przeżywają ich podopieczni. Do słabych stron autorki zaliczyły brak definicji gerotranscendencji, ograniczenie tego procesu do starości, wyjaśnienie odnoszące się do perspektywy indywidualnej bez uwzględnienia szerokich czynników społecznych.

Podsumowanie

Teoria gerotranscendencji jest teorią starzenia się, która w okresie późnej dorosłości widzi naturalny potencjał rozwojowy. Osobom starszym daje to nadzieję na progres w kierunku dojrzenia i mądrości, ale również na wolność wyboru w indywidualnej drodze życia. Jest teorią, która ma przełożenie na: rozwój wiedzy w zakresie starzenia się, indywidualne zrozumienie zmian, w tym okresie życia oraz profilaktykę i wsparcie społeczne. Teoria tworzy szeroką perspektywę badawczą. To, co stanowi jej ograniczenie, to kwestia narzędzi badawczych, ciągle nie wystarczająco rzetelnych i trafnych. Wynika to z opisowego języka teorii, co ogranicza

możliwość jej operacjonalizacji. Jednak oprócz analiz ilościowych, teoria gerotranscendencji tworzy przestrzeń dla badań jakościowych, pozwalających na zrozumienie zmian o charakterze podmiotowym. Potencjał teorii gerotranscendencji tkwi również w jej znaczących implikacjach praktycznych. Na jej bazie można określać konkretne sposoby wsparcia indywidualnego, a także instytucjonalnego wspomagające proces starzenia się. Może ona stanowić podstawę programów profilaktycznych skierowanych bezpośrednio do osób starszych,

a także do osób będących w okresie średniej dorosłości, ale również do opiekunów, którzy często mogą czuć się przytłoczeni opieką nad osobami starszymi.

Źródła finansowania/Financial sources

Własne/Own

Konflikt interesów/Conflict of interest

Brak/None

Piśmiennictwo

1. Tornstam L. Gero-transcendence: a reformulation of the disengagement theory. *Aging (Milano)*. 1989; 1 (1):55-63.
2. Tornstam L. Gerotranscendence: The contemplative dimension of aging. *J Aging Studies*. 1997;11(2):143-55.
3. Ebel DJ. The Aging of Aquarius: Gerotranscendence and Its Relevance to Post Modern Society. *Gerontology* 530i, Final Paper. 2000.
4. Tornstam L. Gerotranscendence – A developmental theory of positive aging. New York, NY: Springer; 2005.
5. Tornstam L. Maturing into gerotranscedence. *J Transpersonal Psychol*. 2011; 43(2):166-80.
6. Brudek P. Larsa Tornstama Teoria Gerotranscendencji jako teoria pozytywnego starzenia się. *Psychologia Rozwojowa*. 2016;21 (4).
7. Steuden S. Psychologia starzenia się i starości. Warszawa: Wydawnictwo PWN; 2011.
8. Malec M. Gerotranscendencja – teoria pozytywnego starzenia się. Założenia i znaczenie. W: Olejarsz M. (red.). 13 Dyskurs młodych andragogów. Zielona Góra: Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego; 2012. ss. 45-60.
9. Halicki J. Społeczne teorie starzenia się. W: Halicka M, Halicki J. (red.). Zostawić ślad na ziemi. Białystok: Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku; 2006.
10. Erikson EH. Dzieciństwo i społeczeństwo. Poznań: REBIS; 2000.
11. Thorsen K. The paradoxes of gerotranscendence: The theory of gerotranscendence in a cultural gerontological and post-modernist perspective. *Nor J Epidemiol*. 1998;8(2):165-76.
12. Erikson EH, Erikson JM. The life cycle completed (extended version with new chapters on the Ninth Stage of Development by J.M. Erikson. New York: W.W.Norton; 1997.
13. Rajani F, Jawaid H. Theory of Gerotranscendence: An Analysis. *Austin J Psychiatry Behav Sci*. 2015;2(1):1-4.
14. Tornstam L. Gerotranscendence from young old age to old old age. 2003; Online publication from The Social Gerontology Group, Uppsala. URL.
15. Jung CG. Archetypy i symbole. Pisma wybrane. Warszawa: Czytelnik; 1993.
16. Hyse K, Tornstam L. Recognizing Aspects of Onself in the Theory of Gerotranscendence. 2009; Online publication from The Social Gerontology Group, Uppsala.
17. Tornstam L. Gerotranscendence – a theory about maturing into old age. *J Aging Identity*. 1996;1:37-50.
18. Read S, Arjan WB, Tiina-Mari L, et al. Do negative life events promote gerotranscendence in the second half of life? *Aging Mental Health*. 2014;18(1):117-24.
19. Wang J-J. A structural model of the bio-psycho-socio-spiritual factors influencing the development towards gerotranscendence in a sample of institutionalized elders. *J Adv Nurs*. 2011;67(12):2628-36.
20. Wadensten B. Introducing older people to the theory of gerotranscendence. *J Adv Nurs*. 2005;52 (4):381-8.
21. Wadensten B, Carlsson M. Theory-driven guidelines for practical care of older people, based on the theory of gerotranscendence. *J Adv Nurs*. 2003;41(5):462-70.

22. Rajani F. Theory of Gerotranscendence: an Analysis. *Eur Psychiatry*. 2015;1(30):1467.
23. Hoshino K, Zarit SH, Nakayama M. Development of the Gerotranscendence Scale Type 2: Japanese Version. *Int J Aging Hum Dev*. 2012;75(3):217-37.
24. Kalavar JM, Buzine ChN, Manuel-Navarrete D, et al. Gerotranscendence and Life Satisfaction: Examining Age Differences at the Maha Kumbha Mela. *J Relig Spirit Aging*. 2015;27(1):2-15.
25. Braam AW, Galenkamp H, Derkx P, et al. Ten-Year Course of Cosmic Transcendence in Older Adults in the Netherlands. *Int J Aging Hum Dev*. 2016;84(1):44-65.
26. Weisst T. Personal Transformation: Posttraumatic Growth and Gerotranscendence. *J Hum Psychol*. 2014;54(2):203-26.
27. Wadensten B. The theory of gerotranscendence as applied to gerontological nursing – Part I. *Int J Old People Nurs*. 2007;2(4):289-94.
28. Jeong SY, Mcmillan M, Higgins I. Gerotranscendence: The Phenomenon of Advance Care Planning. *J Relig Spirit Aging*. 2012;24(1/2):146-63.
29. Wang J-J, Lin Y-H, Hsieh L-Y. Effects of gerotranscendence support group on gerotranscendence perspective, depression, and life satisfaction of institutionalized elders. *Aging Mental Health*. 2011;15(5):580-6.
30. Lin YC, Wang CJ, Wang JJ. Effects of a gerotranscendence educational program on gerotranscendence recognition, attitude towards aging and behavioral intention towards the elderly in long-term care facilities: A quasi-experimental study. *Nurse Educ Today*. 2016;36:324-33.
31. Jönson H, Magnusson JA. A new age of old age? Gerotranscendence and the re-enchantment of aging. *J Aging Studies*. 2011;15:217-331.