

Касымжанова Анара Алиакпаровна

Ассоциированный PhD Профессор психологии,
Университет Туран, Республика Казахстан

Аскарова Роза Казбековна

Ассоциированный PhD Профессор психологии
Университет Туран, Республика Казахстан

КОНЦЕПЦИЯ ГЕРОТРАНСЦЕНДЕНТНОСТИ Л.ТОРНСТЭМА: СОДЕРЖАНИЕ ТЕОРИИ, АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ ВОЗРАСТА НА ВОЗНИКНОВЕНИЕ ГЕРОТРАНСЦЕНДЕНТНОСТИ

Аннотация. Целью данной статьи является рассмотрение теории геротрансцендентности Л.Торнстама и ее контента как новой парадигмы изучения функционирования пожилого и старого человека. Теория геротрансцендентности представляет собой целостный эталон позитивного старения, при котором происходят психологические изменения — на личностном, социальном и космическом уровнях. Эта модель позволяет понять специфичность психологического отражения действительности и взаимодействия с окружающей средой в пожилом и старом возрастах. На сегодняшний день увеличение продолжительности жизни населения должно стать одной из приоритетных задач для благополучного развития казахстанского государства. Было проведено эмпирическое исследование людей в возрасте от 50 до 85 лет при помощи опросника геротрансцендентных изменений (ОГИ) на изучение трех компонентов геротрансцендентности. Результаты проведенного исследования показали, что возраст не является условием для возникновения геротрансцендентности, что в целом подтвердило гипотезу исследования. Потому как, геротрансцендентность прямо не сопряжена с возрастом, то она не может быть соотнесена с преобладающим характером процесса старения и может воздействовать на присутствие и деятельность геротрансцендентности в целом.

Ключевые слова: геротрансцендентность, космическое измерение, самоизмерение, измерение отношений.

Введение

Актуальность изучаемого вопроса заключается в том, что сегодня средняя продолжительность жизни в Республике Казахстан немногим

превышает порог 65 лет, в то время как в Японии этот порог достигает 86,8 лет, а в Норвегии - 80,6 лет. Негативное самовосприятие себя в пожилом возрасте, обусловленное такими факторами, как потеря прежнего социального статуса, низкий пенсионный доход, отсутствие необходимых служб психологической поддержки, способных оказать помощь в обретении ресурсного состояния – вот тот неполный перечень актуального положения вещей в современном казахстанском обществе.

На сегодняшний день увеличение продолжительности жизни населения должно стать одной из приоритетных задач для благополучного развития казахстанского государства. Ведь, говоря о позитивном старении, улучшении качества жизни, долголетию наших стариков, мы говорим о патриотическом и культурном воспитании нашей молодежи, для которой люди пожилого возраста, могут быть своего рода, ресурсом и источником передачи жизненного опыта и культурных традиций. Поэтому сегодня мы поднимаем вопросы о психологическом благополучии, полноте и существенном улучшении качества поздних лет жизни, о путях нахождения позитивного старения. Именно поэтому проблемы геронтопсихологии касаются жизни каждого человека, они чрезвычайно актуальны сегодня.

Научные представления о старении за последние десятилетия пережили большой ряд изменений. Собрана солидная база исследовательских данных, свидетельствующих о том, что период старения может знаменоваться не только развитием увядания, но и процессами саморазвития и самосовершенствования. Растет число исследований о «позитивном старении», «успешном старении», «разумном устойчивом старении» и даже «созерцательном измерении старения».

Рассматривая определение «геротрансцендентности», мы должны будем обратиться к определению трансцендентности как таковой, которая указывает на расширение и углубление сознания человека, благодаря его когнитивным, ценностным и практическим действиям. В различных психологических теориях можно обнаружить и термин «самотрансцендентность» (Norberg, 2015; Teixeira, 2008). Она

характеризуется как открытость миру, как процесс самосовершенствования, однако, в первую очередь, это модель или тип саморазвития, в случае которой, личность выходит за пределы собственных необходимых обстоятельств и задач. Как показали исследования в этой области в конце 80-х начале 90-х прошлого столетия, самотрансцендентность связана с высокими уровнями жизнеспособности (Reed, 1991), к тому же, она гарантирует более высокие уровни жизнефункционирования. В исследованиях конца 90-х годов было выявлено, что самотрансцендентность сопряжена также и с физическим уровнем жизнедеятельности (Coward, 1996).

В трансцендентности определенно есть что-то интригующее. А. Маслоу пересмотрел свою собственную иерархию потребностей в конце жизни, чтобы предложить трансцендентность - или самореализующуюся трансценденцию - как вершину высшей человечности и полной реализации человеческой сущности.

Подобным образом, восемь стадий психосоциального развития Эрика Эриксона были дополнены его женой, Джоан Эриксон для добавления геротрансцендентности в рамках девятого этапа развития.

Таким образом, можно говорить, что изменения, основанные на трансцендентном опыте, обуславливают более полное функционирование человека в различных областях. В связи с чем, исследование геротрансцендентности является перспективным применительно к старшей возрастной группе. Трансцендентный взгляд на жизнь в старости позволяет человеку увидеть свою жизнь в более широкой перспективе с осмысленной интерпретацией прошлого опыта.

Большая часть работы над этой теорией проведена Ларсом Торнстамом, шведским геронтологом в его книге «Gerotranscendence: Теория развития позитивного старения» (Tornstam, 1989). Вот некоторые из лучших описаний и определений геротрансцендентности из книги: «Геротрансцендентность рассматривается как заключительная стадия возможного естественного продвижения к созреванию и мудрости» (Tornstam, 1989).

«Я выбрал префикс Gero- как в геронтологии и суффикс трансцендентности, потому что мне казалось, что многое из того, что описывали мои респонденты, касалось трансцендентности границ и барьеров, которые ограничивали их в ранней жизни» (Tornstam, 1989).

«Теория геротрансцендентности описывает развитие, связанное с новым пониманием себя, отношений с другими и фундаментальными экзистенциальными вопросами» (Tornstam, 1989).

«С точки зрения моих собственных исследований, а также наблюдений, сделанных другими, в сочетании с материалами других теоретиков, таких как Юнг и Эриксон, я предложил, что человеческое старение, сам процесс жизни в старости, включает в себя потенциал для созревания в то, что я назвал геротранспенденс. Проще говоря, геротрансценденция - это сдвиг в мета-перспективе, от материалистического и рационального взгляда на мир к более космическому и трансцендентальному, обычно сопровождаемый увеличением удовлетворенности жизнью» (Tornstam, 1989).

Очень понятным нам представляется то, о чем говорит Торнстам – геротрансцендентность из нормального процесса старения должна стать хорошим, позитивным, желательным старением, это своего рода – «путь к мудрости».

"Геротрансцендентность не является негативным процессом. Это высочайший уровень человеческого развития и, как таковой, позитивный!" (Tornstam, 1989:62).

Характеристики геротрансцендентности по Торнстаму:

- переопределение Я и отношений с другими;
- новое понимание фундаментальных экзистенциальных вопросов;
- меньше самозанятости и, в то же время, больше избирательности в выборе социальной и другой деятельности;
- усиление чувства близости с прошлыми поколениями и снижение интереса к излишнему социальному взаимодействию;
- человек может также испытывать снижение интереса к материальным вещам и большую потребность в одиночной медитации;

- положительное одиночество становится все более важным;
- чувство космической связи с духом вселенной, и переопределение времени, пространства, жизни и смерти (Tornstam, 2005).

Люди, которые сталкиваются с кризисами в своей жизни, с большей вероятностью достигают более высокого уровня геротрансценденции, чем те, кто не сталкивался с кризисами. Существует существенная корреляция между космической трансцендентностью и ощущением когерентности и смысла жизни (Braam&Bramsen, 2006). Трансцендентность в жизни способствует здоровью, гармонии, исцелению и смыслу жизни пожилых людей (Wang, 2011). Исследования также подтвердили тот факт, что люди, которые находят смысл жизни, имеют тенденцию к лучшему физическому здоровью.

Левин и Томас (Lewin, 2001) обнаружили положительную связь между геротранспендентностью и удовлетворенностью жизнью. Человек становится более трансперсональным в более позднем возрасте и, следовательно, менее склонен чувствовать себя одиноким.

Сдвиг в перспективе старения происходит в трех измерениях:

1. Космическое измерение (широкие экзистенциальные изменения):

- время и детство: изменяется определение времени (Tornstam, 2005);
- связь с молодым поколением: возросшее чувство принадлежности к потоку поколений. Наступает переход от звенья к цепочке поколений. Важно уже не отдельное звено (жизнь), а цепь (поток жизни) (Tornstam, 1989);

- жизнь и смерть: меньше бояться смерти по мере приближения к ней. С точки зрения молодого человека, такое утверждение может сигнализировать о том, что кто-то не является психически устойчивым, но для человека, который преодолел эту двойственность, это может звучать как мудрость (Tornstam, 2003);

- тайна жизни: таинственное измерение жизни. Интеллектуальное ограничение, что все в жизни должно быть объяснено в рамках традиционных научных границ, выходит за рамки (Tornstam, 2005);

- радость: от грандиозных событий до тонких переживаний. Радость от переживания макромира через микрокосм материализуется, часто связанная с

переживаниями в природе, например, переживание трансцендентности во вселенной, когда смотришь на цветок (Tornstam, 2003).

2. Самоизмерение (изменение взгляда на настоящее "Я" и "Я" в ретроспективе):

– самофронтация: «образно говоря, человек оглядывается на себя на ранних этапах жизни и обнаруживает скрытые аспекты себя - как хорошие, так и плохие» (Tornstam, 2003);

– снижение самоцентричности: «человек переживает новое осознание того, что он не является центром вселенной» (Tornstam, 2003);

– боди-трансцендентность: «новое осознание развивается в том, как заботиться о теле, не будучи одержимым им» (Tornstam, 2003);

– самосовершенствование: «оглядываясь назад, человек замечает, как фокус на собственных потребностях постепенно трансцендируется и заменяется фокусом на потребностях других... Эгоизм затмевается альтруизмом (Tornstam, 2003);

– эго-интегритизм: то, что описывается геротрансцендентными индивидами, близко, но не идентично тому, что Эриксон назвал "эгоинтеграцией" - когда индивид достигает фундаментального принятия собственной жизни, как пазл, окончательно собирающийся вместе и образующий единое целое... В теории Эриксона под "эгоинтеграцией" понимается, прежде всего, интеграция элементов в прошедшей жизни. Человек достигает фундаментального принятия прожитой жизни (Erikson, 1950).

Таким образом, эго-интеграция, описанная Эриксоном, представляет собой скорее процесс обратной интеграции в рамках того же определения мира, что и прежде, в то время как процесс геротрансценденции подразумевает скорее направление вперед или вовне, включая переопределение реальности.

3. Измерение отношений (социальное и личное):

– измененный смысл и значение отношений: «более избирательны в выборе компании. Интерес к участию в поверхностных видах социализации

угасает. Частично это изменило смысл и значение отношений, а также увеличило потребность в позитивном созерцательном одиночестве» (Tornstam, 1989);

– обращение с ролевыми играми в жизни: «человек достигает понимания разницы между самим собой и ролями, играемыми в жизни, иногда испытывая желание отказаться от ролей и выйти за их пределы, чтобы приблизиться к истинному "я"» (Tornstam, 1989);

– эмансипированная невинность: «человек развивает новое умение преодолевать ненужные конвенции, нормы и правила, которые ранее в жизни ограничивали свободу самовыражения». Под эмансипированной невинностью понимается возрожденная способность преодолевать ненужные социальные условности и быть импульсивной и "детской", где эта спонтанность добавляется к зрелой личности (Tornstam, 1989);

– современный аскетизм: «появление нового понимания того, что последняя часть путешествия по жизни легче и радостнее, если человек несет легкий багаж - если его хватает, чтобы соответствовать современному определению потребностей жизни, но не более» (Tornstam, 2005);

– трансцендентная повседневная Мудрость: «нежелание поверхностно отделять добро от зла и, таким образом, воздерживаться от суждений и давать советы, различимо». Трансцендентность неправильной правой двойственности сопровождается повышенной широтой взглядов и терпимостью (Tornstam, 2005).

С 80-х годов 20-го столетия в рамках психологической науки было создано, на наш взгляд, немалое число эмпирических данных о геротрансцендентности (Brudek, 2016; Lewin, 2001; Gondo&Nakagawa, 2013; Tornstam, 2005). К примеру, кросс-культурные исследования геротрансцендентности (Lewin, 2001) показали, что геротрансцендентность выражается как у религиозных, так и у нерелигиозных людей. И здесь духовность была взаимозависима с геротрансцендентностью, несмотря на то, в каком виде она используется. Но необходимо учитывать природу этих связей, которые, в конечном итоге, были зависимы от формы, а также от культурных особенностей.

Показательно, что для Ирана духовность и религиозность были связаны с геротрансцендентностью независимо от того, в какой форме используется религия (Asiri et.al., 2019).

В Турции точных связей между религией и геротрансцендентностью не было выявлено, а немаловажным состоянием ее развития явилась духовность (Fereshteh&.Eugene, 2000).

Идентичные показатели были открыты в шведской выборке - влияние религии на геротрансцендентность оказалось минимальным. Японские исследования геротрансцендентности (Gondo et al., 2013) продемонстрировали, что с возрастом геротрансцендентность становится более выраженной (исследования проводились на людях старше 70 лет). Есть предположение, что позитивный эффект, сохраняющийся до глубокой старости, может интерпретироваться именно геротрансцендентностью. Согласно результатам многих исследований, геротрансцендентность объективно связана с психологически благополучным старением, но она не может являться единственным экстраполятором благополучного старения даже среди долгожителей (90+) и супер долгожителей (100+).

В скандинавских исследованиях (Tornstam, 2005), геротрансцендентность изучалась среди людей от 20 до 95 лет. В этих исследованиях задача не стояла в рассмотрении степени сформированности геротрансцендентности и составляющих ее компонентов, однако изменения были представлены на основе сырых значениях шкал опросника геротрансцендентных изменений Торнстама. На наш взгляд, данные получились интересными, несмотря на их обобщенность. Было установлено, что минимальная выраженность черт геротрансцендентности встречается на ранних этапах взрослости, дальше отмечался постепенный рост показателя геротрансцендентности, после чего в период от 45 до 75 лет наблюдается наиболее активный рост. У женщин показатели геротрансцендентности наблюдались выше, чем у мужчин и это характеризовалось во всех периодах. Однако на ранних этапах развития у мужчин наблюдается более развернутый рост показателей геротрансцендентности.

Торнстам решительно заявлял, что его взгляд на старение является всеобщим, а не зависимым от культуры. Это было оспорено различными авторами. Кристен Торсен утверждала, что геротрансцендентность должна отказаться от своих универсалистских притязаний, потому что она социально образована.

Кристен Торсен и ее коллеги обнаружили, что геротрансцендентность больше соотносится с духовностью и религиозной преданностью, отношением к морали и смерти, чем к возрасту. В их выборке N=467 (взрослые в возрасте 17-91 год) сделали факторный анализ шкалы Торнстама и это не совпало с предложенными им тремя измерениями. Любопытно, что они обнаружили отрицательную связь между возрастом и Трансцендентом. Эти авторы утверждали, что молодые люди могут иметь геротрансцендентность так же, как и старые люди (Thorsen, 2009).

По нашему мнению, процесс старения, начиная с подросткового возраста и далее, должен быть рассмотрен в свете комплекса отношений между культурным изменением и индивидуальным развитием. Старение нельзя рассматривать отдельно от исторического и культурного ландшафта, в котором оно развивается, старение происходит именно в этих рамках.

Мы видим, что проведенные исследования в области геротрансцендентности также связаны с культурными особенностями. Межкультурные различия могут оказать дальнейшее влияние на изучение геротрансцендентности. В связи с этим, появился большой интерес к изучению феномена геротрансцендентности на казахстанской выборке.

Материалы и Методы

В рамках нашего исследования мы попытались выяснить – является ли возраст респондентов фактором для определения геротрансцендентности в казахстанской выборке.

К участию в исследовании привлекались люди, проживающие в городе Кокшетау, Северный Казахстан, в возрасте от 50 и выше лет, не имеющие психических отклонений и соматических заболеваний. Первую группу составили респонденты в возрасте от 51 до 61 лет, n=10. Вторую группу от 65

до 82 лет, $n=10$. Выборку из 20 человек составили люди в возрасте от 50 до 83 лет. 33,5 % мужчины, 66,5% - женщины, что соответствует демографической ситуации в данной возрастной группе, 68,9 % - не работающие пенсионеры, 31,1 % - работают. Математическая обработка результатов проводилась с помощью пакета анализа данных SPSS -23 версии.

Объект исследования – мужчины и женщины 50-85 лет.

Предмет исследования – геротрансцендентное развитие на этапе поздней взрослости и старости.

Цель исследования – изучение факторов, опосредующих функционирование геротрансцендентности, в частности, возраста, - может ли он являться предиктором для возникновения геротрансцендентности людей в пожилом и старом возрасте.

Пилотажное исследование проводилось по методике «Опросник геротрансцендентных изменений (ОГИ)», прошедшей валидизацию на российской выборке в 2018 г. Опросник включает в себя три субшкалы: «личностное измерение», «социальное измерение», «генерализованное мировосприятие». Шкала «Социальная включенность» изучалась с помощью опросника О.Ю. Стрижицкой. Опросник включает в себя 19 утверждений – 18 прямых и 1 обратное, с общим показателем (Стрижицкая, 2012). Утверждения оценивались по 4-х бальной шкале Лайкерта от 1 до 4. Данный опросник направлен на оценку включения испытуемых в разные формы социальных видов деятельности. При этом речь идет не просто об общении, но о включении в разные тематические сообщества, волонтерскую деятельность, политические мероприятия, мероприятия хозяйственно-бытового плана.

Мы видим в первой таблице количество респондентов $n=20$, возраст $Min = 51$, $Max = 82$, средний возраст = 64. Также таблица показывает минимальные и максимальные значения шкал - личностное измерение, социальное измерение, генерализованное восприятие, социальная включенность.

Во второй таблице приведены результаты корреляционного анализа по Пирсону. Статистически значимых корреляции возраста с показателями шкал

опросника в ходе анализа выявлено не было. Исходя из приведенных ниже данных, можно сделать следующее заключение: между переменными - «генерализованное мировосприятие» и «личностное измерение» существует положительная корреляция на уровне значимости 0,01 ($r=0,687^{**}$).

Таблица 1

Результаты описательной статистики исследования

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Возраст респондента	20	51	82	64,10	9,744
Лич.измерение	20	47	62	54,70	4,028
Соц. измерение	20	38	65	47,65	5,994
Генерализов. восприятие	20	36	49	43,50	3,137
Социальная включенность	20	58	89	69,40	8,07
Valid N (listwise)	20				

Следовательно, чем выше уровень значений по шкале генерализованное мировосприятие, тем выше показатели по шкале личностное измерение и наоборот.

Таблица 2

Корреляционный анализ по Пирсону

		Лич.изм	Соц. изм	Ген. восп	Соц. вкл
Возраст респондента	Pearson Correlation	,008	,218	-,162	,364
	Sig. (2-tailed)	,975	,356	,495	,115
	N	20	20	20	20
Генер восприятие	Pearson Correlation	,687**	,315	1	,121
	Sig. (2-tailed)	,001	,176		,613
	N	20	20	20	20

Таблица 3

Сравнительный анализ групп по U-критерию Манна-Уитни

Ranks				
	Группа	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Личностное измерение	65-82	10	9,95	99,50
	51-61	10	11,05	110,50
	Total	20		

Продолжение таблицы 3

Социальное измерение	65-82	10	11,60	116,00
	51-61	10	9,40	94,00
	Total	20		
Генерализованное мировосприятие	65-82	10	10,00	100,00
	51-61	10	11,00	110,00
	Total	20		
Социальная включенность	65-82	10	11,40	114,00
	51-61	10	9,60	96,00
	Total	20		

Таблица 4

Сравнительный анализ групп по U-критерию Манна-Уитни 2

	Лич.изм	Соц. изм	Ген. восп	Соц. вкл
Mann-Whitney U	44,500	39,000	45,000	41,000
Wilcoxon W	99,500	94,000	100,000	96,000
Z	-,419	-,840	-,406	-,685
Asymp. Sig. (2-tailed)	,675	,401	,685	,494
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,684 ^b	,436 ^b	,739 ^b	,529 ^b

Результаты и обсуждение

1. По результатам сравнения групп по U-критерию Манна-Уитни $p > 0,05$. Можно сделать вывод о том, что различия между выборками являются статистически незначимыми - для переменной «личностное измерение»: средний ранг в группе 1 = 11,05, в группе 2 = 9,95. Однако говорить о существенных различиях между показателями первой и второй группы нельзя, так как p -уровень U критерия $> 0,05$, тоже самое и с остальными переменными. Таким образом, статистически значимых различий выявлено не было. Аналогичная ситуация возникла и с остальными переменными. Если статистически значимых различий выявлено не было в группах, то у нас есть все основания полагать, что возраст практически не является прямым предиктором формирования геротрансцендентности. Тем не менее, мы полагаем, что он может быть связан с ее функционированием в целом.

2. Статистически значимых корреляций возраста со шкалами опросника в ходе анализа выявлено не было. Между переменными «генерализованное мировосприятие» и «личностное измерение» существует статистически значимая положительная корреляция. Следовательно, чем выше уровень

значений по шкале генерализованное мировосприятие, тем выше показатели по шкале личностное измерение и наоборот.

Заключение

В данной статье была описана концепция геротрансцендентности, а также ее характеристики. Было проведено пилотажное исследование геротрансцендентности на казахсанской выборке. В Казахстане мы впервые пытаемся рассмотреть проблему геротрансцендентности с точки зрения категории возраста.

1. Геротрансцендентность являет собой некое логическое образование, содержащее в себе три компонента: социальное измерение, личностное измерение и мировосприятие. Каждый компонент отображает определенные изменения в различных сферах деятельности личности – социальной, личностной, космической.

2. В нашем понимании, геротрансцендентность - это мировоззренческие перемены, связанные с объективным и позитивным пониманием старения и себя в старении. Основанием для подобных изменений является выход за границы чувственного опыта личности, развитие нового взгляда понимания космического порядка, социума и себя в этой системе отношений.

3. Эмпирические данные о геротрансцендентности противоречивы, что связано с методологическими и диагностическими вопросами анализа теории геротрансцендентности.

4. Анализ такого объективного фактора, как возраст, не является условием для возникновения геротрансцендентности. И потому как, геротрансцендентность прямо не сопряжена с возрастом, то она не может быть соотнесена с преобладающим характером процесса старения. Тогда как возраст не является фактором возникновения геротрансцендентности, мы можем предположить, что он может воздействовать на присутствие и деятельность геротрансцендентности в целом.

5. Геротрансцендентность, возможно, связана с кумуляцией суммарного уровня перемен, которые можно отнести к психологическому совершенствованию (Головей, 2014).

Список источников:

1. Asiri S., Foroughan M., Fadayevatan R., Rassouli M. Montazeri (2019) A Psychometric properties of the Persian version of the Gerotranscendence scale in community-dwelling older adults // *Educational Gerontology*, Vol 45, Issue 10, p. 636-644.
2. Braam A.W., Bramsen I., Van Tilburg T.G., Van Der Ploeg H.M., Deeg D.J. (2006) Cosmic transcendence and framework of meaning in life: Patterns among older adults in The Netherlands // *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, No 61, pp. 121-128.
3. Coward D. D. (1996) Self-transcendence and correlates in a healthy population // *Nursing Research*, Vol 45, pp. 116–121.
4. Erikson E.H. (1950) Growth and crises of the healthy personality. *American Psychological Association*, pp.91-146.
5. Fereshteh Ahmadi, L.Eugene Thomas (2000) Gerotranscendence and Life Satisfaction: Studies of Religious and Secular Iranians and Turks. PhD // *Journal of Religious Gerontology*, p.17-41. 10.1300/J078v12n01_04 12(1).
6. Gondo Y., Nakagawa T., Masui Y. (2013) A New Concept of Successful Aging in the Oldest Old: Development of Gerotranscendence and its influence on the Psychological Well-Being // *Annual Review of Gerontology & Geriatrics*, pp. 109-132. doi:10.1891/0198-8794.33.109.
7. Lewin F.A.(2001) Gerotranscendence and different cultural settings // *Ageing & Society*, Vol 21, No 4, pp. 395.
8. Norberg A., Lundman B., Gustafson Y., Norberg C., Fischer R.S., Lövheim H. (2015) Self-transcendence (ST) among very old people - its associations to social and medical factors and development over five years // *Archives of Gerontology and Geriatrics*, Vol 61, No 2, pp. 247-53.
9. Reed P. G. (1991) Self-transcendence and mental health in oldest-old adults // *Nursing Research*, Vol 40.
10. Стрижицкая О.Ю. Практикум по психогеронтологии. - Санкт-Петербург: Издательский дом Санкт-Петербургского университета, 2012. - С. 59.
11. Tornstam L. (2003) Gerotranscendence from young old age to old old age. Social gerontology group, Uppsala University.
12. Tornstam L. (2005) Gerotranscendence. A Developmental Theory of Positive Aging. NY: Springer Publ., pp. 213.
13. Tornstam L. (2011) Maturing Into Gerotranscendence // *Journal Of Transpersonal Psychology*, Vol 43, No 2, pp. 166-180.
14. Tornstam L. (1994) Gerotranscendence: A theoretical and empirical exploration. Thomas L.E., Eisenhandler SA, editors. in: *Aging and Religious Dimension*. Greenwood Publishing Group Westport, pp. 203-225.

15. Tornstam L. (1989) Life crises and gerotranscendence // *Journal of Aging and Identity*, 2, pp. 117-131.
16. Thorsen K. (2009) The paradoxes of gerotranscendence: The theory of gerotranscendence in a cultural gerontological and post-modernist perspective // *Norsk Epidemiologi*, 8(2). <https://doi.org/10.5324/nje.v8i2.464>.
17. Wang J. (2011) A structural model of the bio-psycho-socio-spiritual factors influencing the development towards gerotranscendence in a sample of institutionalized elders // *Journal of Advanced Nursing*. p.67.