RIAGE, 9 · Janeiro-Junho 2026 · e465
https://doi.org/10.61415/riage.465

CC-BY-NC 4.0

RIAGE
REVISTA IBERO-AMERICANA DE GERONTOLOGIA
riagejournal.com
ISSN: 2795-5559

Gerotranscendência: experiência e construção pessoal depois dos 80 anos

Gerotranscendence: experience and personal development after the age of 80

Maria Madalena Antunes Ribeiro[1], Filipa Daniela Correia Marques[2]

1. Mestre em Gerontologia Social pela Escola Superior de Educação de Coimbra, Portugal; E-mail: mmadalena-ribeiro5@gmail.com; ORCID: 0000-0001-8640-5823
2. PhD em Gerontologia e Geriatria I Professora Adjunta na Escola Superior de Educação de Coimbra, Portugal; E-mail: fdmarques@esec.pt; ORCID: 0000-0002-6387-1917

Recebido: 7 fevereiro 2026 · Aceite: 11 maio 2026

Como citar: Antunes Ribeiro, M. M. & Correia Marques, F. D. (2026). Gerotranscendência: experiência e construção pessoal depois dos 80 anos. *Riage, 9*, e465. https://doi.org/10.61415/riage.465

Resumo

O presente estudo analisa a dimensão construtiva-experiencial da gerotranscendência em pessoas com mais de 80 anos, contribuindo para a compreensão da subjetividade e do desenvolvimento na velhice. Por meio de uma investigação qualitativa, exploratória e com abordagem fenomenológica, foram realizadas entrevistas semiestruturadas com 12 participantes (80–94 anos). A recolha de dados incluiu a aplicação da *Satisfaction with Life Scale* (SWLS), e o corpus foi submetido a uma análise temática de conteúdo. Os resultados revelaram três percursos distintos: Integridade com gerotranscendência, Integridade sem gerotranscendência e Desespero. A satisfação com a vida apresentou valores mais elevados no percurso de integridade sem gerotranscendência, enquanto a integridade com gerotranscendência associou-se à aceitação da finitude e à reconciliação biográfica. Observou-se que níveis mais elevados de escolaridade se relacionam com maior complexidade reflexiva, ao passo que o desespero está ligado a conflitos biográficos não integrados. Conclui-se que a gerotranscendência é um processo mediado pela capacidade reflexiva do indivíduo. O estudo reforça a importância de estratégias que promovam a integração identitária e a espiritualidade, permitindo a redefinição do sentido da existência na etapa final da vida.

Palavras-chave: Gerotranscendência; longevidade; integridade do ego; espiritualidade; fenomenologia.

Abstract

This study analyzes the constructive-experiential dimension of gerotranscendence in individuals over 80 years old, contributing to the understanding of subjectivity and development in old age. Through a qualitative, exploratory investigation with a phenomenological approach, semi-structured interviews were conducted with 12 participants (aged 80–94). Data collection included the application of the Satisfaction with Life Scale (SWLS), and the corpus was subjected to thematic content analysis. The results revealed three distinct trajectories: Integrity with gerotranscendence, Integrity without gerotranscendence, and Despair. Life satisfaction scores were higher in the integrity without gerotranscendence trajectory, while integrity with gerotranscendence

was associated with acceptance of finitude and biographical reconciliation. Higher levels of education were linked to greater reflective complexity, whereas despair was related to unresolved biographical conflicts. It is concluded that gerotranscendence is a process mediated by the individual's reflective capacity. The study underscores the importance of strategies that foster identity integration and spirituality, enabling a redefinition of the meaning of existence in the final stage of life.

Keywords: Gerotranscendence; longevity; ego integrity; spirituality; phenomenology.

Introdução

O envelhecimento demográfico, particularmente acentuado em países europeus como Portugal, impõe desafios crescentes aos modelos tradicionais de cuidados e à compreensão holística da velhice. Longe de se reduzir a um período de declínio, esta fase constitui um momento marcado por reorganizações identitárias, redefinição de valores e novas formas de atribuição de sentido à experiência. A literatura contemporânea sublinha a necessidade de enquadramentos teóricos que valorizem a longevidade como um período potencial de crescimento e maturidade, não obstante as limitações biopsicossociais coexistentes (Baltes & Smith, 2004; Currie, 2025; Villar et al., 2021).

Neste contexto, a teoria da gerotranscendência, proposta por Tornstam (1989, 2005, 2011), descreve um processo desenvolvimental caracterizado pela transição de uma visão racional-materialista para uma perspetiva cósmica e integrada. Este processo envolve mudanças na perceção do tempo e da morte, uma redefinição do Self e uma reorganização das relações interpessoais, frequentemente associadas a níveis elevados de serenidade e bem-estar subjetivo.

A gerotranscendência articula-se com contributos clássicos, mas desafia a visão puramente retrospetiva do oitavo estádio de Erikson (1982). Ao integrar o nono estádio (Erikson & Erikson, 1998), esta investigação posiciona a gerotranscendência como uma resposta adaptativa paradoxal: uma transcendência psíquica que emerge precisamente da fragilidade física extrema. Esta perspetiva vai além da dialética de ganhos e perdas de Baltes e Smith (2004); enquanto estes focam a compensação funcional, a gerotranscendência, em linha com a introspeção e autenticidade preconizadas por Jung (1971), sugere uma rutura ontológica onde a perda deixa de ser o foco interpretativo. Embora a evidência associe este processo ao bem-estar e à adaptação (Abreu et al., 2023; Ahmadi, 2024), a escassez de estudos qualitativos em Portugal, ainda refém de uma hegemonia biomédica, tende a invisibilizar estas transformações espirituais, reduzindo a vivência dos +80 a indicadores de declínio.

Este estudo tem como objetivo principal compreender a construção e a experiência da gerotranscendência na velhice avançada, explorando de que forma os constrangimentos biopsicossociais se entrelaçam com os processos de revisão de vida, a identidade e o sentido existencial. Ao fazê-lo, pretende-se identificar percursos de desenvolvimento específicos dessa fase da vida.

O contributo científico desta investigação reside na sua capacidade de deslocar o foco tradicional da patologia para a plasticidade espiritual e psíquica na idade avançada, ampliando a compreensão do envelhecimento como um processo dinâmico de maturação existencial. A originalidade do estudo está na abordagem fenomenológica aplicada a um grupo etário raramente auscultado, permitindo distinguir claramente a gerotranscendência enquanto processo de desenvolvimento e amadurecimento, e não meramente como um conjunto de mecanismos de *coping* face à finitude. Deste modo, esta investigação preenche uma lacuna significativa na literatura, especialmente no contexto português, valorizando a complexidade da experiência da velhice avançada

Metodologia

Para responder aos objetivos propostos, adotou-se uma metodologia qualitativa de natureza exploratória, fundamentada numa abordagem fenomenológica, visando captar a profundidade das experiências subjetivas relativas à gerotranscendência.

A amostra foi constituída por 12 participantes (6 mulheres e 6 homens), com idades entre 80 e 94 anos (*M = 87*), recrutados por conveniência em contexto comunitário. Os critérios de inclusão contemplaram: idade igual ou superior a 80 anos, capacidade comunicativa preservada e disponibilidade para colaborar. Foram excluídos indivíduos com alterações cognitivas significativas que comprometesse a inteligibilidade dos discursos. A saturação teórica foi monitorizada ao longo da recolha, sendo considerada alcançada quando as entrevistas adicionais deixaram de aportar novos conteúdos relevantes para a compreensão do fenómeno.

O protocolo de recolha de dados incluiu três componentes: Questionário sociodemográfico, para caracterização da amostra; *Satisfaction with Life Scale* (SWLS; Diener et al., 1985), cuja pontuação total varia teoricamente entre 5 (menor satisfação) e 25 (maior satisfação); Entrevista semiestruturada, baseada na teoria de Tornstam (2005) e focada em dimensões como revisão de vida, espiritualidade e finitude.

As entrevistas, com duração média de 45 minutos, foram realizadas em locais da preferência dos participantes, gravadas em áudio e transcritas integralmente para posterior análise.

O estudo seguiu as normas éticas institucionais, em conformidade com a Declaração de Helsínquia, incluindo consentimento informado e codificação dos participantes (P1–P12). O tratamento dos dados respeitou o Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD), garantindo privacidade e confidencialidade.

A análise temática de conteúdo foi conduzida por dois juízes independentes (autora e coautora), envolvendo uma leitura exaustiva e codificação em unidades de significado. A articulação entre teoria e categorias analíticas seguiu uma abordagem híbrida: os contributos de Erikson e Erikson (1998) e Tornstam (2005) orientaram a leitura inicial, enquanto a codificação aberta permitiu a emergência de nuances não previstas, como variações na espiritualidade. Essa flexibilidade evitou limitações teóricas, enriquecendo a compreensão dos percursos psicossociais.

A operacionalização da gerotranscendência revelou desafios interpretativos, dada a sobreposição entre maturação existencial e mecanismos de coping. Para garantir rigor e credibilidade, adotou-se uma abordagem crítica, que permitiu captar a ambiguidade presente em alguns relatos, expandindo a compreensão para além de interpretações simplistas.

Para assegurar a credibilidade, foram adotadas triangulação entre analistas e fontes de dados, além da validação parcial dos resultados pelos participantes, o que contribuiu para a fidelidade das interpretações. A reflexividade da investigadora principal foi assegurada por meio da manutenção de um diário reflexivo, reconhecendo e minimizando possíveis vieses. A descrição detalhada dos contextos e processos visou favorecer a transferibilidade dos resultados para contextos semelhantes.

Resultados

A análise dos dados permitiu traçar um perfil multidimensional da amostra (*n = 12*), cruzando variáveis sociodemográficas com indicadores de bem-estar subjetivo e desenvolvimento psicossocial (ver Tabela 1). A amostra apresentou paridade de género e relativa heterogeneidade estrutural. Os participantes exibiram variação nos indicadores relacionados à integridade, ao desespero e aos níveis de gerotranscendência, conforme evidenciado nas entrevistas e nos escores SWLS.

Tabela 1
Caracterização sociodemográfica e indicadores psicossociais da amostra (n = 12).

ID	G	Idade	Escolaridade	Est. Civil	Profissão	Filhos	Agregado	Incapacidades.	Religião	SWLS[1]	I/D[2]	GT[3]
P1	F	88	4.ª classe	Viúva	Comerciante	2	Só	D. Renal	Católica	21	D	—
P2	M	93	Licenciatura	Casado	Professor	2	Casal	Não	S/ Religião	24	I (8.º)	Não
P3	F	89	9.º ano	Casada	Doméstica	2	Casal	Não	Evangélica	25	I (8.º)	Não
P4	M	84	6.º ano	Casado	Carpinteiro	1	Casal	D. Renal	Protestante	13	D	—
P5	F	83	3.ª classe	Viúva	Doméstica	2	Só	Osteoartrose	Católica	19	D	—
P6	F	94	3.ª classe	Viúva	Doméstica	3	Só	Não	Católica	21	D	—
P7	M	92	12.º ano	Viúvo	Ator	2	Só	Não	Católica	22	I (9.º)	Sim
P8	M	83	Licenciatura	Solteiro	Padre	0	Só	Não	Católica	25	I (8.º)	Não
P9	F	81	Licenciatura	Casada	Professora	3	Só	Não	Católica	21	I (9.º)	Sim
P10	M	80	Licenciatura	Solteiro	Padre	0	ERPI*	Não	Católica	24	I (9.º)	Sim
P11	F	83	Licenciatura	Viúva	Professora	5	F/Netos	Não	Católica	23	I (9.º)	Sim
P12	M	85	Licenciatura	Viúvo	Professor	3	F/Netos	Não	Católica	20	I (9.º)	Sim

Nota: ID = Participante; G = Género; Est. Civil = Estado Civil; I/D = Integridade versus Desespero (I: Integridade; D: Desespero); GT = Gerotranscendência; ERPI = Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.
[1] SWLS = Satisfaction with Life Scale (Diener et al., 1985).
[2] Estádios VIII e IX do desenvolvimento psicossocial (Erikson & Erikson, 1998).
[3] Critérios de Tornstam (1989, 2005, 2011)

Os resultados da SWLS mostraram escores entre 13 e 25 pontos, indicando níveis moderados de satisfação subjetiva. Estes valores foram utilizados para articular as trajetórias qualitativas exploradas a seguir.

A gerotranscendência foi identificada por meio de indicadores comportamentais e discursivos, tais como práticas contemplativas (meditação e oração), aceitação da finitude, revisão da vida e expressões de espiritualidade. Estes elementos emergiram das narrativas e foram organizados em categorias analíticas, conforme sistematizado na Tabela 2. Para estruturar a análise qualitativa, as experiências dos participantes foram agrupadas em três domínios principais: relação consigo próprio, relações interpessoais e sentido de vida.

Tabela 2
Categorias e excertos da análise qualitativa.

Domínio	Categoria	Subcategoria	Participantes	Excerto representativo
Relação consigo próprio	Revisão de vida	Com integração	P7, P9, P10, P11, P12	"Todas as desgraças me enriqueceram." (P11)
		Sem integração	P1, P4, P5, P6	"Tento focar-me nos momentos bons, mas não consigo..." (P5)
	Acontecimentos de vida	Predominantemente positivos	P2, P3, P7, P8, P9	"Fui vice-reitor e gestor... eleito quatro vezes." (P2)
		Predominantemente negativos	P1, P4, P5, P6	"A minha mãe morreu quando eu tinha quatro anos." (P5)
	Perceção de si na velhice	Adaptação às limitações	P7, P8	"Adaptei a condução às minhas limitações." (P7)
		Vivida com temor	P2, P11	"Fiquei nervoso ao partir um prato..." (P2)
		Vivida com resignação	P6	"Já sei o que posso esperar!" P6
Relações interpessoais	Relações sociais	Com sentido	P7, P9, P10, P11, P12	"Uso o meu tempo com as pessoas de quem gosto." (P12)
		Alargadas	P2	"Questiono-me como mobilizo tanta gente." (P2)
	Expressão de ideias	Livre	P10, P11	"Sinto liberdade para expressar opiniões." (P10)
	Estar só	Valorizado	P7, P10	"Ganho muito no silêncio." (P10)
Sentido de vida	Espiritualidade	Práticas religiosas	P5, P9, P11	"Rezo todas as noites." (P9)
		Escrita/ contemplação	P5, P10	"Escrevo todas as noites sobre o meu dia." (P5)
	Finitude	Aceitação	P7, P10, P12	"Não temo a morte, temo a dependência." (P12)

Nota: Os números dos participantes correspondem à Tabela 1.

No domínio relação consigo próprio, observou-se variação entre aceitação do passado e sofrimento persistente. Em relações interpessoais, os participantes apresentaram preferências tanto por redes sociais restritas e significativas quanto por redes mais amplas, com experiências ambivalentes em relação ao estar só, que foi descrito ora como espaço de reflexão, ora como solidão. No domínio sentido de vida, a espiritualidade manifestou-se por meio de práticas religiosas e contemplativas, e a finitude foi predominantemente encarada com aceitação emocional.

A combinação dos dados qualitativos com os escores da SWLS possibilitou a identificação de três perfis de experiência na longevidade, detalhados na Tabela 3, que apresenta as trajetórias psicossociais e os níveis de satisfação com a vida dos participantes.

Tabela 3
Critérios e distribuição dos participantes nos percursos psicossociais segundo características qualitativas e níveis de satisfação com a vida.

Percurso	Participantes	Características centrais	SWLS (M)
Integridade com Gerotranscendência	P7, P9, P10, P11, P12	Revisão integrada e ressignificada, identidade coerente e paz interior, espiritualidade amadurecida e central, aceitação serena da finitude	22
Integridade sem Gerotranscendência	P2, P3, P8	Integração do passado sem transcendência, foco pragmático, adaptação funcional, ansiedade perante perdas, solidão indesejada.	24
Desespero	P1, P4, P5, P6	Revisão sem integração, resignação, sofrimento persistente, espiritualidade paliativa, dificuldade em aceitar a finitude.	18

Nota: A classificação dos participantes nos três percursos considerou a integração da revisão de vida, a presença de gerotranscendência e os níveis de satisfação com a vida (SWLS), conforme detalhado na seção de análise qualitativa.

Integridade com gerotranscendência

Os participantes classificados neste percurso *(P7, P9, P10, P11, P12)* apresentam uma revisão de vida caracterizada pela aceitação e resinificação das experiências. A identidade é percebida de forma coerente, promovendo sensação de paz interior. Nas relações interpessoais, os participantes privilegiam o investimento seletivo em vínculos significativos. O estar só é descrito como uma escolha reflexiva, e a espiritualidade aparece como um aspeto central, favorecendo a aceitação serena da finitude.

Integridade sem Gerotranscendência

Os participantes (P2, P3, P9) demonstram integração do passado, porém sem a reorganização existencial associada à gerotranscendência. A filosofia de vida é orientada para tarefas instrumentais e adaptação funcional. As redes sociais tendem a ser mais amplas, mas o estar só é frequentemente experienciado como solidão indesejada.

Desespero

Neste percurso (P1, P4, P5, P6), a revisão de vida é marcada por conflitos não resolvidos e sentimentos de injustiça. O passado é percebido negativamente, dificultando a

aceitação do presente. A espiritualidade é vivida de forma instrumental, como mecanismo de proteção, e a finitude é encarada com medo e angústia, centrada na dependência.

Os escores da *SWLS* indicam que o grupo de Integridade sem gerotranscendência apresenta a média mais alta (*M = 24*), seguido pelo grupo de Integridade com gerotranscendência (*M = 22*), e por último o grupo de Desespero (*M = 18*). Essa variação sugere que a satisfação subjetiva com a vida não está diretamente associada à presença da gerotranscendência, apontando para a necessidade de análise contextualizada dos dados qualitativos para compreender as nuances das experiências.

Discussão

A gerotranscendência é entendida neste estudo como estado que implica uma mudança qualitativa na perceção do envelhecimento, marcada por uma expansão existencial que transcende preocupações materiais e sociais em favor de uma dimensão mais espiritual e reflexiva (Tornstam, 2011). Os resultados confirmam que a gerotranscendência, conforme conceptualizada por Tornstam (2005, 2011), não é um percurso universal nem linear, mas sim um processo diferenciado, condicionado pela história de vida, pelos recursos psicológicos e pelo capital cultural. Essa transformação de uma visão predominantemente racional e materialista para uma perspetiva espiritual e holística promove uma aceitação resiliente e um sentido integrado de identidade, funcionando como recurso adaptativo crucial diante da vulnerabilidade da idade avançada.

A principal contribuição deste estudo reside na proposta teórica original de uma tipologia composta por três percursos distintos: Integridade com gerotranscendência, Integridade sem gerotranscendência e Desespero. Esta tipologia amplia a compreensão de que a longevidade avançada não é homogénea, mas marcada por trajetórias psicológicas diversas, expandindo as ideias de Villar et al. (2021). Diferentemente de estudos anteriores, como os de Abreu et al. (2023) e Ahmadi (2024), que enfocam dimensões específicas da espiritualidade, esta investigação integra múltiplas perspetivas psicossociais. Enquanto esses autores destacam práticas isoladas ou aspetos particulares, a presente tipologia articula esses elementos com a revisão de vida, o bem-estar subjetivo e o desenvolvimento psicossocial. Além disso, a articulação entre indicadores qualitativos e quantitativos, como a SWLS, oferece uma visão integrada do bem-estar, superando abordagens unidimensionais e reforçando a robustez da tipologia proposta.

O percurso de *Integridade com gerotranscendência* revela uma convergência teórica inédita entre a tarefa psicossocial de Erikson e Erikson (1998), focada na aceitação do passado, e a expansão existencial proposta por Tornstam (2011). A pontuação moderada na SWLS (*M = 22*) para este grupo indica congruência entre o discurso reflexivo e a experiência vivida, corroborando a associação entre gerotranscendência e envelhecimento bem-sucedido (Troutman-Jordan et al., 2024). Essa "transparência ontológica" sugere que a gerotranscendência não visa uma felicidade idealizada, mas uma aceitação autêntica e serena da finitude (Tornstam, 2005). Observou-se ainda que o nível de escolaridade mais elevado pode atuar como facilitador desse processo, potencializando a complexidade narrativa necessária para a transcendência (Villar et al., 2021). Contudo, os dados são limitados para conclusões firmes, carecendo de confirmação em amostras mais diversificadas.

No percurso de *Integridade sem gerotranscendência,* os dados mostram que a integração do passado, embora necessária, é insuficiente para a emergência de uma visão transcendente. Apesar de balanços de vida positivos e pontuações elevadas na SWLS (*M = 24*), os discursos privilegiam o controlo e o pragmatismo. Essa discrepância sugere que a satisfação reportada pode refletir desejabilidade social ou regulação emocional defensiva (Diehl et al., 2011), visando salvaguardar o "Eu" diante das perdas. Em contraste, o percurso de *Desespero* evidencia a importância crítica da revisão de vida como motor integrador; nestes casos, a espiritualidade atua apenas como coping paliativo para aliviar o sofrimento, alinhando-se à literatura que associa o desespero à dificuldade na aceitação da morte (Erikson & Erikson, 1998; Ferrigno, 2016).

Limitações e Implicações Práticas: Este quadro teórico enfrenta desafios, como o risco de idealizar a velhice e subestimar o sofrimento emocional, além das dificuldades em medir constructos subjetivos que se confundem com a resiliência. Ao reconhecer essas limitações, o estudo diferencia-se por adotar uma metodologia qualitativa que capta os conflitos existenciais no contexto português.

A análise destes mecanismos revela-se determinante para o desenvolvimento de práticas clínicas e comunitárias mais eficazes. Fornecendo aos psicólogos evidências para intervenções centradas na revisão de vida e na logoterapia, essenciais para fortalecer a integridade do ego na velhice. E orientando gerontólogos, no desenvolvimento de programas de envelhecimento ativo que vão além da funcionalidade física, incorporando a dimensão espiritual como pilar fundamental da resiliência, tanto em contextos institucionais quanto domiciliários.

Em suma, as políticas públicas devem valorizar espaços comunitários para práticas contemplativas e a capacitação de profissionais para uma abordagem holística, sensível ao sofrimento existencial. Viver a etapa final da vida em gerotranscendência requer mobilizar recursos que promovam a reflexão integrada e a expansão existencial. Assim, o cuidado na longevidade avançada deve considerar não apenas a sobrevivência, mas também o sentido profundo da existência.

Conclusão

O presente estudo reafirma que o envelhecimento na idade avançada transcende a narrativa do declínio biológico, configurando-se como uma etapa de potencial reorganização psíquica e expansão existencial. A identificação de percursos distintos, que oscilam entre a integridade pragmática, a gerotranscendência autêntica e o desespero, demonstra que a maturidade na velhice não é um estado estático, mas um equilíbrio dinâmico, mediado pela capacidade reflexiva e pela história de vida do indivíduo.

Neste sentido, a investigação comprova que a gerotranscendência não constitui um estado passivo, mas uma conquista ética e psicológica. Esse processo permite reconfigurar adversidades em fontes de aceitação, possibilitando que o indivíduo transcenda as limitações físicas e redefina o Self por meio de uma relação compassiva com a própria finitude.

A principal contribuição deste trabalho reside na desconstrução de uma visão idealizada da satisfação na velhice. Ao contrário de um bem-estar superficial que pode mascarar mecanismos defensivos de controlo, a gerotranscendência reflete uma integração mais autêntica da história pessoal, permitindo reconfigurar adversidades em fontes de aceitação e redefinir o Self perante a finitude.

Relativamente aos facilitadores do desenvolvimento humano, embora a escolaridade e a literacia emocional surjam como potenciais mediadores na transição do controlo material para a gerotranscendência, os dados atuais recomendam cautela, sublinhando a necessidade de futuras investigações com amostras mais amplas para consolidar essas correlações.

Em termos práticos, os resultados evidenciam a premência de políticas de envelhecimento que transcendam o enfoque funcionalista e biomédico. É imperativo que as intervenções clínicas e comunitárias integrem o suporte existencial e a revisão de vida como ferramentas catalisadoras de maturidade. Em última análise, este estudo abre caminho para uma abordagem da longevidade onde a vulnerabilidade não é o fim, mas o terreno fértil onde se cultiva a dignidade e o sentido, garantindo que o fecho do ciclo vital seja uma experiência de plenitude e não apenas de sobrevivência.

Declaração de conflito de interesses

Os(as) autores(as) declaram que não existem conflitos de interesses.

Disponibilidade de dados

Os dados que fundamentam os resultados encontram-se parcialmente integrados no artigo e na dissertação de mestrado que lhe deu origem. Devido a restrições éticas e de confidencialidade, os dados brutos não estão disponíveis publicamente, podendo ser solicitados aos autores para fins de verificação científica.

Referências bibliográficas

Abreu, T., Araújo, L., & Ribeiro, O. (2023). How to promote gerotranscendence in older adults? A scoping review of interventions. *Journal of Applied Gerontology, 42(*9), 2036–2047. https://doi.org/10.1177/07334648231169082

Ahmadi, F., & Oghani Esfahani, F. (2024). Dimensions of gerotranscendence among Iranian older adults: A phenomenological study. *Educational Gerontology, 50*(1), 1–14. https://doi.org/10.1080/03601277.2024.2417451

Baltes, P. B., & Smith, J. (2004). Lifespan psychology and self-help: A perspective on the positive development of mind and body. *American Psychologist, 59*(1), 6–20. https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.6

Currie, L. M. (2025). Reading fiction and psychological well-being during older adulthood. *Reading Research Quarterly, 60(*1), 161–176. https://doi.org/10.1002/rrq.605

Diehl, M., Chui, H., Hay, E. L., Lumley, M. A., Grühn, D., & Labouvie-Vief, G. (2011). Change in coping and defense mechanisms across adulthood: Findings from the Rochester Adult Longitudinal Study. *Psychology and Aging, 26*(4), 922–933. https://doi.org/10.1037/a0033619

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed*. W. W. Norton & Company.

Erikson, E. H., & Erikson, J. M. (1998). *The life cycle completed* (Extended version). W. W. Norton & Company.

Ferrigno, J. C. (2016). A psicologia das derradeiras fases da vida. *Mais 60 – Estudos sobre o Envelhecimento, 27*(66), 68–83.

Jung, C. G. (1971). The stages of life. In J. Campbell (Ed.), *The portable Jung* (pp. 3–22). Viking Press.

Reischer, H. N., Harake, N. R., Wilkinson, R., & McAdams, D. P. (2021). Self-transcendence and the life story: A reconstructive study of the gerotranscendence theory. *Journal of Aging Studies, 56*, Article 100905. https://doi.org/10.1016/j.jaging.2020.100905

Tornstam, L. (1989). Gerotranscendence: A meta-theoretical reformulation of the disengagement theory. *Aging, Culture and Society, 9*(1), 55–70. https://doi.org/10.2190/73CC-J7B8-9G6K-0W2X

Tornstam, L. (2005). *Gerotranscendence: A developmental theory of positive aging.* Springer Publishing Company.

Tornstam, L. (2011). Maturing into gerotranscendence. *Journal of Transpersonal Psychology, 43*(2), 166–180.

Troutman-Jordan, M., Strange, K. E., Mixer, S. J., Embler, P., & Smith, J. L. (2024). Influences of faith on rural Appalachian older adult health: An ethnonursing study. *Journal of Transcultural Nursing, 35(*2), 112–124. https://doi.org/10.1177/10436596231213343

Villar, F., Serrat, R., & Pratt, M. W. (2021). Older age as a time to contribute: A scoping review of generativity in later life. *Ageing & Society, 41*(10), 2365–2389. https://doi.org/10.1017/S0144686X20000010