

**PROCESO DE GEROTRASCENDENCIA EN UN GRUPO DE PERSONAS ADULTAS  
MAYORES**

**GEROTRASCENDENCE PROCESS IN A GROUP OF OLDER ADULTS**

Recibido: 19/09/2014

Aceptado: 30/09/2014

**GABRIEL QUIRÓS CALDERÓN**

*Universidad Católica de Costa Rica San*

José, Costa Rica

**Resumen**

Este artículo expone la experiencia de talleres participativos en los que se inicia el desarrollo del proceso de gerotranscendencia con un grupo de siete personas adultas mayores, desde una propuesta alternativa de promoción y empoderamiento del proceso de envejecimiento y disfrute de la etapa de vejez. Los aportes de esta memoria apuntan a la posibilidad de ejecución y praxis de la teoría gerontológica de la gerotranscendencia, tanto de manera grupal, como en la utilización de técnicas alternativas a la reminiscencia, lo que convierte a esta teoría en un proceso, caracterizado por ser personal, no lineal ni secuencial, que no tiene relación intrínseca con la edad, pero que ofrece réditos significativos a la persona adulta mayor que lo desarrolle, principalmente cuando este se contextualice, se le adicione un enfoque prospectivo y se oriente hacia el empoderamiento y la promoción.

Palabras clave: gerotranscendencia, gerontología, adulto mayor, promoción.

**Abstract**

This article exposes the experience of participatory workshops that began the process of gerotranscendence in a group of seven elderly participants, from an alternative proposal of both empowerment and promotion of the aging process and the enjoyment of this stage in life. The contributions of this memoir point to the possibility of execution and practice of the



gerontological theory of gerotranscendence, in groups as well as in the use of alternative reminiscent techniques, all of which convert this theory into a process, characterized for being personal, not linear or sequential, with no intrinsic relationship to age, but offering significant revenues to the elderly person that develops it, especially when the process is contextualized with a prospective approach and is oriented towards empowerment and promotion.

Key words: gerotranscendence, gerontology, promotion, elderly person.

### **Introducción**

El proceso de envejecimiento es individual, contextual, particular y demanda acciones concretas y pertinentes, que ayuden a comprender, cada vez mejor, este proceso universal, al que será necesario abordar desde la flexibilidad y particularidad que exige la evolución del envejecimiento; es por esto que se ha desarrollado una diversidad de teorías sociológicas, psicológicas, biológicas (Hidalgo, 2009), espirituales y hasta ecológicas, que contribuyen en esta tarea por entender y ayudar a potenciar el proceso de envejecimiento y la vejez de manera positiva.

Algunas de estas teorías enfocan la promoción y la comprensión del envejecimiento y la vejez, desde una visión de activismo o actividad, amalgamado en lo que proponen como envejecimiento activo o exitoso, pero con el énfasis en la actividad, no así en el crecimiento, integración, identidad y hasta proyección

personal que pueda necesitar y demandar la persona adulta mayor. Sin embargo, la teoría de la Gerotranscendencia, elaborada por el PhD. Lars Tornstam y sus colaboradores de la Universidad de Uppsala en Suecia, permite estructurar el abordaje, desde una nueva dimensión y conceptualización del proceso de envejecimiento, el cual permite favorecer un nuevo proyecto identitario, una posibilidad de imprimir sentido al devenir y estructurar de manera diversa el porvenir, no como una forma romántica y estilizadamente melancólica, sino posibilitando el aspecto generativo y transmisivo de la persona, además de que tiene un impacto positivo sobre la percepción de bienestar en la vejez, e incluso constituyéndose como un soporte emocional contra la oleada de sentimientos y contrariedades que se presenten (Iacub, 2011).

Sin embargo, esta teoría no ha tenido tanto desarrollo en la práctica, y muchos de los postulados no se han materializado en la experiencia de acompañamiento de los

procesos de envejecimiento. Así es como surge el interés y objetivo general del desarrollo de este trabajo, el cual consiste en facilitar un proceso de gerotranscendencia en un grupo de personas adultas mayores usuarias del Centro Diurno de El Tejar, con la intención de promover que el proceso de envejecimiento y la vejez se vivan de manera gerotranscendente, a través de la consecución de los objetivos específicos:

- Promover un cambio en la percepción cósmica de acuerdo con la Teoría de la Gerotranscendencia.
- Fomentar la percepción del yo de acuerdo con la Teoría de la Gerotranscendencia.
- Favorecer la redefinición de las relaciones sociales de acuerdo con la Teoría de la Gerotranscendencia.

La principal motivación proviene debido a que en algunas instituciones de personas adultas mayores, la atención que se brinda parte desde el paradigma asistencialista o bien desde la rehabilitación, sesgando la alternativa de promoción y empoderamiento del proceso de envejecimiento; incluso se podrían encontrar personas adultas mayores que han interiorizado y aceptado estereotipos y prejuicios que los relegan a una posición

pasiva, despersonalizada y al margen, incluso de su propio proceso y etapa de vida.

Por tanto la ejecución práctica de la Teoría de la Gerotranscendencia propone un nuevo paradigma en el abordaje y conceptualización del proceso de envejecimiento y etapa de la vejez con respecto a la forma tradicional seguida hasta la actualidad; principalmente porque la investigación de esta teoría ha comprobado que altos niveles de gerotranscendencia se relacionan de manera positiva con altos grados de satisfacción de la vida y de la actividad social, incluso implica una mirada hacia delante y hacia el exterior, con una nueva visión de sí mismo y del mundo (Wadensten, 2007).

Es por esto que la conveniencia de este trabajo resulta significativa, ya que se posiciona en un escollo que se ha estado presentando en el desarrollo de la misma teoría, dado que existen pocas experiencias de operacionalización; lo cual ha sido comentado en comunicación personal por el propio creador de la teoría el PhD. Lars

Esta obra

e  
s  
t  
á  
b  
a  
j  
o  
u  
n  
a  
l  
i  
c  
e  
n  
c  
i  
a  
d  
e  
C  
r  
e  
a  
t  
i  
v  
e  
C  
o  
m  
m



Tornstam, así como una búsqueda exhaustiva en la consulta virtual de la base de datos de la *American Psychological Association (APA)*, Redalyc, Dialnet y la Biblioteca Nacional de Salud y Seguridad Social de la Caja Costarricense del Seguro Social; y en los centros de información y de documentación de la Universidad Católica de Costa Rica y Universidad de Costa Rica; así las cosas, este trabajo se yergue como pionero en la realidad costarricense.

Por tanto, la pertinencia estriba en que al traducir la teoría a la práctica se facilite la gerotranscendencia, entendiéndola no solamente como una característica o tarea que se alcanza, sino, además como un proceso que se puede construir y favorecer desde la misma etapa de la vejez, siendo acorde con las necesidades y el proceso de crecimiento de este grupo poblacional (Pevik & Brandt, 2007).

Aunado a lo anterior, el desarrollo práctico ayuda a contextualizar esta teoría, misma que ha sido tildada de meta-teoría, pero que se materializa con este trabajo. También solventa la presunta idealización del proceso de envejecimiento y vejez que se podría atribuir a esta teoría; asimismo posiciona a la persona adulta mayor como actor principal y agente activo de su proceso, por que una

persona gerotranscendente cree que el proceso de su desarrollo está en perfeccionamiento al fin de alcanzar un nuevo estado de existencia (Verbraak, 2000).

Para materializar esta ejecución, es necesario contar con claridad conceptual en lo referente al proceso de envejecimiento y vejez, que permite distinguir que el primero se refiere al “proceso de vivir: nacer; estar vivo y morir” (Hidalgo, 2009, p. 32), y el segundo es: “la última etapa de la vida de un ser humano, cuando se acentúan los signos y efectos del envejecimiento” (Hidalgo, 2009, p. 32). Así como entender y diferenciar la institucionalización y los centros diurnos, contextos en los que suele desarrollarse el envejecimiento y la vejez.

Además, se detalla acerca de la Gerontología en los sub-campos, dimensiones y teorías de la misma que aportan definición conceptual y amplían la perspectiva del estudio del envejecimiento (Dulcey-Ruiz, 2013).

Y sin duda, que una de estas es la Teoría de la Gerotranscendencia, que ayuda a comprender este proceso y aporta una definición del equilibrio y de la nueva tarea que imprime la etapa de la vejez, que de acuerdo con Cozort (2008) esta corresponde a

“familiarizarse con uno mismo y con el propio inconsciente” (p. 2).

De acuerdo con Tornstam (2005) citado por Cozort (2008) la gerotranscendencia se entiende como un cambio trascendental de la definición de la realidad, sin retirarse de la sociedad, tomando tiempo para reflexionar, meditar acerca de su vida, encontrarle propósito y significado, que todas las experiencias de vida se aceptan para formar un todo y que el envejecimiento exitoso no está condicionado por una visión materialista, sino que depende de la percepción individual y de la definición personal acerca del éxito en el proceso de envejecimiento y vejez, por tanto “gerotranscendencia y envejecimiento exitoso son construcción y no sinónimos” (Cozort, 2008, p. 22).

De esta manera se involucran: la dimensión cósmica, la persona o el yo y las relaciones sociales; estas corresponden a las dimensiones que conforman la Teoría de la Gerotranscendencia, mismas que se expresan por medio de signos, tal como se expone en la tabla 1.

**Tabla 1.** Signos de la gerotranscendencia de acuerdo a la dimensión.

Dimensión.	Signo.
<b>Dimensión cósmica.</b>	Se desarrollan cambios en la definición del tiempo por lo que se supera la frontera entre el pasado y el presente.
	Aumenta el apego en la cadena de las generaciones anteriores.
	Se acepta la dimensión de misterio de la vida.
	Se experimenta el macrocosmos en el microcosmos por medio de actividades sutiles y experiencias cotidianas.
	Se reduce el miedo a la muerte.
<b>Percepción del yo.</b>	Descubrimiento de aspectos ocultos, buenos y malos.
	No se considera como centro del universo. Eliminación del egocentrismo.
	Presencia y aumento del altruismo
	No hay obsesión en el cuidado del cuerpo.
	Recuerdos y transfiguración de la etapa de la niñez.
	Las distintas etapas de la vida empiezan a formar totalidad.
<b>Relaciones sociales e individuales.</b>	Selección y menor interés en las relaciones sociales superficiales.
	Mayor necesidad de soledad.
	Renuncia y redefinición de roles.
	Comprensión de desprendimiento de los bienes materiales y de la riqueza económica.
	Prudencia reflexiva para emitir juicios y dar consejos.

**Nota:** Adaptado de Wadensten , (2007).

Además, se considera una explicación, necesaria y pertinente, acerca de la diferenciación entre gerotranscendencia y espiritualidad, debido a que podría existir alguna confusión entre trascendencia y espiritualidad, por lo tanto,

se tendería a traslaparlos, considerándolos incluso como antagónicos.

Es necesario anotar que para la teoría, la trascendencia se entiende como un cambio en la meta-perspectiva que otorga una nueva visión de la realidad (Wadensten, 2010). De esta forma se logra asentar la primera diferencia básica, en que no se trata de una posición metafísica, en una superación de la materialidad y disgregación del espíritu o alma sobre el cuerpo, como podría entenderse la trascendencia.

La espiritualidad podría tener más relación con la moral y con la religión, sin ser sinónimo de esta última, y hasta con la dimensión mística o de comunicación con un Ser Superior (Bruyneel, Marcoen & Soenens, 2005), e incluso ser una constante durante una parte de la vida y que varía de acuerdo con las necesidades y cambios del envejecimiento (Dalby, 2006).

Sin embargo Bruyneel, Marcoen & Soenens (2005) consideran que aunque la espiritualidad sea un terreno fértil para desarrollar la gerotranscendencia, esta debería estar al margen de la religiosidad, y resulta más propicio un entorno cultural que integre las ideas de tipo místico-individuales en la estructura cognitiva de sus miembros; sin embargo esto no es totalmente excluyente, ya

que estos autores han encontrado que el enfoque simbólico de la religión crea un estado del ser que se relaciona positivamente con la trascendencia, al igual que las prácticas y creencias espirituales.

### **Metodología**

Antes de la ejecución práctica, fue necesario conocer el panorama de la praxis de esta teoría, por tal razón se recurre, en primera instancia al creador de la teoría, quien comenta que no se tienen evidencias de la aplicación práctica y desarrollo de las dimensiones de la Teoría de la Gerotranscendencia en América Latina (comunicación personal, 02 de abril, 2014); lo cual no quiere decir que no sea posible aplicarla; posteriormente se contacta con el especialista el Dr. Ricardo Iacub (comunicación personal, 09 de abril, 2014), quien detalla que desconoce acerca de la aplicación práctica estructurada en América Latina, y que los intentos que se han logrado han sido por medio de técnicas de imaginación y relajación guiadas en la práctica profesional individual, no así en centros de día o instituciones de larga estancia.

Finalmente se obtiene información de las profesionales en Psicología y Terapia Ocupacional del centro diurno de El Tejar, de la que se desprende desconocimiento de esta

teoría y se confirma la importancia que entraña la actividad y el activismo para la intervención y abordaje de las adultas mayores y los adultos mayores usuarios de este centro.

Lo anterior permite pronosticar que en caso de continuar manteniendo el paradigma de la actividad, se le podría estar restando protagonismo y participación a la persona adulta mayor de su propio proceso de vejez y envejecimiento, sin favorecer que exista introspección, e incluso, cuando se presenten rasgos de esta, las y los profesionales podrían tergiversar la interpretación y entenderlos como síntomas de alguna contrariedad que sufra, sea a nivel biológico, social, espiritual, psicológico y ecológico.

Con este marco se procede a la intervención, misma que se realiza por medio de cinco talleres participativos vivenciales, en los que se desarrollan algunos de los signos de las dimensiones antes descritas; sin embargo, previo a esta ejecución, se traduce la *Snapshot Version of the Gerotranscendence Scale (GS-S)*, y se adapta para este trabajo, por medio de la entrevista cognitiva –técnica propuesta por Smith y Molina (2011)– a dos personas adultas mayores.

La aplicación de esta escala, a manera de pre-test y post-test permite evidenciar el estado

basal y final del nivel de gerotranscendencia, ofreciendo información acerca de los signos en los cuales hay carencia, y de aquellos en los que se apunta un crecimiento o mayor desarrollo en el estadio final de la aplicación de los talleres.

Una vez que se han ejecutado los cinco talleres, toda la información recabada se sistematiza por medio de unidades de análisis, mismas que se codifican de acuerdo con las categorías temáticas (González, 2004) planteadas para este trabajo. Estas categorías se conceptualizan como

### **Dimensión cósmica**

Percepción del tiempo y del espacio que denote satisfacción con la vida, aceptación de aquellas situaciones que no logra explicarse o encontrarles sentido y ausencia de temor a la muerte. Disfrute de actividades sencillas y poco elaboradas.

### **Percepción del yo**

Renuncia de sí mismo y la preocupación obsesiva por el cuerpo, se encuentra satisfacción en ayudar a los demás, descubrimiento de nuevas facetas de la personalidad y sensación de integración personal.

## **Relaciones sociales e individuales**

Gusto por pasar tiempo a solas y poco interés por conocer personas nuevas, necesidad por invertir tiempo en la reflexión, desinterés y despreocupación por los bienes materiales, no se siguen los roles o patrones que dicta la sociedad, sino que elabora el propio.

Una vez reducidas y categorizadas todas las unidades de análisis, se triangula con los datos significativos acopiados en la observación, y en la aplicación de la escala, teniendo como base la teoría desarrollada en el marco conceptual, de esta manera se logra una triangulación dentro de métodos (Arias, 1999).

### **Resultados**

Se realizó una síntesis del análisis siguiendo la estructura secuencial que se propuso para el desarrollo de los talleres. Este análisis parte de la teoría expuesta en la base conceptual y la información recabada, tanto por medio de la observación como de la ejecución de los talleres.

En cuanto a la categoría temática de relaciones sociales e individuales, la teoría menciona acerca de la definición de un nuevo rol en la vida (Wadensten, 2007). Este nuevo rol no es construido solamente desde la renuncia, sino que implica además la

construcción de nuevos roles y la búsqueda de nuevas actividades por desarrollar, sin embargo, este rol está determinado por el contexto, que en este caso en particular responde al centro diurno y a las actividades que dirijan programen y ejecuten, las y los profesionales de la institución. Es decir, este rol personal impresiona estar relacionado con la definición e identidad que les aporta el centro diurno.

Con respecto al juicio reflexivo para emitir juicios y dar consejos, esta dimensión menciona que se acrecienta en esta edad, favorecido por la meditación y la prudencia (Hyse & Tornstam, 2009). Esto se pudo comprobar en todas las personas adultas mayores participantes, quienes apuntaron que para dar un consejo es necesario pensar antes en tres aristas: lo que se vaya a decir, a quien se le diga y la forma en que se diga.

Además, para las personas adultas mayores participantes, existe relación entre Dios y los consejos, es decir, se establece una diferencia entre la opinión personal, ante la cual no es necesario contar con la dirección de Dios, y los consejos, en los que, previamente, se debe solicitar la dirección o auspicio de parte de Dios.

Uno de los signos característicos de esta dimensión es la reflexión y meditación

personal, o sea, pensar en sí mismos. Los resultados apuntan a que práctica no es común entre las adultas mayores y los adultos mayores; además que, en las ocasiones en que existe este espacio tiene relación con la meditación acerca del estado de salud, comunicación con Dios e incluso relación con la autoestima.

En cuanto a los bienes materiales, Wadensten (2007) menciona que estos pasan a ocupar otro plano y una importancia diferente para la persona adulta mayor, esto fue confirmado por las adultas mayores y los adultos mayores participantes, quienes aseveran que los bienes materiales no son importantes en la etapa de la vejez; sin embargo, la importancia que puedan tener es para satisfacer algunas necesidades básicas, entre las que destacan la salud.

Aunado a lo anterior existe confianza en Dios. Quizás la ausencia de los bienes sea un efecto del crecimiento personal y espiritual en la relación con Dios, o bien sea la relación inversa, que al despreocuparse por los bienes materiales no quede más alternativa que recurrir a Dios y depositarle la obligación por cubrir las necesidades que se tengan.

Contrario a lo que postula la teoría acerca de conocer gente nueva y que existe un interés menor por entablar estas relaciones

(Jönson & Magnusson, 2001), las personas adultas mayores participantes consideran importante lo anterior, ya que son posibles redes de apoyo o recursos potenciales a los cuales recurrir en algún momento.

Acerca de la categoría temática de percepción del yo, uno de los signos de esta dimensión tiene relación con la ayuda, en este sentido las adultas mayores y los adultos mayores participantes consideran que encuentran mucha satisfacción en ayudar a las demás personas, y esta se entiende no solo en el plano material o de bienes, sino en una dimensión más humana, se podría decir en una dimensión trascendente (Jolif, 1969).

Estas intervenciones confirman lo propuesto por Wadensten (2007) acerca de la eliminación del egocentrismo, por medio de la aceptación de la ayuda que le ofrecen otras personas; además el altruismo al que hacen mención Hyse & Tornstam (2009) y Jönson & Magnusson (2001) se materializa en la disposición de ayudar a los demás, sin la reducción al plano material o económico, sino ampliando la materialización de la ayuda a una dimensión más intangible, sin

lugar a dudas, una dimensión trascendental (Beláustegui, 2001); ejecución que repercute en la satisfacción y felicidad por realizar actividades hacia las demás personas.

Con respecto a la coherencia del yo, en las personas adultas mayores participantes, esta se manifiesta por la relectura de las situaciones vividas, o recuerdos de sus etapas anteriores de vida, reconciliándose con estas e incluso aportando una re-significación de estas, en lo que podría interpretarse como una forma de resiliencia (Araya y Quirós 2012).

Uno de los signos característicos de esta dimensión que menciona Wadensten (2007) tiene que ver con la disminución en la obsesión por atender la apariencia o cuidado del cuerpo, sin embargo, todas las adultas mayores y los adultos mayores participantes mencionaron que esta preocupación no se disminuye, al menos en ellos, sino que les agrada tener buena imagen; además con relación al cuidado del cuerpo, las adultas mayores y los adultos mayores participantes comentaron que algunos temores se presentan por la adquisición de alguna enfermedad crónica.

Referente a la categoría temática de percepción cósmica. En los elementos

teóricos de esta dimensión se apunta acerca de la aceptación y la innecesidad de invertir tiempo en la búsqueda de explicación de los eventos incomprensibles, situación que fue confirmada por las adultas mayores y los adultos mayores participantes, ampliándolo en el sentido de que la aceptación debe ser entendida como la renuncia a la búsqueda de explicaciones, y la posibilidad de recordar esa situación no produce el deseo por encontrar una respuesta o culparse.

Para las personas adultas mayores participantes, la espiritualidad o el contacto con Dios tiene una cuota importante en este esfuerzo por aceptar las experiencias incomprensibles o difíciles. De tal manera que, una vez más, la espiritualidad, es una dimensión importante, no solamente para ser considerada en la vida personal, sino para ser promocionada y aplicada en el trabajo con personas adultas mayores.

En la minimización al temor a la muerte, los datos obtenidos apuntan hacia la naturalidad con la que se habla acerca del tema, así como que no implica renuncia a la vida o espera pasiva por la muerte, sino que se entiende como un proceso más de la vida, y se establece una relación con Dios o el Ser

Supremo; esta relación entre la espiritualidad y la minimización en el temor hacia la muerte, podría asentar que entre más espiritualidad tenga la persona adulta mayor, menor temor hacia la muerte.

El desarrollo de los talleres dejó entrever la necesidad de una nueva categoría de análisis, misma que se presentó como un emergente a lo largo de todas las sesiones, este fue el referente hacia la valoración personal, que no tienen relación solamente con saberse valioso, sino además con sentirse valioso y que otros co-etarios refuercen el valor personal, situación que tiene concordancia con la autoestima.

### **Discusión**

Sin lugar a dudas, las sesiones del proceso de gerotranscendencia ofrecieron la posibilidad de encontrarse consigo mismos, de observar detalles de la conformación de su propio yo que habían pasado por alto, o bien descubrir el pasado con otra mirada, en la que se involucran, de manera amalgamada, todas las dimensiones del ser: biológica, social, espiritual, psicológica y ecológica.

Sin embargo, se evidencia que la introspección no es una de las actividades que se potencie en la cotidianidad del centro diurno, y quizás el único espacio para entrar en contacto consigo mismo, sea por medio de

las conversaciones causales, sin que cuenten con un objetivo claro, y caracterizadas por la espontaneidad.

Aunque la Teoría de la Gerotranscendencia indica que la retrospección es una técnica que se puede utilizar (Erickson, 2000; Tornstam, 2005) para cimentar el proceso, esto no sucede así en todos los casos, ya que en algunas ocasiones mirar hacia el pasado genera una importante carga emocional, principalmente cuando esta historia no ha sido redimensionada, o bien, aceptada.

Uno de los riesgos que se puede presentar con la aplicación de estas técnicas, es reducir la amplitud de su aplicación dentro de la dimensión psicológica del ser humano, sin embargo, no sería consecuente realizar esta acción, en la aplicación de esta Teoría gerontológica de la Gerotranscendencia, ya que esta impacta y considera todas las dimensiones del ser humano, pero sin caer en obstinados determinismos, sino desde la amplitud de la integralidad e integración de la adulta mayor y del adulto mayor.

La participación de este proceso implica, de una u otra manera, la trascendencia, ya que al ser una característica taxativa del ser humano, todas las acciones y actividades contienen una dimensión

trascendente (Jolif, 1969), y en las personas adultas mayores participantes esta se ha expresado en temas tan materiales como la importancia que ha recobrado la familia y las personas allegadas, es decir, se encuentra en estas una opción para trascender, no solamente como la posibilidad de dejar un legado en la historia de su contexto, sino como el espacio de crecimiento personal en cuanto a: desarrollo y comunicación de sus ideas y pensamientos, crecimiento y ejercicio de valores humanos y espirituales.

Es decir, por medio del inicio del desarrollo del proceso de gerotranscendencia, las y los participantes lograron crecimiento personal, lo cual se demostró en comentarios referentes a la valoración personal y relación con la autoestima.

Además, iniciar el desarrollo del proceso de gerotranscendencia puede indicar una intención terapéutica subrepticia, por medio de la cual se trabajen algunas situaciones personales, ya que se hace uso de la re-significación, re-lectura y redimensión. En este sentido se puede afirmar que la introspección es un proceso personal, que se puede ejecutar y facilitar de manera grupal, y no es una habilidad que se pueda asumir de momento.

Entonces la gerotranscendencia es un proceso que no tendría que tener relación

directa o proporcional con la edad, es decir, no se puede asestar que necesariamente a mayor edad, mayor nivel de gerotranscendencia; por tanto, no pertenece de manera inexorable a la vejez, sino que se puede iniciar a cualquier edad, ya que no es propio de un grupo etario sino que es un proceso individual y particular, que puede tener algunas notas comunes.

Algunas de estas notas comunes refiere al desarrollo del proceso, ya que algunas personas adultas mayores podrían tomar más tiempo o interés en profundizar en algunas dimensiones o signos, más que en otros, o bien, no seguir la secuencia inductiva y lógica que propone la teoría, sea porque algunos signos o dimensiones requieran de más trabajo, o porque estos ya se hayan desarrollado en etapas anteriores de la vida, y se constituye en una suerte de adelanto en el proceso del desarrollo de la gerotranscendencia.

Lo anterior evidencia que cuando este proceso se desarrolle, sea con personas adultas mayores o con cualquier otro grupo etario, será primordial observar con detalle cada proceso y no intentar estandarizarlo, menos aún proponerlo desde la

secuenciación lógica que requiera los elementos desarrollados en sesiones previas.

Pero, principalmente, el proceso de gerotranscendencia debe ser contextualizado, no solo en el macro contexto, sino además en el micro contexto, y respetar el ritmo personal que imprima cada persona adulta mayor, sea de manera individual, o bien en la facilitación grupal y común de este proceso.

Los resultados y el análisis en este trabajo indican que es factible desarrollar de manera practica la Teoría de la Gerotranscendencia, considerando de manera previa las salvedades anotadas, y que este proceso impacta de manera positiva el envejecimiento y la vejez, indicando una ventaja para quien considere e introyecte los supuestos teóricos desarrollados y traducidos en la praxis, ya que se evidenciaron beneficios tales como: aumento de la autoestima, aceptación, relectura y re-significación de la historia de vida, una posibilidad de envejecimiento activo sesgado del paradigma de la productividad, funcionalidad y activismo, reconciliación personal, sensación de coherencia y sentido de unicidad.



## Referencias

- Araya, T. y Quirós, G. (2012). *Resiliencia, espiritualidad y sentido de vida en el proceso de integración del yo de seis personas adultas mayores usuarias del Centro Diurno de la Asociación Cartaginesa de Atención a Ciudadanos de la Tercera Edad* (Tesis de licenciatura). Universidad Católica Anselmo Llorente y Lafuente, San José, Costa Rica.
- Arias, M. (1999). *Triangulación metodológica: sus principios, alcances y limitaciones*. [Archivo html]. Recuperado de <http://www.robertexto.com/archivo9/triangul.htm>
- Beláustegui, G. (2001). *Perspectiva de la trascendencia en Psicología: Los diversos modelos de la mente desde la dimensión objetiva y subjetiva*. [Archivo doc]. Recuperado de <http://www.enduc.org.ar/comisfin/ponencia/106-01.doc>
- Bruyneel, S., Marcoen, A. & Soenens, B. (2005). *Gerotranscendence: components and spiritual roots in the second half of life*. [Archivo pdf]. Recuperado de [http://www.soc.uu.se/digitalAssets/157/157308\\_bruyneel-2005.pdf](http://www.soc.uu.se/digitalAssets/157/157308_bruyneel-2005.pdf)
- Cozort, R. (2008). *Revising the gerotranscendence scale for use with older adults in the southern United States and establishing psychometric properties of the revised gerotranscendence scale*. [Archivo pdf]. Recuperado de [http://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/Cozort\\_uncg\\_0154D\\_10037.pdf](http://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/Cozort_uncg_0154D_10037.pdf)
- Dalby, P. (2006). *Is there a process of spiritual change or development associated with ageing? A critical review research*. [Archivo pdf]. Recuperado de [http://www.soc.uu.se/digitalAssets/157/157304\\_dalby-2006.pdf](http://www.soc.uu.se/digitalAssets/157/157304_dalby-2006.pdf)
- Dulcey-Ruiz, E. (2013). *Envejecimiento y vejez. Categorías conceptuales*. Chile: Red Latinoamérica de Gerontología y Fundación Cepsiger para el Desarrollo Humano.
- Erikson, E. (2000). *El ciclo vital completado*. España: Editorial Paidós.
- González, F. (2004). *Investigación cualitativa en Psicología. Rumbos y desafíos*. México: Thomson.
- Hidalgo, J. (2009). *El envejecimiento: aspectos sociales*. San José: Editorial UCR.
- Hyse, K. & Tornstam, L. (2009). *Recognizing aspects of oneself in the Theory of*

- Gerotranscendence*. [Archivo pdf]. Recuperado de [http://www.soc.uu.se/digitalAssets/150/150185\\_aspects\\_of\\_oneself.pdf](http://www.soc.uu.se/digitalAssets/150/150185_aspects_of_oneself.pdf)
- Iacob, R. (2011). *Identidad y envejecimiento*. Argentina: Paidós.
- Jolif, J. (1969). *Comprender al hombre. Introducción a una antropología filosófica*. Salamanca: Sígueme.
- Jönson, H, & Magnusson, J. (2001). *¿A new age of old age? Gerotranscendence and the reenchantment of aging*. [Archivo pdf]. Recuperado de <http://www.es.e.ualg.pt/gerontologia/Journal%20of%20Aging%20Studies/Jonson%20y%20Magnusson%202001.pdf>
- Pevik, J. & Brandt, T. (2007). *Gerotranscendens i förebyggande hälsosamtal*. [Archivo pdf]. Recuperado de [http://www.soc.uu.se/digitalAssets/157/157292\\_pevik-fasth\\_brandt.pdf](http://www.soc.uu.se/digitalAssets/157/157292_pevik-fasth_brandt.pdf)
- Smith, V. y Molina, M. (2011). *Cuaderno Metodológico 5. La entrevista cognitiva: guía para su aplicación en la evaluación y mejoramiento de instrumentos de papel y lápiz*. San José, CR.: Instituto de Investigaciones Psicológicas, Universidad de Costa Rica.
- Verbraak, A. (2000). *An Examination of a Proposed Extension to Erik Erikson's Theory of Identity Development*. (Tesis de maestría). [Archivo pdf]. Universidad de Canterbury, Nueva Zelanda. Recuperado de [http://www.soc.uu.se/digitalAssets/157/157314\\_verbraak-2000.pdf](http://www.soc.uu.se/digitalAssets/157/157314_verbraak-2000.pdf)
- Wadensten, B. (2007). *The Theory of Gerotranscendence as applied to gerontological nursing*. [Archivo pdf]. Recuperado de [http://www.soc.uu.se/digitalAssets/150/150191\\_wadensten\\_i.pdf](http://www.soc.uu.se/digitalAssets/150/150191_wadensten_i.pdf)
- Wadensten, B. (2010). *Changes in nursing home residents during an innovation based on the Theory of Gerotranscendence*. [Archivo pdf]. Recuperado de [http://www.soc.uu.se/digitalAssets/150/150175\\_changes-in-nursing-home-residents-after-gt-2010.pdf](http://www.soc.uu.se/digitalAssets/150/150175_changes-in-nursing-home-residents-after-gt-2010.pdf)