

# IZGLĪTĪBA UN SUBJEKTĪVĀ LABIZJŪTA PIEAUGUŠO DZĪVES KVALITĀTES NOVĒRTĒJUMA KONTEKSTĀ

## *Education and Subjective Well-Being in the Context of Assessment of Quality of Adults Life*

**Dace Stieģele**

Liepāja University, Latvia

**Mirdza Paipare**

Liepāja University, Latvia

**Abstract.** *In recent decades, quality of life issues and research have been increasingly focused on seeing a direct link between indicators of subjective well-being and economic growth. In Latvia, the issue of subjective well-being has also been raised in recent years in population surveys, but there are no trends in emphasizing the importance of these indicators in the context of quality of life.*

*In Latvia, education is included in the statistical data collection among the most important quality of life indicators. In Latvia, the level of life satisfaction decreases most rapidly at the age of 45-54.*

*Purpose of the article: to research the components of quality of life in Europe and Latvia, identify significant indicators for the maintaining of adult quality of life and view on education and subjective well-being in the context of assessment of quality of adults life.*

*Method: the study carried out an content analysis of the data of Eurostat population quality of life surveys, the EU and the Republic of Latvia's official guidelines on quality of life and lifelong learning, as well as pedagogical and psychological literature and scientific articles on quality of life, subjective well-being and adult education issues.*

*Results: according to survey data, adults with higher level of education experience higher level of participation in lifelong learning activities; the level of education affects the assessment of life satisfaction.*

**Keywords:** *lifelong learning, life satisfaction, quality of life, social interaction, subjective well-being.*

### **Ievads**

#### ***Introduction***

Dzīves kvalitāte ietver sevī dažādus subjektīvus un objektīvus dzīves aspektus, un tā ir aktuāla ikvienam indivīdam katrā viņa dzīves posmā. Pēdējās desmitgadēs dzīves kvalitātes jautājumiem un izpētei tiek pievērsta arvien

lielāka uzmanība arī Eiropas Savienības (ES) ekonomiskās un sabiedriskās politikas īstenošanai, saskatot tiešu sasaisti starp subjektīvās labizjūtas un ekonomiskās izaugsmes rādītājiem. Arī Latvijā kopš 2013. gada ir aktualizēts subjektīvās labizjūtas jautājums iedzīvotāju aptaujās, taču nav vērojamas tendences šo rādītāju nozīmīguma dzīves kvalitātes kontekstā akcentēšanai (Centrālās statistikas pārvalde, n.d.).

Apskatot dzīves kvalitātes teorijas, A. Boulinga (Bowling) norāda, ka plašāka pētniecības kopiena nav pieņēmusi galīgu dzīves kvalitātes teorētisko pamatu un ka, neskatoties uz plašu pētījumu apjomu dzīves kvalitātes objektīvo un subjektīvo rādītāju diapazonā, nav vienas plaši atzītas vai atbalstītas teorijas, kā arī viens vispārēji atzīts dzīves kvalitātes mērīšanas instruments (Bowling, 2004).

Viens no Eurostat Dzīves kvalitātes mērījumu indikatoriem ir izglītība, kurš ietver sevī jautājumu arī par iesaistīšanos mūžizglītības aktivitātēs, uzsverot šādas iesaistes nozīmīgumu mainīgajā sabiedrībā un darba tirgū (Eurostat, 2019h).

Latvijas ekonomiski politiskajās nostādnēs un sabiedrības nostājā kopumā ir vērojama koncentrēšanās uz fizisko labklājību un tās līmeņa celšanu, kas varētu būt skaidrojama ar pēdējo laiku sociālekonomiskajām, kultūrvēsturiskajām un labklājības pārmaiņām valstī (Eurostat, 2019c).

Raksta mērķis ir pētīt dzīves kvalitātes komponentes Eiropā un Latvijā, identificēt nozīmīgos rādītājus pieaugušo dzīves kvalitātes saglabāšanai un aplūkot izglītību un subjektīvo labizjūtu pieaugušo dzīves kvalitātes novērtējuma kontekstā.

Mērķa sasniegšanai tika veikta Eurostat iedzīvotāju dzīves kvalitātes aptauju datu, ES un Latvijas Republikas oficiālo pamatnostādņu dzīves kvalitātes un mūžizglītības jautājumos, kā arī A. Boulingas (Bowling, 2004), C.L. Proktora (Proctor, 2014), I. Ivanovas (2016), D. Lieģenieces (2002), G. Svences (2016) u.c autoru darbu par dzīves kvalitātes, subjektīvās labizjūtas un pieaugušo izglītības jautājumiem kontentanalīze.

### **Dzīves kvalitāte un tās apsekojumi Eiropā** *Quality of life and its surveys in Europe*

“Dzīves kvalitāte ir plašs jēdziens, kas aptver daudzus dažādus aspektus. Tas ietver gan objektīvus faktorus, piemēram, veselību, nodarbinātības statusu un dzīves apstākļus, gan subjektīvu vērtējumu par indivīda dzīves situāciju un uztveri par sabiedrības kvalitāti” (Eurofound, 2019). Eiropas Fonds dzīves un darba apstākļu uzlabošanai (Eiropas Fonds) (Eurofound) strādā ar visiem nozīmīgajiem dzīves kvalitātes aspektiem, ievācot datus gan par dzīves līmeni, veselību, subjektīvo labizjūtu un ģimeni, gan par sociālo atstumtību, aprūpi,

darba un privātās dzīves līdzsvaru, gan arī par publiskajiem pakalpojumiem un dzīves kvalitāti. Laikā kopš 2003. gada Eiropas Fonds Eiropas dzīves kvalitātes apsekojumā (EQLS) ir vācis saskaņotus un pilnībā salīdzināmus datus par Eiropas un kandidātvalstu iedzīvotāju dzīves apstākļiem un dzīves kvalitāti. 2012. gadā veiktā apsekojuma rezultātu analīzes konstatējumi sniedz papildus informāciju par konkrētiem aspektiem, tai skaitā subjektīvo labklājību, un par problēmām, kuras skar konkrētas grupas – arī par 50 gadiem vecākus nodarbinātos (Eurofound, 2019).

### **Subjektīvā labizjūta dzīves kvalitātes novērtējuma ietvaros** *Subjective well-being within the framework of quality of life assessment*

Saskaņā ar Eiropas Fonda aprakstu subjektīvā labizjūta attiecas uz indivīda dzīves kvalitātes un situācijas pašnovērtējumu. C.L. Proktore (Proctor, 2014) norāda, ka jēdzienu subjektīvā labizjūta pirmo reizi ieviesa Dīners (Diener) kā identificēšanas līdzekli psiholoģijas jomā, kas mēģina saprast personu subjektīvos dzīves kvalitātes novērtējumus, tostarp gan kognitīvos spriedumus, gan afektīvās reakcijas. Tiek norādīts, ka Eiropas Savienībā (ES) pilsoņu labklājības veicināšana ir galvenais ES mērķis un ka pēdējās desmitgades laikā labklājības veicināšana ir ieņēmusi arvien nozīmīgāku vietu sociālās politikas darba kārtībā. 2013. gadā Eiropas Komisija 2003. gadā uzsāktajam ES valstu iedzīvotāju apsekojumam par ienākumiem un dzīves apstākļiem (EU-SILC) tika pievienots īpašs modulis ar 18 subjektīvās labizjūtas rādītājiem. Subjektīvā labizjūta tiek vērtēta, izmantojot trīs rādītāju grupas:

- novērtējošā labizjūta – apmierinātība ar dzīvi un ar dzīves jomām;
- pozitīvie un negatīvie afekti – laimes sajūta, vitalitāte, miera sajūta, mundruma sajūta, nomāktības sajūta;
- eidemoniskā labizjūta – optimisms, autonomija, mērķa sajūta, laiks baudīt dzīvi un izturība/elastība (*resilience* – angļu).

Eiropas dzīves kvalitātes apsekojuma (EQLS) rezultāti liecina, ka spēcīgākie dzīves apmierinātības un laimes noteicēji ir mērķa izjūta, kam seko optimisms par savu nākotni un autonomiju. 2016. gadā apsekojumam tika pievienoti divi elementi, kas mēra elastību, lai atspoguļotu uztveramo spēju risināt problēmas, un laiku, kas nepieciešams, lai atgrieztos atpakaļ iekšējā un ārējā līdzsvarā. Ir secināts, ka uztverošā elastība pozitīvi korelē ar garīgās labizjūtas mainīgajiem (Eurofound, 2019a).

## **Dzīves kvalitātes rādītāji Eiropā** *Quality of life indicators in Europe*

Eurostat Statistikas skaidrotāja (Eurostat Statistics Explained) apskatītajā Dzīves kvalitātes rādītāju (Quality of life indicators) mērījumu tabulā ir iekļautas šādas sadaļas:

- materiālie dzīves apstākļi;
- produktīva vai pamata nodarbošanās;
- veselība;
- izglītība;
- atpūta un sociālā mijiedarbība;
- ekonomiskā un fiziskā drošība;
- pārvaldība un pamattiesības;
- dabas un dzīves vide;
- vispārējā dzīves pieredze (Eurostat, 2019e).

Saskaņā ar 2017. gada Eurostat datiem vienai trešdaļai (31%) Eiropas Savienības iedzīvotāju vecumā no 25 – 64 gadiem ir augstākais izglītības līmenis. Latvijā šie rādītāji ir nedaudz augstāki – 33,9 % (Eurostat, 2019f). Vēršot uzmanību uz izglītību dzīves kvalitātes kontekstā, tiek norādīts, ka uz zināšanām balstītās ekonomikās izglītība ir ekonomiskās izaugsmes pamatā. Turklāt kā līdzeklis zināšanu nodošanai nākošajām paaudzēm izglītība tiek minēta kā civilizācijas pamats, un tiek uzsvērta tās būtiskā ietekme uz indivīdu dzīves kvalitāti. Ir svarīgi ņemt vērā, ka prasmju un kompetenču trūkums ierobežo piekļuvi darba tirgum un ekonomisko labklājību, palielina sociālās atstumtības un nabadzības risku un var kavēt pilnīgu pilsonisko un politisko līdzdalību. Nozīmīgs ir secinājums, ka izglītība veicina cilvēku izpratni par pasauli, kurā viņi dzīvo, un līdz ar to izpratni par viņu spēju to ietekmēt (Eurostat, 2019a).

Apkopjot aptauju datus par sociālo mijiedarbību, Eurostat iegūtais rezultāts liecina, ka 2015. gadā visā ES 6% pieaugušo iedzīvotāju nebija līdzcilvēka, ar ko varētu apspriest personiskos jautājumus. Sociālā mijiedarbība ir uzskatāma par “sociālo kapitālu” gan indivīdiem, gan sabiedrībai, kas ietekmē arī cilvēku dzīves kvalitāti (Eurostat, 2018). Līdzās sociālās mijiedarbības pamatfunkcijām – apmierināt cilvēka dabisko vajadzību pēc socializācijas, biežāk sociālā mijiedarbība tiek saistīta ar tās labvēlīgo ietekmi uz veselību un iespējām atrast darbu. Raugoties specifiskāk, sociālais atbalsts jeb iespēja paļauties uz kādu nepieciešamības gadījumā tiek uzskatīts par īpaši nozīmīgu mainīgo, lai izskaidrotu un izmērītu indivīda laimes sajūtu. Sociālais atbalsts ir ticis izvēlēts kā viens no sešiem atslēgas indikatoriem ANO “Pasaules laimes ziņojumā”. Kaut arī iesaistīšanās aktivitātēs ir cilvēka pamatvajadzība, tomēr

sociālās mijiedarbības kvalitāte var veicināt atbalstošu attiecību un savstarpējas uzticēšanās pastāvēšanu un sabiedrības kohēziju (Eurostat, 2018a).

Pēdējā sadaļa Dzīves kvalitātes rādītāju (Quality of life indicators) mērījumu tabulā ir “vispārējā dzīves pieredze”. Tiek akcentēts, ka neviens dzīves kvalitātes novērtējums nevarētu būt pilnīgs, ja netiktu ņemta vērā personu vispārējā subjektīvā labizjūta, kas, iespējams, ir vienīgais veids, kā integrēt indivīda pieredzes, izvēles, prioritāšu un vērtību daudzveidību. Turklāt, kā noteikts Līgumā par Eiropas Savienību, tas ir arī jebkuras ES politikas galvenais mērķis. 2016. gadā skalā no 1 – 10 apmierinātība ar dzīvi ES iedzīvotāju vidū vidēji tika novērtēta ar 7,1 ballēm. Latvijā apmierinātība ar dzīvi tika novērtēta ar 6,3 ballēm – tātad zemāk par vidējo rādītāju (Eurostat, 2019g). Subjektīvās labizjūtas vērtējums līdzās pārējām objektīvajām mērījuma sadaļām (materiālie dzīves apstākļi, produktīva vai pamata nodarbošanās, veselība, izglītība u.c.), netieši izsverot savas izvēles, iespējams, ir vienīgais veids, kā ņemt vērā cilvēku dažādās izvēles, prioritātes un vērtības. Eiropas salīdzinošajā kontekstā ir jāņem vērā, ka izteikti atšķirīgās prioritātes un vērtības ietekmē arī sabiedrības struktūra, normas un kultūras fons, kas dažādās valstīs var ievērojami atšķirties. Subjektīvās labizjūtas mērīšana sniedz vērtīgu ieskatu tajā, kāda loma ir objektīvo sadaļu ietekmei uz labklājību (Eurostat, 2019d). Analizējot atšķirīgos apmierinātības ar dzīvi rādītājus Ziemeļu valstīs un Baltijas, Dienvidu un Austrumeiropas valstīs, kā iespējamais cēlonis atšķirībām tiek minētas dramatiskās un ilgstošās dzīves politisko, ekonomisko, sociālo un labklājības apstākļu pārmaiņas.

Apkopojot datus apakšsadaļā par dzīves mērķi un nozīmi, rezultāti liecināja, ka augsta mērķa izjūta korelē ar augstu apmierinātības ar dzīvi līmeni (Eurostat, 2019c). ES kopumā vecumā līdz 64 gadiem iedzīvotāju apmierinātības ar dzīvi līmenis krītas, bet pēc šīs gadu robežas – nedaudz pieaug. Baltijas un Austrumeiropas valstīs ir vērojama liela atšķirība apmierinātības ar dzīvi novērtējumā jauniešu vidū un visu pārējo vecāko vecuma grupu vidū. Līdzās vecuma un ienākumu ietekmei uz apmierinātības ar dzīvi vērtējumu, to acīmredzami iespaido arī izglītības līmenis, atspoguļojot atšķirības starp cilvēkiem ar pamatizglītību (vērtējums ir 6,7 balles) un iedzīvotājiem ar augstāko izglītību (7,6 balles) (Eurostat, 2019b).

### **Dzīves kvalitātes rādītāji Latvijā** *Quality of life indicators in Latvia*

Latvijas Centrālās statistikas pārvaldes (CSP) interneta vietnē sadaļas “Sociālie procesi” apakšsadaļā “Dzīves kvalitāte” kā galvenie rādītāji tiek minēti:

- ienākumi;

- patēriņš;
- materiālā nenodrošinātība;
- mājokļa apstākļi;
- darba apstākļi;
- darba drošība;
- veselība;
- izglītība (Centrālā statistikas pārvalde, n.d.).

Saskaņā ar CSP 2018. gadā veikto ienākumu un dzīves apstākļu apsekojumu, kurā tika iekļauti arī dažādi jautājumi par labsajūtu (kopš 2009. gada Latvijā ir aprobēts un tiek lietots jēdziens “labizjūta” (Svence & Majors, 2016)) un tika aptaujāti iedzīvotāji vecumā no 16 gadiem, ar dzīvi ļoti apmierināti bija 15,3 % aptaujāto, vidēji apmierināti – 58,3 %, bet neapmierināti – 26,4 % respondentu (vērtējums tika sniegts 10 ballu skalā). Visaugstākā apmierinātība ar dzīvi ir vērojama jauniešu (16 – 24 gadi) vidū (vidējais rādītājs – 7,5 balles), bet, kļūstot vecākiem, šie rādītāji sarūk. Visstraujāk apmierinātības ar dzīvi vērtējums pazeminās 45 – 54 gadu vecumā (Centrālā statistikas pārvalde, 2019).

Salīdzinot ES un Latvijā veiktās aptaujas par dzīves kvalitāti, var secināt, ka ES valstu apsekojumā jau 2013. gadā tika iekļauts modulis ar 18 jautājumiem par subjektīvo labizjūtu, Latvijā tāds tika pievienots vien pēc 5 gadiem. Tāpat ir redzams, ka ES politikas kontekstā subjektīvajai labizjūtai un iedzīvotāju apmierinātībai ar dzīvi tiek piešķirta nozīmīga vieta, izveidojot “Rīcības programmu garīgai veselībai un labklājībai”, tādējādi atbalstot ES dalībvalstis savu politiku pārskatīšanā un to pieredzes apmaiņā. Pēc autoru domām vērā ņemams ir fakts, ka CSP apkopojumā subjektīvā labizjūta un apmierinātība ar dzīvi netiek minētas starp galvenajiem dzīves kvalitātes rādītājiem Latvijā.

### **Izglītība un dzīves kvalitāte** *Eduaction and quality of life*

Kā iepriekš minēts, izglītība ir civilizācijas pamats un tā būtiski ietekmē indivīda dzīves kvalitāti. Arī CSP apakšsadaļā “Dzīves kvalitāte” izglītība ir iekļauta dzīves kvalitātes galveno rādītāju skaitā. Augstāks izglītības līmenis lielākoties ir saistīts ar labākām profesionālajām izredzēm un augstākiem ienākumiem, tādējādi pozitīvi ietekmējot personas dzīves kvalitāti (Eurostat, 2019). I. Ivanova norāda, ka izglītība ne tikai veicina karjeras attīstības iespējas, bet arī ceļ cilvēku pašapziņu un kalpo par personīgās izaugsmes līdzekli (Ivanova, 2016).

Pēc Eurostat aptaujas datiem 2017. gadā 10,9 % pieaugušo vecumā no 25 – 64 gadiem bija iesaistījušies dažādās mūžizglītības (*lifelong learning*) aktivitātēs. Aktīva iesaiste mūžizglītībā cilvēkiem ar augstāko izglītību bija

sastopama daudz biežāk nekā iedzīvotājiem ar zemāku izglītības līmeni. Saskaņā ar aptaujāto sniegtajām atbildēm lielai daļai ES iedzīvotāju izglītība turpinās pēc skolā vai augstākās izglītības mācību iestādēs pavadītā laika. Iespēja iekļauties darba tirgū lielā mērā ir atkarīga no iemaņām, ko cilvēki iegūst savā profesionālajā un privātajā dzīvē. Tieši tāpēc mūžizglītība ir kļuvusi par nepieciešamību konkurētspējīgā darba tirgū, jo uzņēmumu un sabiedrības vajadzības nepārtraukti attīstās, kā arī attīstās un mainās izmantotās tehnoloģijas un metodes (Eurostat, 2019h).

Vēršot uzmanību uz pensijas vecuma cilvēkiem kā vienu no mērķgrupām pieaugušo izglītībā, ir svarīgs atzinums, ka brieduma gados izvirzīts dzīves mērķis sniedz pamatu apmierinājumam ar dzīvi senioru vecumā. Brieduma gadus sasniegušajiem ir nepieciešams attīstīt un pilnveidot prasmes, kas palīdzēs ietekmēt tālāko nākotni – spēju pieņemt lēmumus, plānot nākotni, saskatīt citu cilvēku vajadzības, izprast fiziskās, psiholoģiskās un sociālās pārmaiņas savā dzīvē. Vidējā pieaugušo vecumā nozīmīga ir radoša attieksme un pieeja dažādu dzīves situāciju risināšanā. Šāda attieksme sniedz enerģiju un dzīves jēgas apziņu arī turpmākai dzīvei un pretojas iestigšanai dzīves bezjēdzības sajūtā un sevis žēlošanā (Lieģeniece, 2002).

### **Secinājumi** **Conclusions**

Plašāka pētniecības kopiena līdz šim nav pieņēmusi vienotu dzīves kvalitātes teorētisko pamatu, kā arī nav izveidots viens vispārēji atzīts dzīves kvalitātes mērīšanas instruments.

Latvijas sabiedrībā lielāka nozīme tiek piešķirta fiziskajai un materiālajai labklājībai. CSP apkopojumā subjektīvā labizjūta un apmierinātība ar dzīvi netiek minētas kā viens no galvenajiem dzīves kvalitātes rādītājiem Latvijā. Savukārt, Eurostat Statistikas skaidrotājā personu vispārējā subjektīvā labizjūta tiek aktualizēta kā, iespējams, vienīgais veids, kā integrēt indivīda pieredzes, izvēles un prioritāšu un vērtību daudzveidību dzīves kvalitātes mērījumos.

Sociālais atbalsts ir ticis izvēlēts kā viens no sešiem atslēgas indikatoriem ANO "Pasaules laimes ziņojumā".

Uz zināšanām balstītās ekonomikās izglītība ir ekonomiskās izaugsmes pamatā. Arī Latvijā izglītība ir iekļauta CSP datu apkopojumā starp nozīmīgākajiem dzīves kvalitātes rādītājiem. Saskaņā ar statistikas datiem, izglītības līmenis iespaido apmierinātības ar dzīvi vērtējumu. Latvijā apmierinātības ar dzīvi līmenis visstraujāk pazeminās 45 – 54 gadu vecumā.

Mūžizglītība ietver sevī gan profesionālo, gan personības pilnveidi, aptverot indivīda visas dzīves fāzes un aspektus. Statistikas dati liecina, ka pieaugušajiem ar augstāku izglītības līmeni ir vērojams augstāks iesaistīšanās

mūžizglītības aktivitātēs līmenis. Iesaiste mūžizglītības aktivitātēs brieduma gados labvēlīgi ietekmē apmierinātības ar dzīvi līmeni senioru vecumā.

Pētījumā iegūtās atziņas un informācija tiks izmantotas mūžizglītības aspekta pieaugušo dzīves kvalitātes saglabāšanā tālākai izpētei.

### Summary

The wider research community has so far not adopted a single theoretical basis for quality of life, nor has one universally recognised instrument for measuring quality of life been established.

Physical and material well-being is given more importance in Latvian society. The Central Statistical Bureau of Latvia does not mention subjective well-being and life satisfaction as one of the main indicators of quality of life in Latvia. In Eurostat Statistics Explained the overall subjective well-being of individuals is highlighted as possibly the only way to integrate the diversity of individuals' experiences, choices, priorities and values into quality of life measurements.

In knowledge-based economies, education is at the heart of economic growth. In Latvia, education is included in the Central Statistical Bureau's data collection among the most important quality of life indicators. According to statistics, the level of education influences the assessment of life satisfaction. In Latvia, the level of life satisfaction decreases most rapidly at the age of 45-54.

Lifelong learning includes both professional and personal development, covering all phases and aspects of the individual's life. Statistics show that adults with higher level of education experience higher level of participation in lifelong learning activities. Involvement in lifelong learning activities in mature years has a positive impact on the quality of life satisfaction of older people.

The information obtained in the study will be used to further study the aspect of lifelong learning in maintaining the quality of life of adults.

### Literatūra References

- Bowling, A. (2004). A Taxonomy and Overview of Quality of Life. In Brown, J., Bowling, A., Flynn, T. (Ed.), *Models of Quality of Life: A Taxonomy, Overview and Systematic Review of the Literature*. (pp. 6–77). European Forum on Population Ageing Research. Retrieved from <https://lemosandcrane.co.uk/resources/European%20Forum%20on%20Population%20Ageing%20Research%20-%20Models%20of%20Quality%20of%20Life.pdf>
- Centrālās statistikas pārvalde. (n.d.). *Dzīves kvalitāte*. Pieejams [https://www.csb.gov.lv/lv/statistika/statistikas-temas/socialie-procesi/dzives\\_kvalitate](https://www.csb.gov.lv/lv/statistika/statistikas-temas/socialie-procesi/dzives_kvalitate)
- Centrālās statistikas pārvalde. (2019). *Pērn ar savu dzīvi*. Pieejams [https://www.csb.gov.lv/lv/statistika/statistikas-temas/socialie-procesi/dzives\\_kvalitate/meklet-tema/2660-iedzivotaju-apsmierinatiba-ar-dzivi-2018](https://www.csb.gov.lv/lv/statistika/statistikas-temas/socialie-procesi/dzives_kvalitate/meklet-tema/2660-iedzivotaju-apsmierinatiba-ar-dzivi-2018)
- Eurofound. (2019). *Dzīves kvalitāte un publiskie pakalpojumi*. Retrieved from <https://www.eurofound.europa.eu/lv/topic/quality-of-life-and-public-services>
- Eurofound. (2019a). *Subjective well-being*. Retrieved from <https://www.eurofound.europa.eu/lv/topic/subjective-well-being>



- Eurostat. (2019). *About one third*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_education#About\\_one\\_third\\_of\\_those\\_aged\\_25-64\\_had\\_a\\_tertiary\\_degree\\_in\\_2017](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_education#About_one_third_of_those_aged_25-64_had_a_tertiary_degree_in_2017)
- Eurostat. (2019a). *Education in the context of quality of life*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_education#Education\\_in\\_the\\_context\\_of\\_quality\\_of\\_life](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_education#Education_in_the_context_of_quality_of_life)
- Eurostat. (2019b). *Life satisfaction by income and age groups*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_overall\\_experience\\_of\\_life#Life\\_satisfaction\\_by\\_income\\_and\\_age\\_groups](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_overall_experience_of_life#Life_satisfaction_by_income_and_age_groups)
- Eurostat. (2019c). *Life satisfaction in Europe*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_overall\\_experience\\_of\\_life#Life\\_satisfaction\\_in\\_Europe](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_overall_experience_of_life#Life_satisfaction_in_Europe)
- Eurostat. (2019d). *Overall life satisfaction in the context of quality of life*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_overall\\_experience\\_of\\_life#Overall\\_life\\_satisfaction\\_in\\_the\\_context\\_of\\_quality\\_of\\_life](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_overall_experience_of_life#Overall_life_satisfaction_in_the_context_of_quality_of_life)
- Eurostat. (2019e). *Quality of life indicators*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Quality\\_of\\_life\\_indicators](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Quality_of_life_indicators)
- Eurostat. (2019f). *Quality of life indicators – education*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_education](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_education)
- Eurostat. (2018). *Quality of life indicators – leisure and social interactions*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_leisure\\_and\\_social\\_interactions](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_leisure_and_social_interactions)
- Eurostat. (2019g). *Quality of life indicators - overall experience of life*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_overall\\_experience\\_of\\_life](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_overall_experience_of_life)
- Eurostat. (2018a). *Social interactions*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_leisure\\_and\\_social\\_interactions#Social\\_interactions](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_leisure_and_social_interactions#Social_interactions)
- Eurostat. (2019h). *10.9 % of those aged 25–64*. Retrieved from [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality\\_of\\_life\\_indicators\\_-\\_education#C2.A0.25\\_of\\_those\\_aged\\_25-64\\_attended\\_training\\_in\\_last\\_4\\_weeks](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_education#C2.A0.25_of_those_aged_25-64_attended_training_in_last_4_weeks)
- Ivanova, I. (2016). *Pieaugušo mācīšanās īpatnības*. Retrieved from <https://ec.europa.eu/epale/lv/resource-centre/content/pieauguso-macisanas-ipatnibas>
- Lieģeniece, D. (2002). *Ievads andragoģijā jeb mācīšanās “būt” pieaugušo vecumā*. Rīga: Raka.
- Proctor, C.L. (2014). Subjective well-being. From book Greydanus, D.E., Pratt, H.D. & Patel, D.R. (2013). *Health Promotion: Adolescent Well Being*. In: Michalos, A. (Ed.). *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*. (pp 2735-2743). Netherlands: Springer. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/263919613\\_Subjective\\_well-being](https://www.researchgate.net/publication/263919613_Subjective_well-being)
- Svence, G., & Majors, M. (2016). Labizjūtas saistība ar dzīvesstāvēšanu un vecumu pieaugušo izlasēs. *Latvijas Universitātes raksti*, 810, 57-69.