

**LATGALES SENIORU APMIERINĀTĪBA AR DZĪVI KĀ  
VIENS NO DZĪVES KVALITĀTES RĀDĪTĀJIEM**  
*Latgale Seniors' Satisfaction with Life as One of the Indicators of  
Quality of Life*

**Svetlana Ušča**

**Velta Ļubkina**

**Aivars Kaupužs**

Rēzeknes Augstskola

Personības socializācijas pētījumu institūts

**Abstract.** *Aging rates and pace of Latvia population are higher and more rapid, the number of people over the working age increases. In this context, such questions as how to prolong their economic and socially active life period appear. One of the solutions would be to create opportunities to increase seniors' satisfaction with life by improving the quality of life according to their needs.*

*Objective of the paper is to study indicators of seniors' quality of life and analyze Latgale seniors' satisfaction with life.*

*Latgale seniors' satisfaction with life is viewed taking into consideration the overall level of national wealth; results of the survey that was carried out within the framework of the project "Evaluation toolkit on seniors education to improve their quality of life" are analyzed.*

**Keywords:** *seniors, quality of life, satisfaction with life.*

## **Ievads**

### ***Introduction***

Latvijā darbojas Attīstības plānošanas sistēmas likums (2009), kura mērķis ir sekmēt valsts ilgtspējīgu un stabilu attīstību, kā arī iedzīvotāju dzīves kvalitātes uzlabošanu. Līdz ar to aktualizējas jautājums, kā apmierināt pašreizējās paaudzes vajadzības sociālajos, ekonomiskajos un ekoloģiskajos aspektos, neradot draudus nākamajām paaudzēm (Grīnfelde, 2010). Risinājumu meklējumus sarežģī fakts, ka samazinās Latvijas iedzīvotāju skaits: 2011.gada tautas skaitīšanas dati liecina, ka vienpadsmit gadu laikā iedzīvotāju skaits samazinājies par 309,5 tūkst. jeb 13%. Iedzīvotāju skaita attiecība starp vecuma grupām liecina, ka palielinās iedzīvotāju vidējais mūža ilgums (Reģionu attīstība, 2012). 2011. gadā dzimušo iedzīvotāju vidējais paredzamais mūža ilgums ir 74,0 gadi, vīriešiem - 68,8 gadi, sievietēm - 78,7 gadi (Demogrāfiskās statistikas galvenie rādītāji 2011.gadā). Mūža ilguma palielināšanās un zemā dzimstība liecina par sabiedrības novecošanos. Pēc demogrāfu prognozēm 2030.gadā apmēram 57% Latvijas iedzīvotāju būs ārpus ekonomiski aktīvā vecuma, tātad sociāli atkarīgi no pārējiem. Salīdzinājumam – šodien tādi ir tikai 45% (Sabiedrības līdzdalības projekts "Latvija 2030. Tava izvēle"). Arvien lielākas kļūst sabiedrības bažas par to, vai varēs visiem pensijas vecuma

iedzīvotājiem garantēt cieņas pilnu dzīvi jeb augstu dzīves kvalitāti (*Grīnfelde, 2010*).

Pētījumos (ikgadējais Eirobarometrs, Bela & Tisenkopfs, 2006; Brown & Brown, 2003; Grīnfelde, 2010; Upmale, 2010 u.c.) tiek analizēta dzīves kvalitāte, kas ir atkarīga no cilvēka radošas pieejas dzīvei, rīcībspējas un praktiskās darbības (Bela & Tisenkopfs, 2006) un par kuru liecina labklājība, to raksturo nodarbinātība, materiālā nodrošinātība, fiziskā un sociālā drošība un ilgtspēja, ko nodrošina izglītība, veselība, līdzdalība sabiedriskajos procesos, situācija ģimenē (Kože, 2011).

Nemot vērā Latvijas demogrāfisko situāciju, nepieciešams lielāku vērību pievērst gados vecāko iedzīvotāju iesaistīšanai dažādās aktivitātēs, nodrošinot pēc iespējas ilgāku ekonomiski un sabiedriski aktīvo dzīves periodu, tādējādi sekmējot ne tikai viņu līdzdalību sabiedriskajās norisēs, bet arī mazinot ekonomiskās un sociālās atšķirības starp dažādām iedzīvotāju grupām.

Pētījuma mērķis – izpētīt senioru dzīves kvalitātes rādītājus un analizēt Latgales senioru apmierinātību ar dzīvi.

## **Literatūras analīze** *Literature Analysis*

Latvija ir starp tām valstīm, kur novecošanās rādītāji ir augstāki un tempi straujāki nekā vidēji ES dalībvalstīs (Grīnfelde, 2010). 2012.gada sākumā vidējā demogrāfiskā slodze Latvijas pilsētās bija 540,1 – tas nozīmē, ka uz 1000 darbības vecuma iedzīvotājiem bija 540,1 cilvēks līdz darbības vecumam un virs darbības vecuma. Novadu pašvaldībās vidējā demogrāfiskā slodze bija 519,4. 2012.gadā 20,9 % Latvijas iedzīvotāju bija virs darbības vecuma (Reģionu attīstība, 2012). Statistikas dati liecina, ka gados vecākie cilvēki dzīvo Rīgā un Latgalē. Tieši šeit ir arī zemākais bērnu īpatsvars - 13,3 %. Latgalē, kas ir raksta autoru uzmanības centrā, ir visaugstākais pensijas vecuma iedzīvotāju īpatsvars - 23,3 % (Demogrāfiskās statistikas galvenie rādītāji 2011.gadā).

Pētījumos par mūža ilgumu un aktivitāti senioru vecumā, uzmanības centrā ir jautājums par dzīves kvalitāti (quality-of-life). Jēdziena pirmsākumi meklējami ASV 20.gadsimta 60.gados, kad ASV nacionālās aeronautikas un kosmosa pārvalde (NASA) veica pētījumus par kosmosa programmu ietekmi uz sabiedrību un Raimonds Bauers ieviesa terminu *sociālie indikatori* (Noll, 2002). Tomēr arī pēc vairākiem gadu desmitiem nav vienotības jēdziena *dzīves kvalitāte* un tā raksturojošo indikatoru definējumā. Tiek runāts par objektīviem un subjektīviem indikatoriem. Objektīvi indikatori atspoguļo sociālos faktus neatkarīgi no personas novērtējumiem (bezdarba līmenis, nabadzības līmenis), tie palīdz izdarīt secinājumus, vai ārējās ietekme ir labvēlīga vai nelabvēlīga, salīdzinot patiesos apstākļus ar normatīvajiem kritērijiem, vērtībām, mērķiem (Kulkarni, 2012). *Subjektīvie indikatori* balstās uz psiholoģisko reakciju,

apmierinātību ar dzīvi vai konkrētām tās sfērām (Grīnfelde, 2010) un attiecas uz konstrukta “subjektīvā labklājība” kognitīvo komponentu (Diener, 1984). Tas ir apzināts, subjektīvs savas dzīves kvalitātes novērtējums (Upmale, 2010).

Analizējot dažādu autoru (Brown & Brown, 2003; Ferrell, 2005; Krišjāne, 1998; Oort, 2005; Sumner, 2004) definējumus ilgtspējīgas attīstības kontekstā, var secināt, ka *dzīves kvalitāte ir integrāls, multidimensionāls un tai pašā laikā sensitīvs koncepts, kurā vērojama sinerģija starp objektīviem un subjektīviem komponentiem; sociāliem un individuāliem faktoriem un kas nodrošina indivīdam iespējas līdzdarboties svarīgu lēmumu pieņemšanas procesos dažādos līmeņos.*

Kopš 20.gs. 60.gadiem veikti daudzi sabiedrības vai kādas tās daļas dzīves kvalitātes pētījumi (Diener, 1984; Bela & Tisenkopfs, 2006; Brown & Brown, 2003; Grīnfelde, 2010; Stutzer & Frey, 2004; Upmale, 2010 u.c.) Ja agrīnajos pētījumos lielāka uzmanība tika veltīta objektīvajiem indikatoriem, tad vēlākajos pētījumos akcentēts cilvēku subjektīvais dzīves pašnovērtējums, pievēršot uzmanību tādiem subjektīvajiem indikatoriem kā indivīda personiskā attieksme, pašsajūta (Halpern, 1993).

Latvijā dzīves kvalitātes pētījumiem pievēršas tikai pēc neatkarības atgūšanas. Atsevišķi pētījumi (Grīnfelde, 2010) liecina, ka seniori ir viena no visapdraudētākajām iedzīvotāju grupām un, salīdzinot ar citām iedzīvotāju grupām, ir mazāk apmierināti ar dzīves kvalitāti. Neapmierinātāki ir tikai bezdarbnieki. Daļā sabiedrības pat izveidojusies stigma – pensionāri ir visnabadzīgākā, neapmierinātākā un atstumtākā sabiedrības daļa. Bieži to saista ar valsts kopējo labklājības līmeni. Noteiktais labklājības indekss 2012.gadā ierindojis Latviju 47.vietā (Legatum Institute, 2012). Latvijā ir visaugstākais Džini koeficients ES valstīs un Baltijas valstīs (augstāks Džini koeficients liecina par lielāku nevienlīdzību ienākumu sadalē), viszemākais IKP lielums uz vienu iedzīvotāju pēc pirktspējas paritātes standarta Baltijas valstīs, augstākā IKP uz vienu iedzīvotāju reģionālā dispersija Baltijas valstīs (Eurofound, 2012). Pēdējie apkopotie statistikas dati par 2011.gadu liecina, ka Latgalē, salīdzinot ar pārējiem Latvijas reģioniem, stāvoklis ir kritiskāks: patēriņš uz vienu ģimenes locekli mēnesī sastāda 145.82 Ls. Salīdzinājumam Rīgas reģionā – 231.83 Ls (Statistika, 2012).

Valsts ekonomiskā situācija sinerģē ar izmaiņām senioru sociālajā statusā. Aizejot pensijā, mainās sociālās lomas („ģimenes galva” - „vectētiņš” - „strādājošais” - „pensionārs”), pazeminās aktivitātes līmenis un ietekme sociālajā un ekonomiskajā sfērā (Reinfelde, 2011). Ekonomiskās krīzes un ar tās sekām saistīto procesu (inflācijas paaugstināšanās, personīgo ienākumu samazināšanās, veselības pakalpojumu nepieejamība u.tml.) rezultātā iedzīvotāji spiesti samazināt savas materiālās vajadzības un mobilitāti. Tas veicina apmierinātības līmeņa pazemināšanos (Howel & Howel, 2008; Stutzer & Frey, 2004). Tomēr ir arī pētījumi, ka ne vienmēr, palielinoties vecumam, palielinās

problēmas un pazeminās dzīves kvalitāte (Wray, 2003). Seniori ir iemācījušies izvīrīt adekvātus mērķus, kuru sasniegšana pastiprina pozitīvās emocijas (Carstensen & Charles, 1998). Līdz ar to pozitīvo subjektīvo izjūtu par dažādām dzīves sfērām summa un mijiedarbības ar sociālo vidi kvalitāte daudz vairāk ietekmē apmierinātību par dzīves kvalitāti nekā valsts kopējais labklājības līmenis, nekā (Diener, 1984; Ranzijn, 2002; Saris, 2001).

### **Pētījuma rezultātu analīze** *Analysis of the Research Results*

Eiropas Savienības Mūžizglītības projekta „Senioru izglītība un dzīves kvalitātes uzlabošana” „QEDUSEN” (518227-LLP-1-2011-1-ES-GRUNDTVIG-GMP) ietvaros Rēzeknē un novadā tika aptaujāts 31 respondents vecumā no 60 gadiem, t.s. 5 respondentiem bija 80 un vairāk gadu. Ņemot vērā respondentu kopu un dzīves ilguma rādītājus Latvijā, tikai 7 no respondentiem bija vīrieši. 12 respondenti dzīvoja pilsētā, pārējie laukos. Respondentiem bija dažāds izglītības līmenis – gan tādi, kuri nebija ieguvuši pamatizglītību (3 gadījumi), gan ar augstāko izglītību (6 gadījumi). Šādas respondentu atšķirības ļauj iegūt daudzpusīgākus skatījumus uz personīgās dzīves kvalitāti, bet atbilžu vidējie rādītāji - precīzāku kopainu. Tas pierāda, ka seniora personiskā attieksme, pašsajūta kā subjektīvais indikators nav pakļauta pensiju lielumam vai dzīvokļa/mājas komfortam. Tā saistīta fizisko, psiholoģisko un emocionālo labklājību, kad, kā liecina rezultāti, nozīmīga ir spēja rūpēties par sevi, ticība un sabiedrisko pakalpojumu pieejamība.

Respondentiem tika piedāvāts, pirmkārt, atzīmēt dominējošās vērtības, kas viņuprāt nepieciešamas dzīves kvalitātei, un, otrkārt, novērtēt personīgo apmierinātību ar dzīvi dažādās sfērās (fiziskā un emocionālā labklājība, attiecību kvalitāte utt.), izmantojot Likerta skalu

Rezultātu apstrāde SPSS programmā liecina, ka atbilstoši vidējai vērtībai senioriem dominējošo vērtību pirmajā trijniekā ir ‘fiziskā labklājība’ (Mean=5,8), ‘savstarpējās attiecības un ģimenes, draugu atbalsts’ (Mean=4,97) un ‘psiholoģiskā un emocionālā labklājība’ (Mean=4,40). Valsts labklājības līmeni un sociālo aktivitāti raksturojošās vajadzības konkrētajai senioru kopai nav dominējošās (piemēram, ‘finansiālais nodrošinājums’ Mean=3,33, bet ‘iekļaušanās sabiedrībā un piedalīšanās aktivitātēs’ Mean=2,40). Iespējams, ka finansiālā aspekta neakcentēšana saistāma ar atziņām, ka gados vecāki cilvēki iemācījušies plānot savas finanses, līdz ar to uzmanības centrā izvīrās savstarpējo attiecību kvalitāte un veselības stāvoklis (Yahaya u.c., 2010).

Rezultātu analīze liecina, ka, izvēloties dominējošās vērtības, pastāv statistiski nozīmīgas atšķirības atkarībā no dzīvesvietas, nodarbinātības un izglītības līmeņa, savukārt atkarībā no vecuma, dzimuma un ģimenes stāvokļa atšķirības netika konstatētas. Piemēram, būtiskas atšķirības atkarībā no

dzīvesvietas ( $p=0,015$ ) un izglītības ( $p=0,047$ ) konstatētas ‘finansiālais nodrošinājums’ novērtējumā – daudz svarīgs tas ir pilsētā dzīvojošajiem senioriem (Mean Rank=21,50) un senioriem, kuriem nav pamatskolas izglītības (Mean Rank=28,00) vai ir pamatskolas izglītība (Mean Rank=21,56), ranga zemākā vērtība ir senioriem ar maģistra grādu (Mean Rank=7,50) un tiem, kuri dzīvo ciematos (Mean Rank=11,04). To var pamatot ar L.Sousa un S. Lyubomirsky (2001) pētījuma secinājumu, ka augstāks izglītības līmenis nodrošina augstākus ienākumus un dzīves līmeni. Autori uzskata, ka izglītības līmenis arī bieži nosaka prevalējošās vērtības indivīda pasaules uztverē un vēlmju un gaidu atbilstību reālajām iespējām. Abi minētie faktori ietekmē senioru apmierinātību ar dzīves kvalitāti.

Dzīves kvalitātes novērtēšanai dažādās sfērās tika izmantota 10 punktu skala, kur 1 nozīmē „slikti”, bet 10 – „lieliski”. Anketēšanā iegūtais vidējais vērtējums redzams 1.attēlā.



1.attēls. *Senioru sniegtais vidējais vērtējums dažādām dzīves sfērām*  
Fig. 1 *Seniors' average rating of various spheres of life*

Seniori visaugstāk novērtē sociāli emocionālo atbalstu – 7,37 (t.i., ir cilvēks, kuram varat uzticēties vai no kura varat saņemt atbalstu), savstarpējās attiecības - 7,2 (t.i., labas attiecības ģimenē, ar draugiem un grupā) un garīgo piepildījumu – 7,17 (t.i., ticības sajūta, reliģiozitāte un ticība citai dzīvei).

Analizējot rezultātus SPSS programmā, dzīves kvalitātes pašnovērtējumos atšķirības tika konstatētas tikai atkarībā no izglītības: fiziskās labklājības jomā ( $p=0,30$ ), neatkarības ( $p=0,041$ ) jomā (t.i. spējas realizēt ikdienas uzdevumus un patstāvīgi pieņemt lēmumus) ( $p=0,044$ ) un personīgā piepildījuma jomā. Visos gadījumos augstāks pašnovērtējums ir senioriem ar augstāko izglītību, viszemākais – senioriem ar pamatskolas izglītību. Var secināt, ka seniori ar zemāku izglītības līmeni ir vairāk sociāli apdraudēti. Aktīvajā dzīves posmā viņu ienākumi vairums gadījumos bija zemāki nekā līdzgaitniekiem ar augstāko

izglītību (Sousa & Lyubomirsky, 2001), kas ietekmēja uzkrājumu un pensiju apjomu. Līdz ar to iespējas pašrealizēties un apmierināt materiālās, intelektuālās un emocionālās vajadzības, būt mobiliem un baudīt plašu pozitīvo emociju spektru ir ierobežotas. Viņiem grūtāk piemēroties pārmaiņām (Mean=4,93), tādu dzīves sfēru kā apmierinātība ar fizisko labklājību (Mean = 5,75), vides apzināšanās (Mean=6,03) un personīgā piepildījuma (Mean=6,13) novērtējums.

Latgales reģiona senioru anketēšanas rezultāti liecina, ka apmierinātībai ar dzīvi pastāv cieša saistība ar respondentu fizisko veselību un izglītības līmeni. Veicot pasākumus senioru izglītībā, tai skaitā sniedzot zināšanas par iespējām ilgāk saglabāt fizisko veselību, iespējams uzlabot vidējos senioru dzīves kvalitātes pašnovērtējumus. Tomēr sekmīgam problēmu risinājumam nepieciešami turpmākie pētījumi, kuru rezultātā varētu izvērtēt senioru izglītības vajadzības, saturu un pieejas tā realizācijai.

### **Secinājumi** **Conclusions**

1. Dzīves kvalitāte tiek definēta kā integrāls, multidimensionāls un tai pašā laikā sensitīvs koncepts, kurā vērojama sinerģija starp objektīviem un subjektīviem komponentiem; sociāliem un individuāliem faktoriem un kas nodrošina indivīdam iespējas līdzdarboties svarīgu lēmumu pieņemšanas procesos dažādos līmeņos.
2. Latgales senioriem dominējošo vērtību pirmajā trijniekā ir ‘fiziskā labklājība’ (Mean=5,8), ‘savstarpējās attiecības un ģimenes, draugu atbalsts’ (Mean=4,97) un ‘psiholoģiskā un emocionālā labklājība’ (Mean=4,40). Valsts labklājības līmeni un sociālo aktivitāti raksturojošās vajadzības konkrētajai senioru kopai nav dominējošas.
3. Novērtējot dažādas dzīves sfēras, augstāks vidējais pašnovērtējums ir sociāli emocionālajam atbalstam (t.i., ir cilvēks, kuram varat uzticēties vai no kura varat saņemt atbalstu, Mean=7,37), savstarpējām attiecībām – (t.i., labas attiecības ģimenē, ar draugiem un grupā, Mean=7,2) un garīgajam piepildījumam (t.i., ticības sajūta, reliģiozitāte un ticība citai dzīvei, Mean=7,17).
4. Latgalē apmierinātību ar dzīves kvalitāti ietekmē senioru izglītības līmenis – tas nodrošina augstākus ienākumus un bieži nosaka prevalējošās vērtības indivīda pasaules uztverē un vēlmju un gaidu atbilstību reālajām iespējām. Tikai atkarībā no izglītības dzīves kvalitātes pašnovērtējumos tika konstatētas atšķirības fiziskās labklājības jomā ( $p=0,30$ ), neatkarības ( $p=0,041$ ) jomā (t.i. spējas realizēt ikdienas uzdevumus un patstāvīgi pieņemt lēmumus) ( $p=0,044$ ) un personīgā piepildījuma jomā.
5. Latgales seniori ar zemāku izglītības līmeni ir vairāk sociāli apdraudēti, tādēļ nepieciešama diskusija kā rast finansējumu un kāda veidā, organizējot

izglītības pasākumus, varētu uzlabot senioru apmierinātību dažādās dzīves jomās.

6. Veicot pasākumus senioru izglītībā, tai skaitā sniedzot zināšanas par iespējām ilgāk saglabāt fizisko veselību, iespējams uzlabot senioru dzīves kvalitāti un vidējos pašnovērtējuma rādītājus. Tas nosaka turpmāko pētījumu par senioru izglītības formām, metodēm un saturu nepieciešamību.

## **Kopsavilkums** *Summary*

Objective of the paper is to study indicators of seniors' quality of life and analyze Latgale seniors' satisfaction with life.

In the result of literature analysis (Brown & Brown, 2003; Ferrell, 2005; Krišjāne, 1998; Oort, 2005; Sumner, 2004), quality of life is defined as an integral, multidimensional, and sensitive concept where synergy between objective and subjective components, social and individual factors is seen. It provides an opportunity for individuals to participate in important decision-making processes at different levels. By analyzing the social and economic situation in Latvia, the authors assume that seniors' satisfaction with quality of life may be affected by the overall level of welfare in synergy with changes in seniors' social status, subjective sense of the various spheres of life and the amount of interaction with the social environment. However, the survey of Latgale seniors shows that satisfaction with life is closely associated with respondents' physical health and education level. Seniors' top three dominant values are 'physical well-being' (Mean=5.8), 'good relationships with family members, friends and group members' (Mean= .97) and 'psychological and emotional well-being' (Mean=4.40). Needs characterizing national welfare and social activity do not dominate for this specific group of seniors. Assessing different spheres of life, socio-emotional support (Mean=7.37), mutual relationships (Mean=7.2) and spiritual fulfilment (Mean=7.17) have the highest average self-assessment. In self-assessments of quality of life, there were found differences depending on education level in physical well-being ( $p=0.30$ ), independency ( $p=0.041$ ) (i.e. the ability to perform daily tasks and make decisions independently) ( $p=0.044$ ) and in the field of personal fulfilment. Any differences depending on the age, place of residence and family status were not found.

It is concluded that satisfaction with life has a close connection with respondents' physical health and education level. It is possible to improve seniors' quality of life and average indicators of self-assessment by education activities for seniors, including lessons about maintaining physical health.



**"Evaluation toolkit on seniors education to  
improve their quality of life"**  
Project  
No 518227-LLP-1-2011-1-ES-GRUNDTVIG-GMP



**Šis projekts tika finansēts ar Eiropas Komisijas atbalstu. Šī publikācija atspoguļo vienīgi  
autora uzskatus, un Komisijai nevar uzlikt atbildību par tajā ietvertās informācijas jebkuru  
iespējamo izlietojumu.**

### Literatūra Bibliography

1. Ābelītis, A. Klientu vajadzību psiholoģija. Pieejams: <http://www.perfectsales.lv/klientu-vajadzibu-psihologija> (skatīts 14.12.2012.)
2. *Attīstības plānošanas sistēmas likums.* Pieejams: <http://www.likumi.lv/doc.php?id=175748> (skatīts 04.02.2013.)
3. Bela, B., Tisenkopfs, T. (2006). *Dzīves kvalitāte Latvijā.* Rīga: Zinātne.
4. Brown, I., Brown, I.R. (2003). Quality of life and disability: an approach for community practitioners, *Jessica Kingsley Publishers Ltd.*
5. Carstensen, L. L., & Charles, S. T. (1998). Emotion in the second half of life. *Current Directions in Psychological Science*, 7, 144-149.
6. Dalke, M. (2012). *Kad cilvēks no „jauna cilvēka” kļūst par „vecu” jeb kāda ir iedzīvotāju attieksme pret sabiedrības novecošanos.* Pieejams: [http://www.tns.lv/newsletters/2012/32/?category=tns32&id=social\\_novecosanas](http://www.tns.lv/newsletters/2012/32/?category=tns32&id=social_novecosanas) (Skatīts 17.01.2013.)
7. Demogrāfiskās statistikas galvenie rādītāji 2011.gadā. Pieejams: <http://www.csb.gov.lv/demografiskas-statistikas-galvenie-raditaji-2011gada>
8. Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, Vol 95(3), 542-575. Pieejams: <http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=buy.optionToBuy&uid=1984-23116-001> (Skatīts 07.02.2013.)
9. *Eiropabarometrs.* Pieejams: <http://www.europarl.europa.eu/aboutparliament/lv/00191b53ff/Eurobarometer.html> (skatīts 13.02.2013.)
10. *Eurofound (2012), Third European Quality of Life Survey - Quality of life in Europe: Impacts of the crisis.* Publications Office of the European Union, Luxembourg. Pieejams: <http://www.eurofound.europa.eu/pubdocs/2012/64/en/1/EF1264EN.pdf> (Skatīts 31.01.2013.)
11. Ferrell, B. (1995). The impact of pain on quality of life. A decade of research. *The Nursing Clinics of North America*, 30(4), 609.
12. Ferri, C.P., Prince, M., Brayne, C., Brodaty, H., Fratiglioni, L., Ganguli, M., Hall, K., Hasegawa, K., Hendrie, H., Huang, Y., Jorm, A., Mathers, C., Menezes, P.R., Rimmer, E., Sczeszka, M. (2005) Alzheimer's Disease International. Global prevalence of dementia: a Delphi consensus study [online]. *Lancet*, Vol.366(9503), P.2112-2117.
13. Grīnfelde, A. (2010). *Pensionāru dzīves kvalitāte Latvijas reģionos.* Promocijas darbs. Pieejams: [http://llufb.llu.lv/disertacijas-aizstavesanai/economics/Anda\\_Grinfelde\\_promocijas\\_darbs\\_aizstavesanai\\_LLU\\_EF\\_2010\\_biblioteka.pdf](http://llufb.llu.lv/disertacijas-aizstavesanai/economics/Anda_Grinfelde_promocijas_darbs_aizstavesanai_LLU_EF_2010_biblioteka.pdf) (Skatīts 8.01.2013.)
14. Halpern, A. S. (1993). Quality of Life as a Conceptual Framework for Evaluating Transition Outcomes. *Exceptional Children*, 59, 486-498.



15. Howell, R.T., Howell, C.J.(2008). The relation of economic status to subjective well-being in developing countries: A meta-analysis. *Psychological Bulletin* , Vol 134(4), 536-560. Pieejams <http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=buy.optionToBuy&id=2008-08177-006> (skatīts 07.02.2013.)
16. Koķe T. *21.gadsimta kompetences dzīves kvalitātei*. Rīga, 2011. Pieejams: [http://www.riimc.lv/files/Prof\\_Koke1](http://www.riimc.lv/files/Prof_Koke1). (skatīts 23.01.2013.)
17. Krišjāne, Z. (1998). *Dzīves kvalitātes teritoriālo atšķirību izpēte Latvijā*. Promocijas darba kopsavilkums. Rīga, Latvijas Universitāte.
18. Kulkarni, V.V. (2012) Discourse on Social Indicators- Its Nature and Significance *Indian Streams Research Journal Volume 2, Issue. 8*, From: [www.isrj.net](http://www.isrj.net) (retrieved 22.01.2013.)
19. Liepiņa S. (1998). *Gerontoloģijas psiholoģiskie aspekti*. Rīga: RaKa.
20. Noll, H.H. (2002). Social indicators and quality of life research: background, achievements and current trends., in N.Genov (ed). *Advances in Sociological Knowledge over Half a Century*. Paris: International Social Science Council
21. Oort, F. (2005). Using structural equation modeling to detect response shifts and true change. *Quality of Life Research*, 14(3), 587-598.
22. Ranzijn, R. (2002). The Potential of Older Adults to Enhance Community Quality of Life: Links between Positive Psychology and Productive Aging. In *Ageing International*. Vol. 27, No. 2. pp. 30–55. Pieejams: <http://search.epnet.com> (skatīts 28.12.2012.).
23. *Reģionu attīstība 2011*. (2012). Pieejams: <http://www.vraa.gov.lv/lv/petnieciba/petijumi/> (skatīts 05.02.2013.)
24. Reinfelds, D. (2011). *Saskaņā ar sevi. Veselības ābecīte senioriem. Rokasgrāmata visiem, kuri vēlas izkopt vienkāršus ikdienas ieradumus veselības nostiprināšanai un slimību profilaksei*. Jelgava, Zemgales reģiona kompetenču attīstības centrs, 5.-15.lpp.
25. Sabiedrības līdzdalības projekts "Latvija 2030. Tava izvēle" Pieejams:<http://www.latvija2030.lv/page/12> (skatīts 21.01.2013.)
26. Sumner, A. (2004). Economic Well-being and Non-economic Well-being. A Review of the Meaning and Measurement of Poverty. Pieejams: [http://www.wider.unu.edu/publications/working-papers/research-papers/2004/en\\_GB/rp2004-030/files/78091742604493957/default/rp2004-030.pdf](http://www.wider.unu.edu/publications/working-papers/research-papers/2004/en_GB/rp2004-030/files/78091742604493957/default/rp2004-030.pdf) (skatīts 21.01.2013.).
27. Saris, W. E. (2001). The Strength of the Causal Relationship between Living Conditions and Satisfaction. In *Sociological Methods & Research*. 2001. Vol. 30:11. SAGE Publications: London. Pieejams: <http://smr.sagepub.com/cgi/reprint/30/1/11>. (Skatīts 01.02.2013.).
26. Sousa, L., Lyubomirsky, S. (2001). Life satisfaction. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of womenand gender: Sex similarities and differences and the impact of society on gender*. San Diego, CA: Academic Press, 2, 667-676.
27. Statistika. Pieejams: <http://data.scb.gov.lc/> (Skatīts 31.01.2013.)
28. Stutzer, A., Frey, B.S. (2004.) Reported subjective well-being: a challenge for economic theory and economic policy. *Journal of Applied Social Science Studies*, 124(2), 191-231. Pieejams: <http://ideas.repec.org/p/cra/wpaper/2003-07.html> (skatīts 09.01.2013.)
29. The Economist Intelligence Unit's quality-of-life index (2005). Pieejams: [http://www.economist.com/media/pdf/QUALITY\\_OF\\_LIFE.pdf](http://www.economist.com/media/pdf/QUALITY_OF_LIFE.pdf) (skatīts 10.01.2013.)
30. The 2012 Legatum Prosperity Index (2012) Pieejams: [http://www.prosperity.com/Content/Download/PI2012\\_Brochure\\_Final\\_Web.pdf](http://www.prosperity.com/Content/Download/PI2012_Brochure_Final_Web.pdf) (skatīts 31.01.2013.).

31. Upmale, A. (2010). *Apmierinātību ar dzīvi prognozējošie faktori: kvantitatīva un kvalitatīva analīze. Promocijas darbs.* Pieejams: <https://luis.lanet.lv/pls/pub/wct.doktd?l=1> (skatīts 7.01.2013.)
32. Yahaya, N., Abdullah, S.S., Momtaz, Y.A., Hamid, T.A. (2010). Quality of Live of Older Malaysians Living Alone. *Educational Gerontology*, 36, pp. 893–906 Pieejams: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03601271003609009> (skatīts 14.02.2013.)
33. Wray, Sh. (2003). Women Growing Older: Agency, Ethnicity and Culture. In *Sociology*. Vol. 37:511. SAGE Publications: London. Pieejams: <http://soc.sagepub.com/cgi/reprint/37/3/511> (Skatīts 15.01.2013.).

<b>Svetlana Ušča</b>	Rēzeknes Augstskola, Personības socializācijas pētījumu institūts Atbrīvošanas 115, Rēzekne, LV-4601 e-pasts: Svetlana.usca@ru.lv tel.: + 371 27872568
<b>Velta Ļubkina</b>	Rēzeknes Augstskola, Personības socializācijas pētījumu institūts Atbrīvošanas 115, Rēzekne, LV-4601 e-pasts: <a href="mailto:velta@ru.lv">velta@ru.lv</a> Tel. +371 26121040
<b>Aivars Kaupužs</b>	Rēzeknes Augstskola, Personības socializācijas pētījumu institūts Atbrīvošanas 115, Rēzekne, LV-4601 e-pasts: <a href="mailto:aivars.kaupuzs@inbox.lv">aivars.kaupuzs@inbox.lv</a> tel.: +371 29265418