



SATYSFAKCJA ŻYCIOWA

osób starszych



ZADOWOLENIE Z ŻYCIA

JAKOŚĆ ŻYCIA

POMYŚLNE / POZYTYWNE STARZENIE SIĘ

DOBROSTAN



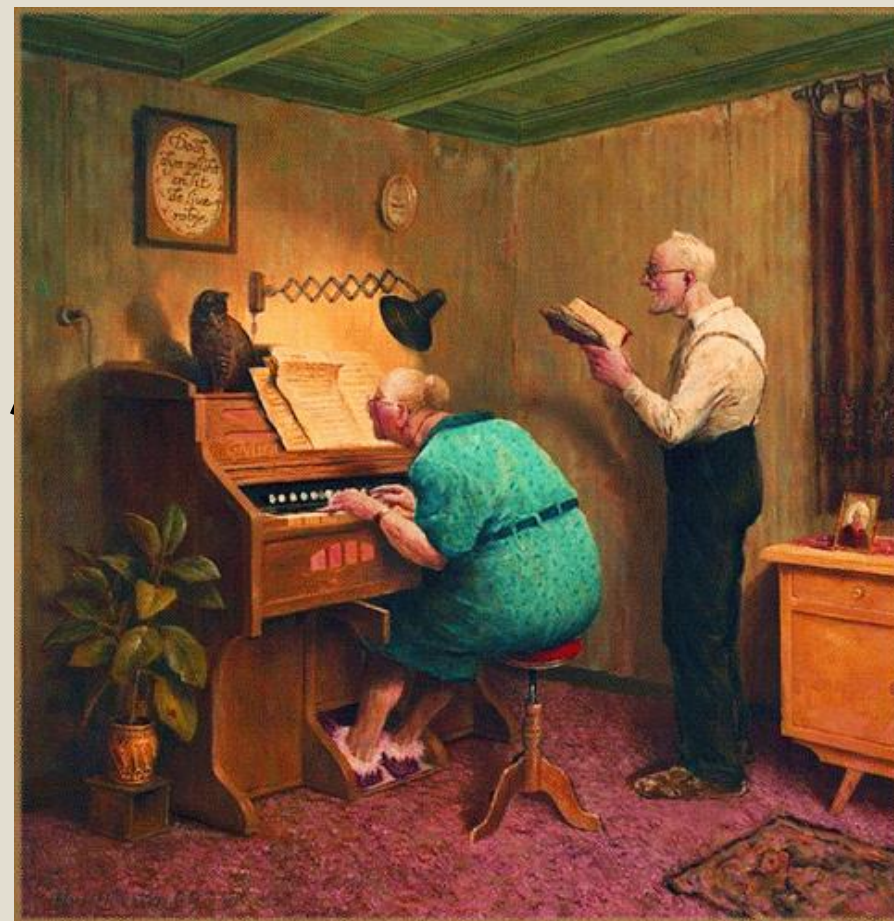
AFIRMOWANIE ŻYCIA

ODCZUWANIE ZADOWOLENIA

POZYTYWNE NASTAWIENIE
DO SIEBIE, ŚWIATA I LUDZI

Zdrowie

- Zdrowie fizyczne,
- Sprawność i funkcjonowanie,
- Sprawność psychiczna i poznawcza,
- Poczucie celu
- Samoakceptacja
- Realna samoocena



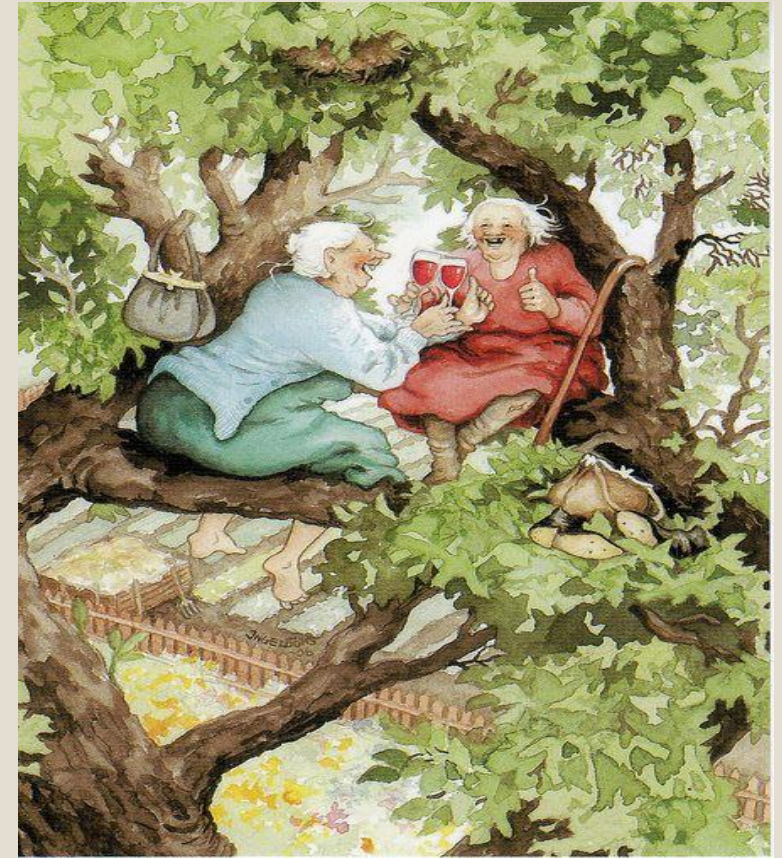
Poczucie bezpieczeństwa

- Warunki życia
- Zabezpieczenie finansowe
- Poczucie podążania
za rozwojem
cywilizacyjnym i społecznym



Zasoby psychiczne

- Radzenie sobie
- Poczucie humoru i dystans do siebie
- Umiejętność przeżywania pozytywnych emocji
- Zdolność do wchodzenia w nowe znajomości
- Podtrzymywanie istniejących
- Otwartość na świat i ludzi
- Chęć uczenia się i poznawania nowego
- Odnajdywanie znaczenia w życiu



Relacje społeczne

- Związki bliższe, dalsze, przyjaźnie
- Otoczenie sąsiedzkie
- Odczuwanie wsparcia
- Podejmowanie współdziałania
- Uczestnictwo w grupach i wspólnotach
- Zakorzenienie i identyfikacja
- Autonomia i bunt



Aktywność

- Działanie
- Produktywność
- Rozwój osobisty
- Pozytywny styl życia
- Uczenie się, dbanie o zainteresowania,
- Uprawianie hobby
- Nierutynowe celebrowanie codzienności





SZTYWNOŚĆ

NEGATYWNOŚĆ

EGOCENTRYZM

MARTWIENIE SIĘ

ŻAL