

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของครูโรงเรียนเอกชนจังหวัดนนทบุรี เป็นการวิจัยเพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงานของครูโรงเรียนเอกชนในจังหวัดนนทบุรี ซึ่งนำไปสู่การสร้างรูปแบบและแนวทางการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้ครูโรงเรียนเอกชนและผู้ประกอบอาชีพรับจ้างในภาคเอกชนใช้เป็นแนวทางในการการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และเป็นแนวทางให้หน่วยงานต้นสังกัด(ภาคเอกชน) ภาครัฐ ตลอดจนหน่วยงานอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องใช้วางแผนสนับสนุนและจัดโปรแกรมกิจกรรมต่างๆ เพื่อที่จะส่งเสริมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุได้ตรงตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงประยุกต์ (Applied Research) เพื่อมุ่งศึกษาและสร้างรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของครูโรงเรียนเอกชนสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี ใน 5 ด้าน คือ ด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา โดยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยทั้งเชิงปริมาณโดยใช้แบบสอบถาม และเชิงคุณภาพด้วยวิธีการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการ เพื่อนำข้อมูลทั้งในเชิงกว้างและลึกมาประมวลสร้างรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในแต่ละช่วงอายุ และนำรูปแบบดังกล่าวมาให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาความเหมาะสมโดยใช้กระบวนการสนทนากลุ่ม (Focus group)

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ ครูโรงเรียนเอกชนสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี ช่วงแรกเป็นการศึกษาเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างคือ ครูโรงเรียนเอกชนสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี จำนวน 360 คน จาก 3 โรงเรียน คือ โรงเรียนการัญศึกษา โรงเรียนชลประทานวิทยา และโรงเรียนสารสาสน์วิเทศบางบัวทอง ซึ่งได้มาจากการใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Stratified) ช่วงที่สองซึ่งเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่างคือ ครูโรงเรียนเอกชนในจังหวัดนนทบุรี โดยแบ่งเป็น 2 ช่วงอายุคือ ช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ (อายุไม่เกิน 55 ปี) กับช่วงอายุใกล้เกษียณ (อายุ 55 ปีขึ้นไป) และผู้ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้บริหารโรงเรียนเอกชน ตัวแทนจากสำนักงานเขตการศึกษา และสมาชิกในครอบครัวของครูโรงเรียนเอกชน จำนวน 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ช่วงแรกเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถาม (Questionnaires) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยหลักแนวคิดทฤษฎีและรายงานการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งผ่านการทดสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน และได้ทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามกับครูโรงเรียนเอกชนโรงเรียนอัมพรไพศาล จำนวน 30 ราย ได้ค่าความเชื่อมั่นดังนี้

- การสนับสนุนทางสังคม มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา .8673
- การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา .8880
- ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา .9427
- การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา .9144
- ปัญหาและอุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา .9437

ช่วงที่สอง เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เครื่องมือที่ใช้คือแนวคำถามในการประชุมเชิงปฏิบัติการ ครอบคลุมประเด็นการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านต่างๆ ตามช่วงอายุ ทั้งจากตัวผู้ที่จะเกษียณ สมาชิกในครอบครัว และการสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง หลังจากนั้นนำข้อมูลที่ได้ทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพมาสร้างรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเพื่อพิจารณาความเหมาะสม

การเก็บรวบรวมข้อมูล ดำเนินการโดยประสานงานและทำหนังสือไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง 3 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนการัญศึกษา โรงเรียนชลประทานวิทยา และโรงเรียนสาธิตสนวิเทศ บางบัวทอง เพื่อขอความอนุเคราะห์เข้าดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลกับครูในโรงเรียนเหล่านั้น การศึกษาเชิงปริมาณ ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการโรงเรียน/รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ โรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงถึงวัตถุประสงค์การวิจัยและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล รวมถึงการรวบรวมแบบสอบถามคืน ใช้เวลาเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นเวลา 1 เดือน ส่วนการศึกษาเชิงคุณภาพ เก็บรวบรวมข้อมูลจากการประชุมเชิงปฏิบัติการ หลังจากนั้นนำข้อมูลทั้งสองส่วนไปประมวลสร้างรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงานในแต่ละช่วงอายุ และนำรูปแบบดังกล่าวมาให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาความเหมาะสมโดยใช้กระบวนการสนทนากลุ่ม

การวิเคราะห์ข้อมูล การศึกษาเชิงปริมาณ ใช้การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อบรรยายปัจจัยด้านประชากร ด้านเศรษฐกิจและสังคม ด้านจิตวิทยา การสนับสนุนทางสังคม ปัญหาและอุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ รวมถึงสภาพทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามช่วงอายุ ส่วนสถิติที่ใช้สำหรับทดสอบสมมติฐานการวิจัยคือ t-test การวิเคราะห์ความแปรปรวน (Oneway Analysis of Valiance) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) สำหรับการศึกษาเชิงคุณภาพการสังเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการประชุมเชิงปฏิบัติการและการสนทนากลุ่มเพื่อสร้างรูปแบบและแนวทางการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

1. สรุปผลการศึกษา

จากการศึกษาวิจัยสามารถสรุปผลได้ดังนี้

1.1 การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของครูโรงเรียนเอกชนจังหวัดนนทบุรี

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นครูโรงเรียนเอกชนสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี จำนวน 360 คน การศึกษาครั้งนี้วิเคราะห์ข้อมูลทั้งในภาพรวม และจำแนกวิเคราะห์ตามกลุ่มอายุ โดยแบ่งเป็น 2 ช่วงอายุคือ ช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ จำนวน 283 คน กับกลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ จำนวน 77 คน ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1.1.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ในภาพรวม พบว่า ผู้ให้ข้อมูลเป็นเพศหญิง ร้อยละ 84.72 ประมาณครึ่งหนึ่งมีสถานภาพสมรส ร้อยละ 51.39 เกือบทั้งหมดจบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 89.72 ส่วนใหญ่มีระยะเวลาประกอบอาชีพครูระหว่าง 11-20 ปี ด้านเศรษฐกิจ มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,001-20,000 บาท ร้อยละ 40.83 ส่วนใหญ่มีรายได้จากแหล่งอื่น ร้อยละ 54.44 โดยได้มาจากการสอนพิเศษมากที่สุด การใช้เงินประมาณหนึ่งในสามคือร้อยละ 35.80 ใช้จ่ายส่วนตัวและเงินเลี้ยงสมาชิกในครอบครัว ส่วนใหญ่มีรายได้เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ ร้อยละ 38.33 มีภาระหนี้สิน ร้อยละ 71.39 ส่วนใหญ่เป็นหนี้กับสหกรณ์ออมทรัพย์

ครู โดยนำเงินดังกล่าวไปใช้เพื่อการซื้อบ้าน ซื้อรถ เกินกว่าครึ่งหนึ่งมีการจดยรายการหรือทำบัญชีทรัพย์สิน และหนี้สินที่ต้องรับผิดชอบ ร้อยละ 55.00 และมีการเตรียมสะสมทรัพย์สิน ร้อยละ 68.33 โดยการฝากเงิน กับธนาคารหรือบริษัทเงินทุนหลักทรัพย์ ซื้อบ้านหรือที่ดิน และลงทุนในพันธบัตรรัฐบาลหรือตลาดหลักทรัพย์ ส่วนผู้ที่ไม่ได้เตรียมส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่าเป็นเพราะไม่มีเงินเหลือเก็บ ร้อยละ 76.92 รองลงมาคือ ไม่สนใจ สะสมทรัพย์สิน ร้อยละ 9.40 และยังไม่ถึงเวลาที่ต้องเตรียม ร้อยละ 8.55 ผู้ให้ข้อมูลคิดว่าจะทำงานเพื่อหา รายได้ภายหลังเกษียณอายุต่อ ร้อยละ 66.67 ในกลุ่มผู้ที่ทำงานต่อส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่าอยากใช้เวลาว่าง ให้เป็นประโยชน์ ร้อยละ 35.74 สำหรับผู้ที่คิดว่าจะไม่ทำงานต่อเกินกว่าครึ่งให้เหตุผลว่าต้องการพักผ่อน ร้อย ละ 55.77 ด้านที่พักอาศัย เกือบสองในสามพักอาศัยบ้านของตนเอง/คู่สมรส ร้อยละ 73.06 และเกือบ ทั้งหมดวางแผนว่าภายหลังเกษียณอายุแล้วจะพักอาศัยที่บ้านของตนเอง/คู่สมรส ร้อยละ 93.89 ด้านสุขภาพ ส่วนใหญ่มีสุขภาพแข็งแรงดี ร้อยละ 61.39 ประมาณสองในสามคือ ร้อยละ 74.72 ไม่มีโรคประจำตัว ด้าน การใช้เวลา ส่วนใหญ่ร้อยละ 62.50 ไม่มีงานอดิเรก และร้อยละ 74.72 ไม่เป็นสมาชิกกลุ่ม/ชมรม/สมาคม โดยให้เหตุผลว่าไม่มีเวลามากที่สุด ส่วนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน/สังคม พบว่า มีส่วนร่วม เป็นครั้งคราว ร้อยละ 42.50 ด้านการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลเกือบทั้งหมดไม่เคยได้รับการอบรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และส่วนใหญ่คือ ร้อยละ 89.72 เห็นด้วยกับการ เตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ โดยให้เหตุผลว่า จะได้เตรียมวางแผนชีวิตล่วงหน้า ครูเอกชนไม่มีบำเหน็จ บำนาญ ไม่มีสวัสดิการเหมือนข้าราชการจึงควรต้องเตรียมตัวไว้ให้พร้อม เพื่อที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณอย่างมี ความสุข มีความมั่นคงในชีวิต ไม่เป็นภาระของใคร โดยส่วนใหญ่เห็นว่าควรเริ่มเตรียมความพร้อมเมื่ออายุ ประมาณ 40 ปี ร้อยละ 31.94 โดยครอบครัวจำเป็นต้องมีบทบาทสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อ เกษียณอายุ ร้อยละ 89.44 และหน่วยงานต้นสังกัดจำเป็นต้องมีบทบาทในการส่งเสริมและสนับสนุนการ เตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ร้อยละ 88.89 ผู้ให้ข้อมูลร้อยละ 71.11 คิดและเริ่มวางแผนการเตรียม ความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแล้ว ส่วนใหญ่วางแผนเมื่ออายุประมาณ 45-50 ปี สำหรับการได้รับการสนับสนุน การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจากครอบครัว เกินกว่าครึ่งคือ ร้อยละ 52.78 ได้รับการสนับสนุนโดย การร่วมกันทำบัญชีค่าใช้จ่าย เก็บออมเงิน วางแผน/เตรียมหาที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง ร่วมกันวางแผนอาชีพ สำรองและการทำกิจกรรมต่างๆ ภายหลังเกษียณ เป็นต้น ส่วนผู้ที่ไม่ได้รับการสนับสนุนให้เหตุผลว่า อายุยัง น้อยยังไม่ถึงเวลาคิดเรื่องนี้ สมาชิกครอบครัวต่างคนต่างอยู่ไม่ยุ่งเกี่ยวเรื่องของคนและกัน เป็นต้น สำหรับการได้รับการสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจากหน่วยงานต้นสังกัด ร้อยละ 83.06 ไม่ได้รับ การสนับสนุน โดยให้เหตุผลว่า ต้นสังกัดไม่ให้ความสำคัญ ไม่มีนโยบายหรือระเบียบใดๆ ในเรื่องการสนับสนุน การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ เป็นหน้าที่ของแต่ละคนที่ต้องเตรียมความพร้อมเอง ส่วนผู้ที่ได้รับการ สนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจากหน่วยงานต้นสังกัด คือการที่หน่วยงานให้ออกาสทำงาน หักเงินเดือน 3 % จากรายได้เป็นเงินสะสมทุกเดือน การเพิ่มทุนในสหกรณ์ ผู้ให้ข้อมูลร้อยละ 88.33 คิดว่า ภายหลังเกษียณอายุแล้วจะไม่เป็นภาระแก่ผู้อื่น เพราะมีการวางแผนการใช้ชีวิตหลังเกษียณไว้แล้ว มีการ เตรียมสะสมเงินทอง มีประกันชีวิต และเตรียมดูแลตนเองให้มีสุขภาพแข็งแรง เป็นต้น

ช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 85.51 มีสถานภาพ สมรส ร้อยละ 48.76 เกือบทั้งหมดจบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 92.58 ส่วนใหญ่มีระยะเวลา ประกอบอาชีพครูไม่เกิน 10 ปี ร้อยละ 40.28 ด้านเศรษฐกิจ ส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 10,000 – 15,000 บาท ร้อยละ 43.11 มีรายได้จากแหล่งอื่น ร้อยละ 55.83 การใช้เงินส่วนใหญ่ใช้จ่ายส่วนตัวและจุน เจือสมาชิกในครอบครัว ร้อยละ 35.16 มีรายได้เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ ร้อยละ 38.52 ส่วนใหญ่มีภาระ หนี้สิน ร้อยละ 72.44 ประมาณครึ่งหนึ่งคือ ร้อยละ 52.30 มีการจดยรายการหรือทำบัญชีทรัพย์สินและหนี้สิน

ที่ต้องรับผิดชอบ เกินกว่าครึ่งคือร้อยละ 68.55 มีการเตรียมสะสมทรัพย์สิน โดยการฝากเงินกับธนาคารหรือบริษัทเงินทุนหลักทรัพย์มากที่สุด ร้อยละ 44.52 ส่วนผู้ที่ไม่ได้เตรียมส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่าเป็นเพราะไม่มีเงินเหลือเก็บ ร้อยละ 70.65 ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่คิดว่าจะทำงานเพื่อหารายได้ภายหลังเกษียณอายุ ร้อยละ 63.60 โดยเหตุผลว่าสุขภาพยังแข็งแรงสามารถทำงานได้ สำหรับผู้ที่คิดว่าจะไม่ทำงานต่อเกินกว่าครึ่งคือร้อยละ 56.16 ให้เหตุผลว่าต้องการพักผ่อน ด้านที่พักอาศัย ส่วนใหญ่พักอาศัยบ้านของตนเอง/คู่สมรส ร้อยละ 70.32 และวางแผนว่าภายหลังเกษียณอายุแล้วจะพักอาศัยที่บ้านของตนเอง/คู่สมรส ร้อยละ 92.93 ด้านสุขภาพ ส่วนใหญ่ มีสุขภาพแข็งแรงดี ร้อยละ 67.49 ประมาณสองในสามคือ ร้อยละ 78.45 ไม่มีโรคประจำตัว มีเพียงร้อยละ 21.55 ที่มีโรคประจำตัว ด้านการใช้เวลา ส่วนใหญ่ไม่มีงานอดิเรก ร้อยละ 60.78 ไม่เป็นสมาชิกกลุ่ม/ชมรม/สมาคมต่างๆ ร้อยละ 76.33 โดยให้เหตุผลว่าไม่มีเวลา ส่วนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน/สังคม พบว่า มีส่วนร่วมเป็นครั้งคราว ร้อยละ 40.99 ด้านการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดไม่เคยได้รับการอบรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และส่วนใหญ่คือ ร้อยละ 90.11 เห็นด้วยกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ โดยเห็นว่าควรเริ่มเตรียมความพร้อมเมื่ออายุประมาณ 40 ปี ร้อยละ 35.34 ผู้ให้ข้อมูลเห็นว่าครอบครัวจำเป็นต้องมีบทบาทสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ร้อยละ 89.75 และหน่วยงานต้นสังกัดจำเป็นต้องมีบทบาทในการส่งเสริมและสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ร้อยละ 90.46 ส่วนใหญ่คือ ร้อยละ 65.72 คิดและเริ่มวางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแล้ว ประมาณครึ่งหนึ่งคือ ร้อยละ 51.24 ไม่ได้รับการสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจากครอบครัว ร้อยละ 81.63 ไม่ได้รับการสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจากหน่วยงานต้นสังกัด ผู้ให้ข้อมูล ร้อยละ 88.34 คิดว่าภายหลังเกษียณอายุแล้วจะไม่เป็นภาระแก่ผู้อื่น

กลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 81.82 สถานภาพสมรส ร้อยละ 61.04 จบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 79.22 มีระยะเวลาประกอบอาชีพครู 31 ปีขึ้นไป ร้อยละ 62.34 ด้านเศรษฐกิจ ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,001-20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 45.45 ประมาณครึ่งหนึ่งคือ ร้อยละ 50.65 ไม่มีรายได้จากแหล่งอื่น การใช้เงินส่วนใหญ่ใช้จ่ายส่วนตัวและจุนเจือสมาชิกในครอบครัว ร้อยละ 38.46 มีรายได้ไม่แน่นอน ร้อยละ 40.26 ส่วนใหญ่มีภาระหนี้สิน ร้อยละ 67.53 มีการจดรายการหรือทำบัญชีทรัพย์สินและหนี้สินที่ต้องรับผิดชอบ ร้อยละ 64.94 มีการเตรียมสะสมทรัพย์สิน ร้อยละ 67.53 โดยการฝากเงินกับธนาคารหรือบริษัทเงินทุนหลักทรัพย์มากที่สุด ร้อยละ 48.68 ส่วนผู้ที่ไม่ได้เตรียมทั้งหมดให้เหตุผลว่าเป็นเพราะไม่มีเงินเหลือเก็บ ผู้ให้ข้อมูลคิดว่าจะทำงานเพื่อหารายได้ภายหลังเกษียณอายุ ร้อยละ 77.92 โดยให้เหตุผลว่าอยากใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์มากที่สุด ร้อยละ 41.13 สำหรับผู้ที่คิดว่าจะไม่ทำงานต่อเกินกว่าครึ่งให้เหตุผลว่าต้องการพักผ่อน ร้อยละ 54.84 ด้านที่พักอาศัย ส่วนใหญ่พักอาศัยบ้านของตนเอง/คู่สมรส ร้อยละ 83.12 รองลงมาคือ บ้านพักครู ร้อยละ 10.39 และวางแผนว่าภายหลังเกษียณอายุแล้วจะพักอาศัยที่บ้านของตนเอง/คู่สมรส ร้อยละ 97.40 ด้านสุขภาพ เกินกว่าครึ่งคือ ร้อยละ 58.44 เจ็บป่วยบ้างเล็กน้อย และส่วนใหญ่ ร้อยละ 61.04 ไม่มีโรคประจำตัว ด้านการใช้เวลา ส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 68.38 ไม่มีงานอดิเรกและไม่เป็นสมาชิกกลุ่ม/ชมรม/สมาคมต่างๆ โดยให้เหตุผลว่าไม่มีเวลามากที่สุด ร้อยละ 75.00 ส่วนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน/สังคม พบว่า ส่วนใหญ่มีส่วนร่วมเป็นครั้งคราว ร้อยละ 48.05 ด้านการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับการอบรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ร้อยละ 94.81 เห็นด้วยกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ร้อยละ 88.31 โดยเห็นว่าควรเริ่มเตรียมเมื่ออายุประมาณ 50 ปี ร้อยละ 37.66 เห็นว่าครอบครัวจำเป็นต้องมีบทบาทสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ร้อยละ 88. และเห็นว่าหน่วยงานต้นสังกัดจำเป็นต้องมีบทบาท

ในการส่งเสริมและสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ร้อยละ 83.12 เกือบทั้งหมดคือ ร้อยละ 90.91 คิดและเริ่มวางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแล้ว เกินกว่าครึ่งหนึ่งคือ ร้อยละ 67.53 ได้รับการสนับสนุนการสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจากครอบครัว แต่มีเพียงร้อยละ 11.69 เท่านั้นที่ได้รับการสนับสนุน การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจากหน่วยงานต้นสังกัด และส่วนใหญ่ร้อยละ 88.31 คิดว่าภายหลังเกษียณอายุแล้วจะไม่เป็นภาระแก่ผู้อื่น

1.1.2 การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

ในภาพรวม ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=1.93$) โดยมีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากการสนทนา/แลกเปลี่ยนความเห็นกับสมาชิกในครอบครัวสูงสุด ($\bar{X}=2.59$) รองลงมาคือ การสนทนา/แลกเปลี่ยนความเห็นกับกลุ่มเพื่อน/เพื่อนร่วมงาน ($\bar{X}=2.56$) และการดูโทรทัศน์ ($\bar{X}=2.22$) ตามลำดับ ส่วนการปรึกษาหารือกับผู้ทรงคุณวุฒิด้านผู้สูงอายุมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=1.46$)

กลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=1.92$) โดยมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากการสนทนา/แลกเปลี่ยนความเห็นกับสมาชิกในครอบครัวสูงสุด ($\bar{X}=2.54$) รองลงมาคือ การสนทนา/แลกเปลี่ยนความเห็นกับกลุ่มเพื่อน/เพื่อนร่วมงาน ($\bar{X}=2.50$) และการดูโทรทัศน์ ($\bar{X}=2.16$) ตามลำดับ ส่วนการปรึกษาหารือกับผู้ทรงคุณวุฒิด้านผู้สูงอายุมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=1.43$)

กลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=1.98$) โดยมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากการสนทนา/แลกเปลี่ยนความเห็นกับสมาชิกในครอบครัวสูงสุด ($\bar{X}=2.78$) รองลงมาคือ การสนทนา/แลกเปลี่ยนความเห็นกับกลุ่มเพื่อน/เพื่อนร่วมงาน ($\bar{X}=2.77$) และการดูโทรทัศน์ ($\bar{X}=2.45$) ตามลำดับ ส่วนการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากหน่วยงานที่ปฏิบัติงานอยู่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=1.38$)

1.1.3 ทักษะต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

ในภาพรวม ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยทักษะต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}=4.01$) โดยมีความเห็นว่าการวางแผนเตรียมเก็บออมเงินไว้ใช้จะทำให้ไม่เป็นภาระกับครอบครัวและสังคมเมื่อเกษียณอายุแล้ว และการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากัน ($\bar{X}=4.42$) รองลงมาคือ การเตรียมความพร้อมสำหรับชีวิตหลังเกษียณอายุเป็นเรื่องจำเป็น ($\bar{X}=4.38$) และการทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัวอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับสมาชิกในครอบครัวได้อย่างมีความสุขภายหลังเกษียณอายุ ($\bar{X}=4.33$) ตามลำดับ ส่วนมีความเห็นว่าการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม หรือเป็นสมาชิกของชมรม/สมาคมต่างๆ เป็นเรื่องสิ้นเปลืองและไม่จำเป็นมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=3.14$)

กลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยทักษะต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}=4.02$) โดยมีความเห็นว่าการวางแผนเตรียมเก็บออมเงินไว้ใช้จะทำให้ไม่เป็นภาระกับครอบครัวและสังคมเมื่อเกษียณอายุแล้ว มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด ($\bar{X}=4.46$) รองลงมาคือ การเตรียมความพร้อมสำหรับชีวิตหลังเกษียณอายุเป็นเรื่องจำเป็น ($\bar{X}=4.41$) และการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง ($\bar{X}=4.38$) ตามลำดับ ส่วนมีความเห็นว่าการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม หรือเป็นสมาชิกของชมรม/สมาคมต่างๆ เป็นเรื่องสิ้นเปลืองและไม่จำเป็นมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=3.17$)

กลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}=3.94$) โดยมีความเห็นว่าการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด ($\bar{X}=4.56$) รองลงมาคือ การทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัวอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับสมาชิกในครอบครัวได้อย่างมีความสุขภายหลังเกษียณอายุ ($\bar{X}=4.31$) และการเตรียมความพร้อมสำหรับชีวิตหลังเกษียณอายุเป็นเรื่องจำเป็น และการวางแผนเตรียมเก็บออมเงินไว้ใช้จะทำให้ไม่เป็นภาระกับครอบครัวและสังคมเมื่อเกษียณอายุแล้ว มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากัน ($\bar{X}=4.27$) ตามลำดับ ส่วนมีความเห็นว่าการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม หรือเป็นสมาชิกของชมรม/สมาคมต่างๆ เป็นเรื่องสิ้นเปลืองและไม่จำเป็นมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=3.05$)

1.1.4 การสนับสนุนทางสังคม

ในภาพรวม พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.38$) โดยมีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวในระดับสูงที่สุด ($\bar{X}=4.29$) รองลงมาคือ มีการพูดคุยปรึกษาหารือ แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารกับสมาชิกในครอบครัวเป็นประจำ ($\bar{X}=4.16$) และสมาชิกในครอบครัวใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันเสมอ ($\bar{X}=3.91$) ตามลำดับ ส่วนการได้รับข้อมูล/ความรู้ เกี่ยวกับการประกอบอาชีพเสริมภายหลังเกษียณอายุจากหน่วยงานต้นสังกัดมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=2.48$)

กลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.36$) โดยมีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวในระดับสูงที่สุด ($\bar{X}=4.26$) รองลงมาคือ มีการพูดคุยปรึกษาหารือ แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารกับสมาชิกในครอบครัวเป็นประจำ ($\bar{X}=4.14$) และสมาชิกในครอบครัวใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันเสมอ ($\bar{X}=3.93$) ตามลำดับ ส่วนการได้รับข้อมูล/ความรู้ เกี่ยวกับการประกอบอาชีพเสริมภายหลังเกษียณอายุจากหน่วยงานต้นสังกัดมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=2.50$)

กลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.45$) โดยมีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวในระดับสูงที่สุด ($\bar{X}=4.39$) รองลงมาคือ มีการพูดคุยปรึกษาหารือ แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารกับสมาชิกในครอบครัวเป็นประจำ ($\bar{X}=4.21$) และการมีเพื่อนสนิทที่ไว้วางใจสามารถปรึกษาได้ทุกข้อสงสัยได้ ($\bar{X}=3.96$) ตามลำดับ ส่วนการได้รับข้อมูล/ความรู้ เกี่ยวกับการประกอบอาชีพเสริมภายหลังเกษียณอายุจากหน่วยงานต้นสังกัดมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=2.42$)

1.1.5 ปัญหาและอุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

ในภาพรวม พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยปัญหาและอุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=2.50$) โดยมีความเห็นว่าปัญหาและอุปสรรคสูงที่สุดคือ การขาดการสนับสนุนจากหน่วยงานต้นสังกัด และการขาดการสนับสนุนจากหน่วยงานภาครัฐ ($\bar{X}=3.19$) รองลงมาคือ การมีหนี้สิน ($\bar{X}=2.71$) และการไม่ได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ($\bar{X}=2.69$) ตามลำดับ ส่วนปัญหา/อุปสรรคด้านการการทะเลาะเบาะแว้งใน ครอบครัวมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=1.82$)

กลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยปัญหาและอุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=2.55$) โดยมีความเห็นว่าปัญหาและอุปสรรคสูงที่สุดคือ การขาดการสนับสนุนจากหน่วยงานต้นสังกัด และการขาดการสนับสนุนจากหน่วยงาน

ภาครัฐ ($\bar{X}=3.13$) รองลงมาคือ การมีหนี้สิน ($\bar{X}=2.83$) และการมีเงินออมไม่เพียงพอ ($\bar{X}=2.82$) ตามลำดับ ส่วนปัญหา/อุปสรรคด้านการการทะเลาะเบาะแว้งใน ครอบครัวมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=1.92$)

กลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X}=2.33$) โดยมีความเห็นว่าปัญหา/อุปสรรคสูงที่สุดคือการขาดการสนับสนุนจากหน่วยงานต้นสังกัด และการขาดการสนับสนุนจากหน่วยงานภาครัฐ ($\bar{X}=3.43$) รองลงมาคือ การไม่ได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ($\bar{X}=2.83$) และการมีความวิตกกังวลหรือความเครียด ($\bar{X}=2.44$) ตามลำดับ ส่วนปัญหา/อุปสรรคด้านการการทะเลาะเบาะแว้งใน ครอบครัวมีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด ($\bar{X}=1.44$)

1.1.6 การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

ในภาพรวม พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.58$) โดยมีการเตรียมความพร้อมด้านด้านจิตใจ ($\bar{X}=3.68$) สุขภาพร่างกาย ($\bar{X}=3.57$) ด้านเศรษฐกิจ ($\bar{X}=3.56$) ด้านที่อยู่อาศัย ($\bar{X}=3.53$) และด้านการใช้เวลา ($\bar{X}=3.45$) ตามลำดับ

กลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.52$) โดยมีการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย ($\bar{X}=3.59$) ด้านจิตใจ ($\bar{X}=3.58$) ด้านเศรษฐกิจ ($\bar{X}=3.55$) ด้านที่อยู่อาศัย ($\bar{X}=3.48$) และด้านการใช้เวลา ($\bar{X}=3.39$) ตามลำดับ

กลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}=3.80$) โดยมีการเตรียมความพร้อมด้านด้านจิตใจ ($\bar{X}=4.03$) สุขภาพร่างกาย ($\bar{X}=3.96$) ด้านที่อยู่อาศัย ($\bar{X}=3.73$) ด้านการใช้เวลา ($\bar{X}=3.67$) และด้านเศรษฐกิจ ($\bar{X}=3.60$) ตามลำดับ

1.2 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยด้านประชากร ด้านเศรษฐกิจและสังคม

กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยด้านประชากร ด้านเศรษฐกิจและสังคมกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ โดยการใช้สถิติ t-test และ F-test ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ผลการศึกษาเป็นดังนี้

1.2.1 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างช่วงอายุกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

จากการศึกษาพบว่า ช่วงอายุที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยผู้ที่อยู่ในช่วงอายุใกล้เกษียณมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมากกว่าผู้ที่อยู่ช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ เมื่อพิจารณาในรายละเอียดของการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในแต่ละด้านพบว่า ช่วงอายุที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยผู้ที่อยู่ในช่วงอายุใกล้เกษียณมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมากกว่าผู้ที่อยู่ช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณในทุกด้าน แต่พบว่า ช่วงอายุที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านเศรษฐกิจแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ระดับการศึกษาที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่เมื่อพิจารณาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในแต่ละด้านพบว่า ระดับการศึกษาที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านเศรษฐกิจ และด้านสุขภาพร่างกาย ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ด้านเศรษฐกิจ พบว่า กลุ่มที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านเศรษฐกิจน้อยกว่ากลุ่มที่มีการศึกษาระดับปริญญาโท ด้านสุขภาพร่างกาย พบว่า กลุ่มที่มีการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี และกลุ่มที่มี

ความเพียงพอของรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในแต่ละด้านจะพบว่า ความเพียงพอของรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านเศรษฐกิจที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 คือ กลุ่มที่มีความเพียงพอ

เพศที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยผู้ให้ข้อมูลเพศหญิงมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมมากกว่าผู้ให้ข้อมูลเพศชาย เมื่อพิจารณาในรายละเอียดของการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในแต่ละด้านจะพบว่า เพศที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยผู้ให้ข้อมูลเพศหญิงมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมากกว่าผู้ให้ข้อมูลเพศชายในทุกด้าน แต่พบว่า เพศที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านเศรษฐกิจแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ภาวะสุขภาพที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในแต่ละด้านพบว่า ภาวะสุขภาพที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านการใช้เวลาที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวม พบว่า กลุ่มที่ภาวะสุขภาพเจ็บป่วยบ้างเล็กน้อยมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมมากกว่ากลุ่มภาวะสุขภาพไม่แข็งแรงเจ็บป่วยบ่อย ด้านการใช้เวลา พบว่า กลุ่มที่ภาวะสุขภาพแข็งแรงดี และกลุ่มที่ภาวะสุขภาพเจ็บป่วยบ้างเล็กน้อยมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมากกว่ากลุ่มภาวะสุขภาพไม่แข็งแรงเจ็บป่วยบ่อย

ระดับรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในแต่ละด้านพบว่า

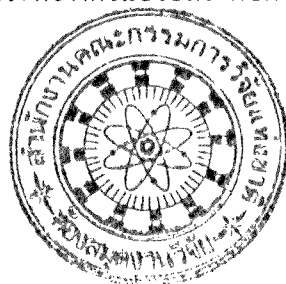
ระดับรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลาที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 แต่ไม่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านเศรษฐกิจและด้านที่อยู่อาศัย การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวม พบว่า กลุ่มที่มีรายได้ไม่เกิน 10,000 บาท มีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมน้อยกว่ากลุ่มที่มีรายได้ 10,001-15,000 บาท ด้านสุขภาพร่างกาย พบว่า กลุ่มที่มีรายได้ไม่เกิน 10,000 บาท มีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านสุขภาพร่างกายน้อยกว่ากลุ่มที่มีรายได้ 10,001-15,000 บาท ด้านจิตใจ พบว่า กลุ่มที่มีรายได้ 10,001-15,000 บาท มีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านจิตใจมากกว่ากลุ่มที่มีรายได้ไม่เกิน 10,000 บาท และกลุ่มที่มีรายได้ 15,001-20,000 บาท ด้านการใช้เวลา พบว่า กลุ่มที่มีรายได้ไม่เกิน 10,000 บาท มีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านการใช้น้อยกว่ากลุ่มที่มีรายได้ 10,001-15,000 บาท รายได้ 15,001-20,000 บาท และรายได้ 20,001 บาทขึ้นไป

ความเพียงพอของรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในแต่ละด้านจะพบว่า ความเพียงพอของรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย และด้านจิตใจที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวม พบว่า ไม่พบรายคูใดที่มีการเตรียมความพร้อมในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 แม้ว่าความเพียงพอของรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ด้านที่อยู่อาศัย พบว่า กลุ่มที่มีความเพียงพอของรายได้เพียงพอจนเหลือเก็บมีการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยน้อยกว่ากลุ่มที่มีความเพียงพอของรายได้เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ ด้านสุขภาพร่างกาย พบว่า กลุ่มที่มีความเพียงพอของรายได้เพียงพอจนเหลือเก็บมีการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกายน้อยกว่ากลุ่มที่มีความเพียงพอของรายได้ไม่แน่นอน ด้านจิตใจ พบว่า ไม่พบรายคูใดที่มีการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 แม้ว่าความเพียงพอของรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านจิตใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

1.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านจิตวิทยา ด้านการสนับสนุนทางสังคม และด้านปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่คาดว่าจะมีความสัมพันธ์กับรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ซึ่งได้แก่ ปัจจัยด้านจิตวิทยา คือ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ปัจจัยด้านการสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยด้านปัญหาอุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมและแต่ละช่วงอายุ โดยทดสอบด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ได้ผลดังนี้

ในภาพรวม พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ($r=0.655$) ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ($r=0.421$) การสนับสนุนทางสังคม ($r=0.609$) มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์เชิงลบกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=-0.341$) เมื่อพิจารณาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการในแต่ละด้านได้ผลดังนี้



- ด้านจิตใจ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านจิตใจ ได้แก่ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ($r=0.0659$) ทศนคติดต่อการ

เตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ($r=0.300$) และการสนับสนุนทางสังคม ($r=0.566$) ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงลบกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านจิตใจได้แก่ ปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ($r=-0.478$)

- ด้านการใช้เวลา ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านการใช้เวลาได้แก่ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ($r=0.589$) และการสนับสนุนทางสังคม ($r=0.534$) ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงลบกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านการใช้เวลาได้แก่ ปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ($r=-0.237$)

1.4 รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ แบ่งเป็น 5 ด้าน คือ ด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา โดยมีแนวคิดว่าการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างมีประสิทธิภาพควรต้องเป็นความรับผิดชอบร่วมกันระหว่างตัวผู้ที่จะเกษียณอายุ ครอบครัว และหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น ต้นสังกัด ภาครัฐ และองค์กรต่างๆ ศึกษาโดยการจัดการประชุมเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยเชิญครูโรงเรียนเอกชนในจังหวัดนนทบุรี ซึ่งแบ่งเป็น 2 ช่วงอายุคือ ช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ กับช่วงอายุใกล้เกษียณ รวมถึงผู้ที่เกี่ยวข้องได้แก่ ผู้อำนวยการโรงเรียนตัวแทนจากสำนักงานเขตการศึกษา และสมาชิกในครอบครัวของครูโรงเรียนเอกชน รวมทั้งสิ้นจำนวน 30 คน มาร่วมประชุมเพื่อให้ข้อมูลที่จะนำไปสร้างรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงานในแต่ละช่วงอายุ และนำรูปแบบดังกล่าวไปให้ผู้เชี่ยวชาญให้ข้อคิดเห็นและพิจารณาความเหมาะสม ซึ่งได้รับคำแนะนำว่า รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของครูโรงเรียนเอกชนทั้ง 2 กลุ่มอายุไม่แตกต่างกัน เพียงแต่เมื่ออายุมากขึ้นอาจต้องมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านต่างๆ เพิ่มเติมหรือพัฒนาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุไปสู่อีกขั้นหนึ่ง จึงควรสร้างรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวม เพื่อจะเป็นแนวทาง หรือข้อเสนอแนะการดำเนินชีวิตที่ผู้ที่จะเกษียณอายุงานควรต้องปฏิบัติ หรือมีการเตรียม/วางแผนปฏิบัติก่อนเกษียณอายุเพื่อจะได้ใช้ชีวิตในวัยสูงอายุได้อย่างมีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดี โดยให้สามารถปรับใช้ได้กับบุคคลทั่วไป

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลทุกท่านมีความเห็นไปในทิศทางเดียวกันว่าการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นเรื่องที่มีความจำเป็น เพื่อจะได้ใช้ชีวิตภายหลังเกษียณได้อย่างมีความสุข สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้ ในเบื้องต้นหน่วยงานต้นสังกัดและหน่วยงานภาครัฐควรมีบทบาทสำคัญในการกระตุ้นให้ผู้ปฏิบัติงานตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ โดยการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแก่ผู้ปฏิบัติงานในทุกช่วงอายุเริ่มตั้งแต่ปฐมวัยเข้าทำงาน และจัดทำเป็นคู่มือหรือซีดีแจกด้วย และควรเปิดโอกาสให้คู่สมรสหรือครอบครัวเข้าร่วมรับการอบรมด้วย เนื่องจากการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจะประสบความสำเร็จได้ดียิ่งขึ้นถ้าครอบครัวร่วมกันวางแผนและดำเนินกิจกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างเคร่งครัด ตลอดจนมีนโยบายส่งเสริม/สนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างต่อเนื่อง โดยผู้เกี่ยวข้องแต่ละฝ่ายควรดำเนินการดังนี้

1 ตัวผู้ที่จะเกษียณอายุ ผลการศึกษาเป็นดังนี้ ด้านเศรษฐกิจ เตรียมความพร้อมโดยการฝึกตนเองให้มีนิสัยประหยัดอดออม การออมเงิน การวางแผนการใช้จ่ายเงิน การหาความรู้เกี่ยวกับลงทุน เพื่อให้ทรัพย์สินงอกเงย หาความรู้และเตรียมหาช่องทางประกอบอาชีพเสริม และปลดหนี้ให้หมดก่อนเกษียณอายุ ด้านที่อยู่อาศัย เตรียมความพร้อมโดยการศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพที่พักอาศัยที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ เตรียมซื้อ/สร้างที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง ปรับปรุงสภาพที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับ

วัยสูงอายุ วางแผนว่าหลังเกษียณอายุแล้วจะพักอาศัยร่วมกับผู้ใด และการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีกับสมาชิกในครอบครัว ด้านสุขภาพร่างกาย เตรียมความพร้อมโดยการศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพอนามัย และการดูแลสุขภาพในวัยสูงอายุ มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ พักผ่อนให้เพียงพอ ตรวจสุขภาพประจำปี หากมีโรคประจำตัวต้องปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด และทำประกันสุขภาพ ประกันอุบัติเหตุ ด้านจิตใจ เตรียมความพร้อมโดยการการศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพจิต การฝึกทำจิตใจให้สงบ โดยการศึกษาธรรมะ ปฏิบัติตามหลักธรรม ทำกิจกรรมร่วมกันกับกลุ่มเพื่อน ทำกิจกรรมร่วมกันกับสมาชิกในครอบครัว มองโลกเชิงบวก ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส พุดคุย ขอคำแนะนำจากญาติผู้ใหญ่ ผู้ที่เกษียณอายุไปแล้ว ด้านการใช้เวลา เตรียมความพร้อมโดยการหางานอดิเรกที่ตรงกับความถนัดและความสนใจ หากความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับกิจกรรมต่างๆ เข้าร่วมกิจกรรม ชมรมที่สนใจ และเข้ารับการศึกษาศึกษา/อบรมการทำงานอดิเรกที่ตนเองสนใจ

2. **ครอบครัว** ผลการศึกษาเป็นดังนี้ ด้านเศรษฐกิจ ให้การสนับสนุนโดยการ มีความรับผิดชอบช่วยกันใช้จ่ายเงินอย่างประหยัด ให้ความรัก ความเข้าใจ เป็นกำลังใจในการประกอบอาชีพ ให้คำปรึกษา แนะนำ เกี่ยวกับวิธีการออมเงิน การเข้าถึงแหล่งเงินทุนต่างๆ การลงทุนที่เหมาะสมกับช่วงวัย การวางแผนการใช้จ่ายเงิน การประกอบอาชีพเสริม ช่วยเหลือเกื้อกูลกันด้านค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว ให้ความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหาด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย ให้การสนับสนุนโดยการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีกับสมาชิกในครอบครัวด้วยการอยู่กันด้วยความรักใคร่ ห่วงใย ดูแลเอาใจใส่ ช่วยเหลือเกื้อกูล อื้อเพื่อเผื่อแผ่ ซื่อสัตย์ และเห็นคุณค่าของกันและกัน ให้คำปรึกษา แนะนำ ร่วมกันวางแผนการซื้อหรือสร้างที่อยู่อาศัย การปรับปรุงสภาพที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับวัยสูงอายุ และร่วมกันรับผิดชอบการผ่อนชำระและค่าใช้จ่ายต่างๆ ด้านสุขภาพร่างกาย ให้การสนับสนุนโดยการดูแล ช่วยเหลือยามเจ็บป่วย เป็นกำลังใจและชักชวนกันทำกิจกรรมเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ให้คำปรึกษา แนะนำ เรื่องการดูแลรักษาสุขภาพ การมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม และการดูแลสุขภาพในวัยสูงอายุ ร่วมกันรับผิดชอบค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ซื้อ/จัดหาสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพมาให้สมาชิกในครอบครัว ด้านจิตใจ ให้การสนับสนุนโดยการดูแลให้ความรัก ให้กำลังใจ เอื้อเฟื้อ เสียสละ ช่วยเหลือกัน มีความเข้าใจยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน มีเวลาให้กันและกัน ให้คำปรึกษา แนะนำ เรื่องการดูแลรักษาสุขภาพสุขภาพจิต ร่วมกันรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันในครอบครัว ซื้อ/จัดหาสิ่งของต่างๆ ให้แก่สมาชิกในครอบครัว ด้านการใช้เวลา ให้การสนับสนุนโดยการมีเวลาให้กันและกัน ใช้เวลาวางในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน ให้คำปรึกษา แนะนำ เรื่องการใช้เวลา ร่วมกันรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการทำกิจกรรมต่างๆ ของสมาชิกในครอบครัว

3. **หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง** ผลการศึกษาเป็นดังนี้ ด้านเศรษฐกิจ ให้การสนับสนุนโดยการ ให้การสนับสนุนโดยการ ให้ความรู้ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับวิธีการออมเงิน การเข้าถึงแหล่งเงินทุนต่างๆ การลงทุนที่เหมาะสมกับช่วงวัย การวางแผนการใช้จ่ายเงิน การประกอบอาชีพเสริม จัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนส่งเสริมการเตรียมความพร้อมได้แก่ ส่งเสริมการออมตั้งแต่วัยทำงาน การลดหย่อนภาษีเพื่อส่งเสริมการออม จัดโครงการปลดปล่อยหนี้สินให้แก่ผู้ที่ใกล้จะเกษียณอายุ ตั้งกองทุนเพื่อสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ประกอบอาชีพภายหลังเกษียณอายุ ส่งเสริมการทำธุรกิจชุมชนเพื่อให้สมาชิกผู้สูงอายุได้ใช้เวลาหารายได้เสริมได้อย่างเหมาะสม จัดหาแหล่งเงินกู้ดอกเบี้ยถูกสำหรับการกู้ไปลงทุนในอาชีพเสริม นอกจากนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรประสานงานกันในการให้ความรู้และจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนการเตรียมความพร้อม เช่น กระทรวงการคลัง กรมประชาสัมพันธ์ ธนาคาร บริษัทเงินทุนหลักทรัพย์ สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน กรมการจัดหางาน เป็นต้น ด้านที่อยู่อาศัย ให้

การสนับสนุนโดยการให้ความรู้ คำปรึกษาแนะนำเกี่ยวกับการเข้าถึงแหล่งเงินกู้เพื่อที่อยู่อาศัย การปรับปรุงสภาพที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับวัยสูงอายุ จัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุน ส่งเสริมการเตรียมความพร้อม ได้แก่ การจัดหาแหล่งเงินกู้ดอกเบี้ยราคาถูกเพื่อซื้อที่อยู่อาศัยหลังแรก มีมาตรการลดหย่อนภาษีเพื่อช่วยให้บุคคลได้มีที่พักอาศัยเป็นของตนเอง จัดหาแหล่งเงินกู้ดอกเบี้ยถูกให้ผู้ใกล้เกษียณอายุนำไปปรับปรุง/ซ่อมแซมที่อยู่อาศัย จัดสถานที่พักอาศัยรองรับสำหรับผู้ที่ไม่มียู่อาศัยเป็นของตนเองและไม่มีบุตรหลานให้พึ่งพิง รมรณรงค์ ส่งเสริมให้มีการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว นอกจากนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรประสานงานกันในการให้ความรู้และจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนการเตรียมความพร้อม เช่น กระทรวงการคลัง สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ให้การสนับสนุนโดยการให้ความรู้ คำปรึกษาแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสุขภาพอนามัย และการดูแลสุขภาพในวัยสูงอายุ จัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุน ส่งเสริมการเตรียมความพร้อม จัดให้มีโครงการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างมีคุณภาพ โดยไม่มีค่าใช้จ่ายแก่ประชาชน จัดให้มีสถานที่ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับทุกช่วงวัยและความสนใจของแต่ละบุคคล ประสานความร่วมมือกับหน่วยงานอื่นต่าง ในการให้ความรู้และจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนการเตรียมความพร้อม เช่น โรงพยาบาล กรมการแพทย์ ชมรมผู้สูงอายุ สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ด้านจิตใจ ให้การสนับสนุนโดยการให้ความรู้ คำปรึกษาแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพจิต จัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุน ส่งเสริมการเตรียมความพร้อม เช่น กิจกรรมสันทนาการเพื่อส่งเสริมการรักษาสุขภาพจิต กิจกรรมการปฏิบัติธรรม จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ โดยให้ผู้ใกล้เกษียณอายุเข้าเป็นสมาชิกชมรมได้ เพื่อจะได้เรียนรู้การปรับตัวและดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุจากผู้ใกล้เกษียณอายุไปแล้ว หน่วยงานที่เกี่ยวข้องประสานงานกันในการให้ความรู้และจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนการเตรียมความพร้อม เช่น โรงพยาบาล กรมสุขภาพจิต ด้านการใช้เวลา ให้การสนับสนุนโดยการให้ความรู้ และข้อมูลระเบียบ กฎเกณฑ์ในการเข้าเป็น ชมรม สมาคมต่างๆ ส่งเสริมการเตรียมความพร้อม ส่งเสริม/สนับสนุนให้มีการรวมกลุ่มเพื่อทำกิจกรรมต่างๆ จัดฝึกอบรมเกี่ยวกับงานอดิเรกหรือการประกอบอาชีพเสริมโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ประสานความร่วมมือกับหน่วยงาน องค์กรต่างๆ ในการให้ความรู้และจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนการเตรียมความพร้อม โดยการสนับสนุนให้ภาคต่างๆ ของสังคมทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน

2. อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัย สามารถพิสูจน์สมมติฐานและอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

2.1 สมมติฐานที่ 1 ช่วงอายุที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากการศึกษาพบว่า ช่วงอายุที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยผู้ที่อยู่ในช่วงอายุใกล้เกษียณจะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมากกว่าผู้ที่อยู่ช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับการศึกษาของธาดา วัฒนฉัตรเวที (2543: 149) อีแวนส์ และคนอื่น (Evans and other, 1985 อ้างถึงใน ธาดา วัฒนฉัตรเวที, 2543: 149) และปิยรัตน์ เมืองไทย (2541: 140) ที่พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ผู้ที่มีอายุมากกว่าจะมีคะแนนเฉลี่ยด้านการเตรียมตัวสูงกว่าผู้ที่มีอายุน้อยกว่า และสอดคล้องกับการศึกษาของ ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์ และคณะ (2552 :98) ที่พบว่า ช่วงอายุที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการแตกต่าง โดยกลุ่มที่มีอายุมากกว่าจะมีการเตรียมความพร้อมมากกว่ากลุ่มที่อายุน้อยกว่า นั่นคือ ผู้ที่มีอายุใกล้เกษียณจะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมากกว่าผู้ที่อยู่ช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ

เมื่อพิจารณาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเกษียณอายุในแต่ละด้านพบว่า ช่วงอายุที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยผู้ที่อยู่ในช่วงอายุใกล้เกษียณมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมากกว่าผู้ที่อยู่ช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณในทุกด้าน ซึ่งอาจเกิดจากการตระหนักของผู้ที่อยู่ในช่วงอายุใกล้เกษียณตามแนวคิดของฮอกส์เทล (Hogstel, 1990: 125) ที่กล่าวว่า ความตระหนักในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจะส่งผลต่อประสิทธิภาพของการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของบุคคล อีกทั้งผลการศึกษายังพบว่า ผู้ให้ข้อมูลในช่วงอายุใกล้เกษียณมีทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และได้รับการสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในระดับสูงจึงส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมมากกว่าผู้ที่อยู่ช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ

อย่างไรก็ตาม การศึกษาครั้งนี้พบว่า ช่วงอายุที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านเศรษฐกิจไม่แตกต่าง ซึ่งเป็นเพราะบุคคลได้เริ่มดำเนินการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจไว้ตั้งแต่อายุยังไม่มาก เพราะตระหนักว่าการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจต้องทำอย่างค่อยเป็นค่อยไป อาศัยระยะเวลาจึงทำให้ช่วงอายุที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมในด้านนี้ไม่แตกต่างกัน

2.2 สมมติฐานที่ 2 ปัจจัยด้านประชากร ด้านเศรษฐกิจและสังคมที่แตกต่างกันในแต่ละช่วงอายุจะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากการทดสอบสมมติฐานเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยด้านประชากร ด้านเศรษฐกิจและสังคมในแต่ละช่วงอายุกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ พบประเด็นที่น่าสนใจ ดังนี้

เพศ จากการวิจัยพบว่า ในกลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณเพศที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับการศึกษาของและทยณัฐ ขวัญสิทธิ์ และคณะ (2552 :100-102) พบว่า เพศที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจากในปัจจุบันสภาพสังคมมีการเปลี่ยนแปลงมากขึ้น ส่งผลให้เพศชายและเพศหญิงมีความเท่าเทียมกัน ประกอบกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาครั้งนี้มีระดับการศึกษาและสถานภาพทางสังคมใกล้เคียงกันจึงไม่มีความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง

อย่างไรก็ตาม ในกลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ ผลการวิจัยพบว่า เพศที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยผู้ให้ข้อมูลเพศหญิงมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวม ในด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลามากกว่าผู้ให้ข้อมูลเพศชายในทุกด้าน สอดคล้องกับการศึกษาของพิมพ์พิมุข โปธิ์ปักขีย์ (2550: 100) พบว่า เพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าเพศชาย

สถานภาพสมรส จากการวิจัยพบว่า สถานภาพสมรสที่ต่างกัน 3 กลุ่ม คือ โสด สมรส และหม้าย/หย่า/แยก ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในแต่ละช่วงอายุแตกต่างกัน ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ในกลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณสถานภาพสมรสที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยพบว่า ผู้ที่มีสถานภาพโสดมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวม ด้านเศรษฐกิจ และด้านสุขภาพร่างกายน้อยกว่ากลุ่มสถานภาพสมรส สอดคล้องกับการศึกษาของพัชรภา มนูญภัทราชัย (2544: 140) ที่พบว่า สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และการศึกษาของดวงจันทร์ บุญรอดชู (2540: 135) ที่พบว่า กลุ่มที่มีสถานภาพสมรสจะมีการเกษียณดีกว่ากลุ่มที่มีสถานภาพโสด ซึ่งเป็นเพราะผู้ที่สมรสแล้วจะมีภาระ

รับผิดชอบมากขึ้น โดยเฉพาะความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว จึงต้องเพิ่มความเชื่อมั่นและความมั่นคงในชีวิตให้มากขึ้นด้วย จึงมักมีความต้องการด้านวัตถุที่เป็นเครื่องหมายบ่งบอกสถานภาพทางสังคม

ในกลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ ผลการวิจัยพบว่า สถานภาพสมรสที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับการศึกษาของทยณัฐ ขวัญไชยสิทธิ์ และคณะ (2552 :103-105) พบว่า สถานภาพสมรสที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากกลุ่มที่ใช้ศึกษาครั้งนี้มีการศึกษาระดับใกล้เคียงกัน มีอาชีพที่มั่นคง และมีรายได้เป็นของตนเอง ทำให้มีศักยภาพพอที่จะเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุได้ด้วยตัวเอง จึงทำให้ผู้มีสถานภาพสมรสที่ต่างกันมีคะแนนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

ภาวะสุขภาพ จากการวิจัยพบว่า ภาวะสุขภาพที่ต่างกัน 3 กลุ่ม คือ แข็งแรงดี เจ็บป่วยบ้างเล็กน้อย และไม่แข็งแรงเจ็บป่วยบ่อย ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในแต่ละช่วงอายุแตกต่างกัน กล่าวคือ ในกลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ ภาวะสุขภาพที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับการศึกษาของดวงจันทร์ บุญรอดชู (2540: 140) และทยณัฐ ขวัญไชยสิทธิ์ และคณะ (2552 :106) ที่พบว่า สถานภาพทางสุขภาพที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลในกลุ่มนี้อายุยังไม่มาก ส่วนใหญ่ประเมินว่าตนเองมีสุขภาพแข็งแรงดี และเจ็บป่วยเล็กน้อย ประกอบกับส่วนใหญ่เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างสม่ำเสมอ ทำให้รู้จักวิธีการดูแลสุขภาพของตนเองจึงส่งผลให้มีคะแนนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

สำหรับในกลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ ผลการวิจัยพบว่า ภาวะสุขภาพที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในภาพรวมและด้านการใช้เวลา โดยกลุ่มที่ภาวะสุขภาพแข็งแรงดี และกลุ่มที่ภาวะสุขภาพเจ็บป่วยบ้างเล็กน้อยมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมากกว่ากลุ่มภาวะสุขภาพไม่แข็งแรงเจ็บป่วยบ่อย ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับการศึกษาของพัชรภา มนูญภัทราชัย (2544: 139) ที่พบว่า ภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุในด้านเศรษฐกิจ สุขภาพร่างกายและจิตใจ และบรรลุ ศิริพานิช (2531: 80-90) และแรนดอล ฟิลลิป และเมลวิน (Randall, Phillip & Melvin, 1987: 1089) ที่พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพแข็งแรงจะมีการเตรียมตัวสูงกว่ากลุ่มที่สุขภาพไม่แข็งแรงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ระดับการศึกษา จากการวิจัยพบว่า ระดับการศึกษาที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุที่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทุกกลุ่มอายุ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ในกลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ พบว่า ระดับการศึกษาที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแตกต่างกันในภาพรวม ด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพร่างกาย และด้านจิตใจ โดยพบว่า กลุ่มที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุน้อยกว่ากลุ่มที่มีการศึกษาระดับปริญญาโท สำหรับในกลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ ผลการวิจัยพบว่า ระดับการศึกษาที่ต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแตกต่างกันในภาพรวม ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา โดยที่จบการศึกษาต่ำกว่าระดับปริญญาตรีจะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุต่ำกว่ากลุ่มที่จบการศึกษาระดับปริญญาตรีในทุกด้าน สอดคล้องกับการศึกษาของศศิมา ทวีสิน (2538: 84) ฟิลเลนบัม (Fillenbaum, 1971: 33) และแมคเฟอร์สัน และกูปปี (McPherson & Guppy, 1979: 254-263) ที่พบว่า ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และผลการศึกษาของธาดา วัฒนวิตรเวที (2543: 144)

และสมฤติ อัมภิตตคุณ (2550:138) ที่ระบุชัดเจนว่า บุคลากรที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า มีการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มบุคลากรที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ทั้งนี้เป็นเพราะการศึกษาทำให้บุคคลมีความรู้และเกิดการเปลี่ยนพฤติกรรมได้ นอกจากนี้ระดับการศึกษายังมีอิทธิพลต่อการประกอบอาชีพ ระดับรายได้ สุขภาพ ค่านิยม และทัศนคติต่างๆ

ระดับรายได้และความเพียงพอของรายได้ จากการวิจัยพบว่า รายได้ที่ต่างกัน 4 กลุ่มคือ ไม่เกิน 10,000 บาท ระหว่าง 10,001 – 15,000 บาท ระหว่าง 15,001 – 20,000 บาท และ 20,001 บาทขึ้นไป ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทุกกลุ่มอายุ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ในกลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ พบว่า ระดับรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวม ด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยพบว่า กลุ่มที่มีรายได้ไม่เกิน 10,000 บาท มีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมน้อยกว่ากลุ่มที่มีรายได้ 10,001-15,000 บาท รายได้ 15,001-20,000 บาท และรายได้ 20,001 บาทขึ้นไป สำหรับในกลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ ผลการวิจัยพบว่า ระดับรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวม ด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา โดยกลุ่มที่มีรายได้น้อยจะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมน้อยกว่ากลุ่มที่มีรายได้มากกว่า สอดคล้องกับผลการศึกษาของธาดา วิมลฉัตรเวที (2543: 150-151) ที่พบว่า รายได้ต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และแมคเฟอร์สัน และกูปี (McPherson & Guppy, 1979: 252-263) ที่พบว่า ผู้มีรายได้สูงมีระดับการเตรียมความพร้อมสูงกว่าผู้มีรายได้ต่ำกว่า และพัชรภา มนูญภราชชัย (2544: 139) ที่พบว่า รายได้ต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุในด้านเศรษฐกิจ สุขภาพร่างกายและจิตใจ

แม้รายได้จะเป็นตัวชี้วัดทางเศรษฐกิจที่ใช้กันมาก แต่ก็ต้องประเมินรายได้และรายจ่ายควบคู่กันไป ด้วย ดังนั้นตัวแปรที่ต้องศึกษาควบคู่กันไปก็คือความเพียงพอของรายได้ จากการวิจัยพบว่า รายได้ที่ต่างกัน 4 กลุ่มคือ เพียงพอจนเหลือเก็บ เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ ไม่แน่นอน และไม่เพียงพอจนมีหนี้สิน ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทุกกลุ่มอายุ แต่มีประเด็นที่ไม่สอดคล้องกันคือ ในกลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ พบว่า ความเพียงพอของรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านเศรษฐกิจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยกลุ่มที่มีความเพียงพอของรายได้เพียงพอจนเหลือเก็บมีการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยมากกว่ากลุ่มที่มีความเพียงพอของรายได้ไม่แน่นอน ในขณะที่ กลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ ผลการวิจัยพบว่า ความเพียงพอของรายได้ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวม ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย และด้านจิตใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบรายคูใดที่มีการเตรียมความพร้อมในภาพรวม และด้านจิตใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในขณะที่พบว่า กลุ่มที่มีรายได้เพียงพอจนเหลือเก็บมีการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยน้อยกว่ากลุ่มที่มีความเพียงพอของรายได้เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ และกลุ่มที่มีรายได้เพียงพอจนเหลือเก็บมีการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกายน้อยกว่ากลุ่มที่มีรายได้ไม่แน่นอน สอดคล้องกับการศึกษาของศศิมา ทวีสิน (2538: บทคัดย่อ) ที่พบว่าผู้ที่มีรายได้ไม่พอใช้ มีแนวโน้มที่จะเตรียมตัวเมื่อเกษียณอายุในระดับสูง หรือถ้ามีรายได้เหลือเก็บการเตรียมตัวเมื่อเกษียณอายุจะมีแนวโน้มในระดับต่ำ

2.3 สมมติฐานที่ 3 ปัจจัยด้านจิตวิทยา ด้านการสนับสนุนทางสังคม และด้านปัญหา/อุปสรรค ในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

จากการทดสอบสมมติฐานพบว่า ปัจจัยด้านจิตวิทยา ด้านการสนับสนุนทางสังคม และด้านปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ดังนี้

2.3.1 การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ มีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

จากการวิจัยพบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทุกกลุ่มอายุ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งในภาพรวมและทางด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา สอดคล้องกับการศึกษาของของธีระ ชัยยานนท์ (2543: 95) ที่พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุ ผู้ที่มีการรับรู้ข่าวสารในระดับสูงมีแนวโน้มที่จะมีการเตรียมความพร้อมมากกว่าผู้ที่มีการรับรู้ข่าวสารระดับต่ำ และการศึกษาของทยณัฐ ชวนไชยสิทธิ์ และคณะ (2552 :166-167) พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นตัวแปรเดียวที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในทุกด้าน ดังนั้น จึงควรใช้ “การสื่อสาร” เป็นเครื่องมือในการส่งเสริมสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ สอดคล้องกับที่แบนดูรา (Bandura, 1977: 22 – 29 อ้างถึงใน ภทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ, 2547: 133-137) กล่าวว่า พฤติกรรมของมนุษย์ส่วนใหญ่เกิดขึ้นด้วยการเรียนรู้ผ่านตัวแบบ (Learning Through Modeling) โดยตัวแบบจะแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ ตัวแบบที่มีชีวิต (live model) และตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (symbolic model) โดยบุคคลมักเรียนรู้จากตัวแบบว่าควรทำอย่างไร แล้วจึงเลือกเอาแต่สิ่งที่ดี ๆ และเหมาะสมมาแสดงออก โดยมีแนวคิดของแอชลีย์ (Atchley, 1994: 210-211) สนับสนุนว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารจะช่วยให้บุคคลสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณได้ดีขึ้น ซึ่งการวิจัยครั้งนี้พบว่า ผู้ให้ข้อมูลทั้งกลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณและช่วงอายุใกล้เกษียณมีการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจากการพูดคุยกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อนร่วมงาน และดูโทรทัศน์มากเป็นสามลำดับแรก สอดคล้องกับที่อีวาน (Evan, 1985: 369) กล่าวว่า หากบุคคลได้มีโอกาสพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการเกษียณอายุกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อนสนิท และเพื่อนร่วมงาน จะส่งผลให้บุคคลสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณด้วยตนเองได้ดียิ่งขึ้น

2.3.2 ทักษะติดต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ มีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

จากการวิจัยพบว่า ทักษะติดต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทุกกลุ่มอายุ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ ทักษะติดต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมความพร้อมทั้งในภาพรวมและทางด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา ส่วนกลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ ทักษะติดต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมความพร้อมในภาพรวมด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านจิตใจ สอดคล้องกับการศึกษาของ ธาดา วิมลฉัตรเวที (2543: 160) พัทธราภา มนูญภัทราชัย (2544: 142) และของทยณัฐ ชวนไชยสิทธิ์ และคณะ (2552 :168) ที่พบว่า ทักษะติดต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ราชการมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ สอดคล้องกับเคนด์เลอร์ (Kendler,

1974: 671) ที่กล่าวว่าทัศนคติ คือความพร้อมของแต่ละบุคคลที่จะแสดงพฤติกรรม หรือแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมในทางที่จะสนับสนุนหรือต่อต้านประสบการณ์ หรือแนวคิดบางอย่าง ดังนั้น ผู้ที่มีทัศนคติทางบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจึงมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในระดับสูง

2.3.3 การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

จากการวิจัยพบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทุกกลุ่มอายุ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งในภาพรวมและทางด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา ไว้ และสอดคล้องกับการศึกษาของดวงจันทร์ บุญรอดชู (2540: 136-138) ที่พบว่า สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และการสนับสนุนทางสังคมที่แตกต่างจากกันจะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการต่างกัน และการศึกษาของของทยณัฐ ขวนไชยสิทธิ์ และคณะ (2552 :168) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ

2.3.4 ปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ มีความสัมพันธ์เชิงลบต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

จากการวิจัยพบว่า ปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในทุกกลุ่มอายุ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กลุ่มช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณ ปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเตรียมความพร้อมทั้งในภาพรวมและทางด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา ส่วนกลุ่มช่วงอายุใกล้เกษียณ ปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเตรียมความพร้อมในภาพรวม ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา ซึ่งว่า ปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุสามลำดับแรกคือ การขาดการสนับสนุนจากหน่วยงานต้นสังกัดและภาครัฐ การมีหนี้สิน และการไม่ได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

2.4 รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

โครงสร้างประชากรของไทยกำลังเปลี่ยนแปลงเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นวิธีการสำคัญที่จะช่วยให้ผู้เกษียณอายุใช้ชีวิตในวัยสูงอายุอยู่ร่วมกับครอบครัว ชุมชนและสังคมได้อย่างมีความสุข และมีคุณภาพชีวิตที่ดี เป็นการป้องกันปัญหาอันเกิดจากวัยสูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ รัฐบาลได้ตระหนักถึงข้อเท็จจริงนี้เห็นได้จากการบรรจุยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมความพร้อมของประชากรวัยสูงอายุที่มีคุณภาพไว้ในแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) โดยมีมาตรการสำคัญประการหนึ่งคือการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุที่เหมาะสม รวมถึงรณรงค์ให้สังคมตระหนักถึงความจำเป็นของการเตรียมความพร้อมเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุเพื่อเตรียมการเข้าสู่สังคมสูงอายุ

จากการศึกษาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ เพื่อนำมาสู่การสร้างรูปแบบการเตรียมความพร้อมที่เหมาะสม โดยการวิจัยการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการ โดยเชิญครูโรงเรียนเอกชน ผู้บริหารโรงเรียน ผู้แทนสำนักงานเขตการศึกษา และสมาชิกในครอบครัวของครูโรงเรียนเอกชนเข้าร่วม ผลการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลทุกท่านมีความเห็นไปในทิศทางเดียวกันว่าการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นเรื่องที่มีความจำเป็น เพื่อจะได้ใช้ชีวิตภายหลังเกษียณได้อย่างมีความสุข สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้ เบื้องต้นหน่วยงานต้นสังกัดและหน่วยงานภาครัฐควรมีบทบาทสำคัญในการกระตุ้นให้ผู้ปฏิบัติงานตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ โดยการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความ

พร้อมเพื่อเกษียณอายุแก่ผู้ปฏิบัติงานในทุกช่วงอายุเริ่มตั้งแต่ปฐมวัยเข้าทำงาน จัดทำเป็นคู่มือหรือซีดีแจกด้วย และควรเปิดโอกาสให้คู่สมรสหรือครอบครัวเข้าร่วมรับการอบรมด้วย เนื่องจากการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจะประสบความสำเร็จได้ดียิ่งขึ้นถ้าครอบครัวร่วมกันวางแผนและดำเนินกิจกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างเคร่งครัด ตลอดจนมีนโยบายส่งเสริม/สนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างต่อเนื่อง ผู้ให้ข้อมูลในทุกช่วงอายุมีรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ทั้งที่ดำเนินการโดยตัวเอง และต้องการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องคล้ายคลึงกันในทุกด้าน ซึ่งอาจเป็นเพราะการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นการวางแผนชีวิตอย่างหนึ่ง การดำเนินการต่างๆ เป็นกระบวนการที่ดำเนินต่อเนื่อง โดยต้องเริ่มตั้งแต่อยู่ในวัยหนุ่มสาวหรือวัย (บรรลุนิติภาวะ, 2551: 3) ดังนั้น กระบวนการดังกล่าวจึงมีการเปลี่ยนแปลงไม่มากนัก โดยอาจต้องมีการเตรียมความพร้อมเพิ่มเติมหรือพัฒนาการเตรียมความพร้อมไปสู่อีกขั้นหนึ่งเมื่ออายุมากขึ้น เช่น ด้านเศรษฐกิจ เมื่ออายุมากขึ้นจะต้องระงับการก่อหนี้และควรใช้หนี้ให้หมดก่อนเกษียณอายุ เป็นต้น

ในส่วนของสมาชิกในครอบครัวสามารถให้การสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุได้ทั้งในด้านการให้ข้อมูล ข่าวสาร แนะนำที่เป็นประโยชน์ การให้ความรัก ความเข้าใจ มีน้ำใจต่อกัน ช่วยเหลือเอื้อเฟื้อต่อกัน รวมถึงสนับสนุนด้านเงินทอง วัสดุสิ่งของ ซึ่งสอดคล้องกับที่มอร์โรว์ และวิลสัน (Morrow & Wilson, 1961: 57 อ้างถึงใน ดารณี คำเจริญ, 2541: 57) อธิบายว่า ครอบครัวเป็นเป็นสถาบันระดับปฐมภูมิที่มีความสำคัญอย่างยิ่งของเครือข่ายสนับสนุนที่ไม่เป็นทางการ โดยจะเป็นส่วนช่วยสนับสนุนให้บุคคลประสบกับสิ่งที่ต้องการทั้งทางด้านวัตถุและจิตใจ เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีความเห็นอกเห็นใจกัน เอื้ออาทร และมีความกลมเกลียว สามัคคีปรองดอง

สำหรับการสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น ต้นสังกัด หน่วยงานราชการ หรืออื่นๆ พบว่า ทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรให้ความสำคัญกับการสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุให้มากขึ้น และประสานความร่วมมือกัน โดยมีเป้าหมายหลักเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้ที่จะเกษียณอายุ โดยให้การสนับสนุนทั้งในรูปการให้คำปรึกษา คำแนะนำและจัดกิจกรรมกระตุ้นและส่งเสริมคุณภาพชีวิต

ปัจจัยสำคัญประการหนึ่งในการเตรียมความพร้อมที่ทั้งตัวผู้ที่จะเกษียณ ครอบครัว และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องดำเนินการคือ “ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ” ซึ่งตัวผู้ที่จะเกษียณอายุต้องศึกษาหาความรู้เพื่อเป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และต้องการได้รับข้อมูลข่าวสารทั้งจากครอบครัวและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง สอดคล้องกับแนวคิดของแอชลีย์ (Atchley, 1994: 210-211) ที่กล่าวว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารจะช่วยให้บุคคลสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณได้ดีขึ้น อย่างไรก็ตาม ข้อสังเกตว่า การให้ความรู้/ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของหน่วยงานต่างๆ ส่วนใหญ่จะให้คำแนะนำสำหรับผู้ใกล้จะเกษียณอายุ โดยเน้นด้านเศรษฐกิจเป็นสำคัญ ซึ่งแม้จะเป็นด้านที่มีความสำคัญและทุกคนห่วงกังวล แต่ก็เป็นทำให้ข้อมูลข่าวสารที่ยังไม่ครอบคลุมการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและมีคุณภาพภายหลังเกษียณอายุ และไม่ปฏิบัติตามนโยบายภาครัฐที่รณรงค์ให้สังคมตระหนักถึงความจำเป็นของการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุ เพื่อเตรียมการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษา

การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยให้ผู้เกษียณอายุสามารถใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุอยู่ร่วมกับครอบครัว ชุมชนและสังคมได้อย่างมีความสุข มีคุณค่า และมีคุณภาพชีวิตที่ดี

รวมทั้งลดภาระของครอบครัวและของรัฐที่ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลผู้สูงอายุ ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาแนวทางการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุขึ้น ภายใต้แนวคิดว่าการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างมีประสิทธิภาพควรต้องเป็นความรับผิดชอบร่วมกันระหว่างตัวผู้ที่จะเกษียณอายุ ครอบครัว และหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น ต้นสังกัด ภาครัฐ และองค์กรต่างๆ กล่าวคือ ตัวผู้ที่จะเกษียณอายุจะต้องเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของตนเอง โดยได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ดังนั้น ตัวผู้ที่จะเกษียณอายุจะต้องตระหนักถึงความสำคัญและมีการดำเนินการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในทุกด้านที่เหมาะสม โดยได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ขณะเดียวกัน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องก็ต้องมีนโยบาย/มาตรการ/กิจกรรมที่จะสนับสนุนให้เกิดการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างต่อเนื่องด้วย ดังนั้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะจากผลการศึกษา ดังนี้

1. **ตัวผู้ที่จะเกษียณอายุ** : จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ให้ข้อมูลในช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมและแต่ละด้านระดับปานกลางเท่านั้น ดังนั้น เพื่อให้การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพตัวผู้ที่จะเกษียณอายุควรเริ่มวางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในทุกด้านแต่เนิ่นๆ โดยให้ความสนใจศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุตั้งแต่ยังอยู่ในช่วงอายุน้อย ซึ่งอาจทำโดยการศึกษาหาข้อมูลด้วยตัวเองจากเอกสารและสื่อต่างๆ จากผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน และจากผู้เกษียณอายุไปแล้ว รวมถึงการเข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ เพราะการเตรียมความพร้อมในทุกด้าน โดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านสุขภาพร่างกายต้องเริ่มดำเนินการตั้งแต่อายุยังไม่มาก เพราะเป็นการเตรียมความพร้อมที่ต้องใช้ระยะเวลานาน และต้องมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่อง ส่วนการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจและด้านการใช้เวลาหากได้มีการเตรียมความพร้อมเร็วเท่าไรก็จะทำให้คุ้นชินกับความคิดเกี่ยวกับการเกษียณอายุมากยิ่งขึ้น

2. **ครอบครัว** : ครอบครัวถือเป็นสถาบันที่มีความสำคัญและมีอิทธิพลต่อภาวะจิตใจที่สุด เพราะเป็นสถาบันที่ให้ความรัก ความอบอุ่น ความไว้วางใจ ดังนั้น บุคคลในครอบครัว ได้แก่ คู่สมรส บุตร บิดา/มารดา ตลอดจนญาติพี่น้องจึงมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในทุกช่วงอายุ ทั้งในด้านการสนับสนุนทางอารมณ์ โดยการให้ความรัก ความเอาใจใส่ เอื้ออาทร เป็นกำลังใจ การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในทุกด้าน ร่วมปรึกษารื้อวางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และดำเนินกิจกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุร่วมกัน รวมถึงการสนับสนุนด้านวัสดุสิ่งของเพื่อช่วยให้การเตรียมความพร้อมเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. **หน่วยงานต้นสังกัด/ภาครัฐ** : จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ให้ข้อมูลในช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมและแต่ละด้านระดับปานกลางเท่านั้น แสดงให้เห็นว่าในช่วงวัยดังกล่าวความตระหนักและการลงมือปฏิบัติเพื่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงานยังไม่มากนัก ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงควรมีการให้ความรู้และจัดกิจกรรมส่งเสริม/สนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ เพื่อให้ผู้ที่ยังไม่มากได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และกระตุ้นให้มีการวางแผนและดำเนินกิจกรรมการเตรียมความพร้อมอย่างต่อเนื่อง โดยในต้องตระหนักว่า การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นพันธกิจหลักที่สำคัญประการหนึ่ง ซึ่งจะเป็นหลักประกันได้ว่าจะสามารถใช้ชีวิตในวัยสูงอายุได้อย่างมีความสุข มีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

(1) การให้ความรู้ โดยการ

- จัดอบรมหรือสัมมนาเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุให้แก่ประชาชนทุกช่วงอายุ เพื่อเป็นพื้นฐานความรู้ในการวางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ โดยอาจประสานความร่วมมือกับหน่วยงานที่มีหน้าที่รับผิดชอบโดยตรง เช่น สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข กรมประชาสงเคราะห์ และควรเปิดโอกาสให้คู่สมรสหรือสมาชิกในครอบครัวเข้าร่วมรับการอบรมหรือสัมมนาด้วย เนื่องจากการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุจะประสบความสำเร็จได้ดียิ่งขึ้นถ้าครอบครัวร่วมกันวางแผนและดำเนินกิจกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างเคร่งครัด และควรมีการกระตุ้นและส่งเสริมการให้ความรู้อย่างต่อเนื่อง

- จัดทำคู่มือการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุแจกให้แก่ผู้ปฏิบัติงานในหน่วยงานต่างๆ ตั้งแต่เริ่มเข้าทำงาน เพื่อให้เกิดความตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อม และจะได้วางแผนการเตรียมความพร้อมที่เหมาะสมกับตนเองอย่างเนิ่นๆ และควรจัดให้มีการกระตุ้น ติดตาม และประเมินผลการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นระยะๆ

- จัดหน่วยงานให้บริการคำปรึกษาแนะนำ ช่วยเหลือ และเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารต่างๆ เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ เช่น ความรู้เกี่ยวกับการลงทุนและออมเงิน ความรู้เกี่ยวกับกฎหมายผู้สูงอายุ แหล่งเงินกู้ดอกเบี้ยต่ำเพื่อการซื้อที่อยู่อาศัย การดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจ การประกอบอาชีพเสริม การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เป็นต้น

- ควรจัดให้มีโครงการให้ความรู้เรื่องการออมเงินอย่างจริงจังเพราะการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจเป็นสิ่งที่ควรปลูกฝังและเริ่มดำเนินการตั้งแต่ช่วงต้นของชีวิต เช่น อาจจัดอยู่ในหลักสูตรการเรียนการสอน เพื่อเป็นการส่งเสริมและปลูกฝังให้ประชาชนรักการออมตั้งแต่วัยเด็ก ปลูกฝังให้เยาวชนรู้จักอดออม ประหยัด รู้จักการใช้จ่ายเงิน

(2) การจัดกิจกรรมต่างๆ โดยการ

- จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพอนามัย อาทิ การตรวจสุขภาพ การออกกำลังกาย นันทนาการ กิจกรรมส่งเสริมการมีส่วนร่วมในสังคม อาทิ อาสาสมัครและงานสาธารณกุศลต่างๆ กิจกรรมส่งเสริมด้านอาชีพ อาทิ การอบรม/ศึกษาดูงานเกี่ยวกับอาชีพสำรองต่างๆ ทั้งนี้กิจกรรมที่จัดควรมีความหลากหลาย และสอดคล้อง ตรงตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย

- รมรงศ์ให้ครอบครัวมีกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน เพื่อสร้างความผูกพัน ความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัว และเป็นการปูทางให้การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาด้วย

- จัดกิจกรรมยกย่อง เชิดชู ผู้สูงอายุในฐานะเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า ซึ่งจะเป็นขวัญกำลังใจให้แก่ผู้ที่ยังอยู่ในวัยทำงานว่าจะได้รับการดูแล เอาใจใส่ ยกย่องเชิดชูหลังจากเกษียณอายุแล้ว

(3) ควรทบทวนและปรับปรุงนโยบายที่เกี่ยวข้องกับการออมเงินของประชาชน เช่น กองทุนประกันสังคมซึ่งเป็นเครื่องมือการออมระยะยาวของแรงงานในภาคเอกชนควรเพิ่มเพดานในการจ่ายเงินสมทบสำหรับกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ มีการกำหนดอัตราการจ่ายเงินสะสมและเงินสมทบ โดยลูกจ้างจ่ายสะสมในอัตราร้อยละ 2 ถึง 12 และนายจ้างจ่ายไม่น้อยกว่าที่ลูกจ้างจ่าย ดังนั้น ควรมีการปรับอัตราสะสมและอัตราสมทบเพื่อให้เหมาะสมกับสถานะทางเศรษฐกิจของผู้ออม เช่น ผู้ออมที่มีเงินเดือนน้อยก็สามารถเก็บเงินออมที่อัตราต่ำ ๆ ได้

(4) ควรมีการสำรวจปัญหาและความต้องการของประชาชนในแต่ละช่วงอายุเป็นระยะๆ เพื่อจะได้ข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน ซึ่งเอื้อประโยชน์ต่อการจัดรูปแบบกิจกรรมและให้บริการความช่วยเหลือในด้านต่างๆ ได้สอดคล้องตามความต้องการ ซึ่งจากการวิจัยครั้งนี้พบว่าผู้ให้ข้อมูลมีความเห็นตรงกันว่าปัญหา/

อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุสูงสุดคือ การขาดการสนับสนุนจากหน่วยงานต้นสังกัด และภาครัฐ การมีหนี้สิน และการไม่ได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงต้องให้ความช่วยเหลือในด้านนี้อย่างเร่งด่วน

(5) ประสานความร่วมมือกับหน่วยงานอื่นๆ ทั้งภาครัฐบาล เอกชน ตลอดจนองค์กรบริหารส่วนท้องถิ่นเพื่อส่งเสริม สนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

3.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในด้านการปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคม และด้านสติปัญญาและอารมณ์ด้วย เพราะการมีคุณภาพชีวิตที่ดีจะต้องมีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และสังคม

2. ควรมีการศึกษารูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุกับกลุ่มเป้าหมายอื่นๆ เช่น ผู้ด้อยโอกาส ผู้พิการ เพื่อที่จะพัฒนารูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล

3. ควรมีการศึกษากับกลุ่มผู้เกษียณอายุแล้วทั้งที่ประสบความสำเร็จและและมีปัญหาในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุ เพื่อประเมินผลและพัฒนารูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

4. ควรมีการศึกษาระยะยาว (Longitudinal Study) เพื่อทดลองใช้รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ โดยทำการติดตามตั้งแต่ขั้นปฏิบัติตามรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุและการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุแล้วประมาณ 3-5 ปี เพื่อให้ทราบถึงปัญหาต่างๆ เพื่อจะได้นำมาปรับปรุงรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น