

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการศึกษา

การศึกษาเรื่อง “การเตรียมการเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีศักยภาพ ของบุคลากรกระทรวงการพัฒนากำลังคนและความมั่นคงของมนุษย์” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ (Productive Aging) และการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ (Successful Aging) และการเตรียมการใช้ชีวิตหลังเกษียณ ของบุคลากรกระทรวงการพัฒนากำลังคนและความมั่นคงของมนุษย์ โดยประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ บุคลากรกระทรวงการพัฒนากำลังคนและความมั่นคงของมนุษย์ ได้แก่ ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ ลูกจ้างชั่วคราว พนักงานราชการ และพนักงานรัฐวิสาหกิจ/องค์การมหาชน (เฉพาะส่วนกลาง) ทั้งเพศชายและหญิง ที่มีอายุระหว่าง 50- 59 ปี

เครื่องมือที่ผู้ศึกษาใช้เก็บข้อมูลในการศึกษาคั้งนี้ คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) ที่สร้างขึ้นจากการประมวลความคิด และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยก่อนที่จะนำไปใช้ได้นำไปทำการทดสอบ (Pre-test) โดยไม่เก็บค่าจากกลุ่มประชากรที่จะทดสอบจริง จำนวนทั้งสิ้น 30 ราย และนำมาปรับปรุงข้อคำถามบางส่วนอีกครั้งหนึ่ง เมื่อดำเนินการเสร็จสิ้นแล้ว จึงนำไปเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวนทั้งสิ้น 286 คน และได้แบบสอบถามกลับคืนจำนวน 277 ชุด คิดเป็นร้อยละ 96 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลได้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการประมวลผลข้อมูลแสดงจำนวน ค่าร้อยละ และใช้ค่าไคสแควร์มาทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ผลการศึกษารูปได้ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลาง สังกัดกระทรวงการพัฒนากำลังคนและความมั่นคงของมนุษย์ที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ ส่วนใหญ่ร้อยละ 61.4 เป็นเพศหญิง ร้อยละ 14.4 มีอายุ 55 ปี ร้อยละ 60.6 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 69.0 มีสถานภาพโสด

ร้อยละ 49.8 มีอัตราเงินเดือน 50,001- 55,000 บาท ร้อยละ 71.8 ไม่มีระดับซี และร้อยละ 67.1 เป็นพนักงานรัฐวิสาหกิจ/องค์การมหาชน

2. ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ (Productive Aging)

การศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ (Productive Aging) แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ การเตรียมการด้านร่างกาย การเตรียมการด้านการเงิน และการเตรียมการด้านที่อยู่อาศัย ผลการศึกษาภาพรวมของการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ พบว่าบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลาง สังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ร้อยละ 92.4 มีระดับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ในระดับมาก และร้อยละ 7.6 มีระดับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ ในระดับน้อย โดยบุคลากรมีการเตรียมการด้านร่างกายสูงที่สุดในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 95.3 รองลงมา คือ การเตรียมการด้านการเงินในระดับมาก ร้อยละ 78.7 และการเตรียมการด้านที่อยู่อาศัยซึ่งบุคลากรมีการเตรียมการในระดับน้อย ร้อยละ 78.0 รายละเอียดแต่ละด้านปรากฏดังนี้

2.1 การเตรียมการด้านร่างกาย

ภาพรวมของการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ ด้านร่างกาย เท่ากับ ร้อยละ 95.3 แสดงว่าบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลาง สังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ส่วนใหญ่มีการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ ด้านร่างกายอยู่ในระดับมาก โดยบุคลากรส่วนใหญ่เตรียมการโดยรับประทานอาหารที่มีกากใยสูงประเภทผักใบเขียว ผลไม้ต่างๆ สูงที่สุด คือร้อยละ 97.5 รับประทานอาหารที่มีแคลเซียมสูง ร้อยละ 95.7 ออกกำลังกายเพื่อเตรียมการเป็นผู้สูงอายุ ร้อยละ 94.2 พุดคุยเรื่องการเตรียมตัวดูแลรักษาสุขภาพตนเองเมื่อต้องเข้าสู่วัยสูงอายุกับเพื่อนฝูง ร้อยละ 90.6 ดูรายการทีวีเกี่ยวกับโรคในผู้สูงอายุ ร้อยละ 88.8 เรียนรู้ที่จะทำอาหารง่ายๆ ด้วยตนเอง ร้อยละ 85.6 การอ่านหนังสือเกี่ยวกับบุคคลที่ประสบความสำเร็จในวัยสูงอายุ ร้อยละ 83.8 การเตรียมที่จะไปพบแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพตนเองก่อนเกษียณอายุ ร้อยละ 80.1 และน้อยที่สุด คือ การซื้อประกันชีวิตไว้เพื่อเป็นหลักประกันด้านสุขภาพ ภายหลังจากเกษียณอายุ ร้อยละ 45.1

2.2 การเตรียมการด้านการเงิน

ภาพรวมของการเตรียมการด้านการเงิน เท่ากับร้อยละ 78.7 แสดงว่าบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลาง สังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ส่วนใหญ่มี

การเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ ด้านการเงินอยู่ในระดับมาก โดยบุคคลากรพยายามลดรายจ่ายที่ฟุ่มเฟือยมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 89.5 การพยายามเคลียร์หนี้สินที่มีอยู่ก่อนเกษียณอายุ ร้อยละ 89.2 การสะสมเงินฝากกับสหกรณ์ออมทรัพย์ ร้อยละ 87.7 การสะสมเงินฝากกับธนาคารประจำ ร้อยละ 74.4 พยายามที่จะเรียนรู้การซ่อมแซมอุปกรณ์ต่างๆ ที่ชำรุดภายในบ้านด้วยตนเอง ถึง ร้อยละ 67.9 การวางแผนที่จะนำเงินรายได้จากเงินบำเหน็จ/บำนาญที่ได้รับไปลงทุนเพื่อให้เกิดความมั่นคงในชีวิตภายหลังเกษียณ ร้อยละ 57.0 การเริ่มฝึกหัดทำบัญชีรายจ่ายในแต่ละเดือน ร้อยละ 51.6 การวางแผนที่จะทดลองฝึกใช้เงินจากรายได้ภายหลังการปลดเกษียณ 1 เดือน ร้อยละ 42.6 และน้อยที่สุด คือ เริ่มที่จะทำงานเสริมเพื่อเป็นอีกอาชีพหนึ่งไว้รองรับเมื่อเกษียณอายุ ร้อยละ 39.7

2.3 การเตรียมการด้านที่อยู่อาศัย

ภาพรวมของการเตรียมการด้านที่อยู่อาศัย เท่ากับร้อยละ 78.0 แสดงว่าบุคคลากรที่ปฏิบัติงานในสวนกลาง สังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ส่วนใหญ่มีการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ ด้านที่อยู่อาศัยในระดับน้อย โดยมีการพูดคุยปรึกษาหารือร่วมกับสมาชิกภายในครอบครัวเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยในยามเกษียณอายุสูงสุด คือ ร้อยละ 81.2 รองลงมา คือ พยายามปรับปรุง ซ่อมแซม เพิ่มเติม เปลี่ยนวัสดุต่างๆ ของที่พักอาศัยใหม่ ร้อยละ 67.5 และน้อยที่สุด คือ การศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับรูปแบบของที่พักอาศัย ภายหลังการเกษียณ เช่น บ้านสำหรับผู้สูงอายุ บ้านเช่า คอนโดมีเนียม ร้อยละ 31.8

ทั้งนี้ กรณีที่กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมการด้านที่พักอาศัยในระดับน้อย/ ไม่ได้เตรียม นั้น กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่ร้อยละ 75 ให้เหตุผลว่าเนื่องจากมีที่พักอาศัยซึ่งเป็นของตนเอง และมีความเหมาะสมอยู่แล้ว ร้อยละ 10.4 ให้เหตุผลว่าเนื่องจากมีข้อจำกัดทางการเงิน ร้อยละ 6.3 มองว่าอีกหลายปีกว่าจะถึงวัย 60 ปี ซึ่งกลุ่มตัวอย่างในส่วนนี้จะเป็บุคคลที่มีอายุอยู่ในระหว่าง 50-52 ปี นอกจากนี้ ร้อยละ 4.1 ที่มีการเตรียมการในระดับน้อย/ไม่ได้เตรียมให้เหตุผลว่าเนื่องจากตั้งใจจะพักอาศัยอยู่กับญาติ พี่น้อง และร้อยละ 2.1 ให้เหตุผลว่ายังอยู่ในระหว่างการตัดสินใจเลือกพื้นที่อยู่อาศัยภายหลังเกษียณ รวมทั้งไม่มีเวลาเตรียมการอย่างจริงจัง

3. ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ (Successful Aging)

การศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ (Successful Aging) แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ การเตรียมการด้านจิตใจ การเตรียมการด้านงานอดิเรก และ

การเตรียมการด้านการมีส่วนร่วมในสังคม ผลการศึกษาภาพรวมของการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ พบว่าบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลาง สังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ร้อยละ 67.9 มีการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จในระดับมาก และร้อยละ 32.1 มีการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จในระดับน้อย โดยมีการเตรียมการด้านงานอดิเรกสูงที่สุด ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 79.4 รองลงมา คือ การเตรียมด้านจิตใจในระดับมาก ร้อยละ 70.0 และการเตรียมด้านการมีส่วนร่วมในสังคมในระดับมาก ร้อยละ 51.6 รายละเอียดแต่ละด้านปรากฏดังนี้

3.1 การเตรียมการด้านจิตใจ

ภาพรวมของการเตรียมการด้านจิตใจ เท่ากับ 70.0 แสดงว่าบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลาง สังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ส่วนใหญ่มีการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ ด้านจิตใจอยู่ในระดับมาก โดยเริ่มอ่านหนังสือธรรมะเพื่อใช้ศาสนาเพื่อเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจสูงที่สุด คือ ร้อยละ 83.8 เตรียมที่จะพบปะสังสรรค์และใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมร่วมกันภายในกลุ่มเพื่อนภายหลังการเกษียณ ร้อยละ 83.4 เริ่มไปวัดเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา เช่น ฟังเทศน์ ปฏิบัติธรรม หรืออื่นๆ ร้อยละ 80.9 การปรับบทบาทมาเป็นผู้ให้คำปรึกษาของครอบครัว ร้อยละ 75.8 เตรียมลดบทบาท / ลดกิจกรรมงานสังคม ร้อยละ 73.6 เตรียมที่จะพูดคุยเพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการแบ่งบทบาทหน้าที่ที่กรณีคู่สมรสอีกฝ่ายยังไม่เกษียณอายุ ร้อยละ 52.0 สมาชิกภายในครอบครัวเตรียมปรับบทบาทมาเป็นหัวหน้าครอบครัวเมื่อรู้ว่าจะเกษียณ ร้อยละ 49.8 เตรียมลดความรับผิดชอบจากหน้าที่การงานในปัจจุบัน ร้อยละ 48.0 และการปรับบทบาทมาเป็นปู่ย่าตายายของลูกหลาน ร้อยละ 48.0

3.2 การเตรียมการด้านงานอดิเรก

ภาพรวมของการเตรียมการด้านงานอดิเรก เท่ากับ 79.4 แสดงว่าบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลาง สังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ส่วนใหญ่มีการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ ด้านงานอดิเรกอยู่ในระดับมาก โดยเตรียมที่จะเลี้ยงสัตว์ / ปลูกต้นไม้เพื่อสร้างความเพลิดเพลินในวัยสูงอายุ ร้อยละ 81.6 เตรียมการโดยทดลองทำงานอดิเรกหลาย ๆ อย่าง เพื่อพิจารณาดูว่ากิจกรรมแบบไหนที่เหมาะสมกับตนเอง ร้อยละ 81.2 และเตรียมการโดยการเข้าอบรมระยะสั้นเกี่ยวกับกิจกรรมที่ชอบและสนใจเพื่อเป็นงานอดิเรกในยามเกษียณ ร้อยละ 65.3

3.3 การเตรียมการด้านการมีส่วนร่วมในสังคม

ภาพรวมของการเตรียมการด้านการมีส่วนร่วมในสังคม เท่ากับ 51.6 แสดงว่า บุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลาง สังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ส่วนใหญ่ มีการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ ด้านการมีส่วนร่วมในสังคมอยู่ในระดับมาก โดยเตรียมกิจกรรมที่จะทำร่วมกันภายในกลุ่มเพื่อนหลังเกษียณ เช่น พบปะสังสรรค์ ทัศนศึกษา ทำบุญ หรือท่องเที่ยวสูงสุด คือ ร้อยละ 79.1 การเตรียมที่จะทำกิจกรรมภายในครอบครัวมากยิ่งขึ้นเมื่อเกษียณอายุ ร้อยละ 71.1 เตรียมที่จะกำหนดขอบเขตความสามารถของตนเองภายหลังเกษียณอายุ ร้อยละ 68.6 เตรียมกลุ่มเพื่อนที่จะนัดหมายทำกิจกรรมและใช้เวลาหลังเกษียณร่วมกัน ร้อยละ 56.3 เตรียมดูแลลูกหลานในครอบครัวเมื่อเกษียณ ร้อยละ 53.1 เตรียมทำสมุดรายชื่อบุคคลที่ต้องการติดต่อ สถานที่อยู่อาศัย รวมทั้งเบอร์โทรศัพท์ไว้ เพื่อใช้ประโยชน์ภายหลังเกษียณ ร้อยละ 47.3 เตรียมเข้าชมรม/ทำกิจกรรมให้สังคม ร้อยละ 45.8 และเตรียมทำนามบัตรเพื่อแจ้งที่อยู่อาศัยที่แน่นอนภายหลังเกษียณให้เพื่อนฝูงทราบ ร้อยละ 25.3

4. ข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นในการเตรียมการใช้ชีวิตหลังเกษียณ

การศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นในการเตรียมการใช้ชีวิตหลังเกษียณ ซึ่งในส่วนนี้เป็นคำถามปลายเปิด (Open - ended) เพื่อให้ผู้ตอบแสดงความคิดเห็นโดยอิสระ และผู้ศึกษาใช้วิธีเรียงลำดับจำนวนความมากน้อยของความเห็น และจัดกลุ่มให้อยู่ในหมวดหมู่ประเภทเดียวกัน โดยแบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านชีวิตส่วนบุคคล ด้านการท่องเที่ยว และการทำกิจกรรมต่างๆ ด้านการเงิน และด้านสุขภาพ ผลการศึกษาค้นคว้ารวมของความคิดเห็นในการเตรียมการใช้ชีวิตหลังเกษียณของบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลาง สังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ด้านชีวิตส่วนบุคคล พบว่าบุคลากรโดยส่วนใหญ่ต้องการใช้ชีวิตอย่างสงบเรียบง่ายตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงสูงสุด คิดเป็น ร้อยละ 32.4 รองลงมา ด้านการท่องเที่ยว และการทำกิจกรรมต่างๆ พบว่าบุคลากรโดยส่วนใหญ่ต้องการเข้าวัดเพื่อศึกษาธรรมะ ปฏิบัติธรรม และทำบุญภายหลังจากเกษียณ ร้อยละ 24.0 ด้านการเงิน บุคลากรส่วนใหญ่ ต้องการที่จะลงทุนทำธุรกิจส่วนตัวเล็กๆ น้อยๆ เพื่อเป็นรายได้เลี้ยงตนเองภายหลังจากการเกษียณ ร้อยละ 46.0 และด้านสุขภาพ บุคลากรส่วนใหญ่มีความคาดหวังที่จะใช้ชีวิตภายหลังเกษียณโดยมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงไม่เป็นภาระกับลูกหลานและคนรอบข้าง ร้อยละ 67.0 รายละเอียดแต่ละด้านปรากฏดังนี้

4.1 ด้านชีวิตส่วนบุคคล

บุคลากรส่วนใหญ่ ร้อยละ 32.4 มีความต้องการใช้ชีวิตอย่างสงบเรียบง่ายตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง รองลงมา ร้อยละ 28.0 ต้องการพักผ่อนและใช้ชีวิตอย่างสงบสุขร่วมกับครอบครัว ร้อยละ 16.2 ต้องการดูแลและให้คำปรึกษาแก่ลูกหลานภายหลังจากเกษียณ ร้อยละ 11.0 ต้องการทำตนให้เป็นประโยชน์เป็นที่รักแก่บุตรหลานไม่ทำตนเองเป็นภาระกับครอบครัว บุตรหลาน และสังคม ร้อยละ 6.4 ไม่มีความคาดหวังอะไร และร้อยละ 6.0 ต้องการใช้ชีวิตในต่างจังหวัดเพื่อหลีกเลี่ยงความวุ่นวาย

4.2 ด้านการท่องเที่ยว และการทำกิจกรรมต่างๆ

บุคลากรส่วนใหญ่ ร้อยละ 24.0 ต้องการใช้ชีวิตภายหลังจากเกษียณโดยการเข้าวัดเพื่อศึกษาธรรมะ ปฏิบัติธรรม และทำบุญ ร้อยละ 21.0 ต้องการใช้ชีวิตในการทำงานอดิเรกที่ชอบ ร้อยละ 19.0 อยากรท่องเที่ยวไปยังสถานที่ต่างๆ ตามที่ต้องการทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ รวมถึงการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและชุมชน ร้อยละ 10.0 ต้องการทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนฝูงในวัยเดียวกันภายหลังจากเกษียณ ร้อยละ 4.5 ต้องการพบปะสังสรรค์และทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว ญาติ พี่น้อง และร้อยละ 2.5 ต้องการศึกษาค้นคว้าหาความรู้หรืออบรมหลักสูตรระยะสั้นที่สนใจ และเป็นประโยชน์ภายหลังจากการเกษียณ

4.3 ด้านการเงิน

บุคลากรส่วนใหญ่ ร้อยละ 46.0 ต้องการที่จะลงทุนทำธุรกิจส่วนตัวเล็กๆ น้อยๆ เพื่อเป็นรายได้เลี้ยงตนเองภายหลังจากการเกษียณ และร้อยละ 54.0 ตั้งใจที่จะพยายามเก็บออมและใช้จ่ายอย่างประหยัดไม่ฟุ้งเฟ้อภายหลังจากการเกษียณ

4.4 ด้านสุขภาพ

บุคลากรส่วนใหญ่ ร้อยละ 67.0 มีความคาดหวังที่จะใช้ชีวิตภายหลังจากเกษียณโดยมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงไม่เป็นภาระกับลูกหลานและคนรอบข้าง และร้อยละ 33.0 ตั้งใจที่จะหันมาใส่ใจและดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้นภายหลังจากเกษียณ โดยออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และตรวจสุขภาพเป็นประจำ

5. การเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไปกับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ (Productive Aging) การเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ (Successful Aging)

ในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ระดับ (ซี) ตำแหน่ง และเงินเดือน กับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยัง

5.7 ตำแหน่ง

การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตำแหน่งกับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยตำแหน่งกับการเตรียมการด้านร่างกาย ด้านการเงิน และด้านที่อยู่อาศัย ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สำหรับการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตำแหน่งกับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยตำแหน่งกับการเตรียมการด้านจิตใจ ด้านงานอดิเรก และด้านการมีส่วนร่วมในสังคม ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง “การเตรียมการเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีศักยภาพ ของบุคลากรกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์” ทำให้ผู้ศึกษาได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ (Productive Aging) และการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ (Successful Aging) และการเตรียมการใช้ชีวิตหลังเกษียณ ของบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลางสังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ซึ่งจากผลการศึกษาผู้ศึกษามีข้อเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะระดับนโยบาย

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ โดยสำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการ และผู้สูงอายุ ควรกำหนดนโยบายให้บุคลากรในสังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ได้ตระหนักถึงการเตรียมการเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีศักยภาพ โดยการเตรียมความพร้อมที่จะดูแลตนเอง ทั้งด้านร่างกาย การเงิน ที่อยู่อาศัย จิตใจ งานอดิเรก และการมีส่วนร่วมในสังคมภายใต้โครงการ “การเตรียมการก่อนเกษียณอายุ” ซึ่งที่ผ่านมาได้มีการดำเนินการเป็นประจำทุกปี แต่ควรขยายกลุ่มเป้าหมายให้ครอบคลุมบุคลากรกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ที่มีอายุตั้งแต่ 50-59 ปี เนื่องจากระยะเวลาที่เหมาะสมกับการเตรียมการเข้าสู่วัยสูงอายุที่ได้นั้น ควรได้มีการวางแผนเตรียมการก่อนการเกษียณอายุอย่างน้อยเป็นเวลา 10 ปี ทั้งนี้ เพื่อเป็นการสร้างหลักประกันและความมั่นคงในการดำรงชีวิตก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และเพื่อให้สามารถทำในสิ่งที่ปรารถนา รวมไปถึงการทำประโยชน์ ต่อผู้อื่นและสังคมได้ตามศักยภาพภายหลังจากการเกษียณต่อไป

2 ข้อเสนอแนะระดับปฏิบัติ

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ โดยกลุ่มการพัฒนาองค์กรและระบบงาน สำนักบริหารงานกลาง ควรดำเนินการรณรงค์ให้บุคลากรในสังกัดให้ความสำคัญในการเตรียมการเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีศักยภาพในทุกด้าน เพื่อเตรียมความพร้อมดำรงชีวิตภายหลังการเกษียณอายุ โดยกำหนดเป็นโครงการต่างๆ ได้แก่

2.1 โครงการให้ความรู้ด้านการวางแผนทางการเงินเพื่อการเกษียณอายุ เช่น การดำเนินชีวิตตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง การออม หรือการลดความเสี่ยงด้วยการลงทุนด้วยวิธีการที่เหมาะสม เป็นต้น

2.2 โครงการฝึกอาชีพที่เหมาะสมกับผู้ที่จะเกษียณอายุ สำหรับเป็นงานอดิเรก ภายหลังจากเกษียณ หรือกลับเข้าสู่ตลาดแรงงานโดยการประกอบอาชีพเสริมสร้างรายได้ให้แก่ตนเอง หรือทำตนเองให้มีคุณค่า เช่น การทำขนม ดอกไม้ประดิษฐ์ เป็นต้น

2.3 โครงการศึกษาอบรมการปฏิบัติธรรมเพื่อฝึกฝนจิตใจให้สงบสุข

2.4 โครงการส่งเสริมสุขภาพ โดยการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับวัยก่อนเกษียณ เช่น การเดินแอโรบิก รำมวยจีน หรือฝึกโยคะ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

จากการศึกษาค้นคว้าพบว่ามีผลงานวิจัยของผู้ศึกษาหลายสถาบันที่เกี่ยวข้องกับเรื่องการเตรียมการเข้าสู่วัยสูงอายุ ทั้งการเตรียมการของบุคคลที่ประกอบอาชีพการรับราชการ ในส่วนกลาง และประชาชนที่ประกอบอาชีพทั่วไป เช่น ปิยรัตน์ เมืองไทย (2541) ศึกษา เรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวต่อการเข้าสู่วัยสูงอายุของข้าราชการสตรีโสด สังกัดราชการส่วนกลาง กระทรวงสาธารณสุข” และ สิริชัย คำชมภู (2550) ศึกษาเรื่อง “การเตรียมการสร้างหลักประกันเพื่อการดำรงชีวิตในวัยสูงอายุ ของข้าราชการสังกัดสำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี”

ทั้งนี้ เพื่อได้ผลการศึกษาที่แตกต่างจากการศึกษาบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนกลางของหน่วยงาน ในการศึกษาครั้งต่อไปจึงควรทำการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นบุคลากรที่ปฏิบัติงานในส่วนภูมิภาค ของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ หรือส่วนราชการอื่น