

ภาคผนวก

แบบสอบถาม

เรื่อง

การเตรียมการเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีศักยภาพของบุคลากร
กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

.....

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้สร้างขึ้นเพื่อเป็นเครื่องมือในการศึกษาวิจัยเรื่อง “การเตรียมการเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีศักยภาพของบุคลากรกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์” และท่านเป็นผู้หนึ่งที่มีคุณสมบัติสอดคล้องกับการเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา ด้วยเหตุนี้ ผู้ศึกษาจึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการตอบคำถามทุกข้อ ซึ่งข้อมูลที่ได้รับจากการวิจัยจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ นำไปใช้ในเชิงวิชาการโดยนำเสนอข้อมูลผลการศึกษาในภาพรวมและไม่ส่งผลกระทบต่อผู้ตอบแบบสอบถามแต่อย่างใด

2. แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ มีความสามารถในการพึ่งตนเอง ดูแลตนเองเพื่อสร้างหลักประกัน และสร้างความมั่นคงในการดำรงชีวิต

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ ในการได้ทำในสิ่งที่ปรารถนาตามศักยภาพของตน เพื่อสร้างความสุข และความพึงพอใจในชีวิตของการเป็นผู้สูงอายุ

ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความคาดหวัง และความปรารถนาที่จะเป็นหรือทำในกิจกรรมต่างๆ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ

ผู้ศึกษาขอขอบคุณในความร่วมมือมา ณ โอกาสนี้

นางสาวกฤษฏี เกาแสงธรรม

นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาการบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม

คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

หมายเลข.....

แบบสอบถาม

เรื่อง การเตรียมการเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีศักยภาพของบุคลากร
กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง หน้าข้อความที่ตรงกับข้อมูลของท่าน

1. เพศ

1. ชาย

2. หญิง

2. อายุ ปี

3. ระดับการศึกษา

1. มัธยมศึกษา

2. ปวช./ปวส.

3.ปริญญาตรี

4.ปริญญาโท

5.ปริญญาเอก

4. สถานภาพสมรส

1. โสด

2. สมรส

3. หม้าย

4. หย่าร้าง

5. เงินเดือน

1. ต่ำกว่า/ไม่เกิน 10,000 บาท

2. 10,001 - 15,000 บาท

3. 15,001 - 20,000 บาท

4. 20,001 - 25,000 บาท

5. 25,001 - 30,000 บาท

6. 30,001 - 35,000 บาท

7. 35,001 - 40,000 บาท

8. 40,001 - 45,000 บาท

9. 45,001 - 50,000 บาท

10. 50,001 - 55,000 บาท

6. ระดับ (ซี)

7. ตำแหน่ง

1. ข้าราชการ 2. ลูกจ้างประจำ
3. ลูกจ้างชั่วคราว 4. พนักงานราชการ
5. พนักงานรัฐวิสาหกิจ / องค์การมหาชน

ส่วนที่ 2 ท่านได้เตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ โดยการพึ่งตนเอง ดูแลตนเองเพื่อสร้างหลักประกันและความมั่นคงในการดำรงชีวิตได้อย่างไร

โปรดทำเครื่องหมาย ลงในช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุด

ทำอย่างจริงจัง หมายถึง ปฏิบัติทุกวัน หรืออย่างน้อย 4 ครั้งต่อสัปดาห์

ทำบ้าง หมายถึง ปฏิบัติอย่างน้อย 1 – 3 ครั้งต่อสัปดาห์

ทำ หมายถึง ได้มีการปฏิบัติ

ไม่ทำ หมายถึง ไม่ได้มีการปฏิบัติ

ข้อ	ลักษณะการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ	ระดับการเตรียมการ			
		ทำอย่างจริงจัง	ทำบ้าง	กำลังจะเริ่มทำ	ไม่คิดจะทำ
8	ท่านเริ่มออกกำลังกายเพื่อเตรียมการเป็นผู้สูงอายุ				
9	ท่านพูดคุยเรื่องการเตรียมตัวดูแลรักษาสุขภาพตนเองเมื่อต้องเข้าสู่วัยสูงอายุกับเพื่อนฝูง				
10	ท่านดูรายการทีวีเกี่ยวกับโรคในผู้สูงอายุ				
11	ท่านอ่านหนังสือเกี่ยวกับบุคคลที่ประสบความสำเร็จในวัยสูงอายุ				
12	ท่านพยายามรับประทานอาหารที่มีแคลเซียมสูง				
13	ท่านพยายามรับประทานอาหารที่มีกากใยสูงประเภทผักใบเขียว และผลไม้ต่างๆ				
14	ท่านพยายามเรียนรู้การทำอาหารง่ายๆ ด้วยตนเอง				
15	ท่านไปพบแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพตนเองก่อนเกษียณอายุ				
16	ท่านซื้อประกันชีวิตไว้เพื่อเป็นหลักประกันด้านสุขภาพภายหลังจากเกษียณอายุ				

ข้อ	ลักษณะการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ	ระดับการเตรียมการ	
		ทำ	ไม่ทำ
17	ท่านพยายามเคลียร์พื้นที่นั่งที่มีอยู่ก่อนเกษียณอายุ		
18	ท่านเริ่มฝึกหัดทำบัญชีรายจ่ายในแต่ละเดือน		
19	ท่านวางแผนที่จะทดลองฝึกใช้เงินจากรายได้ภายหลังการปลดเกษียณ 1 เดือน		
20	ท่านพยายามที่จะเรียนรู้การซ่อมแซมอุปกรณ์ต่างๆ ที่ชำรุดภายในบ้านด้วยตนเอง		
21	ท่านเตรียมลดรายจ่ายที่ฟุ่มเฟือย		
22	ท่านสะสมเงินฝากกับธนาคารประจำ		
23	ท่านสะสมเงินฝากกับสหกรณ์ออมทรัพย์		
24	ท่านวางแผนที่จะนำเงินรายได้จากเงินบำนาญ/บำนาญที่ได้รับไปลงทุนเพื่อให้เกิดความมั่นคงในชีวิตภายหลังเกษียณ		
25	ท่านเริ่มทำงานเสริมเพื่อเป็นอีกอาชีพหนึ่งไว้รองรับเมื่อเกษียณอายุ		
26	ท่านได้พูดคุยปรึกษาหารือร่วมกับสมาชิกภายในครอบครัวเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยในยามเกษียณ		
27	ท่านได้ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับรูปแบบของที่พักอาศัยภายหลังการเกษียณ เช่น บ้านสำหรับผู้สูงอายุ บ้านเช่า คอนโดมิเนียม เป็นต้น		
28	ท่านพยายามปรับปรุง ซ่อมแซม เพิ่มเติม เปลี่ยนวัสดุต่างๆ ภายในที่พักอาศัย		

29. กรณีที่ท่านมีการเตรียมการเกี่ยวกับที่พักอาศัยในระดับน้อย/ไม่ได้เตรียม โปรดให้เหตุผล

.....

.....

.....

ส่วนที่ 3 ท่านได้เตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ ในการได้ทำในสิ่งที่ปรารถนาตามศักยภาพ เพื่อสร้างความสุข และความพึงพอใจในชีวิตของการเป็นผู้สูงอายุ ในลักษณะอย่างไรบ้าง

โปรดทำเครื่องหมาย ลงในช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุด

ทำอย่างจริงจัง หมายถึง ปฏิบัติทุกวัน หรืออย่างน้อย 4 ครั้งต่อสัปดาห์
 ทำบ้าง หมายถึง ปฏิบัติอย่างน้อย 1 – 3 ครั้งต่อสัปดาห์
 ทำ หมายถึง ได้มีการปฏิบัติ
 ไม่ทำ หมายถึง ไม่ได้มีการปฏิบัติ

ข้อ	ลักษณะการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ	ระดับการเตรียมการ			
		ทำอย่าง จริงจัง	ทำ บ้าง	กำลัง จะ เริ่มทำ	ไม่คิด จะทำ
30	ท่านเตรียมที่จะพบปะสังสรรค์ และใช้เวลาว่างใน การทำกิจกรรมร่วมกันภายในกลุ่มเพื่อนภายหลัง การเกษียณ				
31	ท่านเตรียมที่จะพูดคุยเพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับ การแบ่งบทบาทหน้าที่กรณีคู่สมรสอีกฝ่ายยังไม่ เกษียณอายุ				
32	สมาชิกภายในครอบครัวของท่านเตรียมปรับบทบาท มาเป็น หัวหน้าครอบครัวเมื่อรู้ว่าท่านจะเกษียณ				
33	ท่านเตรียมลดบทบาท / ลดกิจกรรมงานสังคมลง				
34	ท่านเตรียมลดความรับผิดชอบจากหน้าที่การงานใน ปัจจุบัน				
35	ท่านได้เตรียมปรับบทบาทมาเป็นผู้ให้คำปรึกษาของ ครอบครัว				
36	ท่านเริ่มไปวัดเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา เช่น ฟังเทศน์ ปฏิบัติธรรม หรืออื่นๆ				
37	ท่านเริ่มอ่านหนังสือธรรมะเพื่อใช้ศาสนาเป็นเครื่อง ยึดเหนี่ยวจิตใจ				

ข้อ	ลักษณะการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ	ระดับการเตรียมการ			
		ทำอย่าง จริงจัง	ทำ บ้าง	กำลัง จะ เริ่มทำ	ไม่คิด จะทำ
38	ท่านได้เตรียมปรับบทบาทมาเป็นปู่ย่าตายายของลูกหลาน				
39	ท่านทดลองทำงานอดิเรกหลาย ๆ อย่าง เพื่อพิจารณาดูว่ากิจกรรมแบบไหนที่เหมาะสมกับตนเอง				
40	ท่านเข้าอบรมระยะสั้นเกี่ยวกับกิจกรรมที่ชอบและสนใจเพื่อเป็นงานอดิเรกในยามเกษียณ				
41	ท่านเริ่มเลี้ยงสัตว์/ปลูกต้นไม้ เพื่อเตรียมสร้างความเพลิดเพลินภายหลังการเกษียณ				

ข้อ	ลักษณะการเตรียมการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ	ระดับการเตรียมการ	
		ทำ	ไม่ทำ
42	ท่านเตรียมกิจกรรมที่จะทำร่วมกันภายในกลุ่มเพื่อน หลังเกษียณ เช่น พบปะสังสรรค์ ทัศนศึกษา ทำบุญ หรือท่องเที่ยว		
43	ท่านเตรียมที่จะกำหนดความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรมต่างๆ ภายหลังเกษียณอายุ		
44	ท่านเตรียมที่จะทำกิจกรรมภายในครอบครัวมากยิ่งขึ้นเมื่อเกษียณอายุ		
45	ท่านเตรียมดูแลลูกหลานในครอบครัวเมื่อเกษียณ		
46	ท่านได้เตรียมที่จะนัดหมายกลุ่มเพื่อนเพื่อทำกิจกรรมและใช้เวลาหลังเกษียณร่วมกัน		
47	ท่านทำสมุดรายชื่อบุคคลที่ต้องการติดต่อ สถานที่อยู่อาศัย รวมทั้งเบอร์โทรศัพท์ไว้ เพื่อใช้ประโยชน์ภายหลังเกษียณ		
48	ท่านเตรียมทำนามบัตรเพื่อแจ้งที่อยู่อาศัยที่แน่นอนภายหลังเกษียณให้เพื่อนฝูงทราบ		
49	ท่านเตรียมเข้าชมรม/ทำกิจกรรมให้สังคม		

ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเตรียมการใช้ชีวิตหลังเกษียณ

โปรดเขียนข้อเสนอแนะตามความคิดเห็นของท่านในประเด็นต่อไปนี้

50. ท่านมีความคาดหวัง และความปรารถนาที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณอย่างไร โปรดระบุ

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี