

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องรูปแบบกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร และพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ บุคลากรที่มีอายุระหว่าง 50-65 ปี ที่ปฏิบัติงานทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุน มหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 291 คน ใช้วิธีการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Method) ทั้งการวิจัยเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยสรุปผลการวิจัยดังนี้

สรุปผลการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

บุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 55-59 ปี จำนวน 136 คน คิดเป็นร้อยละ 46.74 ส่วนใหญ่สถานภาพสมรส จำนวน 180 คน คิดเป็นร้อยละ 61.85 มีจำนวนบุตร 1 คน จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 32.30 อาศัยอยู่กับสมาชิกครอบครัว จำนวน 230 คน คิดเป็นร้อยละ 79.03 มีระดับการศึกษาปริญญาโท จำนวน 146 คน คิดเป็นร้อยละ 50.17 มีรายได้ปัจจุบันต่อเดือน 30,001-45,000 บาท จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 35.05 และสายงานที่ปฏิบัติเป็นสายวิชาการ จำนวน 172 คน คิดเป็นร้อยละ 59.11

2. การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร

การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ในภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าอยู่ในระดับมาก คือ กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ กิจกรรมนันทนาการ และอยู่ในระดับปานกลาง คือ กิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม กิจกรรมการบริการผู้อื่น/อาสาสมัคร และกิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ ตามลำดับ เมื่อจำแนกการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ในภาพรวมสายวิชาการ อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมาก คือ กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ กิจกรรมการบริการผู้อื่น/อาสาสมัคร กิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม กิจกรรมนันทนาการ และอยู่ในระดับปานกลาง คือ กิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ ตามลำดับ ส่วนสายสนับสนุนการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ในภาพรวม สายสนับสนุน

อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมาก คือ กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ เป็นลำดับที่ 1 และอยู่ในระดับปานกลาง คือ กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม กิจกรรมการบริการผู้อื่น/อาสาสมัคร และกิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจตามลำดับ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านมีรายละเอียดดังนี้

2.1 การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร กิจกรรมนันทนาการ ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก โดยในประเด็นกิจกรรมทัศนศึกษาเพื่อการท่องเที่ยว เช่น การเข้าชมวัดวาอาราม อุทยานประวัติศาสตร์ อุทยานธรรมชาติ พระราชวัง ชมพิพิธภัณฑ์ ฯลฯ เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ กิจกรรมเพื่อเสริมทักษะทางปัญญา เช่น การเล่นเกมส์/กีฬา การฝึกใช้เทคโนโลยีด้วยคอมพิวเตอร์ การฝึกอบรมความรู้ด้านต่างๆ ฯลฯ และอยู่ในระดับปานกลาง ในประเด็นกิจกรรมเพื่อความบันเทิง เช่น เล่นดนตรี เต้นรำ ร้องคาราโอเกะ การเล่นเกม ฯลฯ เป็นลำดับสุดท้าย

2.2 การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก โดยในประเด็นกิจกรรมทางศาสนา เช่น เรียนรู้ธรรมะหรือปาฐกถา เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ กิจกรรมศึกษาเรียนรู้ เช่น เรียนรู้การใช้คอมพิวเตอร์ เรียนรู้เทคนิคสิ่งต่างๆ ในศาสตร์วิชาใหม่ๆ และอยู่ในระดับปานกลาง ในประเด็นกิจกรรมศิลปะ เช่น งานประดิษฐ์ งานเย็บปักถักร้อย แกะสลัก วาดภาพ การปรุงอาหาร ฯลฯ และกิจกรรมสะสม เช่น สะสมแสตมป์ เหรียญที่ระลึก สะสมของเก่าต่างๆ ฯลฯ เป็นลำดับสุดท้าย

2.3 การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร กิจกรรมการบริการผู้อื่น/อาสาสมัคร ในภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก โดยในประเด็นงานที่ทำประโยชน์ให้แก่ชุมชนและสังคม เช่น การเป็นที่ปรึกษา อาจารย์พิเศษ วิทยากร ฯลฯ เป็นลำดับที่ 1 และอยู่ในระดับปานกลาง ในประเด็นงานที่สร้างความสัมพันธ์อันดีกับชุมชนและสังคม เช่น งานประสานงานติดต่อ ฯลฯ งานเฉพาะทางที่มุ่งเน้นช่วยเหลือกลุ่มอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม กลุ่มผู้บริโภคร กลุ่มสิทธิมนุษยชน ฯลฯ และงานบริการเพื่อสาธารณประโยชน์หรือการกุศล เช่น อาสาสมัครสาธารณสุข อาสาสมัครโรงพยาบาล ฯลฯ เป็นลำดับสุดท้าย

2.4 การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร กิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ ในภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับปานกลางทุกข้อ โดยในประเด็นการทำงานเพื่อฝึกอาชีพเสริมที่สร้างรายได้หลังเกษียณอายุ เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ การทำงานที่เน้นฝึกเพื่อเป็นผู้ประกอบการขนาดเล็ก การทำงานที่ฝึกเพื่อเตรียมเข้าทำงานในธุรกิจอุตสาหกรรมและธุรกิจบริการ และการทำงานเพื่อฝึกยกระดับฝีมือ เป็นลำดับสุดท้าย

2.5 การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร กิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม ในภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก โดยในประเด็นกิจกรรมเพื่อถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนและสังคม เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ กิจกรรมการให้ความรู้หรือคำปรึกษา

ตามความต้องการของชุมชนและสังคม และอยู่ในระดับปานกลาง ในประเด็นกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุหรือการเป็นสมาชิกชมรมต่างๆ เช่น กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ และกิจกรรมฝึกอบรมอาชีพของชุมชนและสังคม เป็นลำดับสุดท้าย

3. ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร

ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าทุกด้านอยู่ในระดับมาก ปัจจัยด้านสุขภาพ เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ ปัจจัยด้านจิตใจและอารมณ์ ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ปัจจัยด้านที่อยู่อาศัย และปัจจัยด้านเศรษฐกิจตามลำดับ เมื่อจำแนกปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ในภาพรวม สายวิชาการ อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับมาก ปัจจัยด้านสุขภาพ เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ปัจจัยด้านจิตใจและอารมณ์ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ และปัจจัยด้านที่อยู่อาศัย ตามลำดับ ส่วนสายสนับสนุน ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมาก ปัจจัยด้านสุขภาพ เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ ปัจจัยด้านที่อยู่อาศัย ปัจจัยด้านจิตใจและอารมณ์ ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และอยู่ในระดับปานกลาง คือ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ตามลำดับ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน มีรายละเอียดดังนี้

3.1 ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ปัจจัยด้านสุขภาพ ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก โดยในประเด็นท่านรับการตรวจสุขภาพประจำปี เช่น เจาะเลือด เอ็กซเรย์ปอด อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ ท่านได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ, ท่านมีการศึกษาหาข้อมูลข่าวสารจากแหล่งต่างๆ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย และท่านมีการดูแลตนเองโดยการออกกำลังกายให้มีสุขภาพแข็งแรง เป็นลำดับสุดท้าย

3.2 ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก โดยในประเด็นมีการออมเงินในรูปแบบต่างๆ ที่เป็นหลักประกันในการมีรายได้หลังเกษียณอายุในระยะยาว เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ มีการเตรียมจัดสรรเงินเพื่อที่อยู่อาศัยในวัยเกษียณอายุ รายได้มีเพียงพอกับรายจ่ายในปัจจุบัน และทำงานที่ได้รับรายได้เสริมจากแหล่งอื่นๆ เป็นลำดับสุดท้าย

3.3 ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ปัจจัยด้านจิตใจและอารมณ์ ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก โดยในประเด็นมีการเรียนรู้เกี่ยวกับธรรมะเพื่อ ฝึกพัฒนาจิตใจเมื่อหลังเกษียณอายุ เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ มีความพึงพอใจต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ และมีความเข้าใจต่อบทบาทหน้าที่ทางสังคมที่อาจจะลดน้อยลงหลังเกษียณอายุ เป็นลำดับสุดท้าย

3.4 ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ปัจจัยด้านที่อยู่อาศัย ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก โดยในประเด็นบ้านที่อยู่อาศัยมีความปลอดภัยต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ ได้วางแผนอาศัยอยู่กับสมาชิกครอบครัว หรือญาติหลังเกษียณอายุ มีการจะเปลี่ยนแปลงหรือจัดสภาพภายในบ้านให้เหมาะสมกับวัยของท่านหลังเกษียณ และได้วางแผนจะมีการเปลี่ยนที่อยู่อาศัยใหม่ เป็นลำดับสุดท้าย

3.5 ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก โดยในประเด็นมีจิตอาสาที่จะช่วยเหลือชุมชนและสังคมเมื่อมีโอกาส เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ ได้เข้าร่วมกิจกรรมพบปะสังสรรค์กับเพื่อนๆ อยู่เสมอ ได้ใช้เวลาว่างศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศที่ทันสมัย เพื่อให้เข้าถึงข้อมูลข่าวสารได้รวดเร็ว เช่น คอมพิวเตอร์ ฯลฯ และได้ใช้เวลาว่างศึกษาและเรียนรู้ภูมิปัญญาของชุมชนและสังคม เป็นลำดับสุดท้าย

4. การทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 เมื่อจำแนกปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยด้านสุขภาพ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านจิตใจและอารมณ์ ปัจจัยด้านที่อยู่อาศัย และปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ กิจกรรมการบริการผู้อื่น/อาสาสมัคร และกิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สำหรับกิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ พบว่า ปัจจัยด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และไม่มีความสัมพันธ์กันกับปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านจิตใจและอารมณ์ ปัจจัยด้านที่อยู่อาศัย และปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม

5. ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร

5.1 สายวิชาการ

การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ควรมีการจัดกิจกรรมเฉพาะกลุ่มบุคลากรหลังเกษียณอายุ เช่น เปิดการใช้ยูทูบหรือเฟซบุ๊ก เพื่อสร้างเครือข่ายกลุ่มบุคลากรหลังเกษียณอายุให้มีการติดต่อข่าวสาร และสร้างความสัมพันธ์ในกลุ่มเดียวกันอย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมการจัดกิจกรรมจากการใช้เวลาว่าง ได้แก่การท่องเที่ยวทั้งภายใน และภายนอกประเทศ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง รวมถึงให้บุคลากรที่เกษียณอายุเป็นอาจารย์พิเศษ อาสาสมัครที่ปฏิบัติงานที่ปรึกษาในศาสตร์สาขาที่เคยปฏิบัติหน้าที่ งานช่วยฝึกอบรม

การใช้ทักษะทางภาษาที่เกี่ยวข้องกับการเผยแพร่ความรู้ของกลุ่มเยาวชนในชมรมต่างๆ หรือสนับสนุนการเขียนบทความ ตำรา และเอกสารต่างๆ ที่ได้จากความรู้และประสบการณ์ของบุคลากรเกษียณอายุ เพื่อตีพิมพ์เผยแพร่ในหน่วยงานต่างๆ หรือลงเว็บไซต์ โดยให้มีการถามหรือตอบทางเว็บไซต์ และมีการให้เล่นเกมทางออนไลน์เพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ร่วมกัน ประกอบกับควรมีการประสานงานกับหน่วยงานพัฒนาสังคมฯ ในเขตท้องที่ เพื่อจัดกิจกรรมเชิงรุกที่สร้างรายได้เสริมให้แก่ผู้เกษียณ เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองและแรงจูงใจในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข รวมถึงเป็นฐานข้อมูลผู้เกษียณอายุในการร่วมดำเนินกิจกรรมกับชุมชนและสร้างเครือข่ายให้กว้างขวางมากขึ้นด้วย

5.2 สายสนับสนุน

การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ควรให้ความสำคัญกับบทบาทของบุคลากรทุกระดับ ทุกเพศ ทุกวัย เพื่อให้มีศักยภาพในการปฏิบัติงานในทิศทางเดียว มุ่งส่งเสริมให้บุคลากรมีกิจกรรมการเรียนรู้เป็นกลุ่ม และกิจกรรมที่ต้องใช้การแลกเปลี่ยนความคิดอย่างต่อเนื่อง รวมถึงมีการจัดกิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ การช่วยเหลือในงานบุญ งานกุศลต่างๆ การพบปะสังสรรค์กับเพื่อนรุ่นเดียวกันหรือต่างวัยมากขึ้น กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ ได้แก่ เป็นที่ปรึกษาให้กับน้องๆ ที่ได้ร่วมงานกันมา กิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ การฝึกอาชีพเสริมที่สามารถสร้างรายได้ให้กับตนเองและครอบครัว และกิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม ได้แก่ การเข้าร่วมชมรมผู้สูงอายุ เพื่อร่วมทำประโยชน์ให้สังคม ตลอดจนควรมีการวางแผนเรื่องที่อยู่อาศัย เพื่อให้ครอบครัวมีที่อยู่อาศัยอย่างสบาย ควรวางแผนเรื่องเศรษฐกิจ เพื่อมีรายได้หลังเกษียณ เพื่อมีรายได้เลี้ยงครอบครัว และควรวางแผนเรื่องสุขภาพ เพื่อให้มีสุขภาพแข็งแรงสามารถใช้ชีวิตอย่างสบาย โดยการทำหน้าที่เน้นผู้ประสานกับผู้นำชุมชน เพื่อให้คนในชุมชนมีกระบวนการในการส่งเสริมสุขภาพให้ดีขึ้น

อภิปรายผล

จากการวิจัยเรื่องรูปแบบจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยสรุปผลจากการวิจัยเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงคุณภาพ ดังนี้

1. การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร

จากผลการวิจัย พบว่า การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ในภาพรวม ทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุน อยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยของ เพ็ญประภา อริยะสุข (2553) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการเข้าร่วมโครงการเกษียณอายุก่อนกำหนดของพนักงานการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย: ศึกษาเฉพาะกรณีโรงไฟฟ้าพระนครใต้ ผลงานวิจัยพบว่า พนักงานมีแรงจูงใจในการเข้าร่วมโครงการเกษียณอายุ โดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง อาจเนื่องจากบุคลากรส่วนใหญ่มีความต้องการใช้เวลาหลังเกษียณอายุกับครอบครัวและกิจกรรมประจำวันมากกว่าการทำกิจกรรมหลังเกษียณอายุ สอดคล้องกับแนวคิดของ Schlossberg (2004 cited in Hoyer & Roodin, 2009: 391) ได้ศึกษา

เกี่ยวกับการปรับตัวไปเป็นผู้เกษียณอายุว่าอาจจะอยู่ในกลุ่มนักร้อง คือ เป็นผู้ที่จะทิ้งโอกาสที่ได้รับจากการเกษียณอายุ พวกเขาอาจแค่ขอเวลานอกของชีวิต หรืออาจถอนตัวจากกิจกรรมต่างๆ หรืออาจถอยไปสักพัก และดำเนินชีวิตต่อไปเมื่อพวกเขาพร้อม เช่นเดียวกับผู้บริหารบางกลุ่มที่ให้สัมภาษณ์ว่า บุคลากรจะให้ความสำคัญต่อการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุนั้น อาจมาจากปัจจัยในเรื่องของสุขภาพ การเดินทาง และอุบัติเหตุ ที่อาจจะเกิดขึ้นระหว่างการทำกิจกรรมนอกบ้าน และหากให้อยู่บ้านจะทำให้ครอบครัวรู้สึกมีความกังวลน้อยและเกิดความสุขสบายในเรื่องต่างๆ มากกว่าที่จะให้เข้าร่วมกิจกรรมหลังเกษียณอายุ ตลอดจนการเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร และการรวมกลุ่มหลังเกษียณอายุ อาจจะเป็นปัจจัยที่เชื่อมโยงต่อการทำให้บุคลากรต้องการเข้าร่วมกิจกรรมหลังเกษียณอายุได้เช่นกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านปรากฏผลดังนี้

1.1 กิจกรรมนันทนาการ บุคลากรมีความต้องการในภาพรวม อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรชัย เอี่ยมขจรชัย (2554) ได้ศึกษารูปแบบการทำกิจกรรมหลังเกษียณอายุ ตามความต้องการของพนักงานธนาคารออมสิน ภาค 5 ผลงานวิจัยพบว่า พนักงานให้ความสำคัญในด้านนันทนาการมากที่สุด อาจเนื่องจากบุคลากรต้องการที่จะพักผ่อนและปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นโดยการทำกิจกรรมนันทนาการหลังเกษียณอายุ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Kim (1992) ได้ศึกษาทัศนคติเรื่องการปลดเกษียณ การเตรียมความพร้อม การสร้างแนวความคิด และเจตนาทางพฤติกรรมต่อการปลดเกษียณในหมู่ชาวอเมริกันเชื้อชาติเกาหลีรุ่นแรกในช่วงวัยกลางคน ส่วนใหญ่แสดงความต้องการที่จะเข้าร่วมสัมมนาแผนการเตรียมความพร้อมก่อนการปลดเกษียณต่อกิจกรรมยามว่าง และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นกิจกรรมทัศนศึกษาเพื่อการท่องเที่ยว เช่น การเข้าชมวัดวาอาราม อุทยานประวัติศาสตร์ อุทยานธรรมชาติ พระราชวัง ชมพิพิธภัณฑ์ ฯลฯ บุคลากรมีความต้องการ อยู่ในระดับมาก เป็นลำดับที่ 1 อาจเป็นเพราะบุคลากรหลังเกษียณอายุต้องการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่น และมีความตื่นตัวในการดำเนินชีวิตอยู่ตลอดเวลา ไม่ใช่แค่เพียงการเรียนรู้หรือการสอนผู้อื่นเท่านั้น เช่นเดียวกับ สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ (2556: 10-18) กล่าวว่า กิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่ทำได้ทุกช่วงอายุ จะช่วยทำให้ร่างกายสดชื่นทำหาย มีการตื่นตัวอยู่เสมอ และมีชีวิตชีวา เพราะได้สัมผัสกับคนอื่น และจะเป็นประโยชน์เมื่อเกษียณอายุการทำงาน ส่วนประเด็นกิจกรรมเพื่อความบันเทิง เช่น เล่นดนตรี เต้นรำ ร้องคาราโอเกะ การเล่นเกม ฯลฯ บุคลากรมีความต้องการ อยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุการทำกิจกรรมที่ใช้ร่างกายในการเคลื่อนไหว อาจไม่มีความสมบูรณ์และเอื้ออำนวยความสะดวกกับบุคลากรเหมือนเช่นเดิม ซึ่งสอดคล้องกับหลักทฤษฎีความเสื่อมโทรม (wear-and-tear theory) ได้อธิบายเกี่ยวกับระบบต่างๆ ในร่างกายจะค่อยๆ เกิดความเสื่อมโทรมลงไปตามกาลเวลา ตลอดเวลาร่างกายก็จะเกิดการสึกหรอจากแหล่งภายนอกเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ดังนั้น เมื่อความชรามาถึง จะส่งผลให้ร่างกายเริ่มอ่อนล้าและอ่อนแอต่อปัจจัยต่างๆ ที่เข้ามา (Bowles, 1981: 77-86) การทำกิจกรรมที่เคลื่อนไหวมากอาจจะไม่เอื้อต่อบุคลากรสูงอายุ สอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการของ Peck (1988 cited in Turner & Helms, 1994: 48-49) กล่าวว่า การเกษียณอายุมักทำให้ภูมิคุ้มกันโรคต่างๆ และความสามารถในการฟื้นฟูร่างกายลดลง และเพิ่มความปวดเมื่อยให้กับร่างกาย จึงส่งผลให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ลดในการให้ความสำคัญต่อกิจกรรมบางอย่างที่สามารถปฏิบัติได้

1.2 กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ บุคลากรมีความต้องการในภาพรวม อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ ธาดา วิมลวัตรเวที (2543) ได้ศึกษาการเตรียมก่อนเกษียณอายุทำงานของบุคลากรในสังกัดมหาวิทยาลัยของรัฐ ผลการวิจัยพบว่า บุคลากรส่วนใหญ่เห็นความสำคัญของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงาน และต้องการให้หน่วยงานต่างๆ จัดโปรแกรมอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงานให้แก่บุคลากร เพื่อส่งเสริมให้มีเจตคติทางบวกต่อการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงานเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับทฤษฎีการสร้างความรู้นิยมเชิงสังคม (social constructionism theory) กล่าวว่า ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้นที่มีส่วนร่วมในการสร้างโลกทางสังคมของพวกเขา (Passuth & Bengtson, 1988: 345) เช่นเดียวกับสำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ (2556: 10-18) กล่าวว่า ในปัจจุบันมีความเจริญก้าวหน้าในเรื่องความรู้มากมาย มีคนต้องการหรือจำเป็นจะต้องเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง เมื่ออยู่ในวัยทำงานก็ต้องเรียนรู้เพื่อให้ทันความก้าวหน้า แม้เมื่อเกษียณอายุการทำงานแล้ว การเรียนรู้ก็ยังมีอย่างต่อเนื่องเพื่อสนองความต้องการอยากรู้อยากเห็น ดังนั้น บุคลากรหลังเกษียณอายุจึงต้องการพัฒนาตนให้มีนิสัยศึกษาหาความรู้อย่างต่อเนื่อง สอดคล้องกับแนวคิดของ พันธุ์ทิพย์ รามสูต (2527 อ้างถึงใน นภเกตุ สุขสมเพียร, 2549: 17) ได้สำรวจความต้องการของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุเกิดความต้องการความรู้ เพื่อสามารถดำรงตนอยู่ในสังคม (Coping Needs) ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย การปรับตัวด้านจิตใจ สังคม และร่างกาย และข้อมูลต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้ในการดำรงชีวิตอยู่ได้ในสังคม ตลอดจนความรู้ที่จะพัฒนาตนให้ดีขึ้นกว่าเดิม (Transcendence) ได้แก่ ความรู้และการศึกษาที่จัดในรูปแบบต่างๆ เพื่อให้ผู้เกษียณอายุสามารถพัฒนาตนให้ดีขึ้นกว่าเดิมได้ และทำให้เกิดความพอใจกับชีวิตหลังเกษียณ และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นกิจกรรมทางศาสนา เช่น เรียนรู้ธรรมะหรือปาฐกถา บุคลากรมีความต้องการ อยู่ในระดับมาก เป็นลำดับที่ 1 อาจเป็นเพราะบุคลากร เมื่อหลังเกษียณอายุไม่มีบทบาทหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบเหมือนเช่นเดิม จึงมีเวลายามว่างเพื่อเรียนรู้ธรรมะหรือปาฐกถาในการขจัดความตึงเครียดทางจิตใจ และหาแนวทางจากหลักธรรมคำสอนเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจต่อการดำเนินชีวิตในบั้นปลายอย่างมีความสุข สอดคล้องกับแนวคิดของ ศิริวรรณ เรืองกุล (2551: 15) กล่าวว่า การใช้ศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยว เป็นการทำให้จิตใจให้สบาย ไม่เคร่งเครียด เพราะหลักธรรมทางศาสนาจะนำไปสู่การทำประโยชน์ และก่อให้เกิดความปรารถนาต่อผู้อื่น ดังนั้น ในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพการเกษียณอย่างมีความสุขนั้น กิจกรรมทางศาสนาจึงเป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อดูแลสุขภาพจิตที่ดีต่อบุคลากรหลังเกษียณอายุ ส่วนประเด็นกิจกรรมสะสม เช่น สะสมแสตมป์ เหรียญที่ระลึก สะสมของเก่าต่างๆ ฯลฯ บุคลากรมีความต้องการ อยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากบุคลากรส่วนใหญ่เมื่อเกษียณอายุการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย สุขภาพจิต อิทธิพลทางสังคม และสิ่งแวดล้อมจะมีผลกระทบต่อการเลือกทำกิจกรรม ซึ่ง Atchley (2003: 123-138) ได้กล่าวว่า กิจกรรมและวิถีชีวิตของคนที่เกษียณเมื่ออายุ 65 ปี จะมีแนวโน้มพฤติกรรมที่แตกต่างจากเดิม เมื่อพวกเขาอายุ 85 ปี ส่วนใหญ่ผู้เกษียณอายุบางคนจะเลือกที่จะใช้เวลาไปกับการอ่านหนังสือและเล่นอินเทอร์เน็ตมากกว่ากิจกรรมอย่างอื่น

1.3 กิจกรรมการบริการผู้อื่น/อาสาสมัคร บุคลากรมีความต้องการในภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง อาจเนื่องจากสุขภาพ และข้อจำกัดในด้านต่างๆ ตลอดจนบุคลากรหลังเกษียณอายุยังคงต้องการทำกิจกรรมทางวิชาชีพ หรือเพื่อจะได้ท่องเที่ยว และใช้เวลาในการออกกำลังกาย

ให้มากขึ้น สอดคล้องกับแนวคิดของ Burnside (1981: 603) กล่าวว่า การเกษียณอายุเป็นกระบวนการให้แต่ละบุคคลได้มีการจัดเตรียมชีวิต เพื่อการเริ่มแสวงหาสิ่งใหม่ เพื่อการปรับตัว หรือแม้แต่การปลีกตัวออกจากสังคมเมื่อเกษียณอายุงานแล้ว และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นงานที่ทำประโยชน์ให้แก่ชุมชน และสังคม เช่น การเป็นที่ปรึกษา อาจารย์พิเศษ วิทยากร ฯลฯ บุคลากรมีความต้องการ อยู่ในระดับมาก เป็นลำดับที่ 1 อาจเป็นเพราะบุคลากรหลังเกษียณอายุยังคงต้องการที่จะถ่ายทอดความรู้ให้แก่ชุมชนและสังคม เช่นเดียวกับ Atchley (1983 cited in Hoyer & Roodin, 2009: 384-387) กล่าวว่า ทศนคติของบุคคลต่อการเกษียณอายุมีความเป็นไปได้ในเชิงบวก โดยไม่ได้คำนึงถึงเพศ และอายุ ซึ่งกลุ่มบุคคลเหล่านี้ยังมีความต้องการที่อยากจะทำงานที่ตนเองถนัด สอดคล้องกับแนวคิดของ นพพรณพร อุทโธ (2552: 20-21) ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการที่จะถ่ายทอดความรู้ความสามารถที่มีให้แก่สังคมและอนุชนรุ่นหลัง ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีแห่งกิจกรรม (Activity Theory) อธิบายว่า ผู้สูงอายุยังมีความต้องการและความจำเป็นเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ตอนต้นและผู้ใหญ่ตอนกลาง ถึงแม้ว่าเหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิตอาจทำให้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมลดลงในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนปลาย แต่เชื่อกันว่าผู้สูงอายุก็ยังพยายามรักษาระดับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมโดยการแทนที่บทบาททางสังคมด้วยบทบาทใหม่ เมื่อพวกเขาไม่สามารถสวมบทบาทเก่าได้อีกต่อไป (Passuth & Bengston, 1988 cited in Erber, 2005: 330-331) นอกจากนี้ การดำเนินกิจกรรมทางสังคมที่จัดขึ้นเพื่อผู้สูงอายุ จะเพิ่มโอกาสทางสังคมให้กับผู้สูงอายุที่ต้องการแทนที่บทบาทของตนเองที่สูญเสียไปจากสถานการณ์ที่อยู่เหนือการควบคุม ทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิต และมองโลกได้อย่างมีชีวิตชีวา มีความสุข ไม่หดหู่ และมีชีวิตที่ดีในสังคมต่อไป (นภเกตุ สุขสมเพียร, 2549: 26) ส่วนประเด็นงานบริการเพื่อสาธารณประโยชน์หรือการกุศล เช่น อาสาสมัครสาธารณสุข อาสาสมัครโรงพยาบาล ฯลฯ บุคลากรมีความต้องการอยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณจะเป็นช่วงที่เริ่มเจ็บป่วย เพื่อน และสมาชิกในครอบครัวที่อายุใกล้ๆ กัน อาจเริ่มล้มหายตายจากมากขึ้น และการเข้าร่วมกิจกรรมของสังคมอาจลดน้อยลงตลอดจนจะไม่ค่อยให้ความร่วมมือเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ทั้งของครอบครัว ชุมชน และสังคม (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2553: 541; นพพรณพร อุทโธ, 2552: 12-13)

1.4 กิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ บุคลากรมีความต้องการในภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุเทพ พูลสวัสดิ์ (2550) ได้ศึกษาการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสถานศึกษา พบว่า การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านงานอดิเรก อยู่ในระดับปานกลาง อาจเนื่องจากบุคลากรได้มีการเตรียมความพร้อมในด้านการเงินไว้ล่วงหน้าเพื่อใช้หลังเกษียณอายุ จึงทำให้การตัดสินใจเพื่อวางแผนเสริมรายได้เศรษฐกิจมีความต้องการในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นการทำงานเพื่อฝึกอาชีพเสริมที่สร้างรายได้หลังเกษียณอายุ บุคลากรมีความต้องการ อยู่ในระดับปานกลาง เป็นลำดับที่ 1 อาจเนื่องจากสภาพเศรษฐกิจทางครอบครัวของบุคลากรหลังเกษียณอายุให้การสนับสนุนในเรื่องการเงิน รวมถึงการเตรียมความพร้อมในการช่วยเหลือด้านต่างๆ ให้กับบุคลากรหลังเกษียณอายุ และเงินบำนาญที่ได้รับหลังเกษียณในการที่จะสามารถเลี้ยงดูตนเองได้ในระยะยาว สอดคล้องกับแนวคิดของ นพพรณพร อุทโธ (2552: 20-21) กล่าวว่า เมื่ออย่างเข้าสู่วัยชราภาพและได้เลิกประกอบอาชีพแล้ว เมื่อได้รับบำนาญจะช่วยให้สามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุข มีความมั่นคงปลอดภัย

และไม่เป็นภาระของบุตรหลานและสังคม ส่วนประเด็นการทำงานเพื่อฝึกยกระดับฝีมือ บุคลากรมีความต้องการ อยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากด้วยสภาพร่างกายที่ไม่เหมาะสม และการเดินทางที่ไม่เอื้ออำนวยกับสุขภาพของบุคลากรหลังเกษียณ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ศิริวรรณ เรืองกุล (2551: 15) กล่าวว่า ในวัยสูงอายุนั้นจะเกิดความเสื่อมที่สามารถสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจนไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของการได้ยิน การมองเห็น ผิวหนัง ระบบหัวใจ ระบบกระดูก ระบบย่อยอาหาร ฯลฯ จึงทำให้บุคลากรหลังเกษียณอายุมีความจำเป็นที่จะต้องลดบทบาท ด้านกิจกรรมหรือความต้องการพัฒนาตนเองลง

1.5 กิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม บุคลากรมีความต้องการในภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุเทพ พูลสวัสดิ์ (2550) ได้ศึกษาการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสถานศึกษา พบว่า การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านการมีส่วนร่วมในสังคม อยู่ในระดับปานกลาง อาจเนื่องจากการไม่เคยได้รับข้อมูลข่าวสารหรือสมาคมต่างๆ ที่เกี่ยวกับกิจกรรมขององค์กรเลย จากผู้บริหารบางกลุ่มให้สัมภาษณ์ว่า การเข้าไม่ถึงข้อมูลข่าวสาร จะทำให้บุคลากรไม่ทราบการเปลี่ยนแปลงต่างๆ เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมขององค์กรได้อย่างทันท่วงที ทั้งนี้ อาจส่งผลให้ความต้องการที่จะเข้าร่วมกิจกรรมลดน้อยลงไปได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ศิริวรรณ เรืองกุล (2551: 15) กล่าวว่า การเตรียมตัวด้านการมีส่วนร่วมในสังคม เป็นสิ่งที่มีความจำเป็นอย่างมากสำหรับผู้สูงอายุที่อยู่ในวัยเกษียณ เพราะภายหลังการเกษียณไปแล้ว จะมีเวลาว่างในการเข้าร่วมทำกิจกรรมอื่นๆ ในสังคมได้ รวมถึงการที่ได้เข้าร่วมสังสรรค์พบเจอกัน จะช่วยในการปรับตัวด้านอารมณ์และด้านสังคมของผู้เกษียณได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับแนวคิดของ สุรกุล เจนอบรม (2541: 79) กล่าวว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมในสังคม จะสามารถปรับตัวได้ดีกว่าและจะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง รวมทั้งมีทัศนคติต่อตนเองในทางบวกมากกว่าผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมน้อย ดังนั้น ผู้ที่จะเกษียณหากมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณวางแผนที่จะมีกิจกรรมต่างๆ ทั้งในและนอกบ้าน โดยการเลือกกิจกรรมทางสังคมได้นั้นขึ้นอยู่กับความพร้อม และความสนใจของแต่ละบุคคลด้วย เช่นเดียวกับ สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ (2556: 10-18) ได้กล่าวว่า ปัจจุบันมีแหล่งที่ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ได้หลากหลาย ทั้งกิจกรรมที่จัดโดยชุมชนและกิจกรรมที่หน่วยงานองค์กรภาครัฐหรือภาคเอกชนจัดขึ้น รวมถึงกิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในลักษณะจิตอาสา ได้แก่ ชมรมสูงอายุ ศูนย์เอนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน ศูนย์บริการทางสังคมผู้สูงอายุและศูนย์บริการผู้สูงอายุ การขึ้นทะเบียนคนชราผู้สูงอายุและการถ่ายทอดภูมิปัญญา การสมัครเป็นวุฒิสภาสมาคมการออม และการทำงานอาสาสมัคร และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นกิจกรรมเพื่อถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนและสังคม บุคลากรมีความต้องการ อยู่ในระดับมาก เป็นลำดับที่ 1 อาจเนื่องจากเป็นแหล่งที่ผู้สูงอายุจะได้พบปะพูดคุยระหว่างคนวัยเดียวกันหรือต่างวัยได้มากขึ้น และส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สอดคล้องกับแนวคิดของ สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ (2556: 10-18) ได้กล่าวว่า การถ่ายทอดภูมิปัญญาเป็นการส่งเสริมในการนำศักยภาพ ทั้งทางด้านความรู้ ทักษะ ความชำนาญ และภูมิปัญญาของผู้สูงอายุมาก่อให้เกิดประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม ด้วยการถ่ายทอดภูมิปัญญาให้แก่ผู้ที่สนใจ ซึ่งจะส่งผลให้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมีการสืบสานอย่างต่อเนื่อง ไม่สูญหาย และนำมาซึ่งความภาคภูมิใจในคุณค่าของตนเองแก่ผู้สูงอายุ

ส่วนประเด็นกิจกรรมฝึกอบรมอาชีพของชุมชนและสังคม บุคลากรมีความต้องการ อยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากหลังเกษียณอายุบุคลากรส่วนใหญ่จะใช้ชีวิตอยู่บ้านหรือดูแลหลาน และทำธุรกิจส่วนตัว ประกอบกับกิจกรรมฝึกอบรมอาชีพไม่ตรงต่อความรู้หรือสิ่งที่สนใจ ทั้งนี้ ผู้บริหารบางกลุ่มให้สัมภาษณ์ว่า บุคลากรที่เกษียณอายุจะมีความสนใจที่หลากหลายไม่เหมือนกัน ดังนั้น ผู้ที่รับผิดชอบการจัดกิจกรรมคงจะต้องจัดเพื่อตอบสนองความต้องการของแต่ละกลุ่มคนให้ได้มากที่สุด คงจะไม่จัดกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งที่หวังให้ทุกคนเข้าร่วม แต่จะต้องจัดให้ตรงตามความต้องการของกลุ่มมากกว่า

2. ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร

จากผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ในภาพรวม ทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุน อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ นิศารัตน์ กุลกขพร (2554) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลกับการเตรียมเกษียณอายุราชการของข้าราชการตำรวจจังหวัดยะลา ผลงานวิจัยพบว่า ในภาพรวม อยู่ในระดับสูง สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรชัย เอี่ยมขจรชัย (2554) ได้ศึกษารูปแบบการทำการกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของพนักงานธนาคารออมสิน ภาค 5 ผลงานวิจัยพบว่า โดยรวม อยู่ในระดับมาก อาจเนื่องจากบุคลากรมีการตระหนักและให้ความสำคัญในเรื่องการเตรียมพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านปรากฏผลดังนี้

2.1 ปัจจัยด้านสุขภาพ บุคลากรมีการปฏิบัติในภาพรวม อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ นาทยา รัตนอัมภา (2540) ได้ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุราชการของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลศูนย์สังกัดกระทรวงสาธารณสุข พบว่า มีการเตรียมตัวอยู่ในระดับก่อนเกษียณอายุราชการด้านสุขภาพ อยู่ในระดับดี อาจเนื่องจากสุขภาพร่างกายเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องดูแลเอาใจใส่ โดยในวัยสูงอายุนั้นจะเกิดความเสื่อมที่สามารถสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจน ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของการได้ยิน การมองเห็น ผิวหนัง ระบบหัวใจ ระบบกระดูก ระบบย่อยอาหาร ฯลฯ ปัจจัยดังกล่าวจะส่งผลกระทบต่อสภาวะด้านจิตใจด้วย (ศิริวรรณ เรื่องกุล, 2551: 15) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สำนักส่งเสริมสุขภาพ (2556: 6; สุรกุล เจนอบรม, 2541: 126-127) กล่าวว่า สุขภาพ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมีส่วนร่วมในครอบครัว การทำงาน ชุมชน และการใช้เวลาว่าง เช่นเดียวกับ Atchley (2003: 123-138) ได้กล่าวว่า เมื่ออายุ 65 ปี จะมีแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงทางสุขภาพและร่างกาย ซึ่งจะมีผลกระทบต่อทางเลือกในการดำเนินชีวิตของการเกษียณอายุ ดังนั้น การเตรียมตัวเกี่ยวกับการระวังรักษาในเรื่องของสุขภาพด้านร่างกาย จึงเป็นประเด็นหลักสำหรับผู้ที่กำลังจะก้าวเข้าสู่ผู้สูงอายุ และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี เช่น เจาะเลือด เอ็กซเรย์ปอด อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง บุคลากรมีการปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก เป็นลำดับที่ 1 เนื่องจากมหาวิทยาลัยมีการจัดกิจกรรมการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างต่อเนื่อง และให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ เพื่อหากมีอะไรผิดปกติเกิดขึ้นกับสุขภาพของตนเองจะได้รับแก้ไขทันที ดังนั้น การตรวจสุขภาพประจำปีหรือการให้แพทย์ตรวจร่างกายอย่างสม่ำเสมอ เป็นสิ่งที่บุคลากรได้ให้ความสำคัญและสนใจอย่างสม่ำเสมอ ส่วนประเด็นมีการดูแลตนเองโดยการออกกำลังกายให้มีสุขภาพแข็งแรง บุคลากรมีการปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก

เนื่องจากมหาวิทยาลัยได้เล็งเห็นถึงความสำคัญในการมีสุขภาพที่ดีและแข็งแรง จึงมีศูนย์สุขภาพ เพื่อเตรียมความพร้อมในการจัดกิจกรรมให้กับบุคลากรทั้งก่อนและหลังเกษียณอย่างต่อเนื่อง สอดคล้องกับแนวคิดของ ศิริวรรณ เรืองกุล (2551: 15) กล่าวว่า การวางแผนเตรียมตัวต่อการจัดกิจกรรมในชีวิตเกี่ยวกับการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสันทนาการที่เหมาะสมตามสภาพร่างกายและวัยของตน จะทำให้ร่างกายแข็งแรงและมีจิตใจที่ปลอดโปร่ง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ประพนธ์ โอทกานนท์ (2554: 52) ได้กล่าวว่า พฤติกรรมทางด้านร่างกาย ได้แก่ การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม การพักผ่อนนอนหลับ และการขับถ่าย หากมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุจะช่วยให้บุคลากรสามารถปรับตัวภายหลังเกษียณต่อการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

2.2 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ บุคลากรมีการปฏิบัติในภาพรวม อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรชัย เอี่ยมขจรชัย (2554) ได้ศึกษารูปแบบการทำกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของพนักงานธนาคารออมสิน ภาค 5 ผลงานวิจัยพบว่า ด้านเศรษฐกิจ โดยรวม อยู่ในระดับมาก เนื่องจากการเกษียณอายุอาจทำให้รายได้ลดลง รายได้พิเศษต่างๆ ก็หมดไป ขณะเดียวกันหากผู้เกษียณมีภาระต้องรับผิดชอบครอบครัว หรือมีรายจ่ายเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่เสื่อมลงมากขึ้นจากเดิม ก็ทำให้เกิดปัญหาทางเศรษฐกิจได้ จึงทำให้บุคลากรมีการเตรียมตัวต่อการที่จะเข้าสู่วัยหลังเกษียณอายุมากขึ้น และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นมีการออมเงินในรูปแบบต่างๆ ที่เป็นหลักประกันในการมีรายได้หลังเกษียณอายุในระยะยาว บุคลากรมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เป็นลำดับที่ 1 สอดคล้องกับงานวิจัยของ โสฬส จุ้ยศิริ (2550) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของพนักงานองค์การขนส่งมวลชนกรุงเทพที่เกษียณก่อนกำหนด ผลงานวิจัยพบว่า เรื่องที่พนักงานมีเตรียมตัวมากที่สุด คือ การออมทรัพย์ในรูปแบบต่างๆ เช่น ฝากเงินกับสถาบันการเงิน และสำรองเงินไว้ใช้จ่ายยามฉุกเฉิน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Kim (1992) ได้ศึกษาทัศนคติเรื่องการปลดเกษียณ การเตรียมความพร้อม การสร้างแนวความคิด และเจตนาทางพฤติกรรมต่อการปลดเกษียณในหมู่ชาวอเมริกันเชื้อชาติเกาหลีรุ่นแรกในช่วงวัยกลางคน พบว่า ส่วนใหญ่ต้องการเตรียมความพร้อมทางการเงินสำหรับการปลดเกษียณประเภททั่วไป และการออมเงินกับธนาคารเพื่อรองรับไว้ใช้หลังจากการปลดเกษียณ ส่วนประเด็นทำงานที่ได้รับรายได้เสริมจากแหล่งอื่นๆ บุคลากรมีการปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ Landers (1993) ได้ศึกษาผลของการวางแผนก่อนเกษียณอายุที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณอายุของครู ผลการวิจัยพบว่า รายได้และลักษณะงานมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ธนพร วัฒนะโชติ (2548) ได้ทำการศึกษาการปรับตัวหลังเกษียณอายุราชการของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดปัตตานี พบว่า รายได้ส่วนใหญ่มาจากเงินบำนาญ ไม่มีอาชีพเสริม และปลูกต้นไม้เป็นงานอดิเรก สอดคล้องกับงานวิจัยของ อีระ ชัยยานนท์ (2542) ได้ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการตำรวจชั้นประทวน สังกัดกองบัญชาการตำรวจนครบาล 1-9 ผลการวิจัยพบว่า หลังเกษียณอายุราชการแล้ว ข้าราชการตำรวจชั้นประทวนยังมีความต้องการหาอาชีพสำรองทำ เพื่อเป็นการเสริมรายได้พิเศษของครอบครัวอีกทางหนึ่ง เพราะรายได้ประจำไม่ค่อยเพียงพอกับการดำรงชีพ ดังนั้น เมื่อเกษียณต้องทำให้ผู้เกษียณถูกเรียกว่าผู้สูงอายุ และมีผลกระทบค่อนข้างมาก ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงในอาชีพและรายได้ เนื่องจากต้องออกจากงานเดิมทำให้รายได้

น้อยลง การหางานใหม่ทำได้ยากขึ้น เพราะต้องแข่งขันกับคนหนุ่มสาวในตลาดแรงงาน การที่ต้องเป็นคนว่างงาน ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงด้านการดำเนินชีวิตจากการที่ได้รายได้ลดลง (ประนอม โอทกานนท์, 2554: 52) จึงทำให้บุคลากรต้องการทำงานที่ได้รับรายได้เสริมจากแหล่งอื่นๆ เพื่อสามารถพึ่งพาตนเองได้เมื่อหลังเกษียณอายุ

2.3 ปัจจัยด้านจิตใจและอารมณ์ บุคลากรมีการปฏิบัติในภาพรวม อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ ดวงจันทร์ บุญรอดชู (2540) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ: ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข ผลการวิจัยพบว่า ข้าราชการมีการเตรียมตัว ด้านจิตใจและอารมณ์ มากที่สุด สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริวรรณ เรืองกุล (2551) ได้ศึกษาความต้องการในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการด้านจิตใจ อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นการเรียนรู้เกี่ยวกับธรรมชาติเพื่อฝึกพัฒนาจิตใจเมื่อหลังเกษียณอายุ บุคลากรมีการปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก เป็นลำดับที่ 1 อาจเนื่องจากบุคคลที่เข้าสู่วัยเกษียณอายุ คือ บุคคลที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านความแข็งแรงของร่างกาย และจิตใจที่อยู่ในภาวะถดถอยลงยิ่งเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุ จะรู้สึกเกิดแรงกดดันกับความสูญเสียหรืออาชีพของตน (Lobo, 2010: 3) การพัฒนาจิตใจเกี่ยวกับธรรมชาติจะเป็นการเรียนรู้ที่ดีและสามารถเข้าถึงได้ง่าย เพราะมีในรูปแบบต่างๆ ได้แก่ ชมรมศาสนา องค์กรการกุศลหรือองค์กรทางศาสนาต่างๆ มีรายการต่างๆ เพื่อผู้สูงอายุ ตลอดจนศูนย์บริการข้อมูลสารสนเทศทางด้านศาสนา ศิลปะ และวัฒนธรรม ส่วนประเด็นมีความเข้าใจต่อบทบาทหน้าที่ทางสังคมที่อาจจะลดน้อยลงหลังเกษียณอายุ บุคลากรมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก เนื่องจากสามารถเข้าใจและยอมรับกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในทุกสถานการณ์ ตระหนักและยอมรับความรู้สึกรู้สึกของผู้อื่นในสังคม มีสติ รู้จักแบ่งเวลาในการทำสิ่งที่ประโยชน์ต่อครอบครัว สังคม และตนเอง (ประนอม โอทกานนท์, 2554: 52) จึงทำให้เกิดความเข้าใจต่อบทบาทที่ตนเองจะได้รับเมื่อหลังเกษียณอายุ เช่นเดียวกับ สำนักส่งเสริมสุขภาพ (2556: 6; สุรกุล เจนอบรม, 2541: 126-127) กล่าวว่า เมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุ ควรเปลี่ยนจุดสนใจไปยังครอบครัว หาบบทบาทใหม่กับตนเอง และเพิ่มกิจกรรมในเครือข่ายสังคมอื่นขึ้นมาแทนบทบาททางสังคม ได้แก่ การมีส่วนร่วม การเสียสละแก่ชุมชน และการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ในสังคม จะทำให้มีความสุขในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

2.4 ปัจจัยด้านที่อยู่อาศัย บุคลากรมีการปฏิบัติในภาพรวม อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ อารีรัตน์ เอนัน (2552) ได้ศึกษาสภาพการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของครู ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาขอนแก่น พบว่า การเตรียมตัวด้านที่อยู่อาศัย มีการปฏิบัติอยู่ในระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สมร ลิขสวัสดิ์ (2540) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุของครูวัยแรงงานในเขตเทศบาลนครขอนแก่น ผลการวิจัยพบว่า ครูวัยแรงงานมีระดับการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุ ด้านที่อยู่อาศัย มากที่สุด และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นบ้านที่อยู่อาศัยมีความปลอดภัยต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน บุคลากรมีการปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก เป็นลำดับที่ 1 อาจเนื่องจากบ้านเป็นปัจจัยที่สร้างความสุขในวัยหลังเกษียณอายุ หากมีความปลอดภัยให้กับชีวิตก็จะช่วยส่งเสริมในด้านสุขภาพ ทั้งทางร่างกายและจิตใจให้กับบุคลากรด้วย ส่วนประเด็นได้วางแผนจะมีการเปลี่ยนที่อยู่อาศัยใหม่ บุคลากรมี

การปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ โสฬส จัยศิริ (2550) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของพนักงานองค์การขนส่งมวลชนกรุงเทพที่เกษียณก่อนกำหนด ผลงานวิจัยพบว่า ควรมีการจัดเตรียมที่อยู่อาศัยให้พร้อมก่อนที่จะเกษียณอายุ และปรับปรุงหรือซ่อมแซมที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับการดำรงชีวิตในวัยสูงอายุ เช่นเดียวกับ สำนักส่งเสริมสุขภาพ (2556: 6; สุรกุล เจนอบรม, 2541: 126-127) ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ปัจจัยที่สำคัญต่อการดำรงชีวิตของคนในสังคมปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นบ้านที่อยู่อาศัยในสภาพที่ดี อาหารที่ดีต่อสุขภาพ การรักษาพยาบาลอย่างถูกต้อง การหาซื้ออุปกรณ์อำนวยความสะดวก และความสุขของตนเอง ถือว่าเป็นสิ่งที่บุคลากรหลังเกษียณทุกเพศและทุกวัยมีความต้องการที่จะได้รับการปฏิบัติไม่ต่างกัน เพื่อการนำไปสู่ความพึงพอใจในชีวิตของวัยหลังเกษียณอายุ

2.5 ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม บุคลากรมีการปฏิบัติในภาพรวม อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับแนวคิดของ นพพรณพร อุทโร (2552: 20-21) กล่าวว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการต้องการเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว ของกลุ่ม และของสังคม รวมถึงต้องการการยอมรับยกย่องนับถือจากบุคคลในครอบครัวและสังคม และต้องการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลในครอบครัว ชุมชน และสังคม ซึ่ง Burnside (1981: 603) ได้กล่าวว่า การเกษียณอายุเป็นบทบาททางสังคมที่กำหนดให้มีระบบการแทนที่บุคคลตามสิทธิหน้าที่และความสัมพันธ์กับคนอื่น เพื่อการเริ่มแสวงหาสิ่งใหม่ และเพื่อการปรับตัวเมื่อเกษียณอายุงานแล้ว และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ประเด็นมีจิตอาสาที่จะช่วยเหลือชุมชนและสังคมเมื่อมีโอกาส บุคลากรมีการปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก เป็นลำดับที่ 1 อาจเนื่องจากชีวิตหลังเกษียณอายุ ในการทำงานจิตอาสาที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพในหลายลักษณะด้วยกันกับผู้เกษียณอายุ เช่น ผู้ที่เป็นอาสาสมัครจะมีอายุยืนยาวกว่าผู้ที่ไม่ได้เป็นการทำงานจิตอาสา จะพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง และส่งเสริมความพอใจในการใช้ชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น (Papalia, Wendkos Olds & Feldman, 2008: 685-686) ทั้งนี้ การทำงานจิตอาสาจะช่วยสร้างความสุข การตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเอง ตลอดจนผู้สูงอายุจะเล็งเห็นถึงการให้ความสำคัญกับมิตรภาพ เครือข่ายการสนับสนุนทางสังคม และความเป็นสังคมที่สร้างผ่านกิจกรรมจิตอาสา เครือข่ายสังคมจะช่วยรองรับความเครียด และลดอัตราการเกิดโรค เพื่อให้ได้มาซึ่งประโยชน์ต่อสุขภาพนั่นเอง ส่วนประเด็นได้ใช้เวลาว่างศึกษาและเรียนรู้ภูมิปัญญาของชุมชนและสังคม บุคลากรมีการปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุอาจจะได้พบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน และได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ อันนำมาสู่รายได้ให้แก่ครอบครัวและชุมชน เช่นเดียวกับ สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ (2556: 7-17) กล่าวว่า การเรียนรู้ภูมิปัญญาของชุมชนและสังคม จะช่วยให้บุคลากรหลังเกษียณอายุเกิดการพัฒนาตนเอง และมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ตลอดจนการรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายชุมชนมากยิ่งขึ้น อีกทั้งยังเป็นที่เรียนรู้และถ่ายทอดภูมิปัญญาที่สั่งสมให้คนรุ่นหลังได้สืบทอดสานต่อวัฒนธรรมที่ดงามตลอดไป

3. การทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร

ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัย

ราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรชัย เอี่ยมขจรชัย (2554) ได้ศึกษารูปแบบการทำการกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของพนักงานธนาคารออมสิน ภาค 5 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อรูปแบบการทำการกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับรูปแบบการทำการกิจกรรมหลังเกษียณอายุ โดยรวมมีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน เนื่องจากบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 50-65 ปี ปฏิบัติงานทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุนส่วนใหญ่ตระหนักในคุณค่าของตนเองจึงให้ความสำคัญต่อการมีสุขภาพที่แข็งแรง ออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัย รู้จักใช้จ่ายอย่างพอเพียง เมื่อร่างกายมีความพร้อม และรู้สึกเกิดความปลอดภัยในชีวิต ก็จะนำไปสู่การมีสุขภาพจิตที่ดี จิตใจและอารมณ์แจ่มใส ไม่เครียด ก็จะช่วยให้บุคลากรมีความสนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม และเกิดการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีอันนำไปสู่ความสุขในการใช้ชีวิตทางสังคม เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า กิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ เมื่อจำแนกปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ พบว่า ปัจจัยด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 อาจเป็นเพราะเมื่อบุคลากรได้มีโอกาสทำงานที่ได้รับค่าตอบแทนก็จะรู้สึกว่าคุณค่าและศักดิ์ศรี ตลอดจนความภาคภูมิใจที่สามารถเลี้ยงตนเองได้ ก็จะนำไปสู่การดูแลสุขภาพของตนเองให้มีความสุขและความมั่นคงในชีวิตต่อไป และไม่มีความสัมพันธ์กับปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านจิตใจและอารมณ์ ปัจจัยด้านที่อยู่อาศัย และปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม เนื่องจากบุคลากรเมื่อหลังเกษียณอายุการปรับตัวเข้าสู่สังคมอาจจะค่อนข้างยาก บางคนจะคิดว่าตนเองแก่แล้วไม่จำเป็นที่จะต้องทำอะไร เพราะอยู่กับสมาชิกภายในครอบครัวก็พอแล้ว จึงทำให้เกิดการหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญต่อการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ส่งผลให้เกิดความรู้สึกเครียดและหงุดหงิด จนในที่สุดขาดการติดต่อทางสังคม และการที่จะเข้าร่วมกิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจต่างๆ สอดคล้องกับแนวคิดของ ประพนธ์ โอทกานนท์ (2554: 52) ได้กล่าวว่า ผู้สูงอายุจะรู้สึกเศร้าเหงา เหม่อลอย ซึ่งเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นในตัวบุคคล ทำให้ขาดความสนใจที่จะปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนเกิดความวิตกกังวล อันเป็นผลมาจากการปรับตัวของผู้เกษียณอายุ เพื่อเข้ากับสังคมใหม่หรือสถานการณ์ชีวิตใหม่ ซึ่งความไม่แน่ใจในการปรับตัวทำให้ผู้เกษียณอายุเกิดความกลัวและวิตกจนขาดความมั่นใจ และมีโรคทางกายตามมาได้

4. การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัยได้สรุปผลจากการสัมภาษณ์บุคลากรในระดับผู้บริหารมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมเกี่ยวกับรูปแบบการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมของบุคลากรหลังเกษียณอายุให้เกิดผลสำเร็จ ผู้บริหารควรสร้างความตระหนักในคุณค่าของบุคลากรเกษียณอายุที่ทำความดีหรือประพฤดีในการปฏิบัติดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น เช่น มอบโล่ เกียรติบัตร เงินรางวัล การเผยแพร่ผ่านลงวารสารหรือเว็บไซต์ของมหาวิทยาลัยอย่างต่อเนื่อง และควรมีการจัดทำแผนนโยบายเพื่อเตรียมความพร้อมตั้งแต่ก่อนเกษียณอายุจนถึงหลังเกษียณอายุ มีการวางแผนการออม มีกองทุนสำรองเลี้ยงชีพหลังเกษียณอายุ แผนด้านสุขภาพสำหรับบุคลากรหลังเกษียณอายุ สิทธิประโยชน์ของผู้ประกันตน สวัสดิการต่างๆ ที่ควร

ได้รับหลังเกษียณอายุ เช่น การบริการที่จอดรถ การบริการด้านศูนย์อาหารของมหาวิทยาลัย การบริการด้านสุขภาพ และการบริการทางการศึกษา เป็นต้น ทั้งนี้ ลักษณะในการจัดกิจกรรมสำหรับบุคลากรสายวิชาการ ควรมีการจัดกิจกรรมเฉพาะกลุ่มบุคลากรหลังเกษียณอายุ เช่น เปิดการเชิญทูบหรือเฟซบุ๊กเพื่อสร้างเครือข่ายกลุ่มบุคลากรหลังเกษียณอายุให้มีการติดต่อข่าวสาร และสร้างความสัมพันธ์ในกลุ่มเดียวกันอย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมการจัดกิจกรรมจากการใช้เวลาว่าง ได้แก่ การท่องเที่ยวทั้งภายใน และภายนอกประเทศ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง รวมถึงให้บุคลากรที่เกษียณอายุ การถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์การเป็นอาจารย์พิเศษ เป็นวิทยากร การเป็นที่ปรึกษา อาสาสมัครที่มุ่งงานที่ปรึกษาในศาสตร์สาขาที่เคยปฏิบัติหน้าที่ งานช่วยฝึกอบรมการใช้ทักษะทาง ภาษาที่เกี่ยวข้องกับการเผยแพร่ความรู้ของกลุ่มเยาวชนในชมรมต่างๆ หรือสนับสนุนการเขียน บทความ ตำรา และเอกสารต่างๆ ที่ได้จากความรู้และประสบการณ์ของบุคลากรเกษียณอายุ เพื่อตีพิมพ์เผยแพร่ในหน่วยงานต่างๆ หรือลงเว็บไซต์เพื่อสร้างฐานข้อมูลของกลุ่มบุคลากรหลังเกษียณอายุ โดยให้มีการถามหรือตอบทางเว็บไซต์ และมีการให้เล่นเกมทางออนไลน์เพื่อแลกเปลี่ยน ความรู้ร่วมกัน รวมถึงควรมีการประสานงานกับหน่วยงานพัฒนาสังคมฯ ในเขตท้องที่ เพื่อจัดกิจกรรม เชิงรุกที่สร้างรายได้เสริมให้แก่ผู้เกษียณอายุเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองและแรงจูงใจใน การดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข สอดคล้องกับแนวคิดของ Papalia, Wendkos Olds & Feldman (2008: 685-686) ได้กล่าวว่า ผู้สูงอายุจะตระหนักในการเห็นคุณค่าในตนเอง ตลอดจนจะให้ความสำคัญกับมิตรภาพ และเครือข่ายการสนับสนุนทางสังคมมากขึ้นเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุ สำหรับบุคลากรสายสนับสนุนควรจัดกิจกรรมที่ให้ความสำคัญกับบทบาทของบุคลากรทุกระดับ ทุกเพศ ทุกวัย เพื่อให้มีศักยภาพในการปฏิบัติงานในทิศทางเดียว มุ่งส่งเสริมให้บุคลากรมีกิจกรรม การเรียนรู้เป็นกลุ่ม และกิจกรรมที่ต้องใช้การแลกเปลี่ยนความคิดอย่างต่อเนื่อง รวมถึงมีการจัด กิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ การช่วยเหลือในงานบุญ งานกุศลต่างๆ การพบปะสังสรรค์กับเพื่อนรุ่น เดียวกันหรือต่างวัยมากขึ้น กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ ได้แก่ เป็นที่ปรึกษาให้กับน้องๆ ที่ได้ ร่วมงานกันมา กิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ การฝึกอาชีพเสริมที่สามารถสร้างรายได้ ให้กับตนเองและครอบครัว และกิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม ได้แก่ การเข้าร่วมชมรมผู้สูงอายุ เพื่อร่วมทำประโยชน์ให้สังคม ตลอดจนควรมีการวางแผนเรื่องที่อยู่อาศัย เพื่อให้ครอบครัวมีที่อยู่ อาศัยอย่างสบาย ควรวางแผนเรื่องเศรษฐกิจ เพื่อมีรายได้หลังเกษียณ เพื่อมีรายได้เลี้ยงครอบครัว และควรวางแผนเรื่องสุขภาพ เพื่อให้มีสุขภาพแข็งแรงสามารถใช้ชีวิตอย่างสบาย โดยการทำหน้าที่ เน้นผู้ประสานกับผู้นำชุมชน เพื่อให้คนในชุมชนมีกระบวนการในการส่งเสริมสุขภาพให้ดีขึ้น กิจกรรมอีกประเภทหนึ่งที่น่าสนใจของทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุน คือ กิจกรรมทาง ศาสนา การจัดการด้านเวลา การทำกิจกรรมที่พัฒนาจิตใจไม่ให้ว่างเหว รู้สึกรออุ่น ส่วนกิจกรรม นันทนาการอาจจะมุ่งส่งเสริมที่มีสาระหรือประโยชน์ต่อทางร่างกาย จิตใจ และสุขภาพ ที่สำคัญ กิจกรรมนั้นควรมีความหลากหลายตามความสนใจของแต่ละบุคคล โดยจัดให้ในกลุ่มคนที่มี ความสนใจร่วมกันได้ทำกิจกรรมด้วยกัน สอดคล้องกับแนวคิดของ Naumanen & Tukiainen (2008: 262) กล่าวว่า ผู้เกษียณอายุยังต้องการมีส่วนร่วมในระดับสังคม และเป็นผู้ที่มีความสนใจ ในการปฏิบัติตามสิ่งที่ตนสนใจอย่างหลากหลายในวัยเกษียณอายุ ทั้งนี้ การจัดกิจกรรมสำหรับ บุคลากรหลังเกษียณอายุทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุนจะเกิดประสิทธิภาพตามวัตถุประสงค์นั้น

องค์กรควรจัดทำโครงการออกเยี่ยมบ้าน เพื่อติดตามความเคลื่อนไหวของบุคลากรหลังเกษียณอายุในองค์กรของตนอย่างต่อเนื่อง อาจจะมีการติดตามโครงการปีละ 1-2 ครั้ง จะช่วยให้ทราบถึงปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุสำหรับบุคลากรได้อย่างดี

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากการวิจัยเรื่องรูปแบบการเตรียมกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานครในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 มหาวิทยาลัยราชภัฏ ควรมีส่วนร่วมในการสำรวจความต้องการของบุคลากรก่อนและหลังเกษียณอายุในแต่ละปี เพื่อมีฐานข้อมูลในการนำไปพัฒนาศักยภาพในการเตรียมความพร้อมให้กับบุคลากรที่จะเข้าสู่ในวัยเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพต่อไป

1.2 มหาวิทยาลัยราชภัฏ ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรเข้ามามีส่วนร่วมในการผลักดันพัฒนาส่งเสริมในการสร้างความรู้ ทักษะ และอาชีพ ให้บุคลากรในวัยหลังเกษียณอายุ มีรายได้เลี้ยงดูตนเอง โดยไม่เป็นภาระของครอบครัวและสังคม

1.3 มหาวิทยาลัยราชภัฏ ควรมีการจัดให้บุคลากรก่อนและหลังเกษียณอายุได้มีส่วนร่วมในการทัศนศึกษา ดูงาน สัมมนา ทั้งในและต่างประเทศ เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเครือข่ายภายนอก ซึ่งจะช่วยให้บุคลากรนำองค์ความรู้มาปรับใช้ได้ในวันหลังเกษียณอายุ

1.4 มหาวิทยาลัยราชภัฏ ควรจัดตั้งกลุ่มในการประสานงานกับหน่วยงานภาครัฐสำหรับการจัดกิจกรรมของบุคลากรหลังเกษียณอายุ และเปิดช่องทางในการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารผ่านทางเว็บไซต์ วารสาร/จุลสาร เฟสบุ๊ก ให้มากขึ้น

1.5 มหาวิทยาลัยราชภัฏ ควรมีการสร้างเครือข่ายกลุ่มผู้สูงอายุเพื่อร่วมรับผิดชอบติดตามผลการดำเนินงานร่วมกัน ทั้งในด้านการให้ความรู้ การพัฒนาอาชีพ และการจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมในการพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน

2. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

2.1 ผู้บริหารของมหาวิทยาลัยราชภัฏควรผลักดันให้มีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ เพื่อสร้างความตระหนักในความเข้าใจต่อตนเอง รวมถึงบทบาทหน้าที่ทางสังคมในอนาคตของบุคลากร จะนำไปสู่การสร้าง ความเข้าใจของบุคลากรที่จะได้ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นจริงได้อย่างเหมาะสม

2.2 มหาวิทยาลัยราชภัฏที่เกี่ยวข้องอาจนำรูปแบบการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุไปใช้ในการวางแผนดำเนินการพัฒนาบุคลากรหลังเกษียณอายุได้อย่างเหมาะสม และป้องกันช่วยเหลือผู้เริ่มเข้าสู่การเป็นผู้สูงวัยในองค์กรให้มีสุขภาพกายและจิตใจที่ดีต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาตัวแปรเพิ่มที่อาจมีผลต่อรูปแบบการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ เช่น กิจกรรมด้านสุขภาพ กิจกรรมทางศาสนา เป็นต้น
2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร
3. ควรมีการศึกษารูปแบบการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุในรูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยให้ความรู้และอบรมจริง เพื่อให้เกิดการลงมือปฏิบัติและนำไปใช้ต่อการเตรียมตัวหลังเกษียณอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ