

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ :

ศึกษาเฉพาะกรณี ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

Factors Affecting Retirement Preparation of the Government
Officials : A Case Study of the Ministry of Public Health

วิทยานิพนธ์

โดย

นางดวงจันทร์ บุญรอดชู

เสนอต่อคณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์

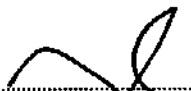
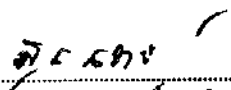
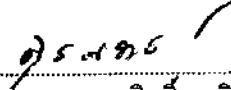
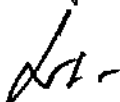
เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตร

พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม)

พ.ศ. 2540

วิทยานิพนธ์ : ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ :
ศึกษาเฉพาะกรณี ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข
: Factors Affecting Retirement Preparation of the Government
Officials : A Case Study of the Ministry of Public Health
โดย : นางดวงจันทร์ บุญรอดชู
: Mrs. Duangjan Boonrodchu
นักศึกษาคณะพัฒนาสังคม : ภาคปกติ รุ่นที่ 20 รหัส 520382009

ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณาแล้วเห็นสมควร
รับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตรพัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม) ได้

ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์		คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์	
ลงนาม 	ประธาน	ลงนาม 	ประธาน
(รศ.ดร.สากล จริยวิทยานนท์)		(รศ.ดร.สากล จริยวิทยานนท์)	
วันที่ 9 ตุลาคม 2540		วันที่ 20 พฤศจิกายน 2540	
ลงนาม 	ที่ปรึกษา	ลงนาม 	กรรมการ
(ผศ.ดร.สุรสิทธิ์ วชิรจร)		(ผศ.ดร.สุรสิทธิ์ วชิรจร)	
วันที่ 9 ตุลาคม 2540		วันที่ 20 พฤศจิกายน 2540	
ลงนาม 	ที่ปรึกษา	ลงนาม 	กรรมการ
(ผศ. ดร.ชัยพร พิบูลศิริ)		(ผศ. ดร.ชัยพร พิบูลศิริ)	
วันที่ 9 ตุลาคม 2540		วันที่ 20 พฤศจิกายน 2540	

คณะพัฒนาสังคมอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตร
พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม)

รองศาสตราจารย์


(สากล จริยวิทยานนท์)

คณบดี

วันที่ 1 ธันวาคม 2540

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์	: ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ : ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข
โดย	: นางดวงจันทร์ บุญรอดชู
ชื่อปริญญา	: พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม)
วิชาเอก	: การจัดการการพัฒนาสังคม
ปีการศึกษา	: 2540

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข (2) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ (3) เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับหน่วยงานในการหารูปแบบกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ (4) เป็นแนวทางในการเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคลากรในกระทรวงสาธารณสุขและหน่วยงานอื่นตลอดจนประชาชนทั่วไปด้วย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขเฉพาะในส่วนกลาง ที่มีอายุระหว่าง 55-59 ปี และจะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 จำนวน 205 ราย ซึ่งเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) โดยการสำรวจทั้งหมด ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามและนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โปรแกรม SPSS/PC⁺ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่ามัธยฐานเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t-test ค่า F-test สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอน

ผลการศึกษา พบว่า

1) ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวเกษียณอายุในระดับที่ค่อนข้างสูง โดยพบว่า มีระดับการเตรียมด้านจิตใจและอารมณ์มากที่สุด รองลงมาคือ ด้านที่พักอาศัย และด้านร่างกาย ส่วนด้านการเงินและการใช้จ่าย และด้านการใช้เวลาอยู่นั้นอยู่ในระดับปานกลาง โดยที่มีการเตรียมในด้านการใช้นเวลาน้อยที่สุด

2) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ได้แก่ ระยะเวลาก่อนเกษียณ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การสนับสนุนจากหน่วยงาน และการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ โดยพบว่า ข้าราชการที่มีระยะเวลา

ใกล้เคียงมากกว่า จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีระยะเวลาก่อนเกษียณที่ไกลออกไป ข้าราชการที่มีระดับการศึกษาสูง จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีระดับการศึกษาค่ำ ข้าราชการที่แต่งงานแล้วและอยู่กับคู่สมรส จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่ยังโสด ข้าราชการที่เคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ จะสามารถเตรียมตัวเกษียณได้ดีกว่าข้าราชการที่ไม่เคยได้รับการอบรม ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับที่สูงกว่า จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับที่ต่ำกว่า ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับที่สูงกว่า จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับที่ต่ำกว่า ข้าราชการที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับสูง จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับปานกลางลงมา ข้าราชการที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่สูงกว่า จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่ต่ำกว่า และข้าราชการที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับปานกลางขึ้นไปก็จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับต่ำ ส่วนปัจจัยอื่น ๆ ได้แก่ สถานภาพทางตำแหน่ง สถานภาพทางเศรษฐกิจ สถานภาพทางสุขภาพและสถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคมนั้น ไม่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ

3) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการมากที่สุด คือ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ รองลงมาคือ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพในครอบครัว และการสนับสนุนจากหน่วยงาน โดยร่วมกันพยากรณ์การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ร้อยละ 29 ($R^2 = 0.29$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากผลการศึกษา มีข้อเสนอแนะว่า ข้าราชการก่อนเกษียณอายุ ควรมีการวางแผนเตรียมการในด้านการใช้เวลาตลอดจนด้านการเงินและการใช้จ่ายให้มากขึ้น โดยหน่วยงานควรมีบทบาทในการส่งเสริมและสนับสนุนในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้สอดคล้องกับความต้องการของบุคลากร อาทิ การจัดอบรมหรือสัมมนาเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ จัดศูนย์บริการให้คำปรึกษาสำหรับบุคลากรทั้งก่อนและหลังเกษียณอายุราชการ จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพอนามัย และกิจกรรมด้านการมีส่วนร่วมในสังคม ตลอดจนการส่งเสริมด้านอาชีพสำรองหลังเกษียณและการสนับสนุนในด้านข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ให้ครอบคลุมและทั่วถึง นอกจากนี้ ควรเปิดโอกาสให้ผู้เกษียณแล้วมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของหน่วยงานเดิม ทั้งนี้เพื่อช่วยให้ข้าราชการก่อนเกษียณได้พบปะสนทนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้เกษียณ ซึ่งจะช่วยให้เกิดวิสัยทัศน์และเพิ่มความตระหนักในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ และประการที่สำคัญคือ เป็นการเพิ่มขวัญและกำลังใจแก่ข้าราชการทั้งก่อนและหลังเกษียณอายุราชการ ให้มีความรู้สึกผูกพันกับองค์กร อันจะส่งผลต่อประสิทธิภาพของงานและการพัฒนาประเทศในที่สุด

ABSTRACT

THESIS : Factors Affecting Retirement Preparation of the Government
Officials : A Case Study of the Ministry of Public Health
BY : Mrs. Duangjan Boonrodchu
DEGREE : Master of Arts (Social Development)
MAJOR : Social Development Management
ACADEMIC YEAR : 1997

This survey research was conducted for the following purposes : (1) To reveal the degree of retirement preparation of the Ministry of Public Health's government officials ; (2) To identify the factors affecting their retirement preparation ; (3) To provide basic information to prepare some pre-retirement programs and (4) To be a guideline for government officials' retirement preparation.

The total of 205 government officials aging 55-59 were selected by purposive sampling from the head office of the Ministry of Public Health. A questionnaire was used to gather data . The data were analyzed by using SPSS/PC+ program. Frequency, percentage, arithmetic mean, standard deviation, t-test, F-test, Pearson's Product Moment Correlation and stepwise-Multiple Regression Analysis were employed in this study.

Findings:

1) Most government officials were found to prepare themselves for retirement at a high level. They were most mentally and emotionally prepared, followed by dwelling, physical health, spending and leisure time, respectively.

2) Proximity to retirement, education , marital status, having been trained in pre-retirement preparation, family relations, relationship with friends, social activity participation, the agency supporting and information related to retirement were found to have a statistically significant relationship with retirement preparation at

the 0.05 level. That is, those who would retire sooner would have better preparation than those who would retire later. Those with higher education were better prepared than those with lower education. Also the married group who lived with their spouses had better preparation than the single group. Those who attended a pre-retirement preparation course were better prepared than those who didn't. Those who had good family relations could prepare themselves better than those who didn't. Those who had higher relationship with friends could better prepared than those who had lower relationship with friends. Those who participated more in social activities were better prepared for retirement than those who did so at a moderate level and lower. Those who were supported by a higher agency were better prepared than their counterparts. Those who received related information at a moderate or high level had better retirement preparation than those who did not get much information. However, work position, economic status, health and social membership were found to have no significant relationship with retirement preparation .

3)The factor most related to the government officials' retirement preparation was acknowledgment of information related to retirement, followed by relationship with friends, family relations and the agency supporting. Those indexes could correctly predict 29 percent ($R^2 = 0.29$) of the retirement preparation with a statistical significance of the 0.05 level.

Recommendations

The pre-retirement government officials should be prepared themselves in advance in leisure time and spending. The agency should arrange a pre-retirement preparation program to prepare them too. For example, it should hold a training course or seminar about pre-retirement planning, provide related information and counseling service, health service and activities for social participation. Also they should be trained on secondary occupation. The retired should be invited to join some of the agency's activities, which would make them feel warm and create a sense of belonging to the organization.

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาครั้งนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาให้การส่งเสริมและสนับสนุนจากบุคคลหลายฝ่าย ซึ่งผู้ศึกษาใคร่ขอกล่าวอ้างถึง ดังนี้

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สากร จริยวิทยานนท์ ที่กรุณาเป็นประธานกรรมการวิทยานิพนธ์และให้คำปรึกษาตลอดทุกขั้นตอนของการศึกษา รวมถึงผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรสิทธิ์ วชิรขจร และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัยพร พิบูลศิริ กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำและตรวจสอบแก้ไขในการจัดทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ ตลอดจนคณาจารย์ในคณะพัฒนาสังคมทุกท่านที่กรุณาให้คำแนะนำและเป็นกำลังใจตลอดระยะเวลาที่ศึกษา โดยเฉพาะผู้ช่วยศาสตราจารย์ กรวิทย์ ศรีกิจการ และอาจารย์จิราพร บุณณสิน

ขอขอบคุณ ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข โดยเฉพาะอย่างยิ่งท่านปลัดกระทรวงสาธารณสุข นายแพทย์ปรากรม วุฒิพงษ์ ที่กรุณาให้การสนับสนุนและส่งเสริมในการศึกษาดังกล่าวตั้งแต่ต้นรวมถึงท่านผู้อำนวยการศูนย์อนามัยสิ่งแวดล้อมเขต 3 ชลบุรี และท่านผู้อำนวยการศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เขต 1 ที่กรุณาให้คำปรึกษาและให้การสนับสนุน และขอขอบคุณพี่ ๆ กระทรวงสาธารณสุขที่กรุณาให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามและช่วยเหลือ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคุณบุษรา แก้วเก็บ ที่กรุณาทุ่มเทกำลังกาย กำลังใจ ในการผลิตผลงานชิ้นนี้ออกมาเป็นรูปเล่ม

ขอขอบคุณผู้อำนวยการศูนย์ทะเบียนข้าราชการ ก.พ. ที่กรุณาอนุเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับข้าราชการ

ขอขอบคุณหน่วยมะเร็ง คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น โดยเฉพาะท่านประธานคณะกรรมการหน่วยมะเร็ง ศาสตราจารย์นายแพทย์วันชัย วัฒนศัพท์ และหัวหน้าหน่วยมะเร็ง คุณสุพรรณิ ศรีอำพร ที่มีส่วนสนับสนุนและผลักดันให้มีวันนี้ขึ้นมา รวมถึงพี่ ๆ เพื่อน ๆ และน้อง ๆ ชาวหน่วยมะเร็งและมหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่ให้กำลังใจตลอดมา

และสุดท้ายคือ คุณธีระพงษ์ บุญรอดชู ตลอดจนพี่-น้อง ทุกคน รวมถึงยูกิ มิมิ ซึ่งให้กำลังใจด้วยดีเสมอมา

ผู้ศึกษาหวังว่าวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ คงมีประโยชน์สำหรับผู้ที่กำลังที่จะก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุทุกท่าน และประชาชนทุกคน

ดวงจันทร์ บุญรอดชู

พฤษภาคม 2540

คำนำ

จากผลการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ตลอดจนความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทางการแพทย์ และสาธารณสุข ประกอบกับความสำเร็จด้านการวางแผนครอบครัว ทำให้โครงสร้างของประชากรเปลี่ยนไป ประชากรผู้สูงอายุมีสัดส่วนและปริมาณเพิ่มขึ้น และมีแนวโน้มที่จะสูงขึ้นเรื่อยๆ ในอนาคต ด้วยสภาพการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคมที่เป็นไปอย่างต่อเนื่อง และรวดเร็วตามกระแสโลกาภิวัตน์ อาจทำให้ผู้สูงอายุในอนาคตมีปัญหาเรื่องการปรับตัวและการใช้ชีวิตในบ้านปลาย เนื่องจากความสัมพันธ์ในครอบครัวเปลี่ยนไป ซึ่งภาครัฐควรหาทางป้องกัน และแก้ไขก่อนที่จะกลายเป็นปัญหาสังคมต่อไป

การเตรียมพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ก็เป็นอีกหนทางหนึ่งที่ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวภายหลังเกษียณได้เป็นอย่างดี เพราะการเกษียณอายุนั้นมีผลกระทบโดยตรงต่อผู้สูงอายุ เนื่องจากการเกษียณอายุนั้น เป็นการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับสถานภาพทางสังคม รายได้และอาชีพ นอกเหนือจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย หากไม่มีการเตรียมพร้อมแล้วก็มักจะเกิดปัญหาต่อการปรับตัวภายหลังเกษียณเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอีกด้วย

ดังนั้น การเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุจึงมีความสำคัญโดยเฉพาะข้าราชการ ซึ่งเคยมีตำแหน่งหน้าที่การงาน และเมื่อเกษียณอายุ ก็มักจะเกิดความเครียด หากมิได้เตรียมไว้ล่วงหน้า การเตรียมตัวก่อนเกษียณนี้จึงถือได้ว่าเป็นการวางแผนชีวิตอย่างหนึ่ง ซึ่งหน่วยงานเองก็มีส่วนช่วยในการเตรียมตัวก่อนเกษียณ นอกเหนือจากการเตรียมตัวของส่วนบุคคล

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้ศึกษาได้เกิดความสนใจที่จะศึกษาถึงการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขว่ามีระดับการเตรียมการเกษียณอายุราชการ เป็นอย่างไร มีปัจจัยใดบ้างที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการดังกล่าวและหน่วยงานมีส่วนส่งเสริมการเตรียมพร้อมนี้หรือไม่อย่างไร เพื่ออย่างน้อยจะได้นำผลการศึกษามาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพิจารณาจัดกิจกรรมเตรียมการก่อนเกษียณให้กับบุคลากรได้ตรงจุด ทั้งในระดับหน่วยงาน กรมและในระดับกระทรวง เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรที่เตรียมเกษียณได้มีความพร้อม เพื่อที่จะเผชิญกับการใช้ชีวิตหลังเกษียณอย่างมีคุณภาพและมีความสุขต่อไป

ดวงจันทร์ บุญรอดชู

พฤศจิกายน 2540

สารบัญ

	หน้า
หน้าอนุมัติ	
<u>บทคัดย่อ</u>	(1)
ABSTRACT	(3)
กิตติกรรมประกาศ	(5)
คำนำ	(6)
สารบัญ	(7)
สารบัญตาราง	(10)
สารบัญแผนภูมิ	(13)
<u>บทที่ 1</u> บทนำ	
1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
2. วัตถุประสงค์ของการศึกษา	5
3. ขอบเขตของการศึกษา	5
4. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
<u>บทที่ 2</u> แนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	c2-1 7
1. แนวความคิดพื้นฐานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	7
1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ	7
1.2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	8
1.3 กระบวนการสูงอายุ	12
2. แนวความคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการเกษียณอายุ	16
2.1 ความหมายของการเกษียณอายุ	16
2.2 กระบวนการเกษียณอายุ	18
3. แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ	20
3.1 ปัญหาและผลกระทบจากการเกษียณอายุ	20
3.2 <u>การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ</u>	c2-2 24
3.2.1 การเตรียมการเกษียณอายุของบุคคล	28
3.2.2 การสนับสนุนจากหน่วยงาน	38
4. แนวคิดเกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์	41
5. แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม	44

	6. <u>แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมของผู้เกษียณอายุ</u>	c2-3	49
	6.1 แนวคิดเกี่ยวกับครอบครัวและสัมพันธภาพในครอบครัว		49
	6.2 แนวคิดเกี่ยวกับเพื่อนและสัมพันธภาพกับเพื่อน		52
	6.3 แนวคิดเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม		54
	7. แนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร		57
	8. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง		61
	8.1 งานวิจัยในประเทศ		61
	8.2 งานวิจัยในต่างประเทศ		65
	9. กรอบแนวคิดในการศึกษา		69
	9.1 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา		69
	10. นิยามปฏิบัติการ		72
	11. สมมติฐานในการศึกษา		75
<u>บทที่ 3</u>	วิธีการศึกษา		77
	1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง		77
	2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา		78
	3. การเก็บรวบรวมข้อมูล		84
	4. การวิเคราะห์ข้อมูล		84
<u>บทที่ 4</u>	ผลการศึกษา		86
	1. ข้อมูลทั่วไป		86
	2. สัมพันธภาพในครอบครัว		95
	3. สัมพันธภาพกับเพื่อน		95
	4. การเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม		95
	5. การสนับสนุนจากหน่วยงาน		96
	6. การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ		96
	7. การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ		97
	8. การทดสอบสมมติฐานเพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของ ข้าราชการกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ		103
	9. การวิเคราะห์ลำดับความสำคัญของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ		119

10. ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเตรียมตัวและวางแผน ก่อนเกษียณ	121
<u>บทที่ 5</u> สรุปผลการศึกษา อภิปรายและข้อเสนอแนะ	123
1. สรุปผลการศึกษา	124
2. อภิปราย	129
3. ข้อเสนอแนะ	144
<u>บรรณานุกรม</u>	147
<u>ภาคผนวก</u>	159
<u>ประวัติผู้ทำวิทยานิพนธ์</u>	186

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
3.1 แสดงจำนวนข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่จะเกษียณอายุ ในปีงบประมาณ 2541-2545 จำแนกตามหน่วยงานต้นสังกัด	78
4.1 แสดงลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ ระยะเวลาก่อนเกษียณ สถานภาพสมรส ศาสนา ภูมิลำเนาเดิม ระดับการศึกษา ตำแหน่งทางสายงาน ระดับชี รายได้รวมต่อเดือน แหล่งที่มาของรายได้ สถานภาพทางเศรษฐกิจ ภาวะหนี้สิน ลักษณะครอบครัว ลักษณะที่พักอาศัย การเป็น สมาชิกทางสังคม การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ สถานภาพทางสุขภาพ ปัญหาสุขภาพ การตรวจสุขภาพ การออกกำลังกาย กิจกรรมงานอดิเรก กิจกรรมประจำวัน	89
4.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุ ของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข	97
4.3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุ ในด้านร่างกายของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข	98
4.4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุ ในด้านจิตใจและอารมณ์ของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข	99
4.5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุ ในด้านที่พักอาศัยของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข	100
4.6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุ ในด้านการเงินและการใช้จ่ายของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข	101
4.7 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุ ในด้านการใช้เวลาของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข	102
4.8 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ที่มีระยะเวลาก่อนเกษียณต่างกัน	103
4.9 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน	104
4.10 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ระหว่างกลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่างกัน	104

ตารางที่		หน้า
4.11	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน	105
4.12	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่มที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน	105
4.13	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีสถานภาพทางตำแหน่งต่างกัน	106
4.14	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจต่างกัน	107
4.15	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีสถานภาพทางสุขภาพต่างกัน	108
4.16	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีสถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคมต่างกัน	109
4.17	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่ได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณต่างกัน	110
4.18	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกัน	111
4.19	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่มที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกัน	112
4.20	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างกัน	113
4.21	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่มที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างกัน	114
4.22	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมต่างกัน	115
4.23	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่มที่มีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมต่างกัน	115
4.24	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระดับการสนับสนุนจากหน่วยงานต่างกัน	116
4.25	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่มที่มีระดับการสนับสนุนจากหน่วยงานต่างกัน	117

ตารางที่		หน้า
4.26	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ที่มีระดับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณต่างกัน	118
4.27	การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่ม ที่มีระดับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณต่างกัน	118
4.28	ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุ เพื่อหาลำดับความสำคัญ ของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ	119

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
2.1 แสดงกรอบแนวคิดในการศึกษา	71

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากรายงานสหประชาชาติได้แสดงให้เห็นถึงแนวโน้มโครงสร้างประชากรผู้สูงอายุของโลกที่กำลังเพิ่มสูงขึ้นกล่าวคือ ในปี ค.ศ.1995 (พ.ศ.2538) นั้น มีประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นสัดส่วนประมาณ 1 ใน 11 ของประชากรทั่วโลกและคาดว่าใน ปี ค.ศ.2025 (พ.ศ. 2568) จะมีแนวโน้มสูงขึ้น โดยมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นเป็น 1 ใน 7 ของประชากรทั่วโลก ซึ่งในจำนวนผู้สูงอายุดังกล่าวนี้กว่าครึ่งหนึ่งเป็นประชากรผู้สูงอายุในแถบภูมิภาคเอเชีย และแปซิฟิก (United Nation, 1996:1) ทั้งนี้เป็นผลจากความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีทางการแพทย์และสาธารณสุข ทำให้อัตราการตายของประชากร (Mortality Rate) ลดลง ส่งผลให้อายุขัยเฉลี่ยของประชากร (Life Expectancy) เพิ่มขึ้นและส่งผลกระทบต่อโครงสร้างประชากรดังกล่าว (ภัสสร สิมานนท์, 2535:5)

ประเทศไทยก็เป็นอีกประเทศหนึ่งซึ่งได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเช่นกัน จากผลของการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ตลอดจนความสำเร็จของนโยบายควบคุมประชากรในการวางแผนครอบครัวตั้งแต่ปี พ.ศ.2513 ที่ผ่านมา ทำให้อัตราการเกิด (Birth Rate) ลดลง ในขณะที่อัตราการตาย (Mortality Rate) ก็ลดลงด้วย ส่งผลให้ประชากรมีอายุขัยเฉลี่ยสูงขึ้นและส่งผลกระทบต่อโครงสร้างประชากร โดยประชากรผู้สูงอายุในอนาคตจะมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทั้งปริมาณและสัดส่วนต่อประชากรทั้งหมด กล่าวคือ ในปี พ.ศ. 2503 มีประชากรผู้สูงอายุเพียง 1.2 ล้านคน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 5 ของประชากรทั้งหมดเท่านั้น (นภาพร ชัยวรรณ, 2532:1) แต่ในปี พ.ศ.2537 นั้น มีประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็น 4 ล้านคน ซึ่งคิดเป็น ร้อยละ 6.8 ของประชากรทั้งประเทศ(สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2537:73) และคาดว่าในปี พ.ศ.2543 จะมีแนวโน้มสูงขึ้นเป็น 4.9 ล้านคนหรือร้อยละ 7.8 ของประชากรทั้งหมด (คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2538:17-19) และเพิ่มเป็น 9.9 ล้านคน หรือร้อยละ 13.9 ของประชากรทั้งหมดในปี พ.ศ.2563 (United Nation, 1994:96) ขณะเดียวกันอายุขัยเฉลี่ยของประชากรก็มีแนวโน้มสูงขึ้นด้วยโดยในช่วงปี พ.ศ.2528-2529 นั้น เพศชายมีอายุขัยเฉลี่ย 63.8 ปี ในขณะที่เพศหญิงมีอายุขัยเฉลี่ย 68.9 ปี (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2537:17) และเพิ่มเป็น 67 ปี สำหรับเพศชาย และ 72 ปี สำหรับเพศหญิงในปี พ.ศ. 2535 (United Nation, 1996:147) นอกจากนี้การเพิ่มจำนวนและสัดส่วนของประชากรผู้สูงอายุดังกล่าวยังได้ส่งผลให้อัตราส่วนการเป็นภาระ(Dependency Ratio) ของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นด้วย กล่าวคือ ในปี พ.ศ.2513 นั้นมีอัตราส่วนการเป็นภาระของผู้สูงอายุเพียงร้อยละ 5.9 เท่านั้น

(United Nation, 1996:148) และเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 10 ใน ปี พ.ศ. 2538 ขณะเดียวกันก็มีแนวโน้มที่จะสูงขึ้นเป็นร้อยละ 17 ในปี พ.ศ. 2558 (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2531:24)

จากการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างประชากรดังกล่าว ประกอบกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคมที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและต่อเนื่องโดยเฉพาะในปัจจุบันซึ่งได้รับผลกระทบจากภาวะโลกาภิวัตน์(Globalization) นั้นได้ส่งผลกระทบต่อตัวผู้สูงอายุรวมถึงครอบครัว ชุมชน และสังคมด้วย จากการศึกษาถึงผลกระทบทางเศรษฐกิจ สังคม และประชากรผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย(The Socio-Economic Consequence of the Aging of the Population in Thailand : SECAPT) ของสถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี พ.ศ. 2532 พบว่า ปัญหาที่ผู้สูงอายุไทยประสบมากที่สุดคือ ปัญหาเศรษฐกิจและปัญหาสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของบรรลุ ศิริพานิช (2531) และนิศา ชูโต (2525) นอกจากปัญหาทางด้านเศรษฐกิจและสุขภาพแล้วยังพบว่าในปัจจุบันผู้สูงอายุก็มีปัญหาด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแลในวัยชราอีกด้วย (บรรลุ ศิริพานิช, 2539:2) เนื่องจากรูปแบบและความสัมพันธ์ในครอบครัวได้เปลี่ยนแปลงไปจากการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมในยุคโลกาภิวัตน์ ผู้สูงอายุมักถูกละทิ้งให้อยู่ตามลำพัง จึงก่อให้เกิดความหวงใยต่อสถานะและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุทั้งในปัจจุบันและอนาคต โดยเฉพาะในด้านเศรษฐกิจ สุขภาพและการดูแลยามเจ็บป่วย ซึ่งผู้สูงอายุในอนาคต อาจไม่สามารถพึ่งพาบุตรหลานหรือครอบครัวได้อย่างในปัจจุบัน (นภาพร ชัยวรรณและศิริวรรณ ศิริบุญ, 2538:17)

ผู้เกษียณอายุราชการก็เป็นผู้สูงอายุอีกกลุ่มหนึ่ง ซึ่งอาจได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมและโครงสร้างประชากรดังกล่าวเนื่องจากมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นเช่นกัน จากสถิติผู้เกษียณอายุราชการในสังกัด ก.พ. พบว่า มีแนวโน้มสูงขึ้นโดยในระหว่างปี พ.ศ. 2530-2534 มีผู้เกษียณอายุราชการ จำนวน 6,107 ราย และเพิ่มเป็น 6,768 ราย ในปี พ.ศ. 2535-2539 โดยจำนวนผู้เกษียณอายุราชการดังกล่าวนี้ ส่วนหนึ่งเป็นข้าราชการที่สังกัดกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งพบว่ามีจำนวนเพิ่มสูงขึ้นเช่นกัน กล่าวคือ ในปี พ.ศ. 2530 นั้นมีผู้เกษียณอายุราชการเพียง 155 ราย และเพิ่มเป็น 204 ราย และ 322 ราย ในปี พ.ศ. 2535 และปี พ.ศ. 2539 ตามลำดับ ขณะเดียวกันก็มีแนวโน้มสูงขึ้นเป็น 419 ราย ในปี พ.ศ. 2540 และ 991 ราย ในปี พ.ศ. 2544 (กองทะเบียนประวัติ,สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน, 2540)

การเกษียณอายุเป็นวิกฤติการณ์อย่างหนึ่งที่เป็นปัญหาและส่งผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่และจิตใจของผู้เกษียณโดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มิอาชีพทำงานประจำ เช่น ข้าราชการซึ่งต้อง

เผชิญกับการเปลี่ยนแปลงสถานภาพของตนเองในขณะเดียวกันสองประการ คือ สถานภาพผู้สูงอายุที่มีการเสื่อมถอยของสุขภาพตามวัย และสถานภาพผู้เกษียณอายุราชการที่ต้องเผชิญกับการสูญเสียตำแหน่งหน้าที่การงาน (เกษม และ กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2528:27) เนื่องจากก่อนที่บุคคลจะเกษียณอายุนั้น มักมีการตำแหน่งหน้าที่การงานที่มั่นคงและอยู่ในระดับค่อนข้างสูงเมื่อต้องเกษียณอายุราชการก็จะทำให้ผู้เกษียณเกิดความรู้สึกสูญเสียบทบาทหน้าที่การงานในสังคมและสูญเสียรายได้ (Atchley, 1976:111)

การเกษียณอายุราชการได้ก่อให้เกิดปัญหามากมายกับผู้เกษียณ อาทิ ปัญหาด้านสุขภาพอนามัย ปัญหาด้านเศรษฐกิจ ปัญหาด้านสังคมและจิตวิทยา เนื่องจากการเกษียณอายุนั้นทำให้รายได้ลดลง ขณะเดียวกันบทบาทและสถานภาพของบุคคลก็เปลี่ยนแปลงไปพร้อมกับความเสื่อมโทรมของร่างกายตามวัย (วิจิตร บุญยะโทตระ, 2533:9-13) ซึ่งปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ได้ส่งผลกระทบต่อผู้เกษียณเป็นอย่างมาก กล่าวคือ การเกษียณอายุก่อให้เกิดผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงของรายได้ รวมถึงสุขภาพและบทบาททางสังคม (Atchley, 1991:212-215) นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อจิตใจของผู้เกษียณค่อนข้างมาก และก่อให้เกิดปัญหาการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการได้ (บรรลุ ศิริพานิช, 2531:90) ซึ่งนอกจากจะก่อให้เกิดปัญหาและผลกระทบต่อตัวบุคคลแล้ว การเกษียณอายุยังส่งผลกระทบต่อหน่วยงานอีกด้วย ดังจะเห็นได้จากบุคลากรที่ใกล้เกษียณอายุมักขาดความกระตือรือร้นในการทำงานและส่งผลให้งานด้อยประสิทธิภาพได้ (วีระ สุเมธาพันธ์, 2525:67) นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อครอบครัวและบุคคลที่ใกล้ชิดด้วยเนื่องจากปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับบุตรหลานและผู้อื่น ซึ่งหากผู้เกษียณได้มีการเตรียมตัวไว้ล่วงหน้าตั้งแต่ยังทำงานอยู่ ก็จะช่วยให้การปรับตัวภายหลังเกษียณได้ดีขึ้นและจากการศึกษาของเบญจมา เลหาพูนรังสี (2534) ก็ให้การสนับสนุนแนวคิดดังกล่าว โดยพบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการนั้น มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวภายหลังเกษียณของข้าราชการบ้านานุกรม กล่าวคือ หากผู้เกษียณได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณย่อมส่งผลให้การปรับตัวภายหลังเกษียณได้ดีขึ้น นอกจากนี้ผลการศึกษาของดัชเชอร์ (Dutcher, 1989) แลนเดอร์ (Lander, 1993) และชอทิพย์ บุญญานันท์ (2534) ก็พบว่าการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุนั้น มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้เกษียณอีกด้วย กล่าวคือ ผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณนั้นจะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่ไม่ได้เตรียมตัว ซึ่งหากได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณมากก็จะมีชีวิตที่พึงพอใจในชีวิตมาก และจากผลการศึกษาของ ดามพวรรณ แซ่มซ้อย (2536) ก็สอดคล้องกับผลการศึกษาดังกล่าว โดยพบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของข้าราชการนั้นส่งผลต่อการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณของข้าราชการอีกด้วย ดังนั้นจะเห็นได้ว่าหากข้าราชการมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุแล้ว ก็จะส่งผลต่อการปรับตัวภายหลังเกษียณและส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตภายหลังเกษียณได้อีกด้วย (Diekelmann, 1978 in Stone et al., 1987:691)

การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการนั้นถือว่าการวางแผนชีวิตอย่างหนึ่งซึ่งหากมีการเตรียมตัวให้พร้อมและเหมาะสมแล้วก็จะสามารถป้องกันปัญหาต่าง ๆ ภายหลังเกษียณได้ ซึ่งแอชลีย์ (Atchley, 1981:601-611) ได้กล่าวว่า ในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุนั้นควรจะมีการเตรียมตัวทั้งระยะไกล (Remote Phase) และระยะใกล้ (Near Phase) โดยในระยะไกลนั้นสามารถเตรียมด้านการเงิน ด้านสุขภาพและการใช้เวลาว่าง ซึ่งอาจเริ่มได้ตั้งแต่เริ่มต้นทำงานสำหรับในระยะใกล้เกษียณนั้น ควรจะเตรียมในด้านจิตใจมากกว่าเพราะบุคคลมักจะเริ่มวิตกกังวลต่อการเกษียณที่ใกล้เข้ามา ดังนั้นข้าราชการจึงควรมีการเตรียมตัวในด้านต่าง ๆ ไว้ล่วงหน้า ซึ่งหากมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณเร็วเท่าไรก็จะยิ่งดีเท่านั้น (Leedy and Wynbrandt, 1987: 187) วิจิตร บุญยะโทตระ (2533:30) ได้เสนอแนะว่าการวางแผนก่อนเกษียณควรทำล่วงหน้านาน ๆ เช่น 10 ปี ก่อนเกษียณ นอกจากนี้ แอชลีย์ (Atchley, 1991:202) และพาร์คินสัน (2531:77) ยังให้ข้อเสนอแนะในทำนองเดียวกันว่าข้าราชการควรวางแผนและเตรียมการไว้ล่วงหน้าอย่างน้อย 10-15 ปี ก่อนเกษียณอายุราชการ

แต่จากผลการสำรวจการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุของผู้สูงอายุในโครงการวิจัยผลกระทบทางเศรษฐกิจ สังคมและประชากรผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย (SECAPT) ในปี พ.ศ. 2532 นั้นพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุเป็นเรื่องสำคัญแต่กว่าครึ่งหนึ่งไม่ได้เตรียมการเพื่อยามสูงอายุเลย (นภาพร ชัยวรรณ, 2535:176) ดังนั้นกระบวนการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุก็เป็นอีกแนวทางหนึ่ง ซึ่งรัฐควรให้ความสนใจและสนับสนุน แม้ในปัจจุบันประเทศไทยจะมีนโยบายสำหรับผู้สูงอายุ (The National Long-Term Plan of Action for the Elderly, 1992-2011) ก็ตาม แต่ยังไม่มียุทธศาสตร์สำหรับการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุเลย (United Nation, 1996:149-151) ซึ่งในประเด็นดังกล่าวกำลังเป็นที่สนใจของนักวิชาการด้านผู้สูงอายุและผู้ที่เกี่ยวข้อง ในการศึกษาวิจัยเพื่อใช้เป็นข้อมูลในการประกอบการพิจารณาหาแนวทางป้องกันปัญหาอันเกิดจากผู้สูงอายุในอนาคต (รัตนา เพชรอุไร, 2538:4)

กระทรวงสาธารณสุขเป็นหน่วยงานราชการอีกหน่วยงานหนึ่ง ซึ่งรับผิดชอบเกี่ยวกับผู้สูงอายุ หากในอนาคตมีผู้สูงอายุที่มีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางกายและทางจิตมากขึ้นย่อมส่งผลกระทบต่อภาระการดูแลสุขภาพมากขึ้น ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขเองมีความตระหนักถึงปัญหาผู้สูงอายุซึ่งนับว่าจะทวีความรุนแรงมากขึ้น ผู้เกษียณอายุราชการก็เป็นกลุ่มผู้สูงอายุอีกกลุ่มหนึ่งซึ่งอาจเป็นปัญหาในอนาคต โดยเฉพาะอย่างยิ่งในภาวะของการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบันและในอนาคต ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อผู้เกษียณทำให้ประสบปัญหาในการปรับตัวและการดำรงชีวิตภายหลังเกษียณได้ นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อครอบครัวและสังคมโดยรวมเนื่องจากปัญหาการรับภาระดูแลผู้สูงอายุในอนาคต ซึ่งจากผลการศึกษาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอาจกล่าวได้ว่าการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุนั้นเป็นปัจจัยที่สำคัญ ในการที่จะช่วยให้ผู้เกษียณอายุสามารถปรับ

ตัวในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุได้อย่างมีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีเนื่องจากสามารถป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดกับผู้สูงอายุทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และเศรษฐกิจ ในอันที่จะส่งผลกระทบต่อ ครอบครัว ชุมชนและสังคมได้

ดังนั้นผู้ศึกษาจึงเกิดความสนใจที่จะศึกษาถึงการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 ว่าข้าราชการดังกล่าวมีระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุอย่างไรบ้าง นอกจากนี้ผู้ศึกษายังมีความสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ทั้งนี้ผลจากการศึกษาในครั้งนี้อาจใช้เป็นแนวทางสำหรับช่วยให้ข้าราชการรวมถึงบุคลากรอื่นในกระทรวงสาธารณสุขและหน่วยงานอื่นให้สามารถเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และสามารถปรับตัวในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณได้อย่างมีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ
3. เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับหน่วยงานในการหารูปแบบกิจกรรมเพื่อช่วยเหลือบุคลากรให้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ทั้งนี้เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อบุคลากรและหน่วยงานดังกล่าว
4. เพื่อเป็นแนวทางในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของข้าราชการและบุคลากรในหน่วยงานอื่นรวมถึงประชาชนทั่วไปด้วย

3. ขอบเขตของการศึกษา

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา ในการศึกษาครั้งนี้ มุ่งที่จะศึกษาถึงระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข 5 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านที่พักอาศัย ด้านการเงินและการใช้จ่าย และด้านการใช้เวลา นอกจากนี้ยังมุ่งศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขด้วย ซึ่งได้แก่ ระยะเวลาก่อนเกษียณ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส สถานภาพทางตำแหน่ง สถานภาพทางเศรษฐกิจ สถานภาพทางสุขภาพ สถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคม การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การสนับสนุนจากหน่วยงานและการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ

2. ขอบเขตด้านพื้นที่การศึกษา ในการศึกษานี้มุ่งที่จะศึกษาเฉพาะข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขในส่วนกลางที่มีอายุระหว่าง 55-59 ปี สังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงกรมการแพทย์ กรมควบคุมโรคติดต่อ กรมอนามัย กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กรมสุขภาพจิต และสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

3. ขอบเขตด้านเวลา ในการศึกษานี้มุ่งศึกษาเฉพาะกลุ่มข้าราชการที่ปฏิบัติงานในปีงบประมาณ 2541 เท่านั้น

4. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทราบถึงระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข
2. ทราบถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ
3. ผลการศึกษานี้สามารถใช้เป็นแนวทางในการวางรูปแบบกิจกรรมการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขได้
4. เป็นแนวทางในการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขหรือบุคลากรในหน่วยงานอื่น เพื่อให้สามารถปรับตัวและใช้ชีวิตหลังเกษียณได้อย่างมีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้
5. ผลจากการศึกษาอาจเป็นประโยชน์ในการใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้น สำหรับผู้ที่สนใจในการศึกษาในแนวลึก ตลอดจนผู้เกี่ยวข้องในการกำหนดนโยบาย และการวางแผนเกี่ยวกับผู้สูงอายุต่อไป

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ : ศึกษาเฉพาะกรณี ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข” นี้ได้อาศัยแนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเป็นแนวทางในการสร้างกรอบแนวคิดในการศึกษา ดังนี้คือ

1. แนวความคิดพื้นฐานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
2. แนวความคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการเกษียณอายุ
3. แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ
4. แนวคิดเกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์
5. แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม
6. แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมของผู้เกษียณอายุ
7. แนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร
8. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
9. กรอบแนวคิดในการศึกษา
10. นิยามปฏิบัติการ
11. สมมติฐานการศึกษา

1. แนวความคิดพื้นฐานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ

จากการประชุมสมัชชาโลกผู้สูงอายุที่นครเวียนนา เมื่อปี พ.ศ. 2525 มีมติให้กำหนดตัวผู้สูงอายุคือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งชายและหญิง (คณะกรรมการการวิสามัญสวัสดิการผู้สูงอายุและการพัฒนาสังคม วุฒิสภา, 2534:1)

สุรกุล เจนอบรม (2532:15) กล่าวว่า คนชราหรือผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลในวัยสุดท้ายของวงจรชีวิต ซึ่งเริ่มตั้งแต่วัยทารก วัยเด็ก วัยหนุ่มสาว วัยผู้ใหญ่และวัยชรา

ในการพิจารณาความสูงอายุ (Aging) ของบุคคลว่าบุคคลใดเป็นผู้สูงอายุนั้น การพิจารณาเพียงอายุอย่างเดียวคงไม่เหมาะสม ฮอลล์ (Hall, 1976:3-4) ได้ให้ข้อพิจารณาเกี่ยวกับการสูงอายุสอดคล้องกับแนวคิดของ บริบูรณ์ พรพิบูลย์ (2526:13-16) และรุ่งโรจน์ พุ่มริ้ว (2527:13-14) ดังนี้คือ

1) การสูงอายุตามวัย (Chronological Aging) หมายถึง การสูงอายุตามปีปฏิทิน โดยนับจากปีที่เกิดเป็นต้นไป

2) การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological Aging) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงด้านสมรรถภาพและหน้าที่ของร่างกาย เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้นสภาพต่าง ๆ ของร่างกายจะ

เริ่มมีการเปลี่ยนแปลง เช่น ผมหงอก สายตาวาวขึ้น ความสามารถในการทำงานของกล้ามเนื้อลดลง ฯลฯ

3) การสูงอายุด้านสภาพจิตใจ (Psychological Aging) หมายถึงการเปลี่ยนแปลงในหน้าที่ การรับรู้ แนวความคิด ความจำ ผู้สูงอายุจะมีลักษณะใจน้อย ไม่ยอมรับรู้ ยึดมั่นในความคิดของตนเป็นหลัก ไม่ค่อยยอมรับความรู้ใหม่ ๆ หรือการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น มีอารมณ์ไม่มั่นคง จู้จี้ ขี้บ่น หงุดหงิดหรือท้อแท้

4) การสูงอายุด้านสภาพสังคม (Sociological Aging) ความสูงอายุนำให้ผู้สูงอายุมีสถานะด้านสังคมกว้างขึ้น และมีความสำคัญในฐานะของผู้มีประสบการณ์ แต่ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับ การมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมของบุคคลนั้น ๆ ด้วย

สุรกุล เจนอบรม (2532:16-17) กล่าวว่า การกำหนดเกณฑ์ว่า เมื่อใดจึงจะเรียกว่า ผู้สูงอายุนั้น ในสังคมดั้งเดิมกำหนดผู้สูงอายุโดยใช้บทบาทที่บุคคลทำอยู่ในสังคมเป็นเกณฑ์ ซึ่งเป็นบทบาทที่แสดงถึงความเป็นผู้นำและมีความรับผิดชอบสูง ในสังคมสมัยใหม่มักใช้อายุเป็นเกณฑ์ในการกำหนดความหมายของผู้สูงอายุซึ่งก็แตกต่างกันไปในแต่ละสังคม เช่น มาเลเซีย อาฟริกากำหนด 55 ปี ส่วนสวีเดนและเดนมาร์ก กำหนด 70 ปี สหรัฐอเมริกา 65 ปี ซึ่งตัวเลขเหล่านี้คือ เกณฑ์อายุปลดเกษียณนั่นเอง ซึ่งพอสรุปได้ว่าการที่จะกำหนดว่าอายุเท่าใดจึงจะเรียกว่าเป็นผู้สูงอายุนั้นดูจากหลักเกณฑ์คือ กำหนดจากอายุขัยโดยเฉลี่ยของประชากร กำหนดจากบทบาทหน้าที่ และความรับผิดชอบในสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปในแต่ละช่วงอายุ และกำหนดจากสภาพการเปลี่ยนแปลงทางด้านสรีระของแต่ละบุคคล

ดังนั้น จะเห็นได้ว่า การกำหนดความสูงอายุนั้นมีความแตกต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นกับสภาพทางร่างกาย จิตใจ และสถานภาพทางสังคมของบุคคลในแต่ละสังคม แต่ละประเทศซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกัน คือ กำหนดอายุที่พ้นวัยจากการทำงานเป็นเกณฑ์ในการตัดสินใจ สำหรับประเทศไทยนั้นได้ใช้เกณฑ์ โดยการกำหนดว่าผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไป ถือว่าเป็นผู้สูงอายุ

1.2 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

เนื่องจากในปัจจุบัน ไม่มีทฤษฎีใดที่สามารถอธิบายหรือให้คำตอบว่าทำไมจึงเป็นผู้สูงอายุเพราะแต่ละทฤษฎีต่างก็มุ่งที่จะอธิบายในลักษณะสาขาของตน ดังนั้นการอธิบายเกี่ยวกับผู้สูงอายุให้ครอบคลุม จึงต้องอาศัยหลาย ๆ สาขาวิชาการมาช่วยอธิบาย ซึ่งทฤษฎีผู้สูงอายุแบ่งออกได้เป็น 3 สาขา คือ (Yurick, 1984:67-78)

1. ทฤษฎีผู้สูงอายุด้านชีววิทยา (Biological Theories of Aging) เป็นทฤษฎีที่พยายามอธิบายถึงกระบวนการทางสรีรวิทยา และการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างของอวัยวะต่าง ๆ ตั้งแต่มีชีวิตจนถึงตาย ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายในร่างกาย ได้แก่ การเสื่อมของอวัยวะและระบบสำคัญ ๆ ภายในร่างกาย เช่น ปอด ไต หัวใจ ตับ ระบบประสาทและระบบ

ย่อยอาหาร และอีกปัจจัยหนึ่งเกิดจากการสูญเสียความสามารถในการต้านทานโรคซึ่งเป็นสาเหตุแห่งความชราภาพ โดยมี 3 แนวคิด คือ (บริบูรณ์ พรพิบูลย์, 2526:14-15)

1.1 ทฤษฎีทำลายตนเอง (Autoimmunity Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่าเมื่อมีอายุมากขึ้นร่างกายจะสร้างภูมิคุ้มกันน้อยลงพร้อมๆ กับมีการสร้างภูมิคุ้มกันชนิดทำลายตนเองมากขึ้น จึงเป็นสาเหตุให้ร่างกายต่อสู้เชื้อโรคและสิ่งแปลกปลอมได้ไม่ดีจึงก่อให้เกิดความเจ็บป่วยได้ง่าย

1.2 ทฤษฎีความผิดพลาดของยีนส์ (Error Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่าเมื่อคนมีอายุมากขึ้น ยีนส์จะค่อยๆ เกิดความผิดปกติ ซึ่งความผิดปกตินี้จะมากขึ้นเรื่อยๆ จนถึงจุดหนึ่งที่ทำให้เซลล์ต่าง ๆ ในร่างกายเสื่อมและหมดอายุลง

1.3 ทฤษฎีเรดิคัลอิสระ (Free Radical Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่า ภายในร่างกายของเราจนถึงสิ่งแวดล้อม จะมีเรดิคัลอิสระ (Free Radical) อยู่อย่างมากมาตลอดเวลา ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้เกิดความผิดปกติของยีนส์ทำให้คอลลาเจน(Collagen) และอีลาสติน(Elastin) ซึ่งเป็นโปรตีนองค์ประกอบสำคัญของเนื้อเยื่อหดสั้นลง ทำให้เซลล์ต่างๆ ของร่างกายเสื่อมลงและเกิดรอยย่นมากขึ้นเรื่อยๆ ในวัยสูงอายุ

2. ทฤษฎีผู้สูงอายุด้านจิตวิทยา (Psychological Theories of Aging) เป็นทฤษฎีที่อธิบายว่า การเป็นผู้สูงอายุนั้นเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายในและระหว่างบุคคล โดยเชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะต้องมีสาเหตุมาจากปัจจัยหลายๆ อย่าง ทฤษฎีนี้อาศัยรูปแบบการพัฒนาการของอีริคสัน (Erikson) ซึ่งกล่าวว่า การเป็นผู้สูงอายุเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ปัจจัยแวดล้อมและประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคลจะผลักดันให้มีบุคลิกภาพแตกต่างกันไปซึ่งมี 2 แนวคิด คือ (บริบูรณ์ พรพิบูลย์, 2526: 26)

2.1 ทฤษฎีบุคลิกภาพ (Personality Theory) ทฤษฎีนี้กล่าวว่าผู้สูงอายุจะเป็นผู้ที่มีความสุขหรือความทุกข์นั้นขึ้นอยู่กับภูมิหลังและการพัฒนาจิตใจของผู้นั้น ถ้าผู้สูงอายุเติบโตขึ้นมาด้วยความมั่นคง อบอุ่น มีความรักและเห็นความสำคัญของผู้อื่น สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ก็มักจะเป็นผู้สูงอายุที่ค่อนข้างจะมีความสุขสามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

2.2 ทฤษฎีความปราดเปรื่อง (Intelligence Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่าผู้สูงอายุที่ยังปราดเปรื่อง และคงความเป็นปราชญ์อยู่ได้ด้วยความเป็นผู้ที่มีความสนใจเรื่องต่าง ๆ มีการค้นคว้าและพยายามที่จะเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา ซึ่งผู้ที่จะมีลักษณะเช่นนี้ได้จะต้องเป็นผู้ที่มีสุขภาพดี มีเงินใช้สอยโดยไม่เดือดร้อนเป็นเครื่องเกื้อหนุน

นักจิตวิทยาสังคมมีแนวความคิดว่า บางคนจะมีปัญหาต่อการปรับตัวเมื่อเข้าสู่บทบาทของผู้สูงอายุ เนื่องจากขาดการสนับสนุนให้มีการเตรียมตัวยอมรับการปรับบทบาทฐานะในสังคมที่เคยดำรงอยู่ ทำให้รู้สึกถูกทอดทิ้งไร้ประโยชน์ อันจะนำไปสู่สุขภาพจิตเสื่อม

ได้ ดังนั้นควรส่งเสริมการพัฒนาจิตใจโดยเฉพาะผู้ที่กำลังจะเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยส่งเสริมการเตรียมตัวเข้าสู่วัยชรา เมื่อเข้าสู่วัยกลางคน หรือการทำกิจกรรมที่เหมาะสม เพื่อให้สามารถปรับบทบาททางสังคมภายหลังเกษียณได้

3. ทฤษฎีทางสังคมของผู้สูงอายุ (Social Theories of Aging) เป็นทฤษฎีที่พยายามอธิบายถึง สถานการณ์ทางสังคมที่เกิดขึ้นในชีวิตของผู้สูงอายุ และเป็นทฤษฎีที่พยายามจะช่วยให้ผู้สูงอายุอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งสุรกุล เจนอบรม (2534:32-37) ได้ใช้ทฤษฎีดังกล่าวเป็นเกณฑ์ในการอธิบาย ดังนี้

3.1 ทฤษฎีบทบาท (Role Theory) กล่าวว่า บุคคลจะอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและดีเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับการปฏิบัติตนต่อบทบาทที่ตนกำลังเป็นอยู่ว่าเหมาะสมเพียงใด โดยที่อายุจะเป็นองค์ประกอบที่สำคัญประการหนึ่งในการที่จะกำหนดบทบาทของแต่ละบุคคลในแต่ละช่วงชีวิตที่ดำเนินไปของบุคคลนั้น ดังนั้นบุคคลจะปรับตัวต่อความเป็นผู้สูงอายุได้ดีเพียงใด จึงน่าจะขึ้นอยู่กับการยอมรับบทบาทในแต่ละช่วงชีวิตที่ผ่านมาของตนเอง อันจะส่งผลไปถึงการยอมรับบทบาททางสังคมที่กำลังจะมาถึงหรือกำลังจะเปลี่ยนไปในอนาคต

ทฤษฎีบทบาท (Role Theory) จะทำให้ผู้ที่ศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุเข้าใจว่าทำไมผู้สูงอายุบางคน จึงมีปัญหาในการปรับตัวเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ การศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีบทบาทจะทำให้บุคคลได้มีโอกาสเตรียมตัวถึงบทบาทของตนเองที่จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงไปตามกระบวนการทางอายุ นอกจากนี้สังคมก็สามารถที่จะเข้ามามีส่วนช่วยในเรื่องบทบาทของผู้สูงอายุได้อีกทางหนึ่ง โดยการให้ผู้สูงอายุเหล่านั้นมีโอกาสได้รับบทบาททางสังคมคืนมาอีกครั้งหนึ่ง เช่น ในรูปของอาสาสมัคร กลุ่มเพื่อน การทำงานบางส่วนหรือการส่งเสริมในรูปของบทบาท ปู่ ย่า ตา ยาย เพื่อให้ครอบครัวได้เห็นถึงความสำคัญของผู้สูงอายุ

3.2 ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) ทฤษฎีนี้พัฒนามาจากการวิเคราะห์ของ ฮาวิกเฮิร์ต (Havighurst) ซึ่งผลสรุปของทฤษฎีกิจกรรมนี้เชื่อว่ากิจกรรมทางสังคมเป็นแก่นแท้ของชีวิตและจำเป็นสำหรับทุกวัย กิจกรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ ทั้งนี้เนื่องจากการมีบทบาทที่ดีทางสังคม (Social Well-Being) ของผู้สูงอายุนั้นขึ้นอยู่กับความคล่องแคล่วที่ยังคงอยู่ ทักษะเกี่ยวกับตนเอง (Self-Conception) และเกี่ยวกับโลก ซึ่งจะเป็นทักษะที่ถูกต้องเพียงไรนั้นเป็นผลมาจากการสังสรรค์และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ทฤษฎีกิจกรรมยืนยันว่า ผู้สูงอายุที่สามารถดำรงกิจกรรมทางสังคมไว้ได้จะเป็นผู้มีความพึงพอใจในชีวิตสูงและมีภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองในด้านบวก

นอกจากนี้ เลมอน เบงท์สัน และปีเตอร์สัน (Lemon, Bengtson and Peterson, 1972 อ้างใน สุรกุล เจนอบรม, 2534:35) ได้ศึกษารายงานทฤษฎีกิจกรรมเพื่อยืนยันว่า การที่ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมเป็นเพราะมีภาพพจน์เกี่ยวกับตนเอง (Self-image) ด้านบวกและชอบในการเข้าร่วมกิจกรรม และต้องการจะคงลักษณะนิสัยนี้ไว้เหมือนเมื่ออยู่ในวัย

กลางคนให้มากที่สุด นอกจากนี้การเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุยังเป็นการทดแทนบทบาทที่เสียไปจากการที่ต้องเป็นหม้ายและการเกษียณอายุจากการปฏิบัติงานอีกด้วย

กล่าวโดยสรุป ทฤษฎีกิจกรรมนี้เชื่อว่า การที่ผู้สูงอายุจะมีชีวิตที่เป็นสุขได้นั้น ควรมียุทธศาสตร์หรือกิจกรรมทางสังคมตามสมควร เช่น การมีงานอดิเรกทำ หรือการเข้าเป็นสมาชิกกลุ่มกิจกรรม สมาคม หรือชมรมต่าง ๆ เป็นต้น

3.3 ทฤษฎีการแยกตนเอง (Disengagement Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่า การที่ผู้สูงอายุไม่เกี่ยวข้องกักิจกรรมหรือบทบาททางสังคมนั้นเป็นการถอนสถานภาพ และบทบาทของตนเองให้แก่หนุ่มสาวหรือคนที่ควรมียุทธศาสตร์หน้าที่ได้ดีกว่า ทั้งนี้เพราะความต้องการสูงสุดของสังคม คือ ต้องการทักษะและแรงงานใหม่มากกว่าการได้จากผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุโดยเฉพาะที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไป จะคุ้นเคยกับการไม่เกี่ยวข้องกัสังคม เนื่องจากความพอใจส่วนบุคคลของผู้สูงอายุที่จะแสวงหาบทบาทของความสงบเงียบ ลดการเกี่ยวข้องกับผู้อื่นลง

3.4 ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory) ทฤษฎีความต่อเนื่องเป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุอีกทฤษฎีหนึ่ง ตามแนวทฤษฎีนี้กล่าวว่าผู้สูงอายุจะแสวงหาบทบาททางสังคมใหม่ มาทดแทนบทบาททางสังคมเก่าที่ตนสูญเสียไปและยังคงสภาพที่จะพยายามปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่อย่างต่อเนื่องอยู่เสมอ (Neugarten, Havighurst, Tobin, 1968 อ้างในสุรกุล เจนอบรม, 2534:36)

ตามแนวคิดของทฤษฎีนี้เห็นว่า บุคคลไม่ว่าจะหนุ่มสาว หรือผู้สูงอายุจะมีบุคลิกภาพและมีรูปแบบของความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันไป โดยที่บุคลิกภาพและรูปแบบของการดำเนินชีวิตแต่ละบุคคลนั้น จะบอกให้ทราบถึงการปรับตัวเพื่อทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตเมื่ออยู่ในวัยสูงอายุได้ เช่น บุคคลที่ไม่ค่อยจะยุ่งเกี่ยวกับผู้อื่น ก็มักจะไม่ชอบมีกิจกรรมร่วมกับคนอื่นเมื่อเกษียณอายุแล้ว ในทำนองเดียวกัน บุคคลที่พบปะสังสรรค์และมีกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นเสมอ ๆ ก็ไม่ชอบที่จะนั่งอยู่คนเดียวเงียบ ๆ ที่บ้านเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ กล่าวโดยสรุปคือ การปรับตัวในวัยสูงอายุ จะดีเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับชีวิตหนหลังที่ผ่านมา

3.5 ทฤษฎีระดับชั้นอายุ (Age Stratification Theory) ทฤษฎีนี้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ทางสังคมที่เกิดภายในกลุ่มอายุ และระหว่างชั้นอายุที่แตกต่างกัน กล่าวคือ ทฤษฎีนี้ถือว่าอายุเป็นหลักเกณฑ์สากลที่จะกำหนดบทบาท สิทธิหน้าที่ ฯลฯ ซึ่งจะเปลี่ยนแปลงไปตามชั้นของอายุจากอายุหนึ่งไปสู่อีกอายุหนึ่ง (Riley, Johnson and Foner, 1972 อ้างในสุรกุล เจนอบรม, 2534:37)

ตามทฤษฎีนี้ อายุจะมีส่วนสัมพันธ์โดยตรงหรือโดยทางอ้อมกับบทบาททางสังคมของบุคคล โดยทางตรง เช่น อายุเมื่อครบวาระต้องเกษียณ โดยทางอ้อม เช่น การที่สังคมกำหนดบทบาทที่เหมาะสมในแต่ละช่วงวัยอายุ เช่น วัยหรืออายุที่เหมาะสมสำหรับการเลือกคู่ครองเหล่านี้ เป็นต้น

1.3 กระบวนการสูงอายุ

บุคคลเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ซึ่งเป็นวัยสุดท้ายของชีวิต จะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกายที่เสื่อมลง รวมถึงการเปลี่ยนแปลงในด้านอื่น ๆ ด้วย ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในแต่ละด้านจะมีความสัมพันธ์กัน และก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ซึ่งส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอีกด้วย ซึ่งลักษณะของการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นดังกล่าว แบ่งได้เป็น 3 ลักษณะดังนี้ คือ (สุรกุล เจนอบรม, 2532:19-22)

1.3.1 การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย (Biological Change) ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายในลักษณะของการเสื่อมถอยลง ซึ่งความเสื่อมถอยดังกล่าวจะมีมากขึ้นตามลำดับ และจะเกิดขึ้นในทุกระบบของร่างกาย ดังนี้คือ

1) ผิวหนัง เมื่อมีอายุมากขึ้นผิวหนังจะมีรอยเหี่ยวย่นเนื่องมาจากการสูญเสียน้ำและไขมันใต้ผิวหนัง และพบว่า ผิวหนังจะมีการดึงตัวลดลงซึ่งเป็นผลมาจากเส้นใย (Elastic Fiber) มีปริมาณลดลง ผิวหนังผู้สูงอายุจึงแห้งเป็นเกล็ด ลอกหลุด และบวมได้ง่ายถ้ามีบาดแผลจะทำให้แผลหายช้าเพราะมีเลือดไปเลี้ยงเนื้อเยื่อใต้ผิวหนังลดลงด้วย (Hogstel, 1981: 103)

2) สายตา ผู้สูงอายุจะมีสายตาเลวมลง มีการเปลี่ยนแปลงเป็นสายตาวาย การปรับสายตาเข้าทำให้เวียนศรัยะได้ง่าย (เสนอ อินทรสุขศรี, 2526:31)

3) หู หูจะตึง การได้ยินเสียงจะลดลงเพราะปลายประสาทในระบบหูเสื่อมลง ทำให้หูตึง ต้องพูดเสียงดัง ๆ จึงจะได้ยิน (Hogstel, 1981:108)

4) กล้ามเนื้อ เซลล์เสื่อมสลายไป กล้ามเนื้อจะเหี่ยวเล็กลงมีเชื้อพังพืดเกิดขึ้นมาแทน กล้ามเนื้อจึงอ่อนกำลังลงทำให้เชื่องช้า ทำงานหรือออกแรงมากไม่ได้จะอ่อนเพลียเมื่อยล้าได้เร็วและการทรงตัวไม่ดี (กรมการแพทย์, 2526:2)

5) กระดูก วัยสูงอายุเป็นวัยที่กระดูกมีความเปราะบางและหักง่ายโดยเฉพาะผู้หญิง หลังหมดประจำเดือนจะสูญเสียแคลเซียมซึ่งเป็นส่วนประกอบสำคัญของกระดูกทำให้เป็นโรคกระดูกพรุน ทำให้กระดูกส่วนข้อหรือหัวของกระดูกต้นขาตรงข้อต่อที่สะโพกหักได้ง่าย (เกษม ตันติผลาชีวะ และกุลยา ตันติผลาชีวะ, 2524:7) นอกจากนี้กระดูกอ่อนที่ซ้อนปลายกระดูกแข็งของข้อต่าง ๆ จะมีการสึกกร่อนเข้าโดยเฉพาะที่หมอนรองกระดูกสันหลัง ส่วนเนื้อกระดูกแข็งข้างใต้ก็อาจออกเป็นจะงอยหรือปุ่มทำให้เกิดอาการปวดและขัดตามข้อได้ (Hogstel, 1981:109)

6) ปากและฟัน ฟันจะมีการเปลี่ยนแปลงและหลุดไป เมื่อฟันไม่ดีย่อมทำให้เคี้ยวอาหารได้ไม่เต็มที่ ทำให้กินอาหารไม่ได้หรือไม่อยากอาหาร ทำให้เกิดการขาดอาหาร เมื่อฟันเปลี่ยนแปลง เนื้อเยื่อในปากก็มีการเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย คือ เยื่อในปากจะฝ่อลงและจะทนต่ออาหารรสจัด อาหารร้อนไม่ได้ ต่อม น้ำลายก็จะมีน้ำลายออกน้อย ทำให้ปากแห้งและการ

ย่อยอาหารไม่ดี ขณะเดียวกันน้ำลายก็จะไม่ได้ชะล้างไหลผ่านตามซอกฟันจึงทำให้ฟันผุง่าย (กรมการแพทย์, 2526:24)

7) ระบบทางเดินอาหาร มีการเปลี่ยนแปลงกล้ามเนื้อของระบบทางเดินอาหาร และมีการลดการกระตุ้นจากระบบประสาทอัตโนมัติ การบีบตัวของทางเดินอาหารจะช้าลง ตั้งแต่หลอดอาหารถึงลำไส้ใหญ่ ทำให้มีอาหารค้างอยู่ในหลอดอาหารและกระเพาะอาหารเป็นเวลานาน ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกอึดอัดแน่น กระเพาะอาหารเองก็มีการหลั่งกรดน้ำย่อยอาหารลดลง ทำให้การย่อยอาหารเป็นไปได้ช้า และมีการลดการดูดซึมซึ่งทำให้ผู้สูงอายุ มีการขาดสารอาหารได้ง่าย (Hogstel,1981:112) จากการที่กระเพาะอาหารหลั่งกรดย่อยอาหารลดลง เป็นผลให้การย่อยโปรตีนและอาหารที่ออกจากกระเพาะมีแบคทีเรียจำนวนมาก จึงทำให้เกิดการหมักหมมของอาหารในลำไส้ใหญ่ได้ง่ายและจากการที่ระบบย่อยอาหารไม่ปกติกับการที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมน้อยลง จึงมักพบปัญหาการขับถ่ายของผู้สูงอายุ คือ ท้องผูก

8) ระบบประสาท เมื่อมีอายุมากขึ้น สมอก็จะลดขนาดและน้ำหนักลง และมีการลดการทำงานของประสาทด้วย เป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่า ระบบการทำงานที่เกี่ยวกับประสาทของผู้สูงอายุจะลดลง การเคลื่อนไหว การตัดสินใจ การตอบสนอง ที่อยู่ได้อ่านาจจิตใจจะลดลง (Hogstel,1981:104) ซึ่งเสนอ อินทรสุขศรี (2526:2) ได้กล่าวถึง ความสัมพันธ์ระหว่างสมอง กล้ามเนื้อและข้อว่าจะเสียไป การทรงตัวจะไม่ดี มีการสันตามร่างกาย ซึ่งฮอกสเตล (Hogstel,1981:107) ได้ให้เหตุผลว่าเป็นเพราะการตอบสนองของประสาทสัมผัสที่ช่วยในการทรงตัว ติดต่อดสื่อสาร และเกี่ยวกับการควบคุมท่าต่าง ๆ ของร่างกายลดลง จึงทำให้ขาดการประสานงานกันในการเคลื่อนไหว เพิ่มการแกว่งและสั่นในผู้สูงอายุ การส่งข่าวมากกว่าปกติจึงทำให้ผู้สูงอายุมีการเคลื่อนไหวช้า การเปลี่ยนแปลงท่าทางในทันทีทันใด ก็จะทำให้เกิดการเสียความสมดุลของร่างกายได้ง่าย

9) ระบบหลอดเลือดหัวใจ หัวใจเป็นอวัยวะที่สำคัญที่สุดของร่างกาย ที่แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงได้ชัด เนื่องจากกล้ามเนื้อหัวใจมีการเพิ่มปริมาณของคอลลาเจนและไขมัน ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้หัวใจของผู้สูงอายุ ทำหน้าที่ได้ลดลง โดยทั่วไปแล้วปริมาณเลือดที่ถูกบีบออกจากหัวใจก็ยังเพียงพอสำหรับกิจวัตรประจำวันทั่วไป แต่ถ้าผู้สูงอายุมีการออกกำลังกายหนักเกินไป มีความเครียดและความเจ็บป่วยก็อาจทำให้ปริมาณเลือดที่ออกจากหัวใจไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไม่เพียงพอได้ จึงมีผู้สูงอายุเป็นจำนวนมากที่มีปริมาณเลือดที่ออกจากหัวใจไปเลี้ยงสมอง หลอดเลือดหัวใจ กล้ามเนื้อ และอวัยวะภายในไม่เพียงพอ ผู้สูงอายุจึงต้องมีการออกกำลังกายอย่างเหมาะสม และสม่ำเสมอ (Hogstel,1981:110)

10) ระบบหายใจ คล้ายกับระบบอื่นที่มีการทำหน้าที่ลดลง เซลล์ที่คลุมเยื่อเมือกทางเดินหายใจ กล้ามเนื้อที่ช่วยยืดพุงและหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงทางเดินหายใจลดลง การหายใจจะช้าลง การถ่ายเทอากาศจะลดประสิทธิภาพของการแลกเปลี่ยนอากาศ เนื้อเยื่อปอดจะขาดความยืดหยุ่น ซึ่งทำให้มีอากาศค้างในปอด กระดูกซี่โครง และกระดูกสันหลังจะลด

การขยายตัว จากโครงสร้างและหน้าที่ของปอดที่ลดลง ทำให้ลดประสิทธิภาพในการไอล การหายใจและทำให้ความจุของปอดลดลง (Hogstel, 1981:111)

11) ระบบขับถ่ายปัสสาวะ ไต มีหน้าที่เสื่อมไป ขับของเสียได้น้อยลง (กรมการแพทย์, 2526:2) แต่ผู้สูงอายุมักจะถ่ายปัสสาวะบ่อย ทั้งนี้เพราะความจุของกระเพาะปัสสาวะลดลง ประมาณร้อยละ 50 ของวัยหนุ่มสาว ผู้ชายบางรายจะถ่ายปัสสาวะขัด เนื่องจากต่อมลูกหมากโต ในผู้หญิงอาจกลั้นปัสสาวะไม่ได้เพราะกล้ามเนื้อเชิงกรานหย่อน โดยเฉพาะหญิงที่คลอดบุตรมาแล้วหลายคน

จากการเปลี่ยนแปลงของระบบต่าง ๆ ในร่างกายผู้สูงอายุดังกล่าว ย่อมทำให้ประสิทธิภาพการทำงานของร่างกายลดลง นับว่ามีผลกระทบต่อผู้สูงอายุทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคมเป็นอย่างมาก

1.3.2 การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ (Psychological Change) การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ เป็นการเปลี่ยนแปลงที่มีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและสังคม เพราะความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ นั้น มีอิทธิพลต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุและจะเป็นอุปสรรคต่อการติดต่อกับบุคคล รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจของผู้สูงอายุยังเป็นผลมาจากการสูญเสียต่าง ๆ ได้ ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพความสูญเสียดังกล่าวได้ บางคนอาจมีการต่อสู้กับภาวะการเปลี่ยนแปลงและการสูญเสียต่าง ๆ เหล่านี้อย่างรุนแรง ทำให้เกิดการแสดงออกถึงการแก้ปัญหาทางจิตใจและอารมณ์ในหลายวิธี อาจแสดงออกในลักษณะการโศรกเศร้าเสียใจ ทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่น การแสดงออกภายใต้อาการทางกาย เช่น การหายใจติดขัด ปวดท้อง โกรธ วิตกกังวล ฯลฯ ซึ่งลักษณะการแสดงออกนั้นขึ้นกับสภาพปัญหา สิ่งแวดล้อม สภาพสังคมและเศรษฐกิจ รวมทั้งประสบการณ์ของแต่ละบุคคลด้วย นอกจากการแสดงออกภายใต้อาการทางกายแล้ว ยังแสดงออกภายใต้อาการทางจิตและอารมณ์ได้ ซึ่งมักจะเกิดลักษณะทางอารมณ์ซึมเศร้า ท้อแท้ ผิดหวัง วิตกกังวล และหวาดระแวงกลัวว่าจะถูกทอดทิ้ง ไม่มีผู้ดูแลเอาใจใส่ มักเกิดอารมณ์ฉุนเฉียวและน้อยใจ บางครั้งอาจขาดความยับยั้งใจ และขาดความเชื่อมั่นใจตนเองได้

ดังนั้น อาจสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ ซึ่งเป็นผลมาจากการสูญเสียในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1) การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ทั้งนี้เพราะมีเพื่อนฝูง บุคคลที่เป็นญาติสนิท หรือคู่ชีวิตตายจาก ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกถูกพรากจากบุคคลอันเป็นที่รัก ก่อให้เกิดความเศร้าใจได้ง่าย

2) การสูญเสียสถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจ เนื่องจากถึงวัยอันควรที่จะต้องออกจากการทำงานหรือปลดเกษียณ ขณะเดียวกันความสัมพันธ์ทางสังคมก็ลดน้อยลงเนื่องจากหมดภาระติดต่อด้านธุรกิจการงาน หรือหมดภาระหน้าที่รับผิดชอบ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกสูญเสียตำแหน่งหน้าที่ ไร้คุณค่า ไร้ความหมายในชีวิต นอกจากนี้ยังมีผลให้ผู้สูงอายุขาด

เพื่อน ขาดความผูกพันที่เคยมีต่อสังคม ผลจากสิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุต้องพยายามปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

3) การสูญเสียสัมพันธภาพในครอบครัว เนื่องจากในวัยนี้ บุตรธิดามักจะมีครอบครัวหมดแล้ว และโดยเฉพาะลักษณะของสังคมปัจจุบันที่ครอบครัวมีลักษณะเป็นครอบครัวเดี่ยวมากกว่าครอบครัวขยาย ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ ซึ่งเป็นผู้สูงอายุกับบุตรหลานของตนลดลง บทบาททางด้านการให้คำปรึกษาดูแลสั่งสอนลูกหลานจึงน้อยลง ทำให้ผู้สูงอายุต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยว เกิดความว้าเหว่และรู้สึกว้าเหว่ตนเองมีคุณค่าน้อยลง

จะเห็นได้ว่าจากสาเหตุของการสูญเสียในด้านต่าง ๆ ของผู้สูงอายุนั้นได้ส่งผลต่อจิตใจของผู้สูงอายุทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุดังนี้ คือ (เกษม และกุลยา ตันติผลาชีวะ, 2528:12)

1) การรับรู้ มีการรับรู้ต่อสิ่งใหม่ ๆ ได้ยากเพราะความสามารถและประสิทธิภาพของอวัยวะรับความรู้สึก การสื่อสารและการรับรู้เสื่อมสมรรถภาพลง ความสามารถในการจำถดถอย การสื่อในรูปแบบต่าง ๆ เป็นไปอย่างเชื่องช้าและไม่สู้จะสมบูรณ์นัก

2) การแสดงออกทางอารมณ์ การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ของผู้สูงอายุเป็นกลไกเกี่ยวเนื่องกับการสนองความต้องการของจิตใจต่อการเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคม

3) การสร้างวิถีการดำเนินชีวิตของตนเอง การมีอายุมากขึ้น ก็คือการเดินเข้าสู่วัยความตาย การยอมรับต่อสภาวะดังกล่าวของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุพัฒนาวิถีดำเนินชีวิตให้กับตนเอง เป็นโลกใหม่ของวัยสูงอายุ ซึ่งมีลักษณะแตกต่างกันไปตามเหตุผลและความพึงพอใจของแต่ละบุคคล

4) ความสนใจสิ่งแวดล้อม ผู้สูงอายุจะสนใจสิ่งแวดล้อมเฉพาะที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ และตรงกับความสนใจของตนเองเท่านั้น โดยมีอารมณ์เป็นพื้นฐาน

การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ดังกล่าว ผู้สูงอายุจะต้องปรับตัวแบบค่อยเป็นค่อยไป หากปรับตัวไม่ได้ ย่อมจะก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา ปัญหาเหล่านี้จะเป็นเครื่องบั่นทอนสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุบางรายมีความทุกข์ เกิดอาการผิดปกติทางจิตใจได้

1.3.3 การเปลี่ยนแปลงทางสังคม (Social Change) ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมมีส่วนเกี่ยวข้องกับสาเหตุของปัญหาทางกายและทางจิตใจของผู้สูงอายุ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางสังคมของไทยอันเป็นผลกระทบจากภาวะโลกาภิวัตน์ (Globalization) นั้นย่อมส่งผลต่อผู้สูงอายุ ดังนี้

1) การเปลี่ยนแปลงทางสถานภาพ สังคมปัจจุบันได้กีดกันผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านเศรษฐกิจ บทบาทที่เกี่ยวข้องกับงาน ตลอดจนบทบาทในครอบครัว ผู้สูงอายุที่เคยเป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัว เป็นหัวหน้าครอบครัว กลับกลายเป็นผู้พึ่งพาอาศัย เป็นผู้รับมากกว่าผู้ให้ ทำให้ผู้สูงอายุสูญเสียอำนาจและบทบาททางสังคมที่เคยมี โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สูงอายุที่

เกษียณอายุราชการ ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงบทบาทและสถานภาพทางสังคมตามข้อกำหนดของสังคม (เกษมและ กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2528:81)

2) การถูกทอดทิ้ง ผลของการเปลี่ยนแปลงสังคมจากแบบดั้งเดิมไปสู่สังคมสมัยใหม่ทำให้เกิดการขยายตัวหรือการเติบโตของชุมชนเมือง (Urbanization) ระบบการผลิตเปลี่ยนจากเกษตรกรรมเป็นอุตสาหกรรม ทำให้วิถีการดำเนินชีวิตเปลี่ยนไป ผู้สูงอายุที่เป็นภาระไม่สามารถประกอบอาชีพอื่นใด หรือไม่มีคุณค่าทางเศรษฐกิจมักจะถูกทอดทิ้งไว้ข้างหลัง

3) การเสื่อมความเคารพ ในสมัยก่อนผู้สูงอายุได้รับการเคารพนับถือจากผู้อ่อนอาวุโสในฐานะเป็นผู้มีประสบการณ์ ผู้แนะนำสั่งสอน แต่ในปัจจุบันค่านิยมเหล่านี้กำลังเปลี่ยนแปลงไปตามแบบอย่างสังคมตะวันตก ที่ยึดถืออิสระภาพส่วนบุคคล และคิดว่าผู้สูงอายุเป็นคนที่ไม่ทันต่อเหตุการณ์ (behind the time) ซึ่งทำให้เกิดช่องว่างระหว่างวัยขึ้น

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ทำให้ผู้สูงอายุลดบทบาทภาระหน้าที่ทางสังคมลง ต้องออกจากการทำงาน หรือเกษียณอายุ ขณะเดียวกันความสัมพันธ์ต่อสังคมก็จะลดลง ทำให้สูญเสียสถานภาพทางสังคม สูญเสียอำนาจ และเกิดความรู้สึกว่าคุณค่าในตนเองลดลง ไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม ในด้านความสัมพันธ์ของครอบครัว ความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับบุตรหลานจะลดน้อยลง บทบาทในด้านที่เคยเป็นผู้ให้คำปรึกษา การเคารพในผู้อาวุโสจึงลดน้อยลง

2. แนวความคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุงาน (Retirement) เป็นกระบวนการทางสังคมในการประกอบอาชีพที่กำหนดให้บุคคลที่ได้รับการจ้างงานต้องออกจากงาน (สุรกุล เจนอบรม, 2534:52) ซึ่งเป็นภาวะที่บุคคลต้องถอนตัวออกจากงานประจำที่ทำอยู่เมื่ออย่างเข้าสู่วัยหนึ่งแล้ว ซึ่งโดยทั่วไปบุคคลจะมีอายุอยู่ระหว่าง 55-60 ปี การเข้าสู่ภาวะการเกษียณ มิใช่เป็นการสิ้นสุดในการดำเนินชีวิตต่อไป แต่เป็นการเริ่มต้นชีวิตใหม่ ที่แตกต่างไปจากการใช้ชีวิตแบบเดิม เช่น การมีเวลาว่างให้แก่งานอดิเรก การทำงานอาสาสมัครหรือกิจกรรมอื่นตามความสนใจ (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2534: 133)

2.1 ความหมายของการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุนี้นี้มีผู้ให้ความหมายไว้มากมาย ดังต่อไปนี้

ราชบัณฑิตยสถาน (2525:162) ได้ให้ความหมายของการเกษียณอายุว่า หมายถึง การครบกำหนดอายุรับราชการ สิ้นกำหนดเวลารับราชการหรือทำงาน

พิธีสิทธิ์ คำนวณศิลป์ สินี กมลนาวัน และประเสริฐ รักไทยดี (2523:14) ให้ความหมายของการเกษียณอายุว่า คือลักษณะหนึ่งของการช่วยจัดให้เกิดสมดุลระหว่างอุป

สงค์และอุปทานของแรงงาน เป็นการบังคับให้บุคคลออกจากงานวิธีหนึ่ง โดยใช้อายุเป็นเกณฑ์กำหนด

พุนทรพิพย์ จรรยาสุภาพ (2530:4) ให้ความหมายของการเกษียณอายุว่า เป็นการถอนตัวออกมาจากภาวะการหนึ่งไปสู่ภาวะการหนึ่ง เช่น การว่างจากสังคมหรือสิ่งแวดล้อมหนึ่ง ไปสู่อีกสังคมหนึ่ง เป็นการถอนตัวออกจากบทบาทในหน่วยงานเพื่อไปมีบทบาทอีกบทบาทหนึ่งกับครอบครัว หน่วยงานอื่นหรือมีธุรกิจส่วนตัว

ส่วนกุลยา ดันติผลาชีวะ (2524:9) ก็ได้ให้ความหมายของการเกษียณอายุคล้ายกับชูศรี วงษ์เครือวัลย์ (2533:12) ว่า หมายถึง การออกจากตำแหน่งทางสังคมหรือหน้าที่การงานตามอายุ ซึ่งกำหนดตามปฏิทินและมีความแตกต่างกันไปตามสภาพสังคมและวัฒนธรรมของแต่ละประเทศ

ซวาร์ท (Schwartz,1979 อ้างใน จรูญ ทองถาวร,2530:352) ได้กล่าวว่าการเกษียณอายุเป็นการเปลี่ยนแปลงระบบความเป็นอยู่หรือย้ายแผนการดำเนินชีวิตซึ่งปกติมักเกี่ยวข้องกับบทบาท ค่านิยม และความสนใจที่เปลี่ยนแปลงไป

นอกจากนี้เบิร์นไซด์ (Burnside,1981:603) ก็ได้กล่าวถึงการเกษียณอายุคล้ายคลึงกับแอชลีย์ (Atchley,1991:197) ว่าเป็นวงจรชีวิตในการประกอบอาชีพที่อยู่ในช่วงต่ำสุดของการจ้างงาน ความรับผิดชอบต่ออาชีพและโอกาสในการทำงานต่างๆ จะลดต่ำลง การเกษียณอายุเป็นบทบาททางสังคมที่กำหนดให้มีระบบการแทนที่บุคคลตามสิทธิหน้าที่และความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ นอกจากนี้การเกษียณอายุยังเป็นกระบวนการให้แต่ละบุคคลจัดเตรียมชีวิตเพื่อการเริ่มแสวงหา เพื่อการปรับตัวหรือมีกิจกรรมอื่น ๆ หรือแม้แต่การปลีกตัวออกจากสังคม

สำหรับประเทศไทย ตามพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญ การเกษียณอายุ หมายถึง การที่ข้าราชการที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ พ้นจากราชการเมื่อสิ้นปีงบประมาณเมื่อมีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ เนื่องจากถือว่า ผู้ที่มีอายุเกิน 60 ปีขึ้นไป นั้นมักจะมีการเสื่อมสมรรถภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีความต้านทานโรคต่ำ ความคล่องตัวและความคิดอ่านมีจำกัดมากขึ้น ดังนั้นวัยนี้จึงเหมาะที่จะหยุดจากงานที่ต้องใช้กำลังกายและความคิดที่ก่อให้เกิดความเครียด (กุลยา ดันติผลาชีวะ, 2524:46)

จากความหมายของการเกษียณอายุดังกล่าวข้างต้น จึงพอสรุปได้ว่า การเกษียณอายุเป็นกระบวนการทางสังคมที่ทำให้ออกจากตำแหน่งทางสังคมหรือหน้าที่การงานเมื่อถึงอายุที่กำหนดตามกฎหมายของแต่ละประเทศ ดังนั้น การเกษียณอายุราชการของข้าราชการไทยจึงหมายถึง การที่ข้าราชการจะต้องออกจากงานเมื่อมีอายุครบกำหนดเกณฑ์ที่กฎหมายประกาศไว้นั้นคือ 60 ปีบริบูรณ์

2.2 กระบวนการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุเป็นกระบวนการที่บุคคลจะต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ซึ่งสามารถแบ่งได้เป็น 6 ระยะ ดังนี้ (Atchley, 1991:210-211)

1) ระยะก่อนการเกษียณอายุ (Pre-retirement Phase) แบ่งเป็น 2 ช่วงคือ

1.1) ระยะไกล (Remote Phase) ระยะนี้ถือว่าการเกษียณอายุยังอยู่ห่างไกลจากบุคคลมาก อาจจะอยู่ในระยะเริ่มต้นในช่วงวัยทำงานหรือ อาจจะในช่วง 5 ปี ก่อนเกษียณ ซึ่งก็ขึ้นกับแต่ละบุคคล (Kennedy, 1978 อ้างใน ตามพวรรณ แซ่มซ้อย, 2536 : 17; สุรกุล เจนอบรม, 2534:52)

1.2) ระยะใกล้ (Near Phase) ระยะนี้บุคคลจะเริ่มวิตกกังวลต่อการเกษียณอายุที่กำลังใกล้เข้ามา ในระยะนี้ หากบุคคลมีการเตรียมตัวที่จะเกษียณอายุการทำงาน ก็จะมีความพร้อมไม่วิตกกังวลต่อการเกษียณอายุและมีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุด้วย

2) ระยะน้ำผึ้งพระจันทร์ (Honey Moon Phase) เป็นระยะหลังเกษียณใหม่ ๆ ซึ่งไม่ต้องทำงาน มีอิสระทั้งทางด้านเวลาและการทำงาน ระยะนี้เป็นระยะที่มีความสุขที่ได้พักผ่อนจากการทำงาน และสามารถทำในสิ่งที่ตนเองต้องการได้ ซึ่งแต่ละบุคคลจะอยู่ในช่วงเวลาที่แตกต่างกัน บางคนอาจอยู่ในระยะนี้ได้ถึง 1-5 ปี ขณะที่บางคนอาจน้อยกว่า 1 ปี ก็ได้

3) ระยะรู้ความจริง (Disenchantment Phase) เป็นระยะที่บุคคลเริ่มเบื่อหน่ายรู้สึกเหงา ขาดเพื่อน และหงุดหงิดง่าย เกิดความรู้สึกไม่พอใจต่อชีวิตที่ดำเนินอยู่

4) ระยะไคร่ครวญ (Re-orientation phase) เป็นระยะของการพิจารณาถึงความจริงทั้งหลายเพื่อเลือกทางที่พอใจในการนำไปปรับปรุงหรือการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงแบบแผนการดำเนินชีวิตประจำวันหลังเกษียณ ระยะนี้เป็นระยะที่มีการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นหลังเกษียณ

5) ระยะคงที่ (Stabilization Phase) เป็นระยะที่บุคคลสามารถปรับตัวได้ มีความเข้าใจในบทบาทของตน และเคยชินต่อการดำเนินชีวิตหลังเกษียณ ซึ่งบางคนก็สามารถเข้าสู่ระยะนี้ได้เลยหลังจากผ่านระยะน้ำผึ้งพระจันทร์ (Honey Moon Phase) ถ้าหากมีการเตรียมการก่อนการเกษียณที่ดี แต่บางคนที่ไม่ได้เตรียมการก่อนเกษียณ หรือเตรียมไม่ได้ ก็อาจไม่สามารถเข้าสู่ระยะนี้ได้

6) ระยะสิ้นสุด (Termination Phase) เป็นระยะสุดท้ายของการดำเนินชีวิต ซึ่งในระยะนี้ผู้สูงอายุไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ ต้องพึ่งพาผู้อื่น ระยะนี้รวมไปถึงสภาวะสุดท้ายของการมีชีวิตด้วย

กระบวนการเกษียณอายุจะช้าหรือเร็วขึ้นขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลซึ่งแตกต่างกัน ขณะเดียวกันระยะเวลาในแต่ละระยะของการเกษียณก็จะไม่เท่ากันด้วย บางคนอาจไม่มีระยะที่ 3 และระยะที่ 4 เลย หรือมีน้อยมาก ทั้งนี้ก็ขึ้นกับการปรับตัวของแต่ละบุคคล ซึ่งกระบวนการที่สามารถช่วยได้ ก็คือ การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุนั่นเอง

นอกจากนี้กระบวนการเกษียณอายุยังก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในชีวิตของผู้เกษียณอีกด้วยซึ่ง ชานาส (Shanas, 1972 อ้างในกนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ, 2527:30) ได้กล่าวถึง การเปลี่ยนแปลงในชีวิตเมื่อบุคคลต้องเกษียณอายุว่า มีการเปลี่ยนแปลงใน 2 ลักษณะ คือ

1) การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสังคม (Social Structure) ซึ่งจะเป็นการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับอาชีพและรายได้ เนื่องจากต้องออกจากงาน ทำให้รายได้ที่เคยได้รับลดน้อยลง และโอกาสที่จะไปสมัครงานทำใหม่ลดลง ทำให้ผู้เกษียณอายุงานกลายเป็นผู้ว่างจากงานอาชีพ เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านการดำเนินชีวิต เนื่องจากรายได้ลดน้อยลง

2) การเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยาสังคม (Social Psychological) ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงบทบาททางสังคม ด้านโอกาสของการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ มโนทัศน์ต่อตนเอง และสถานภาพทางสุขภาพ กล่าวคือ

2.1) บทบาททางสังคม ผู้เกษียณอายุงานจะมีการเปลี่ยนแปลงบทบาททางสังคมจากเดิมที่เคยเป็นผู้ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงาน มีเกียรติเป็นที่ยกย่องจากเพื่อนร่วมงาน เมื่อเกษียณอายุงาน บทบาทเดิม จะถูกเปลี่ยนแปลงไปเป็นบุคคลธรรมดาที่ไม่มีฐานะตำแหน่งทางสังคมหรืออำนาจหน้าที่ใด ๆ

2.2) โอกาสของการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ มีการเปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากผู้เกษียณอายุงานหลังจากเกษียณนั้น จะมีโอกาสติดต่อกับสังคมภายนอกลดน้อยลง ทำให้โอกาสของการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ลดน้อยลง

2.3) มโนทัศน์ต่อตนเอง (Self Conception) อาจมีการเปลี่ยนแปลงในผู้เกษียณอายุที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเกษียณอายุ หรือผู้ที่ไม่ยอมรับสภาพความเป็นจริงของการเกษียณอายุ ซึ่งจะก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองด้อยคุณค่า ไม่มีประโยชน์และเป็นปัญหาต่อบุคคลอื่น

2.4) ด้านสถานภาพสุขภาพ จะมีการเปลี่ยนแปลงไปตามวัย ซึ่งการยอมรับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย หรือการยอมรับความสามารถที่มีขีดจำกัดของตนเองรวมถึงการปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานภาพของสุขภาพได้มากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นกับแต่ละบุคคลซึ่งแตกต่างกัน

สุขใจ น้ำพุต (2535:73-75) มีแนวคิดสอดคล้องกับบรรลุ ศิริพานิช (2539:89-90) ว่าการเกษียณอายุทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ดังนี้

1) รายได้และการใช้จ่าย เมื่อบุคคลต้องเกษียณอายุ รายได้หลักที่เคยได้รับการทำงานจะหมดไป รายได้ที่มีอยู่บ้างก็จากเงินออมที่สะสมไว้ เงินบำเหน็จบำนาญ หรือจากการทำงานพิเศษหลังเกษียณหรืองานอดิเรกที่มีรายได้ ส่วนด้านค่าใช้จ่ายนั้น โดยทั่วไปก็จะเป็นการใช้จ่ายในการรักษาสุขภาพและรายจ่ายเพื่อการเที่ยวพักผ่อนและเข้ากิจกรรมในสังคมเป็นส่วนใหญ่

2) เวลา เมื่อเกษียณอายุงานจะทำให้มีเวลาว่างมากขึ้น ถ้าปล่อยเวลาให้ล่วงเลยไปโดยเปล่าประโยชน์ ก็อาจก่อให้เกิดความสูญเสียทั้งโอกาสและรายได้ ซึ่งอาจมีผลกระทบต่อสุขภาพจิตด้วย ดังนั้น จึงอาจใช้เวลาที่มีอยู่ทำในสิ่งที่มีประโยชน์เพื่อลดความเหงาและความวิตกกังวลได้ เช่น งานอดิเรก ซึ่งให้ทั้งความเพลิดเพลินและรายได้ ตลอดจนการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคมต่าง ๆ อาทิ งานสาธารณกุศล หรือการท่องเที่ยวทัศนอาจร เป็นต้น

3) ภาวะจิตใจ การปลดเกษียณ มักเป็นสาเหตุอันสำคัญที่ทำให้บุคคลได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจอย่างรุนแรง สาเหตุเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคมอย่างฉับพลัน ทำให้มีเวลาว่างมากขึ้นพร้อม ๆ กับรายได้ที่ลดลง ขณะเดียวกันก็รู้สึกว่าคุณค่าและศักดิ์ศรีของตนเองลดลงทำให้ขาดการร่วมสังคมกับเพื่อนร่วมงาน และมีผลกระทบต่อคู่สมรสด้วย (สมบัติ ตาปัญญา, 2529:49-50) แต่ในทางกลับกันหากสังคมยังให้ความสำคัญและยอมรับโดยเชื่อในวัยวุฒิ ความสามารถ ประสบการณ์และฐานะการเงิน ซึ่งอาจเชื่อให้เป็นที่ปรึกษาอาวุโส หรือที่ปรึกษาพิเศษในองค์กรต่าง ๆ แล้ว ก็จะทำให้ผู้เกษียณรู้สึกว่ามีคุณค่ามากยิ่งขึ้นซึ่งถือว่าการเกษียณได้ส่งผลดีต่อสุขภาพจิตนั่นเอง หากสุขภาพจิตดีแล้วย่อมส่งผลดีต่อสุขภาพด้วย อันเป็นการประหยัดค่ารักษาพยาบาล ดังนั้น ในวัยปลดเกษียณ การสร้างสภาวะจิตใจที่ดีจึงเป็นสิ่งสำคัญซึ่งบุคคลควรตระหนักถึงคุณค่าของตนเอง

4) สุขภาพ ผู้เกษียณอายุถือว่าอยู่ในวัยสูงอายุซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติที่ร่างกายย่อมทรุดโทรมลง ทำให้ไม่สามารถทำงานได้เหมือนเดิม ขณะเดียวกันโรคภัยไข้เจ็บก็มักจะตามมา ดังนั้น ควรจะรู้จักรักษาสุขภาพให้ดี อาทิ การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารและการพักผ่อน เป็นต้น

3. แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ

3.1 ปัญหาและผลกระทบจากการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุงาน เป็นการกำหนดเกณฑ์อายุเพื่อให้บุคคลออกจากงาน หากเป็นหน่วยราชการจะเรียกว่า การเกษียณอายุราชการ ซึ่งในประเทศไทยมักใช้เกณฑ์อายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ สำหรับในหน่วยงานเอกชน จะเรียกว่า เกษียณอายุงาน ซึ่งจะใช้เกณฑ์อายุเท่าใดก็แล้วแต่ดุลยพินิจของหน่วยงานนั้น ๆ การเกษียณอายุนี้นับว่าบุคคลจะทราบล่วงหน้าก็ตามแต่ก็มักจะก่อให้เกิดผลกระทบต่อตัวผู้เกษียณในหลาย ๆ ด้าน ซึ่งล้วนแต่มีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้เกษียณอายุทั้งสิ้น

การเกษียณอายุ เป็นวิกฤตการณ์อย่างหนึ่งที่เป็นปัญหาและมีผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่และจิตใจของผู้เกษียณ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีอาชีพทำงานประจำ เช่น ข้าราชการ (Schwartz, 1979 อ้างในจรูญ ทองदार, 2530:352) ซึ่งต้องเผชิญกับการสูญเสียบทบาทการทำงานและสูญเสียรายได้ นอกเหนือจากการเปลี่ยนแปลงของสุขภาพและการสูญเสียชีวิตคู่

(Atchley, 1976:111) เนื่องจากการเกษียณอายุนั้นทำให้เกิดการสูญเสียบทบาทที่สำคัญของชีวิตไปอย่างหนึ่ง ทำให้ผู้เกษียณมีความเครียดทางจิตใจที่ต้องรับกับสภาพการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น การขาดการพบปะกับเพื่อนร่วมงาน การสูญเสียอำนาจหน้าที่และบทบาทในสังคม การมีสถานภาพทางสังคมที่ต่ำลง การมีรายได้ที่ลดลงและมีเวลาว่างมาก ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ได้สร้างความหดหู่และเศร้าใจแก่ตัวผู้เกษียณเป็นอย่างมาก (เกษมและกุลยา ตันติผลาชีวะ, 2528: 11-12; สมศรี กันธมาลา, 2529:23) เนื่องจากก่อนที่บุคคลจะเกษียณอายุมักจะมีภาระตำแหน่งหน้าที่การทำงานที่มั่นคงอยู่ในระดับค่อนข้างสูง เมื่อต้องออกจากงานก็จะรู้สึกว้ากัตติศรีลดลง รู้สึกอาย เสียหน้า ไร้สมรรถภาพ ว้าเหวและเศร้าซึม นอกจากนี้ยังเป็นองค์ประกอบหนึ่งของบุคลิกภาพ การออกจากงาน จึงเท่ากับว่าได้สูญเสียบุคลิกภาพของตนไป โดยเฉพาะบุคคลที่ให้ความสำคัญแก่งานมากและคิดว่างานให้ความสุขความพอใจแก่ตนเอง บุคคลนั้นก็จะไม่ยอมรับสภาพการเกษียณอายุงาน (อัมพล สุพันธ์คำ, 2531:15) จากผลการวิจัยของฮุกเกอร์และเวนทิส (Hooker and Ventis, 1984 Quoted in Hooyman and Kiyak, 1988:132) ได้ให้การสนับสนุนทัศนะที่ว่าผู้เกษียณอายุที่ให้คุณค่าแก่การทำงานสูงจะมีความพึงพอใจในชีวิตน้อยกว่าผู้เกษียณอายุที่ให้คุณค่าแก่การทำงานต่ำ ซึ่งอธิบายได้ว่า บุคคลที่คิดว่างานเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิตจะไม่ยอมรับการเกษียณอายุ เมื่อต้องเกษียณอายุเพราะถูกบังคับจากกฎเกณฑ์ของสังคม จึงเกิดความไม่พอใจกับสภาพของตนเองภายหลังการเกษียณอายุ มีความรู้สึกต่อต้าน ในทางตรงข้าม บุคคลที่ไม่ยึดมั่นอยู่กับงานจนเกินไป จะยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงหลังการเกษียณอายุได้ง่ายกว่า

วิจิตร บุญยะโทตระ (2533:9-13) ได้กล่าวถึงปัญหาของผู้เกษียณอายุ ซึ่งถือว่าเป็นวิกฤติการณ์อันร้ายแรงที่ผู้เกษียณอายุจะต้องเผชิญ โดยถือว่าเป็นอันตราย 3 ประการของผู้เกษียณ คือ ปัญหาด้านสุขภาพอนามัย ปัญหาด้านเศรษฐกิจ และปัญหาด้านสังคมและจิตวิทยา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของทองใบ หงษ์เวียงจันทร์ (2532:29) สุขใจ น้ำมุด (2529:28) และธีรยุทธ หัสนะ (2530:3) ที่ได้กล่าวถึงปัญหาของผู้เกษียณอายุในด้านต่าง ๆ ดังนี้ คือ

1) ปัญหาด้านสุขภาพอนามัย ซึ่งเกิดขึ้นจากการเกษียณอายุ ทำให้ระบบแบบแผนของชีวิตเปลี่ยนแปลง ไม่มีกำหนดการทำงานที่แน่นอน ทำให้บุคคลเกิดความไม่สบายใจ ซึ่งจะเป็นอันตรายต่อสุขภาพจิตและก่อให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ อีกสาเหตุหนึ่งเกิดจากความรู้สึกต่อต้านการเกษียณอายุ ซึ่งอาจนำไปสู่ความเจ็บป่วยทางร่างกายได้ นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงบทบาทและสถานภาพทางสังคม ทำให้ขาดการติดต่อสังสรรค์กับบุคคลอื่นในวงการทำงาน ซึ่งส่งผลต่อจิตใจทำให้มีจิตใจเศร้าหมองและส่งผลกระทบต่อร่างกายได้ในที่สุด

2) ปัญหาด้านเศรษฐกิจ การเกษียณอายุทำให้รายได้ลดลง ขณะเดียวกันหากผู้เกษียณมีภาระรับผิดชอบต่อครอบครัว หรือไม่สามารถปรับตัวให้เหมาะสมกับรายได้ที่ลดลงได้ ย่อมเกิดปัญหาด้านเศรษฐกิจ นอกจากนี้ อาจเกิดปัญหาเรื่องที่อยู่อาศัย และปัญหาการทำงาน

หลังเกษียณอายุได้ หากไม่มีการเตรียมตัวในด้านรายได้ และการใช้จ่าย ตลอดจนที่อยู่อาศัยมาก่อน

3) ปัญหาทางด้านสังคมและจิตวิทยา จะพบว่าเมื่อเกษียณอายุแล้ว บทบาทและสถานภาพของบุคคลย่อมเปลี่ยนแปลงไป มีเวลาว่างมากขึ้น ทำให้บุคคลมีความรู้สึกว่าเป็นผู้ไร้ประโยชน์ ไม่มีคุณค่า ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพจิตได้ สำหรับปัญหาด้านจิตวิทยานั้นมักพบว่าผู้เกษียณนั้นจะได้รับการเคารพยกย่องน้อยลง การติดต่อกับบุคคลอื่นลดลง ถ้าผู้สูงอายุไม่ได้เตรียมตัวเตรียมใจไว้ล่วงหน้า มักจะเกิดปัญหาด้าน มโนทัศน์ ต่อดตนเอง (Self-Concept) และต่อสังคมได้

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าปัญหาอันเกิดจากการเกษียณอายุมีมากมาย ซึ่งล้วนแล้วแต่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้เกษียณได้ทั้งสิ้น พาลมอร์ (Palmore, 1984:109) ได้กล่าวถึงผลกระทบที่เกิดจากการเกษียณในทำนองเดียวกันกับแอชลีย์ (Atchley, 1991:212-215) ว่า ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของรายได้ สุขภาพ กิจกรรมในสังคมและทัศนคติต่อการเกษียณอายุ นอกจากนี้ บรรลุ ศิริพานิช (2539:89-90) ก็ได้กล่าวถึงผลกระทบต่อสุขภาพเมื่อเกษียณอายุว่า การเกษียณอายุมีผลกระทบต่อจิตใจค่อนข้างมาก เพราะการเกษียณทำให้รายได้ลดลงและทำให้การดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงเนื่องจากต้องออกจากงานเดิม บทบาทในสังคมถูกจำกัดลง ทำให้รู้สึกว่าด้อยคุณค่า ขณะเดียวกันสมรรถภาพทางกายก็เสื่อมโทรมลง หากไม่สามารถปรับตัวได้ ก็อาจทำให้เกิดอาการผิดปกติทางจิตใจและอารมณ์ได้ อาทิ ความวิตกกังวล หวาดระแวง เหงาและว้าเหว่ เป็นต้น

สุรกุล เจนอบรม (2534:57-58) ได้กล่าวถึงผลกระทบของการเกษียณอายุงานที่มีต่อการดำเนินชีวิตของผู้เกษียณ ดังนี้ คือ

1) ผลกระทบด้านร่างกาย เนื่องจากผู้เกษียณเป็นผู้สูงอายุ ซึ่งโดยธรรมชาติจะมีการเปลี่ยนแปลงและการเสื่อมโทรมของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย หากผู้เกษียณอายุไม่สามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จะทำให้เกิดผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต โดยทำให้เกิดความไม่พึงพอใจในชีวิต ซึ่งจากผลการวิจัยของ กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527) พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี จะมีการปรับตัวได้ดีด้วย ซึ่งจะเห็นได้ว่าสถานภาพทางสุขภาพนั้นเป็นตัวแปรที่สำคัญที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณด้วย

2) ผลกระทบด้านจิตใจ จะเห็นว่าการเกษียณอายุราชการนั้นมีผลกระทบด้านจิตใจของผู้เกษียณเป็นอย่างมาก ผู้เกษียณอายุงานอาจมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเกษียณอายุ เนื่องจากผลจากการเกษียณนั้น อาจก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงดังนี้ (สมบัติ ดาปัญญา, 2529:49; บรรลุ ศิริพานิช, 2539:89-90)

2.1) การเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลันของกิจวัตรประจำวันหรือกิจกรรมที่เคยปฏิบัติเป็นประจำในแต่ละวัน ทำให้มีเวลาว่างมากขึ้น ประกอบกับการลดลงของกิจกรรมต่างๆ ในสังคมด้วย

2.2) การเปลี่ยนแปลงในอาชีพและรายได้ เนื่องจากการเกษียณทำให้รายได้ลดลง

2.3) การสูญเสียสถานภาพทางสังคมและตำแหน่งหน้าที่การงาน การได้รับการยอมรับ การได้รับความเคารพยกย่องจากผู้ร่วมงาน ผู้ใต้บังคับบัญชาหรือบุคคลอื่นในสังคมลดลงอย่างทันที ทำให้ผู้เกษียณอายุราชการเกิดความรู้สึกว่าคุณค่าและศักดิ์ศรีของตนเองลดลง

2.4) ผลกระทบต่อความสัมพันธ์กับคู่ชีวิต และสมาชิกในครอบครัว เนื่องจากผู้เกษียณอายุราชการมีเวลาอยู่บ้านมากขึ้น ทำให้มีบทบาทหรือมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของครอบครัวมากขึ้น คู่ชีวิตหรือสมาชิกในครอบครัวอาจรู้สึกไม่ชิน เกิดอารมณ์หงุดหงิดหรือไม่สบายใจได้

3) ผลกระทบด้านสังคม การเกษียณอายุงาน เป็นการถอนบทบาททางสังคมภายนอก ทำให้ผู้เกษียณอายุมีเวลาว่างมากและมีสังคมเฉพาะภายในบ้าน ขาดการพบปะกับเพื่อนร่วมงาน บทบาททางสังคม และอำนาจต่างๆ ที่เคยมีก็หมดลง ส่งผลต่อปัญหาด้านจิตใจ ทำให้เกิดความเหงาและว้าเหว่ ซึ่งหากไม่มีบทบาทใหม่มาทดแทน จะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจต่อชีวิตได้

4) ผลกระทบด้านเศรษฐกิจ เมื่อเกษียณอายุงานจะทำให้รายได้ลดลง ขณะเดียวกันรายจ่ายเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่เสื่อมลงก็จะเพิ่มขึ้น ทำให้ประสบปัญหาทางเศรษฐกิจได้

กล่าวโดยสรุปจะเห็นได้ว่า การเกษียณอายุนั้นได้ก่อให้เกิดปัญหาและผลกระทบต่อตัวผู้เกษียณเป็นอย่างมาก ในด้านอัตตมโนทัศน์ ผู้เกษียณจะรู้สึกว่าตนเองด้อยคุณภาพ ไม่มีความสำคัญ ไม่มีประโยชน์ต่อสังคมเพราะไม่ได้ประกอบอาชีพ ในด้านจิตใจทำให้รู้สึกเหงา ว้าเหว่ เศร้าซึม เพราะขาดเพื่อน ขาดการทำงานซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ในด้านสังคม ผู้เกษียณจะถูกเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่และสถานภาพทางสังคม ซึ่งบางคนอาจเคยมีสถานภาพทางสังคมสูง เมื่อเกษียณแล้ว ก็จะกลายเป็นบุคคลธรรมดา ในทางเศรษฐกิจมักจะมีผลกระทบเนื่องจากมีรายได้ที่ต่ำลง เกิดการเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิต สำหรับในด้านสุขภาพนั้นก็มักเกิดผลกระทบจากปัญหาด้านจิตใจและด้านสังคม เมื่อมีปัญหาด้านจิตใจก็จะส่งผลให้สุขภาพเสื่อมโทรมเร็วยิ่งขึ้น นอกจากจะก่อให้เกิดปัญหาและผลกระทบต่อตัวบุคคลแล้ว การเกษียณอายุยังอาจส่งผลกระทบต่อหน่วยงานได้อีกด้วย ดังจะเห็นได้จากการที่บุคลากรที่ใกล้เกษียณอายุ มักขาดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ขาดความกระตือรือร้นในการทำงานส่งผลให้งานด้อยประสิทธิภาพได้ (วีระ สุเมธพันธ์, 2525:67) นอกจากนี้ ยังส่งผลกระทบต่อครอบครัวและบุคคลที่ใกล้ชิดอีกด้วย ดังนั้นหากผู้เกษียณอายุราชการได้มีการเตรียมตัวล่วงหน้าเป็นอย่างดีตั้งแต่ก่อนเกษียณก็

จะช่วยลดความรู้สึกสูญเสีย สามารถแสดงบทบาทได้อย่างเหมาะสม และช่วยในการปรับตัวภายหลังการเกษียณได้ (ฉัตรตริยา นาคเกษม, 2538:24) ซึ่งส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตหลังเกษียณอายุงานได้อีกด้วย (Diekelmann, 1978 Quoted in Stone et al., 1987:691)

3.2 การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

การเกษียณอายุ (Retirement) เป็นภาวะของการเปลี่ยนบทบาทการดำเนินชีวิต ซึ่งอาจกลายเป็นวิกฤตการณ์ที่ทำให้เกิดปัญหาและผลกระทบอย่างมากมายต่อผู้เกษียณ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจและสังคม โดยเฉพาะผู้ที่มีอาชีพทำงานประจำ เช่น ข้าราชการ ดังนั้นหากมีการส่งเสริมให้ผู้เกษียณได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ก็จะช่วยให้ผู้เกษียณสามารถปรับตัวภายหลังเกษียณได้เป็นอย่างดี (Eyde and Rich, 1983:216) มีความพร้อมและมีความพึงพอใจในชีวิต (วิจิตร บุญยะโหดระ, 2535:49) และประสบผลสำเร็จในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณ (Stone et al., 1987:691) ซึ่งจากผลการศึกษาของศิริวรรณ สิ้นไชย (2531) ช่อทิพย์ บุญญานันท์ (2534) เบญจมา เลาหพุนรังษี (2534) และตามพวรรณ แซ่มชัย (2536) นั้นสอดคล้องกับแอชลีย์ (Atchley, 1991:188) และไดเคิลแมน (Diekelmann, 1978 Quoted in Stone et al., 1987 : 691) ที่พบว่า ผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณนั้นจะสามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณได้ดีกว่าผู้ที่ไม่มีการเตรียมตัว ดังนั้นผู้ที่ประกอบอาชีพที่ต้องมีการเกษียณอายุ เช่น ข้าราชการ จึงควรให้ความสนใจต่อการเตรียมรับสภาพการเกษียณอายุ เพื่อการดำรงชีวิตที่เป็นสุขภายหลังเกษียณ การเตรียมตัวที่ดีจะมีส่วนช่วยให้บุคคลปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของชีวิตภายหลังเกษียณอายุได้ง่ายขึ้น (เกษมและกุลยา ตันติผลาชีวะ, 2528:10) หากมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณยิ่งเร็วเท่าไรก็ยิ่งดีเท่านั้น (Leedy and Wynbrandt, 1987:187) ซึ่งมีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุไว้มากมายดังรายละเอียดต่อไปนี้

แอชลีย์ (Atchley, 1981: 601-611) ได้กล่าวว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ควรมีการเตรียม 2 ระยะ ดังนี้ คือ

1) ระยะไกล (Remote phase) ระยะนี้การเกษียณอายุยังอยู่ห่างไกลจากบุคคลมาก การเตรียมตัวในระยะนี้สามารถเริ่มได้ตั้งแต่ตอนต้นก่อนวัยทำงาน หรือเริ่มเมื่อวัยทำงาน สิ่งที่จะเตรียมในระยะนี้ ได้แก่

1.1) การเงิน ซึ่งจำเป็นต้องมีการเตรียมในระยะยาว โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มบุคคลที่ต้องการมีชีวิตอยู่ในสังคมชั้นสูง เหมือนวัยทำงาน จะต้องมีการวางแผนด้านการเงินที่ดี

1.2) การใช้เวลาว่าง ควรใช้เวลาว่างในการศึกษาค้นคว้าทางวิชาการต่าง ๆ ขณะเดียวกัน ควรแสวงหาความรู้ โดยเลือกและพัฒนาทักษะอยู่เสมอ ซึ่งอาจเข้าไปมีส่วนร่วมในสมาคมหรือกลุ่มต่าง ๆ ได้ตั้งแต่ยังหนุ่มสาว เนื่องจากมีโอกาสและง่ายต่อการแสวงหามากกว่าวัยสูงอายุแล้ว

จะช่วยลดความรู้สึกสูญเสีย สามารถแสดงบทบาทได้อย่างเหมาะสม และช่วยในการปรับตัวภายหลังการเกษียณได้ (ฉัตรตริยา นาคเกษม, 2538:24)ซึ่งส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตหลังเกษียณอายุงานได้อีกด้วย (Dickelmann,1978Quoted in Stone et al., 1987:691)

3.2 การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

การเกษียณอายุ (Retirement) เป็นภาวะของการเปลี่ยนบทบาทการดำเนินชีวิตซึ่งอาจกลายเป็นวิกฤตการณ์ที่ทำให้เกิดปัญหาและผลกระทบอย่างมากมายต่อผู้เกษียณ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจและสังคม โดยเฉพาะผู้ที่มีอาชีพทำงานประจำ เช่น ข้าราชการ ดังนั้นหากมีการส่งเสริมให้ผู้เกษียณได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ก็จะช่วยให้ผู้เกษียณสามารถปรับตัวภายหลังเกษียณได้เป็นอย่างดี (Eyde and Rich,1983:216) มีความพร้อมและมีความพึงพอใจในชีวิต (วิจิตร บุญยะโทตระ,2535:49) และประสบผลสำเร็จในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณ (Stone et al., 1987:691) ซึ่งจากผลการศึกษาของศิริวรรณ ลินไชย (2531) ช่อทิพย์ บุญญานันท์ (2534) เบญจมา เลหาพูนรังษี (2534) และตามพวรรณ แซ่มซ้อย (2536) นั้นสอดคล้องกับแอชลีย์ (Atchley,1991:188) และไดเคิลแมน (Diekelmann,1978 Quoted in Stone et al.,1987 : 691) ที่พบว่า ผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณนั้นจะสามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณได้ดีกว่าผู้ที่ไม่มีการเตรียมตัว ดังนั้นผู้ที่ประกอบอาชีพที่ต้องมีการเกษียณอายุ เช่น ข้าราชการ จึงควรให้ความสนใจต่อการเตรียมรับสภาพการเกษียณอายุ เพื่อการดำรงชีวิตที่เป็นสุขภายหลังเกษียณ การเตรียมตัวที่ดีจะมีส่วนช่วยให้บุคคลปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของชีวิตภายหลังเกษียณอายุได้ง่ายขึ้น (เกษมและกุลยา ตันติผลาชีวะ,2528:10) หากมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณยิ่งเร็วเท่าไรก็ยิ่งดีเท่านั้น(Leedy and Wynbrandt,1987:187) ซึ่งมีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุไว้มากมายดังรายละเอียดต่อไปนี้

แอชลีย์ (Atchley, 1981: 601-611) ได้กล่าวว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ควรมีการเตรียม 2 ระยะ ดังนี้ คือ

1) ระยะไกล (Remote phase) ระยะนี้การเกษียณอายุยังอยู่ห่างไกลจากบุคคลมาก การเตรียมตัวในระยะนี้สามารถเริ่มได้ตั้งแต่ตอนต้นก่อนวัยทำงาน หรือเริ่มเมื่อวัยทำงาน สิ่งที่จะเตรียมในระยะนี้ ได้แก่

1.1) การเงิน ซึ่งจำเป็นต้องมีการเตรียมในระยะยาว โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มบุคคลที่ต้องการมีชีวิตอยู่ในสังคมชั้นสูง เหมือนวัยทำงาน จะต้องมีการวางแผนด้านการเงินที่ดี

1.2) การใช้เวลาว่าง ควรใช้เวลาว่างในการศึกษาค้นคว้าทางวิชาการต่าง ๆ ขณะเดียวกัน ควรแสวงหาความรู้ โดยเลือกและพัฒนาทักษะอยู่เสมอ ซึ่งอาจเข้าไปมีส่วนร่วมในสมาคมหรือกลุ่มต่าง ๆ ได้ตั้งแต่ยังหนุ่มสาว เนื่องจากมีโอกาสและง่ายต่อการแสวงหามากกว่าวัยสูงอายุแล้ว

1.3) การดูแลรักษาสุขภาพ ควรจะมีการดูแลรักษาสุขภาพให้ดีตั้งแต่วัยหนุ่มสาวเพื่อที่จะส่งผลต่อการมีสุขภาพที่ดีในวัยเกษียณอายุ หากไม่ดูแลรักษาสุขภาพให้ดีตั้งแต่วัยหนุ่มสาว ก็ย่อมที่จะทำให้สุขภาพในวัยเกษียณไม่ดีตามไปด้วย

2) ระยะใกล้ (Near phase) ระยะนี้บุคคลจะเริ่มวิตกกังวลต่อการเกษียณอายุที่กำลังใกล้เข้ามา ดังนั้นบุคคลควรเตรียมพร้อมในด้านต่าง ๆ ดังนี้

2.1) ด้านจิตใจ โดยจะต้องพยายามยอมรับกฎเกณฑ์ของสังคมที่กำหนดไว้และไม่วิตกกังวลกับการเกษียณจนเกินไป

2.2) ด้านทัศนคติต่อการเกษียณอายุ หากบุคคลได้มีการวางแผนการเกษียณอายุในระยะไกลมาอย่างดี ก็จะไม่เกิดทัศนคติในด้านลบต่อการเกษียณอายุ ดังนั้นการจัดโครงการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุก็จะสามารถช่วยในด้านจิตใจและพัฒนาทัศนคติได้แต่ไม่สามารถช่วยเหลือด้านการเงินแก่ผู้เกษียณอายุได้

วิจิตร บุญยะโทระ (2533: 30) ได้เสนอแนะว่าการวางแผนการเกษียณอายุควรจะได้ทำล่วงหน้านาน ๆ เช่น 10 ปีก่อนเกษียณอายุ การวางแผนล่วงหน้าทำให้เกิดความคุ้นเคยกับแนวคิดในการเกษียณอายุ และมีเวลาวางแผนได้อย่างรัดกุมยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านการเงิน สุขภาพและการใช้เวลาว่าง ซึ่งสอดคล้องกับเกษม และกุลยา ตันติผลาชีวะ (2528:13) ที่ได้แนะนำให้บุคคลมีการเตรียมตัวสำหรับการเกษียณอายุในด้านการเงิน เตรียมการรักษาสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร การพักผ่อนและการตรวจสุขภาพ เตรียมการดูแลรักษาสุขภาพจิต เตรียมการปรับตัวเข้ากับครอบครัว เตรียมการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้านและเตรียมหางานอดิเรกทำ ซึ่งหากมีการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยเกษียณอายุแต่เนิ่น ๆ เช่น ในช่วงมีอายุระหว่าง 40-60 ปี แล้ว ก็จะสามารถใช้ชีวิตในยามชราได้อย่างผาสุก (กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2524 : 9) และจากผลงานการวิจัยของเคอร์แวน (Kirwan, 1993:1435) ก็ให้การสนับสนุนทัศนะดังกล่าวนี้ โดยเห็นว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุนั้นมีความสำคัญมาก ควรเริ่มตั้งแต่เนิ่น ๆ โดยเฉพาะ การวางแผนเกี่ยวกับการเงิน สุขภาพ และการใช้เวลาว่าง ขณะเดียวกัน สมบูรณ์ ศาลยาชีวิน (2526:56-57) ก็ได้ให้ข้อคิดเห็นว่าประมาณ 5 ปีสุดท้ายของวัยกลางคน ผู้ใหญ่จะมีความวิตกกังวลกับชีวิตตอนออกจากงาน จะขาดการสังสรรค์สมาคมกับเพื่อนร่วมงาน มีความรู้สึกไม่มีค่าในตัวเอง รายได้ก็ลดลง ดังนั้น ควรมีการเตรียมตัวสำหรับเกษียณไว้ล่วงหน้า จะช่วยให้ทัศนคติดีขึ้น ซึ่งการเตรียมตัวก่อนเกษียณดังกล่าว ควรมีการวางแผนในด้านการเงิน การดำรงชีวิตหลังเกษียณ ตลอดจนด้านงานอดิเรก กิจกรรมในสังคมรวมถึงสุขภาพด้วย

ชลอ ธรรมศิริ (2536:9-11) ได้ให้ทัศนะว่า ก่อนเกษียณ 3 ปี ควรเตรียมตัวในเรื่องที่อยู่อาศัย การเงิน สุขภาพอนามัยและด้านอารมณ์ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ภักทรพร สุขบุษย (2531:16) และผลการวิจัยของนิวัติ กลิ่นงาม (2532) ที่พบว่า การวางแผนชีวิตและการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ นั้น มีความจำเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะการรักษาสุขภาพให้แข็งแรง การออกกำลังกาย การตรวจสุขภาพ การเลือกรับประทานอาหาร และสะสมทรัพย์สินไว้ใช้ในยาม

ชรา การทำงานหนักเพื่ออนาคต การจัดเตรียมที่อยู่อาศัย และวางแผนว่าจะอยู่กับใคร ควรเตรียมตัวด้านงานอดิเรก การทำงานเพื่อสังคมและเตรียมด้านจิตใจ ซึ่งอาจทำได้โดยการเข้าวัด ฟังธรรมะ และทำใจยอมรับสิ่งต่าง ๆ เป็นต้น

บรรลุ ศิริพานิช (2531:97-98) ได้กล่าวถึง ความจำเป็นในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุงาน เพื่อให้สามารถปรับตัวให้เข้ากับวิถีชีวิตภายหลังเกษียณ โดยสรุปว่าต้องเตรียมในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1) เตรียมสุขภาพร่างกายและจิตใจ โดยหาความรู้เรื่องสุขศึกษา มีการตรวจเช็คร่างกายตามกำหนดเวลา หาความรู้เรื่องโภชนาการ มีการออกกำลังกาย และเตรียมสุขภาพจิต โดยการหาตำราแนวทางการเกษียณอายุมาอ่านและทำความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงของชีวิต

2) เตรียมเรื่องการเงินและทรัพย์สิน โดยการทำงานประมาณ รายรับ-รายจ่าย เป็นปีตลอดปี หรือการทำพินัยกรรมในรายที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี

3) เตรียมบ้านที่อยู่อาศัย

4) เตรียมเรื่องงานอาชีพและงานอดิเรกภายหลังการเกษียณอายุงาน

จรรยา เสียงเสนาะ (2527:36-38) ยรรยงค์ ศุภรัตน์ (2521:23) และศรีนัย ดำริสุข (2525:23) มีแนวคิดที่คล้ายคลึงกันว่า บุคคลควรเตรียมตัวสำหรับการเกษียณอายุไว้ล่วงหน้า โดยการเตรียมหาความรู้เรื่องสันตนาการและเตรียมหากิจกรรมต่าง ๆ ในสังคม เพื่อวางแผนด้านการใช้เวลาว่างภายหลังเกษียณ นอกจากนี้ ควรเตรียมสะสมเงิน เตรียมการวางแผนการใช้ชีวิตในครอบครัวหลังเกษียณอายุว่าจะอยู่ตามลำพังหรืออยู่ร่วมกับบุตรหลาน ซึ่งต้องวางแผนเตรียมการด้านที่อยู่อาศัย สำหรับในด้านร่างกายและจิตใจก็มีความสำคัญเช่นกัน โดยเฉพาะด้านจิตใจควรเตรียมใจเพื่อปรับตัวต่อบทบาทที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งควรหากิจกรรมอื่นในสังคมมาทดแทนงานประจำที่ต้องเสียไปด้วย

สมศรี กันธมาลา (2529:70-72) ก็ได้เสนอแนะให้บุคคลมีการเตรียมตัวและเตรียมใจเพื่อการเกษียณอายุ ดังนี้

1) การเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุ บุคคลควรมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุในด้านต่าง ๆ คือ

1.1) การเตรียมด้านร่างกายเพื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ควรมีการออกกำลังกายอย่างเหมาะสม และมีการตรวจเช็คร่างกายด้วย

1.2) การเตรียมตัวด้านสังคม จะต้องรู้จักกำหนดบทบาทหน้าที่ของตนที่มีต่อบุตรหลานหรือสมาชิกอื่น ๆ เตรียมสร้างสัมพันธภาพในสังคมต่อบุคคลอื่นด้วย

1.3) การจัดเตรียมที่อยู่อาศัย ควรจะมีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองเพราะผู้ที่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองจะรู้สึกมั่นคง อบอุ่นและสามารถจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับการใช้ชีวิตในวัยสูงอายุได้ หากไม่มีบ้านเป็นของตนเอง ควรเตรียมการวางแผนการอยู่ร่วมกับบุตรหลาน

1.4) การเตรียมฐานะการเงิน ควรมีการวางแผนการใช้จ่ายและเตรียมเงินสำรองสำหรับตนเองและครอบครัวไว้ใช้ภายหลังการเกษียณอายุงาน

1.5) ควรเตรียมทำกิจกรรมต่าง ๆ ภายหลังการเกษียณอายุจะทำให้ไม่เกิดความเจียนเหงา

2) การเตรียมใจเพื่อรับการเกษียณอายุ ได้แก่

2.1) การเตรียมความพร้อมในด้านความคิดเกี่ยวกับงานประจำที่เคยทำและไม่ต้องทำภายหลังเกษียณอายุ การเกษียณอายุใหม่ ๆ อาจทำให้ผู้เกษียณอายุไม่คุ้นเคย จึงควรหางานอดิเรกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ซึ่งสามารถช่วยได้มาก

2.2) การเตรียมทำความเข้าใจที่ถูกต้องกับเกียรติยศ ชื่อเสียง การนำหลักธรรมในพุทธศาสนามาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ จะช่วยผ่อนคลายความเศร้าเสียใจได้

2.3) การเตรียมบริหารเวลาให้ถูกต้อง เพราะผู้เกษียณมีเวลาว่างมากต้องจัดสรรเวลาให้เกิดประโยชน์ โดยแบ่งเวลาสำหรับตนเอง ครอบครัว และสังคม เป็นต้น

จากแนวคิดในการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของบุคคลนั้น อาจกล่าวได้ว่าเป็นสิ่งที่สำคัญมากของคนมีอาชีพโดยเฉพาะข้าราชการ ซึ่งสามารถทำได้หลายอย่าง เช่น การสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจ การเตรียมหางานพิเศษหรือกิจกรรมงานอดิเรกเพื่อชดเชยอาชีพ และวางแผนว่าจะใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุงานอย่างไร (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2530:30) นอกจากนี้บุคคลควรวางแผนเตรียมตัวในการดูแลสุขภาพ ทั้งร่างกายและจิตใจ ตลอดจนที่อยู่อาศัยและการใช้เวลาว่างในด้านการบันเทิง สันทนาการต่างๆ รวมถึงกิจกรรมในสังคมซึ่งอาจเป็นงานสาธารณกุศลต่างๆ ด้วย (สุรกุล เจนอบรม, 2534:66-82; ทองใบ หงษ์เวียงจันทร์, 2532:16) ซึ่งการวางแผนเตรียมตัวในด้านต่างๆ เหล่านี้ ควรวางแผนและเตรียมการไว้ล่วงหน้าก่อนเกษียณอายุงานเป็นเวลานานหรือประมาณ 10-15 ปี ก่อนเกษียณอายุ (พาร์ดินสันและคณะ, 2531:77) โดยคำนึงถึงการวางแผนในด้านต่าง ๆ ดังนี้ด้วย คือ (Leedy and Wynbrandt, 1987:75-86)

1) สัมพันธภาพภายในครอบครัว

2) การใช้เวลาว่างและการมีกิจกรรมในสังคม เช่น การทำงานอดิเรก การเรียนรู้สิ่งที่น่าสนใจ การเดินทางท่องเที่ยว การมีเพื่อนสนิท การทำงานอาสาสมัคร การเป็นสมาชิกชมรม หรือสมาคมต่าง ๆ เป็นต้น

3) การดูแลสุขภาพ ด้านร่างกาย และจิตใจ

4) การทำงานที่มีรายได้ เพื่อเป็นการเพิ่มรายได้หลังเกษียณ อาจวางแผนทำงานอาชีพต่อไป หรือทำงานเป็นครั้งคราวแล้วแต่โอกาส

5) การวางแผนด้านเศรษฐกิจ เกี่ยวกับการใช้จ่ายภายหลังเกษียณ การหมุนเวียนของภาวะเศรษฐกิจ และการวางโครงการด้านเศรษฐกิจภายหลังเกษียณ

นอกจากนี้ แฮริส (Harris, 1981 Quoted in Eyde and Rich, 1983:217) ก็ได้ให้ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัยว่า ในการเกษียณอายุงานนั้นควรจะได้มีการเตรียมในด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ด้านจิตใจและอารมณ์ ส่วนการเตรียมงานอดิเรกและกิจกรรมในยามว่าง ก็เป็นสิ่งที่สำคัญต่อสุขภาพจิต เช่นกัน เนื่องจากปัญหาการปรับตัวภายหลังเกษียณนั้นส่วนใหญ่เกิดจากการขาดการเตรียมตัวสำหรับเกษียณอายุ ขณะเดียวกัน เบญจมา เลหาพูนรังษี (2534:87) ก็ให้ข้อเสนอแนะจากการศึกษาลักษณะคล้ายคลึงกันว่า ผู้ใกล้เกษียณอายุราชการ ควรมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการใช้เวลาและด้านจิตใจ เนื่องจากส่งผลต่อการปรับตัวภายหลังเกษียณ

กล่าวโดยสรุป จากแนวคิดในการวางแผนเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุงานนั้นจะเห็นได้ว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุนั้น มีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งที่บุคคลจะต้องเตรียมตัวให้พร้อมทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจและสังคม ซึ่งอาจเตรียมได้ทั้งในระดับบุคคลและการสนับสนุนทางสังคมโดยเฉพาะอย่างยิ่งคือ การสนับสนุนจากหน่วยงาน

3.3.1 การเตรียมการเกษียณอายุของบุคคล

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีต่าง ๆ เกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ผู้ศึกษาได้จำแนกการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ออกเป็น 5 ด้าน ดังต่อไปนี้

1. การเตรียมด้านร่างกาย

ผู้ที่เกษียณอายุราชการควรได้มีการเตรียมตัวด้านสุขภาพร่างกายให้พร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ เพราะวัยนี้ร่างกายจะมีความเสื่อมลงอย่างเห็นได้ชัด เช่น ความเสื่อมของเซลล์ผิวหนัง สายตา ระบบการได้ยิน กระดูกเปราะและหักง่าย ฯลฯ จากผลการศึกษาวิจัยผลกระทบทางเศรษฐกิจสังคมและประชากรของผู้สูงอายุในประเทศไทย (SECAPT, 2532:34) สอดคล้องกับการศึกษาของ นิศา ชูโต (2525) และบรรลุ ศิริพานิช (2531) ซึ่งพบว่า ปัญหาสุขภาพเป็นปัญหาหลักที่ผู้สูงอายุเผชิญอยู่ในปัจจุบัน โดยกว่าร้อยละ 60 มักเผชิญปัญหาดังกล่าว อันเนื่องมาจากขาดความรู้ ความเข้าใจ หรือมีการดูแลสุขภาพตนเองไม่ดีพอ ดังนั้น จึงควรมีการดูแลสุขภาพของตนเองก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ

เกษมและกุลยา ตันติผลาชีวะ (2528:14) กล่าวว่า การดูแลสุขภาพต้องปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ เพราะการที่มีภาวะสุขภาพที่ดีนั้นเป็นผลสืบเนื่องมาจากการรู้จักดูแลสุขภาพของตนเองอย่างสม่ำเสมอตั้งแต่วัยเด็ก วัยผู้ใหญ่ วัยกลางคน จนกระทั่งถึงวัยสูงอายุ ซึ่งการเตรียมตัวด้านสุขภาพที่ดีสามารถทำได้ดังนี้ (ปราณี จาติเกตุ, 2535:54)

- 1) รับประทานอาหารที่สะอาด ปลอดภัย และมีสารอาหารครบ 5 หมู่ ได้แก่ โปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน เกลือแร่ และวิตามิน ซึ่งควรเป็นอาหารที่เคี้ยวง่าย และย่อยง่าย ละเว้นอาหารรสจัด และเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์

2) ตื่นนอนวันละ 10 แก้วเป็นอย่างน้อย

3) อยู่ในที่ ที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก ห่างไกลจากฝุ่นละออง ควันพิษ หลีกเสี่ยงการอยู่ในที่แออัด และอับชื้น

4) นอนหลับอย่างน้อยวันละ 8 ชั่วโมง หากมีปัญหาเรื่องนอนไม่หลับควรหาสาเหตุและปรึกษาแพทย์ นอกจากการนอนหลับแล้ว ควรมีกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ เช่น ทำงานอดิเรกที่ชอบ ดูโทรทัศน์ ฟังเพลง สะสมแสตมป์ ฯลฯ เพื่อความเพลิดเพลินและสุขใจ

5) การขับถ่ายที่สะดวกทั้งอุจจาระและปัสสาวะ หากมีปัญหาควรปรึกษาแพทย์

6) การออกกำลังกายและบริหารร่างกายทุกวัน อย่างน้อยวันละ 30 นาที วิธีออกกำลังกายที่ง่ายคือ การเดินเร็วในที่ที่มีอากาศดีและปลอดภัย หรือรำมวยจีนและการบริหารร่างกายแบบแอโรบิคที่เหมาะสมกับวัย

บรรลุ ศิริพานิช (2531:97-98) ได้กล่าวถึงความจำเป็นในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุงาน เพื่อจะได้สามารถปรับตัวให้เข้ากับวิถีชีวิตใหม่ โดยเฉพาะการเตรียมสุขภาพ ซึ่งควรหาความรู้เรื่องสุขศึกษา มีการตรวจเช็คร่างกายตามกำหนด หากความรู้เรื่องโภชนาการ มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของจรรยา เสี่ยงเสนาะ (2527:36) และ ยรรยงค์ สุทธรัตน์ (2521:23)

สมศรี กันธมาลา (2529:71) ให้ข้อแนะนำสำหรับผู้ที่กำลังจะเกษียณอายุว่า ควรมีการเตรียมตัวในด้านร่างกายโดยมีการศึกษาเกี่ยวกับพยาธิสภาพในวัยสูงอายุ ศึกษาเกี่ยวกับประเภท และวิธีออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย รวมถึงโภชนาการของผู้สูงอายุอีกด้วย

นอกจากนี้ สุรกุล เจนอบรม (2534:66-67) ได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเตรียมตัวด้านร่างกาย เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีว่า ควรออกกำลังกายตามสมควร การดูแลด้านโภชนาการ การรู้จักป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ และการรู้จักพักผ่อนหย่อนใจ เป็นต้น

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุที่มีความต้องการที่จะมีสุขภาพดีภายหลังเกษียณอายุ ควรเตรียมร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ โดยแสวงหาความรู้เรื่องสุขศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ โภชนาการและการดูแลสุขภาพ ขณะเดียวกันควรเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัย ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีการตรวจเช็คร่างกายตามกำหนด หากมีโรคประจำตัวควรไปพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง นอกจากนี้ การพักผ่อนอย่างเพียงพอ และระมัดระวังอุบัติเหตุต่าง ๆ ก็มีความสำคัญเนื่องจากส่งผลต่อสุขภาพได้เช่นเดียวกัน รวมถึงการศึกษาเกี่ยวกับสวัสดิการต่าง ๆ ของรัฐและการประกันสุขภาพผู้สูงอายุ ด้วย

2. การเตรียมด้านจิตใจและอารมณ์

การเกษียณอายุ เป็นการเปลี่ยนแปลงบทบาทและสถานภาพทางสังคมอย่างฉับพลัน หากไม่ได้เตรียมจิตใจไว้ล่วงหน้า ก็มักจะประสบปัญหาเรื่องความเครียด และการปรับตัว

ภายหลังเกษียณ การเตรียมจิตใจเพื่อรับสภาพการณีก็นำมาช่วยทำให้การปรับตัวภายหลังเกษียณเป็นไปด้วยดี ซึ่งจะเห็นได้จากการที่ผู้เกษียณอายุราชการ ที่มีการเตรียมพร้อมทางด้านจิตใจ จะทำให้เกิดความเข้าใจ และยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายหลังเกษียณได้ นอกจากนี้ยังช่วยให้สามารถพัฒนาความคิดที่ดีในการเตรียมปัจจัยอื่นที่จำเป็นให้เพียงพอแก่การดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างอิสระโดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น (จรรยา เสียงเสนาะ, 2527:39) ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของเบญจมา เลหาพูนรังษี (2534) ที่พบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในด้านจิตใจมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการ

สมศรี กันธมาลา (2529:72) ได้กล่าวถึงวิธีการเตรียมใจสำหรับการเกษียณอายุว่าผู้เกษียณควรทำความเข้าใจที่ถูกต้องกับเรื่องความไม่เที่ยงแท้ของเกียรติยศ ตำแหน่งหน้าที่งานต่าง ๆ และควรหางานอดิเรกหรือกิจกรรมอื่น ๆ ทำ มีการแบ่งเวลาในการประกอบภารกิจประจำวันอย่างถูกต้อง จะช่วยทำให้ผู้เกษียณมีจิตใจปลอดโปร่ง ไม่คิดฟุ้งซ่าน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของบรรลุ ศิริพานิช (2531:97) จรรยา เสียงเสนาะ (2527:38) และภัทรพร สุขบุษย (2531:19) ที่กล่าวถึง การเตรียมพร้อมทางด้านจิตใจว่า ควรทำความเข้าใจและยอมรับความจริง พร้อมทั้งจะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง และมองโลกในแง่ดี ซึ่งการหางานอดิเรกทำ รวมถึงการศึกษาและทำความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงของชีวิต เพื่อให้มีทัศนคติที่ดีต่อโลกและชีวิต ก็จะสามารถช่วยให้สุขภาพจิตดีขึ้นได้

นอกจากนี้ ปรานี จาติเกตุ (2535:54) ยังได้เสนอแนะถึงวิธีเตรียมจิตใจก่อนเกษียณอายุ ดังนี้ คือ

1) ควรทำให้สงบและยอมรับสภาพความจริงในชีวิต ตัดสินใจด้วยความมีเหตุผลพยายามขจัดความคับข้องใจหรืออารมณ์ขุ่นมัว จากโลก โกรธ หลง มีความยิ้มแย้มแจ่มใส และมีเมตตากรุณากับทุกคน

2) ยอมรับในการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ของคนและสังคมในยุคใหม่ ชื่นชมชีวิตของตนเอง บุตรหลาน หรือสิ่งแวดล้อมในสังคม เพื่อความสุขของตนเอง ซึ่งต้องยึดหลักพรหมวิหาร 4 เป็นกิจวัตรประจำวันอันได้แก่ การให้ความรัก-ความเมตตาแก่ผู้อื่น มีความจริงใจและมุทิตา ซึ่งแสดงออกถึงความชื่นชม ยินดี เมื่อผู้อื่นได้รับความสำเร็จ นอกจากนี้ต้องมีอุเบกขา คือการวางเฉยเมื่อมีการสูญเสีย ซึ่งเป็นการส่งเสริมสุขภาพกายและจิตของตนเองได้เป็นอย่างดีอีกส่วนหนึ่ง

สุรกุล เจนอบรม (2534:67) ก็มีแนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในด้านจิตใจ คล้ายคลึงกับแนวความคิดของนักวิชาการคนอื่น ๆ คือ ควรมีการปรับตัวให้ยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น มีอารมณ์แจ่มใส ควบคุมอารมณ์ และมีสติ ไม่ควรเครียดหรือจริงจังกับการเปลี่ยนแปลงบทบาท ซึ่งผู้ที่มีการเตรียมพร้อมทางด้านจิตใจก่อนที่จะเกษียณ โดยมีการดูแลรักษา

สุขภาพจิตเป็นประจำนั้นมักจะสามารยยอมรับการเปลี่ยนแปลง และปรับตัวภายหลังเกษียณได้ดีกว่า

เมก ธนะศิริ (2532:25) ก็ได้แนะนำวิธีการดูแลสุขภาพจิตโดยใช้ศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของแรช (Rach, 1979 อ้างในกรรณิการ์ พงษ์สนิต และคณะ, 2538:325) ที่พบว่าศาสนามีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก นอกจากนี้การออกกำลังกายเป็นประจำ การรับประทานอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ การได้รับอากาศบริสุทธิ์ และการสร้างความอบอุ่นภายในครอบครัว ก็จะช่วยส่งเสริมสุขภาพจิตให้ดีขึ้นได้

ดังนั้นจึงควรมีการเตรียมพร้อมทางด้านจิตใจก่อนเกษียณ เพราะจะช่วยให้สามารถปรับตัวได้ง่ายและดำรงชีวิตภายหลังเกษียณต่อไปได้อย่างมีความสุข ซึ่งอาจกระทำได้โดยการศึกษา ทำความเข้าใจและยอมรับความจริง พร้อมทั้งจะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงของชีวิต มองโลกในแง่ดี ยอมรับการเกษียณอายุที่จะมาถึง มีอารมณ์แจ่มใส ซึ่งอาจทำได้โดยการพักผ่อนหย่อนใจ และหางานอดิเรกทำ ขณะเดียวกันควรศึกษาหาความรู้ในเรื่องธรรมะและการฝึกสมาธิเพื่อให้จิตใจสงบและให้ความรัก ความเมตตาและจริงใจกับบุคคลอื่น รวมถึงการชื่นชมชีวิตของตนเอง บุตรหลาน และสิ่งแวดล้อมในสังคม ตลอดจนการสร้าง ความอบอุ่นภายในครอบครัว เป็นต้น

3. การเตรียมด้านที่พักอาศัย

ที่พักอาศัยนอกจากจะเป็นหนึ่งในปัจจัยสี่ที่มีความสำคัญต่อมนุษย์ทุกคนแล้ว ยังมีความสำคัญต่อข้าราชการและครอบครัวอีกด้วย เพราะข้าราชการจะอาศัยอยู่บ้านพักข้าราชการหรือเช่าบ้านตามสิทธิ์ตลอดไปไม่ได้ จึงควรมีการจัดเตรียมที่พักอาศัยไว้ล่วงหน้าก่อนเกษียณอายุ และควรเป็นที่พักอาศัยที่เหมาะสมสำหรับการใช้ชีวิตหลังเกษียณอีกด้วย ซึ่งเชียรศรี วิวิธสิริ (2527:21) ได้กล่าวว่า ที่พักอาศัยนั้นมีผลต่อการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุมาก ผู้สูงอายุที่พักอาศัยในบ้านของตนเอง หรือสามารถเลือกที่อยู่อาศัยได้เองจะมีความสุขภายหลังเกษียณมากกว่าคนที่ไม่มีโอกาสเลือก ผู้สูงอายุที่พักอาศัยในบ้านของตนเองจะปรับตัวได้ดีที่สุด ดังนั้น การเตรียมตัวในด้านที่พักอาศัยจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการเตรียมการเกษียณอายุของข้าราชการ

ลีดีและวินแบรนต์ (Leedy and Wynbrandt, 1987:152) กล่าวว่า การตัดสินใจในเรื่องที่พักอาศัยเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับบุคคลที่เกษียณอายุแล้ว การตัดสินใจที่จะพักอยู่ที่เดิมหรือย้ายไปหาที่อยู่นั้น ควรคำนึงถึงปัจจัยพื้นฐาน 5 ประการ คือ

- 1) ลักษณะของที่พักอาศัย และ งบประมาณในการซื้อ ในการก่อสร้าง
- 2) ความสะดวกในการเดินทางไปทำงาน
- 3) ขนาดของบ้านมีความพอเหมาะพอดีกับครอบครัว
- 4) ความสะดวกในการเดินทางไปโรงเรียนของลูกหลาน

5) สภาพแวดล้อมอื่น ๆ เช่น เพื่อนบ้าน

นอกจากนี้ ยังให้แนวคิดเพิ่มเติมว่าก่อนที่จะคิดหาที่อยู่ใหม่ควรสำรวจที่อยู่ในปัจจุบันว่ามีสภาพอย่างไร เหมาะสมที่จะใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุหรือไม่ ถ้าบ้านที่อาศัยอยู่เดิมมีความเหมาะสมแล้วและมีความสะดวกเพียงพอที่จะทำกิจกรรมในอนาคตได้ก็ไม่จำเป็นต้องย้าย แต่ถ้ามีความจำเป็นต้องย้าย ควรเตรียมพร้อมด้านการเงิน ทำเลที่พัก ชนิดหรือลักษณะของบ้านที่สำคัญคือจะย้ายไปอยู่ใหม่จะต้องช่วยให้ชีวิตมีความสุขกว่าอยู่ที่เดิมด้วย(Leedy and Wynbrandt, 1987:153) และยง พิทยานันคม (2532:13) ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าการเตรียมเรื่องที่พักอาศัยนั้น ควรคำนึงถึงสุขภาพของตนเองด้วย หากมีบ้าน 2-3 ชั้น เมื่อเกษียณอายุแล้วก็ควรอยู่ชั้นล่าง เพราะในวัยสูงอายุ กล้ามเนื้อ ข้อต่อของร่างกายอ่อนสมรรถภาพ บ้านที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุจึงควรเป็นบ้านชั้นเดียวขนาดย่อม ๆ มีความเป็นอิสระเป็นสัดส่วน ไม่ควรให้บ้านพักอยู่ติดถนนที่มีรถผ่านประจำหรือใกล้รั้วบ้านคนอื่น ให้มีบริเวณสำหรับออกกำลังกายและมีแดดออกพอสมควร ส่วนการปรับปรุงสภาพแวดล้อมต่างๆ ภายในบ้านนั้นก็ก็เป็นสิ่งหนึ่งจำเป็นในการจัดเตรียมที่อยู่อาศัยสำหรับวัยเกษียณอายุ ซึ่ง ทองใบ หงษ์เวียงจันทร์ (2532:87) ได้ให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงสภาพแวดล้อมของที่พักอาศัยดังนี้

- 1) พื้นบ้านควรใช้วัสดุกันลื่นและติดให้เรียบร้อย
- 2) ติดไฟฟ้าให้มีแสงสว่างเพียงพอ
- 3) การจัดวางเฟอร์นิเจอร์ ควรจัดในลักษณะที่ไม่กีดขวางทางเดินที่สะดวกได้
- 4) ห้องน้ำควรติดตั้งราวเกาะยึด และพื้นห้องน้ำปูด้วยวัสดุกันลื่น
- 5) เครื่องใช้ต่าง ๆ ในบ้านและในครัวควรจัดเก็บให้เป็นระเบียบหยิบใช้ง่าย
- 6) ควรตรวจซ่อมแซมระบบความปลอดภัยในบ้านเป็นประจำ เช่น หน้าต่าง

ประตูบ้าน

7) การติดตั้งโทรศัพท์ไว้ในบ้าน

จรรยา เสียงเสนาะ (2527:37) ได้กล่าวถึง การเตรียมที่อยู่อาศัย สำหรับวัยเกษียณว่า ควรวางแผนล่วงหน้าว่าจะอยู่ที่ไหน กับใคร จะอยู่ตามลำพัง หรืออยู่กับบุตรหลาน ซึ่งแนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับสมศรี กันธมาลา (2529:72) ที่กล่าวว่า หากผู้เกษียณอายุราชการไม่สามารถจัดหาบ้านของตนเองได้ ควรวางแผนที่จะใช้ชีวิตร่วมกับบุตรหลานคนใดคนหนึ่งหรือใช้สถานสงเคราะห์ของรัฐและเอกชนต่างๆ หรือแม้แต่การเช่าที่อยู่อาศัย ทั้งนี้เพื่อจะได้ไม่ประสบปัญหาในเรื่องที่พักอาศัยภายหลังการเกษียณอายุราชการ

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการเตรียมที่พักอาศัยเป็นสิ่งจำเป็นจึงควรมีการจัดเตรียมให้พร้อมก่อนถึงวัยเกษียณอายุ และควรจัดเตรียมให้พร้อมขณะอยู่ในวัยหนุ่มสาวหรือวัยกลางคน เพื่อที่จะได้มีชีวิตที่เป็นสุขหลังเกษียณอายุ ขณะเดียวกันควรคำนึงถึงสัมพันธภาพภายในครอบครัวด้วยเพราะภายหลังเกษียณอายุ วิธีการดำเนินชีวิตประจำวันย่อมจะเปลี่ยนแปลงไป ผู้เกษียณจะมีเวลาอยู่บ้านมากขึ้น บุตรหลานอาจทำความรำคาญใจให้เกิดขึ้นได้ ซึ่งหากเป็นไปได้ควร

เตรียมตัวให้มีที่อยู่ของตนเองเป็นสัดส่วน ลักษณะบ้านควรเหมาะสมกับสุขภาพร่างกายของตน และสะดวก สิ่งแวดล้อมและเพื่อนบ้านควรเหมาะสม ขณะเดียวกันก็วางแผนเตรียมตัวเตรียมใจว่าจะอยู่ตามลำพังหรือให้ลูกหลานมาอยู่ด้วย

4 การเตรียมด้านการเงินและการใช้จ่าย

การเตรียมตัวในด้านการเงินมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเมื่อเกษียณอายุแล้ว รายได้จากเงินบำเหน็จบำนาญ ย่อมน้อยกว่ารายได้ประจำ รายได้พิเศษที่เคยได้รับ จากการดำรงตำแหน่งก็สูญหายไป ขณะเดียวกันค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่เสื่อมไปตามวัยก็เพิ่มขึ้น หากไม่มีการเตรียมด้านการเงินไว้ล่วงหน้า ก็ประสบปัญหาด้านเศรษฐกิจได้ ซึ่งแอชลีย์(Atchley, 1981:602) ได้กล่าวว่า การวางแผนรายได้ก่อนและหลังเกษียณอายุเป็นสิ่งที่จำเป็นมาก จึงควรมีการวางแผนระยะยาวและถี่เรื่อย แก้วกังวาล (2530:11) ก็ให้ทัศนะสนับสนุนแนวคิดดังกล่าวว่า ผู้ที่จะเกษียณอายุควรมีการเตรียมพร้อมเรื่องทรัพย์สินเงินทองไว้ล่วงหน้า ตั้งแต่วัยกลางคนตามความเหมาะสมกับลักษณะอาชีพของบุคคล เพราะเมื่อเกษียณอายุและเข้าสู่วัยสูงอายุแล้ว โอกาสที่จะหางานที่มีรายได้สูงไม่ค่อยมี การหวังพึ่งพาทรัพย์สินจากบุตรหลานในสภาพเศรษฐกิจปัจจุบันเป็นเรื่องค่อนข้างยาก ผู้เกษียณอายุจึงควรเตรียมฐานะการเงินของตนเองให้มั่นคงเพราะการมีฐานะการเงินที่มั่นคงเป็นปัจจัยหนึ่งที่จะช่วยให้เกิดความสุขในวัยสูงอายุ ซึ่งผลการศึกษาของกนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527) เขมิกา ยามะรัต (2527) อุทัยวรรณ กสาศน์สกุล(2536) วาลลิง (Warling,1996) และวอลล์ (Walls, 1992) ก็สอดคล้องกับแนวคิดดังกล่าวโดยพบว่า สถานภาพทางเศรษฐกิจและความสมดุลของรายรับ-รายจ่าย จะส่งผลให้ผู้เกษียณอายุมีความพึงพอใจในชีวิต และช่วยในการปรับตัวภายหลังการเกษียณอายุด้วย

วิจิตร บุญยะโทตระ (2533:39-45) ได้ให้ข้อเสนอแนะในการวางแผนด้านการเงินก่อนเกษียณอายุ ดังนี้ คือ

- 1) ต้องรู้จักวิเคราะห์สถานการณ์ทางการเงินในปัจจุบันของตนเองว่า มีรายได้เท่าไร จากแหล่งใดบ้าง มีรายจ่ายเท่าไร รายได้และรายจ่ายสมดุลกันหรือไม่ภายหลังเกษียณอายุ
- 2) ต้องรู้จักการทำบัญชีทรัพย์สิน คือ ทำบัญชีเงินฝาก เงินลงทุน และทรัพย์สินอื่น ๆ ที่เป็นรายได้
- 3) จัดทำงบประมาณรายจ่ายที่คาดว่าจะต้องใช้จ่ายภายหลังเกษียณ โดยคิดเป็นรายเดือน เช่น ค่าภาษี ค่าไฟฟ้า ค่าโทรศัพท์ ค่าอาหาร ฯลฯ
- 4) ต้องรู้จักควบคุมค่าใช้จ่ายภายหลังเกษียณอายุ โดยตัดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นออกไป
- 5) ฝึกฝนตนเองให้รู้จักคุณค่าของเงิน ด้วยการดูแลรักษาอุปกรณ์เครื่องใช้ในบ้านให้อยู่ในสภาพใช้งานได้ดี ไม่ต้องสิ้นเปลืองเงินซื้อใหม่หรือซ่อมแซมบ่อย ๆ

6) จัดเตรียมทำพินัยกรรม โดยปรึกษาผู้เชี่ยวชาญในกรณีมีทรัพย์สินมาก

สำหรับการวางแผนเตรียมด้านการเงินก่อนปลดเกษียณ สามารถวางแผนได้ 2 ประการ คือ (สุขใจ น้ำพุต, 2535:38; บรรลุ ศิริพานิช, 2538:59-61)

1) แหล่งที่มาของรายได้เมื่อปลดเกษียณ (Source of Retirement Income) ได้แก่

1.1) เงินบำเหน็จบำนาญ (Pension)

1.2) เงินได้ประจำ (Annuity Insurance) ในกรณีที่ได้ทำประกันชีวิต หรือได้รับเงินจากบริษัทตามเงื่อนไขที่ได้ตกลงกัน

1.3) ดอกเบี้ยเงินปันผลและค่าเช่า (Interest dividends and rents) เป็นเงินเก็บออมในรูปแบบต่างๆ เช่น ฝากธนาคาร การซื้อหุ้น ซื้อบ้านและที่ดินซึ่งให้ผลประโยชน์ในรูปแบบดอกเบี้ย เงินปันผล หรือค่าเช่า

1.4) รายได้พิเศษ (Earning:Part-time Work) ผู้ที่เกษียณอายุราชการแล้วย่อมมีเวลาว่างพอที่จะใช้ให้เกิดประโยชน์และก่อให้เกิดรายได้พิเศษได้ อาทิ เป็นที่ปรึกษาหน่วยงานต่าง ๆ หรือทำงานพิเศษตามความถนัดและความสามารถ

1.5) งานอดิเรกที่มีรายได้ (Profitable Hobby) หากบุคคลรู้จักใช้เวลาว่างในการทำงานอดิเรกที่ตนเองชอบ ย่อมทำให้เกิดประโยชน์ บางครั้งอาจมีรายได้ด้วย

1.6) เงินช่วยเหลือส่วนตัว (Personal Contributions) ซึ่งได้จากผู้ใกล้ชิดที่เคยอุปการะ เช่น ลูกหลาน ญาติพี่น้อง ฯลฯ

1.7) แหล่งอื่น ๆ เช่น เงินสงเคราะห์ต่าง ๆ เงินทุนสะสม เงินประกันสังคม ฯลฯ

2) การประมาณฐานะการเงินเมื่อเกษียณอายุราชการ

เนื่องจากเมื่อเกษียณอายุราชการ ทำให้รายได้ลดลงเหลือประมาณ 60-70% ของรายได้ก่อนเกษียณ ดังนั้นควรจัดทำงบประมาณ 5 ปี ก่อนเกษียณ โดยการวางแผนรายรับ-รายจ่าย ตลอดจนทรัพย์สิน และหนี้สินต่าง ๆ เพื่อประมาณว่าในปีที่จะเกษียณนั้น มีทรัพย์สินและหนี้สินอย่างไร

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าในการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่ายนั้น สามารถทำได้หลายวิธีดังนี้

1) ทดลองฝึกใช้เงินภายในงบประมาณที่คาดว่าจะได้รับ จากรายได้ภายหลังเกษียณอายุ 1 เดือน สำนวทรัพย์สินต่าง ๆ ที่มีอยู่ และวางแผนว่าจะจัดการอย่างไรให้เหมาะสมที่สุด (สมบัติ ตาปัญญา, 2529:49)

2) เตรียมอาชีพอีกอาชีพหนึ่ง (Second Career) ปัจจุบันผู้สูงอายุในประเทศสหรัฐอเมริกาจำนวนหนึ่งซึ่งทำงานในระบบเกษียณอายุ มักจะออกจากงานก่อนวาระเกษียณอายุ

จริงเพื่อจะได้มีเวลาและพลังพอที่จะเริ่มต้นหาอาชีพใหม่อีกอาชีพหนึ่ง(ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2530:12)

3) จัดบันทึกรายการทรัพย์สินที่มี และหนี้สินที่ต้องรับผิดชอบ บันทึกเป้าหมายการใช้จ่ายภายหลังเกษียณอายุ และคาดประมาณรายได้จากอาชีพภายหลังเกษียณที่วางแผนไว้ว่าจะทำการฝากเงินสะสมทรัพย์สินกับธนาคารเป็นประจำ (Leedy and Wynbrandt, 1987:22)

กล่าวโดยสรุป บุคคลควรมีการเตรียมสะสมทรัพย์สินในรูปแบบต่าง ๆ ให้มีฐานะทางเศรษฐกิจที่มั่นคงพอสมควรก่อนเกษียณอายุ อาจเริ่มตั้งแต่วัยหนุ่มสาวหรือวัยกลางคน เพราะการสะสมทรัพย์สินต้องอาศัยเวลานาน การมีฐานะทางเศรษฐกิจที่มั่นคงจะทำให้ผู้เกษียณอายุมีความพึงพอใจในชีวิต และมีหลักประกันทางการเงินเพื่อใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการและเพื่อดูแลรักษาสุขภาพของตนเองอีกด้วย นอกจากนี้ควรคำนึงถึงภาวะเงินเฟ้อ ซึ่งอาจกระทบกระเทือนการใช้จ่ายในชีวิตบั้นปลายได้ ดังนั้น การเตรียมตัวในด้านการเงินและการใช้จ่ายก่อนเกษียณอายุจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่ควรตระหนักเป็นอย่างยิ่ง

5. การเตรียมด้านการใช้เวลา

เนื่องจากการเกษียณอายุทำให้มีเวลาว่างมากขึ้น หากไม่มีการเตรียมการใช้เวลาว่างล่วงหน้าก็จะทำให้รู้สึกว่างงาน และอาจส่งผลกระทบต่อด้านจิตใจได้ ดังนั้น การมีกิจกรรมต่าง ๆ ก็สามารถทดแทนบทบาทหน้าที่ที่เสียไปจากการเกษียณอายุได้อีกด้วย (Hooyman, 1988:66) และการมีกิจกรรมตั้งแต่ก่อนเกษียณก็จะสามารถดำเนินชีวิตอย่างต่อเนื่องได้ ซึ่งส่งผลต่อการปรับตัวและความพึงพอใจในชีวิตภายหลังเกษียณได้เป็นอย่างดี (McPherson, 1979:26) ซึ่ง อาร์คอฟฟ์ (Arkoff, 1968:206) ได้กล่าวว่า ผู้ที่เกษียณอายุและเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุนั้นต้องเผชิญกับการสูญเสียบทบาทของตนเอง หากไม่มีกิจกรรมหรือบทบาทอื่นมาทดแทนก็จะเกิดปัญหาด้านจิตใจและอารมณ์มากขึ้น ส่งผลต่อสุขภาพจิตได้ ซึ่งหากสามารถหากิจกรรมอื่นมาทดแทนกิจกรรมเดิม ตามแนวคิดทฤษฎีกิจกรรม (Activities Theory) ก็จะทำให้สามารถดำรงกิจกรรมทางสังคมของตนเองไว้ได้ อันจะส่งผลให้มีภาพพจน์ตนเอง (Self-Image) ดี มีความพึงพอใจในชีวิตและประสบผลสำเร็จในชีวิตด้วย (Barrow and Smith, 1979:53) ดังนั้น การจะสร้างนิสัยให้มีกิจกรรมทำในยามว่าง ตั้งแต่ช่วงชีวิตก่อนเกษียณหรือก่อนสูงอายุเป็นเรื่องจำเป็นและสำคัญเพราะการจะมาสสร้างนิสัยใหม่ที่หลังเกษียณนั้นเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ยาก การที่จะมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขหลังเกษียณอายุ จึงควรเรียนรู้การใช้ชีวิตในการดำเนินกิจกรรมในยามว่างตั้งแต่วัยกลางคน เพราะการเรียนรู้เป็นขบวนการต่อเนื่องไปจนถึงวัยสูงอายุ และตลอดชีวิต (บรรลุ ศิริพานิช, 2538:40)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า การเตรียมตัวในด้านการใช้นเวลานั้นมีความสำคัญและจำเป็นมากเพราะภายหลังเกษียณนั้นจะมีเวลาว่าง ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของมาลี ใหญ่สูงเนิน

(2535:25) ที่พบว่าปัญหาใหญ่สำหรับผู้เกษียณก็คือ การมีเวลาว่างมาก และสุรกุล เจนอบรม (2534:61) ก็ได้เสนอแนะว่าในการใช้เวลาว่างนั้น ควรทำงานอดิเรกและการมีกิจกรรมในสังคม เพราะทำให้ไม่เหงา ขณะเดียวกันก็มีโอกาสได้พบปะสังสรรค์กับบุคคลในหลายระดับ ซึ่งช่วยในการปรับตัวด้านอารมณ์และสังคมได้เป็นอย่างดี และเป็นการทดแทนบทบาทที่เสียไปจากการเกษียณด้วย ซึ่งนอกเหนือจากการทำงานอดิเรกและการมีกิจกรรมในสังคมแล้วก็อาจใช้เวลาว่างในการทำกิจวัตรประจำวันและทำงานที่มีรายได้อีกด้วย (เบญจมา เลาหุณรังษี, 2534:26) แต่สำหรับการศึกษาในครั้งนี้ ผู้ศึกษาสนใจศึกษาเฉพาะการเตรียมตัวด้านงานอดิเรก และการมีส่วนร่วมในสังคมเท่านั้น โดยมีรายละเอียดดังนี้คือ

5.1 การเตรียมตัวงานอดิเรก

งานอดิเรก หมายถึง งานพิเศษที่ทำเพื่อความเพลิดเพลิน (ราชบัณฑิตยสถาน, 2525:889) โดยทั่วไปแล้ว งานอดิเรกมักเป็นงานที่ทำในยามว่างจากงานประจำ งานอดิเรกมีคุณค่าต่อสุขภาพกายและจิตใจ สร้างมิตรภาพอันดีต่อกัน ให้ความรู้ ฝึกทักษะ และช่วยทำให้มีความคิดสร้างสรรค์อย่างอิสระ เหมาะกับทุกเพศทุกวัย (วิชัย อึ้งพินิจพงศ์, 2529:96) แอชลีย์ (Atchley, 1981:219) ได้แนะนำให้ผู้ที่เกษียณอายุมีการเตรียมงานอดิเรกไว้ล่วงหน้า โดยเป็นงานอดิเรกที่ชอบทำ เพราะงานอดิเรกจะทำให้ชีวิตผ่อนคลาย มีสุขภาพแข็งแรงและยังทำให้เกิดความสมดุลในชีวิตของผู้เกษียณอีกด้วย (Leedy and Wynbrandt, 1987:147) นอกจากนี้ การเตรียมให้เวลาแก่ตนเองที่จะเรียนรู้การใช้เวลาว่าง โดยทำงานอดิเรกในสิ่งที่ตนเองมีความสนใจเป็นพิเศษ นอกเหนือไปจากงานประจำก็จะทำให้การปรับตัวง่ายขึ้นเมื่อเกษียณ (ประมวล ดิกคินสัน, 2533:48) และทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิต (เชมิกา ยามะรัต, 2527:2; กรมการศึกษานอกโรงเรียน, 2528:45) ซึ่งเชาวน์ อีระกุล (2526:26) กล่าวว่า วิธีการปรับตัวภายหลังเกษียณ คือ การไม่ปล่อยให้ตนเองมีเวลาว่าง ซึ่งทำได้โดยการหางานอดิเรกที่ชอบทำ เช่น เลี้ยงสัตว์ ปลูกต้นไม้ เป็นต้น

สุรกุล เจนอบรม (2534:62) กล่าวว่า งานอดิเรกที่นิยมกันมากแบ่งเป็น 4 ชนิดคือ

- 1) ประเภทงานสะสม เช่น การสะสมรูปภาพ แสตมป์ นาฬิกา หนังสือของเก่า ธนบัตร ฯลฯ
- 2) ประเภทงานประดิษฐ์ ซึ่งส่วนมากเป็นงานฝีมือ เช่น ทอผ้า ประดิษฐ์ดอกไม้ งานไม้ งานเย็บปักถักร้อย ฯลฯ
- 3) ประเภทงานศิลปะ เช่น การเขียนบทความ เขียนบทกวี วาดภาพ การรำ ร้องเพลง ฯลฯ
- 4) ประเภทการกีฬา ได้แก่ การออกกำลังกาย เช่น วิ่ง เดิน โยคะ หมากรูก หรือเกมส์ แข่งขันต่าง ๆ เป็นต้น

งานอดิเรกจะเป็นชนิดใด ขึ้นอยู่กับความตั้งใจ ความสนใจ ความรู้สึก สนุกสนานและพื้นฐานความรู้ของบุคคลนั้น ๆ ซึ่งแต่ละคนควรเลือกให้เหมาะสมกับตนเอง ทั้งนี้ ควรคำนึงถึงสุขภาพทางร่างกายและฐานะการเงินด้วย ดังนั้น ผู้ที่จะเกษียณควรมีการเตรียมตัว ด้านงานอดิเรกตั้งแต่วัยกลางคนเพื่อรองรับเวลาว่างในยามเกษียณ นอกจากจะช่วยให้มีสุขภาพ ภายและสุขภาพจิตดีขึ้นแล้ว ยังช่วยให้สามารถปรับตัวภายหลังเกษียณได้เป็นอย่างดี

5.2 การเตรียมด้านการมีส่วนร่วมในสังคม

การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านการมีส่วนร่วมในสังคมนับว่าเป็นสิ่งสำคัญ กล่าวคือ การที่ผู้เกษียณอายุมีกิจกรรมทำจะช่วยให้ผู้เกษียณอายุรู้สึกว่ามีคุณค่า และเวลา ได้ผ่านไปอย่างรวดเร็วไม่เกิดความรู้สึกเฉยเหงา นอกจากนี้การทำกิจกรรมต่าง ๆ ยังเป็นการทดแทนบทบาทที่เสียไปจากการเกษียณ และทำให้ผู้เกษียณอายุมีความปรารถนาเปลี่ยนแปลงแล้วอยู่ ตลอดเวลาด้วย (สมศรี กันธมาลา, 2529:72)

สำหรับวิธีการเตรียมตัวเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมในสังคมนั้น ลิดีและ วินแบรนด์ (Leedy and Wynbrandt, 1987:155) ได้เสนอแนะไว้ว่า ให้เริ่มบันทึกรายการ กิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมที่ตนสนใจและคิดว่าจะเข้าร่วมโดยจดรายชื่อองค์กร สมาคมต่าง ๆ จากนั้นก็เริ่มเข้าไปสัมผัสกับกิจกรรมต่าง ๆ ว่ามีความเหมาะสมกับตนเองอย่างไร ศึกษาจากเพื่อน ร่วมงานว่ามีการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคมอย่างไรบ้างและให้เริ่มเข้าไปมีส่วนร่วมก่อนเกษียณอายุ เพื่อสร้างความเคยชินซึ่งจะกลายเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุ

กิจกรรมในสังคมที่ผู้เกษียณอายุราชการสามารถเข้าไปมีส่วนร่วมได้ คือ (นิศา ชูโต, 2525:6)

- 1) กิจกรรมการเมือง เช่น การเป็นสมาชิกพรรคการเมือง ฯลฯ
- 2) กิจกรรมศาสนา เช่น การไปวัด การเป็นมรรคทายก ฯลฯ
- 3) กิจกรรมหาความรู้เพิ่มเติม เช่น การเข้าอบรมต่าง ๆ ฯลฯ
- 4) กิจกรรมทางสังคม เช่น การไปร่วมงานเลี้ยง งานรื่นเริงต่าง ๆ ฯลฯ
- 5) กิจกรรมศิลปะการฝีมือ เช่น เย็บปักถักร้อย การแต่งโคลง ฯลฯ
- 6) กิจกรรมกีฬา เช่น การเล่น การดู การเป็นผู้จัดกีฬา ฯลฯ
- 7) กิจกรรมอาสาสมัครเพื่อชุมชน ซึ่งได้แก่ การร่วมบำเพ็ญสาธารณ ประโยชน์ เช่น ขุดลอก คู คลอง ฯลฯ

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า การมีส่วนร่วมในสังคม นอกจากจะทำให้ผู้สูงอายู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าเป็นที่ต้องการและเป็นที่ยอมรับของสังคมแล้วยังทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขและพึงพอใจ

ในชีวิตได้ ดังนั้นผู้ที่เตรียมจะเกษียณอายุจึงควรเตรียมหากิจกรรมที่เหมาะสมกับตนเองทำภายหลังเกษียณอายุ เพื่อการดำรงชีวิตที่เป็นสุขในวัยสูงอายุ

กล่าวโดยสรุป การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ ในด้านต่าง ๆ นั้น ส่งผลให้เกิดประโยชน์ต่อตัวผู้เกษียณ ต่อครอบครัวและต่อสังคม ซึ่งการวางแผนเตรียมตัวไว้ล่วงหน้า จะช่วยให้ผู้เกษียณปรับตัวได้เร็วขึ้น การมีกิจกรรมอื่นทดแทนงานอาชีพทำให้ผู้เกษียณไม่รู้สึกเหงาและวิตกกังวล ทำให้สัมพันธภาพในครอบครัวดีขึ้น สุขภาพจิตดีขึ้น และการร่วมกิจกรรมในสังคมก็สามารถสร้างสรรค์คุณประโยชน์แก่สังคมได้ ดังนั้นบุคคลควรมีการเตรียมตัวสำหรับการเกษียณอายุของตนเองไว้ล่วงหน้าให้พร้อมทั้ง 5 ด้าน เพื่อการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขภายหลังเกษียณ ซึ่งการเตรียมบางอย่างต้องใช้เวลา เช่น การเงิน ที่อยู่อาศัยและสุขภาพร่างกาย บุคคลจึงควรเริ่มเตรียมตัวเกษียณอายุตั้งแต่วัยหนุ่มสาว เพราะยังเป็นวัยที่แข็งแรงและมีโอกาสแสวงหาสิ่งต่างๆ เพื่อความสุขภายหลังเกษียณ วิธีการหนึ่งที่จะช่วยกระตุ้นให้เกิดการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของข้าราชการนอกเหนือจากการเตรียมโดยส่วนบุคคล ก็คือ การสนับสนุนจากหน่วยงาน นั้นเอง

3.3.2 การสนับสนุนจากหน่วยงาน

การเกษียณอายุนับว่ามีผลกระทบต่อดำรงชีวิตภายหลังเกษียณเป็นอย่างมาก ดังนั้นบุคคลจึงควรมีการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุแต่เนิ่นๆ ซึ่งการเตรียมการเกษียณอายุของแต่ละบุคคลนั้น ย่อมแตกต่างกันไปตามสภาวะการณ์ทางด้านเศรษฐกิจและสังคม รวมถึงพื้นฐานความรู้ความเข้าใจและความตระหนักในความสำคัญของการเตรียมการเกษียณอายุ วิธีการหนึ่งที่จะช่วยกระตุ้นและส่งเสริมให้บุคคลมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการได้ดีขึ้นก็คือ การสนับสนุนจากหน่วยงานนั้นเอง

แต่จากการศึกษาพบว่า โดยภาพรวมหน่วยงานราชการมักจะถือว่า การเตรียมการเกษียณอายุเป็นภารกิจของแต่ละบุคคล มากกว่าเป็นภารกิจของหน่วยงาน ทำให้ขาดการสนับสนุนในเรื่องข้อมูลข่าวสารและการจัดกิจกรรมการเตรียมตัวเกษียณอายุจากหน่วยงาน igitment ที่หน่วยงานจัด ส่วนใหญ่จะอยู่ในรูปของกิจกรรมอำลาอาลัยในวันสิ้นสุดการรับราชการเท่านั้น (อุบล รักการงาน, 2531:86) และจากการศึกษาของดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2539:110) ก็ให้การสนับสนุนแนวคิดดังกล่าว โดยพบว่าปัจจัยที่ทำให้บุคคลใกล้เกษียณอายุราชการขาดการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุนั้นคือ การขาดการสนับสนุนและส่งเสริมจากหน่วยงานในด้านข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ที่เอื้อประโยชน์ต่อการเตรียมการเกษียณอายุ อาทิ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ โภชนาการ เศรษฐกิจ และการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม โดยหน่วยงานถือว่า การเตรียมการเกษียณอายุราชการนั้นเป็นหน้าที่ของแต่ละบุคคลมากกว่า

ดังนั้น หน่วยงานหรือองค์กรควรคำนึงถึงการช่วยให้นักลากรได้ปรับตัวและเตรียมตัวออกจากระบบงานเดิมไปสู่ชีวิตใหม่ ซึ่งอาจจะทำได้โดยการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับ

การเกษียณอายุให้บุคลากรตามความเหมาะสม (สุรพันธุ์ ลัมมณี, 2528:69) นอกจากจะมีส่วนช่วยในการปรับตัวของบุคลากรในวัยเกษียณอายุแล้ว ยังทำให้บุคคลมีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุในช่วงที่ยังทำงานอยู่ด้วย (Atchley, 1991:202) ซึ่งจะส่งผลต่อการสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่บุคลากร และก่อให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงาน อันจะส่งผลดีต่อการพัฒนาประเทศชาติได้อีกทางหนึ่งด้วย มีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนและส่งเสริมการเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคลากรไว้มากมาย ดังนี้

แอชลีย์ (Atchley, 1976:32) ได้ให้แนวคิดว่าการเตรียมตัวเกษียณอายุงานนั้นสามารถทำได้โดยการสนับสนุนจากหน่วยงานในการจัดหลักสูตรการวางแผนก่อนเกษียณภายในหน่วยงานหรือการที่บุคคลได้มีโอกาสพบปะพูดคุยกับผู้อื่นเกี่ยวกับการเกษียณก็สามารถช่วยกระตุ้นให้บุคคลได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมตัวก่อนเกษียณและสามารถวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้การที่มีโอกาสได้พบปะสนทนากับผู้ที่เกษียณแล้วหรือการได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ เกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุก็จะช่วยให้สามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณได้ดียิ่งขึ้นด้วย

จูเชียส (Jucius, 1971:424) ได้ให้แนวคิดว่าหน่วยงานควรมีการจัดกิจกรรมให้แก่ผู้เกษียณอายุ 3 ระยะ คือ

1) ระยะก่อนการเกษียณอายุ (Pre-retirement Phase) ระยะนี้ผู้บังคับบัญชาและบุคลากรที่จะเกษียณอายุ ควรมีโอกาสพบปะและพูดคุยปรึกษาหารือกันเกี่ยวกับปัญหาที่จะเกิดขึ้นภายหลังเกษียณ อาทิ การเงิน นอกจากนี้อาจรวมถึงการพิจารณาแนวทางชีวิตที่ผู้เกษียณและครอบครัวจะต้องเผชิญ การช่วยวางแผนเกี่ยวกับงานอดิเรกและการเตรียมความพร้อมสำหรับการเปลี่ยนแปลงด้วย

2) ระยะเกษียณอายุ (Actual Retirement Phase) ระยะนี้ควรพิจารณาถึงการจัดงานอำลาอาลัยอย่างเป็นทางการแก่ผู้เกษียณอายุ เพื่อเป็นการแสดงออกซึ่งความประทับใจของร่วมงาน และหน่วยงานที่มีต่อผู้เกษียณอายุ

3) ระยะหลังการเกษียณอายุ (Post-retirement Phase) เป็นกิจกรรมที่สร้างความผูกพันและความปรารถนาดีให้ผู้เกษียณไปแล้วระลึกถึงหน่วยงาน โดยการส่งหนังสือพิมพ์วารสาร ข่าวสารของหน่วยงานไปยังผู้ที่เกษียณไปแล้วอย่างสม่ำเสมอ และการเปิดโอกาสให้ผู้เกษียณไปแล้วกลับมาใช้บริการต่าง ๆ ของหน่วยงาน อาทิ การบริการให้คำปรึกษาและรักษาพยาบาล หรือเชิญกลับมาเยี่ยมหน่วยงานเป็นครั้งคราว บางครั้งอาจเชิญให้เป็นที่ปรึกษาหรือปฏิบัติงานพิเศษบางเวลา (Part-time) ก็ได้

สมศรี กันธมาลา (2529:73-74) ได้ให้แนวคิดที่หน่วยงานควรมีการกระตุ้นให้ผู้ที่กำลังจะเกษียณตระหนักในเรื่องการเตรียมตัวเกษียณอายุ เพื่อช่วยป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาในการปรับตัวภายหลังเกษียณ ดังนี้

1) จัดทำทำเนียบเกี่ยวกับผู้สูงอายุ และทำเนียบชมรมผู้สูงอายุ เพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารการดำเนินงานและกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุแก่ผู้ที่กำลังจะเกษียณอายุได้รับทราบและเลือกเข้าเป็นสมาชิก ตลอดจนเข้าร่วมกิจกรรมตามความสนใจ

2) ดำเนินการเปิดหลักสูตรอบรม สำหรับผู้ที่กำลังจะเกษียณอายุให้มีความพร้อมทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม เพื่อให้ผู้ที่เตรียมตัวเกษียณได้มีโอกาสพบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ซึ่งหน่วยงานควรถือเป็นสวัสดิการอย่างหนึ่งในการจัดอบรมให้แก่ผู้ที่กำลังจะเกษียณอายุ

3) จัดหน่วยบริการให้คำปรึกษาแนะนำ และให้ความรู้ในด้านต่าง ๆ แก่ผู้ที่เตรียมตัวเกษียณและผู้สนใจ อาทิ การให้ความรู้ และคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ โภชนาการและการออกกำลังกาย รวมถึงการให้ความรู้เกี่ยวกับสิทธิและหน้าที่ของผู้สูงอายุ ตลอดจนการเตรียมงานอดิเรกชนิดต่าง ๆ ด้วย

4) หน่วยงานควรจัดทำ Group Study เกี่ยวกับปัญหาของผู้เกษียณอายุในด้านต่าง ๆ เพื่อช่วยเหลือแก้ปัญหาเหล่านั้น

5) หน่วยงานควรยืดหยุ่นในการทำงานแก่ผู้ที่กำลังจะเกษียณ ซึ่งอาจลดเวลาการทำงานหรือปรับเปลี่ยนงานให้เหมาะสมกับสภาพร่างกาย เป็นการช่วยให้ผู้ที่กำลังจะเกษียณได้ทดลองแยกตนเองออกจากระบบงานแบบค่อยเป็นค่อยไป

สุรพันธ์ ลิ้มมณี (2528:97) ได้เสนอแนะกิจกรรมที่หน่วยงาน ควรจัดให้กับบุคลากรก่อนเกษียณอายุ ดังนี้ คือ

1) การเตรียมตัวผู้ที่จะเกษียณอายุให้มีความรู้และพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาและการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น โดยการจัดสัมมนา แจกข้อมูลเอกสารต่าง ๆ และให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพกายและจิต งานอดิเรกและพัฒนาการของผู้สูงอายุ

2) การช่วยให้ผู้ที่เกษียณอายุได้แยกตัวออกจากระบบงาน โดยการลดปริมาณงานเดิมลง หรือสับเปลี่ยนงานตามความเหมาะสมตามสภาพร่างกาย

3) การอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับผลประโยชน์ และสวัสดิการต่างๆ โดยแนะนำเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ที่จะได้รับ อาทิ เงินบำเหน็จบำนาญ เป็นต้น

มาลี ไหมสูงเนิน (2535:236-237) ได้ให้ข้อเสนอแนะในทำนองเดียวกับ ดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2539:110) ว่า นอกจากการส่งเสริมและสนับสนุนในด้านข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับสุขภาพ เศรษฐกิจและการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม สำหรับผู้ที่เตรียมตัวเกษียณอายุแล้ว หน่วยงานควรสนับสนุนและส่งเสริมการจัดกิจกรรมการเตรียมการเกษียณอายุราชการให้สอดคล้องกับความต้องการของบุคลากรอีกด้วย อาทิ เช่น

1) กิจกรรมส่งเสริมด้านสุขภาพอนามัย เช่น การตรวจสุขภาพ การออกกำลังกาย โภชนาการ และนันทนาการเพื่อเสริมสร้างสุขภาพจิต และสุขภาพกาย

2) กิจกรรมส่งเสริมด้านอาชีพ เช่น ศึกษาดูงานการประกอบอาชีพต่าง ๆ เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาชีพสำรอง และแหล่งสนับสนุนการทำงานของข้าราชการที่เกษียณอายุราชการ

3) กิจกรรมส่งเสริมด้านการมีส่วนร่วมในสังคม เช่น ศึกษาดูงานอาสาสมัครต่างๆ ในสังคม อาทิ อาสาสมัครสาธารณสุข นอกจากนี้อาจจัดโครงการทัศนศึกษา โดยร่วมกับหน่วยงานอื่นเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูล และสร้างความเคยชินให้กับบุคลากรก่อนเกษียณอายุด้วย

4) กิจกรรมบริการให้คำปรึกษาแนะนำทั้งก่อนและหลังการเกษียณอายุราชการ ในด้านสุขภาพกายและจิต ด้านเศรษฐกิจ ด้านการมีส่วนร่วมในสังคม ความรู้เรื่องกฎหมาย และการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

นอกจากนี้ ศิราศ หัตถายทอง (2530:221-222) ก็ได้ให้ทัศนะเพิ่มเติมว่า หน่วยงานต่าง ๆ ทั้งของรัฐบาลและเอกชน ควรจัดโครงการให้ความรู้เพื่อเตรียมรับการเกษียณอายุแก่บุคคลที่อยู่ในวัยใกล้เกษียณ เนื่องจากกระบวนการปรับตัวต้องใช้เวลาาน ดังนั้นควรจัดโครงการให้ความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจและสังคมของผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพ โภชนาการ การวางแผนเกี่ยวกับรายได้และรายจ่ายและการใช้เวลาว่าง ซึ่งควรจัดโครงการดังกล่าวให้กับบุคลากรก่อนที่จะเผชิญเสียแต่เนิ่น ๆ เพื่อจะได้ไม่ประสบปัญหาการปรับตัวอย่างกระทันหัน

กล่าวโดยสรุป การเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุ นั้นเป็นสิ่งที่สำคัญและจำเป็น ซึ่งนอกจากโดยส่วนบุคคลจะเตรียมตัวด้วยตัวเองแล้ว หน่วยงานก็จัดเป็นตัวแปรที่สำคัญในการส่งเสริมสนับสนุนให้บุคลากรได้เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุอีกทางหนึ่ง ด้วยเหตุนี้การส่งเสริมในเรื่องการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ จึงเป็นเรื่องที่สำคัญที่หน่วยงานควรนำมาพิจารณาเป็นอย่างยิ่ง เพื่อเป็นการสร้างขวัญและกำลังใจแก่ข้าราชการ นอกจากนี้ยังส่งผลต่อประสิทธิภาพการทำงาน และลดภาระของครอบครัวและสังคมในการดูแลผู้สูงอายุในอนาคต ซึ่งนับวันจะเพิ่มจำนวนมากขึ้นอันอาจเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาประเทศชาติได้

4. แนวคิดเกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์

ความต้องการของมนุษย์นั้นมีมากมายและแตกต่างกันออกไป เนื่องจากความแตกต่างระหว่างบุคคล อาทิ เพศ สรีระทางร่างกาย สติปัญญาและความสามารถพิเศษ อารมณ์ สังคม ความรู้และประสบการณ์ จึงทำให้บุคคลมีความสนใจและมีความต้องการแตกต่างกันออกไป (นิภา แก้วศรีงาม, 2527:15-18) ซึ่ง มาสโลว์ (Maslow, 1954:52) ได้จำแนกความต้องการของมนุษย์ไว้ดังนี้

1) ความต้องการทางร่างกาย (Physiological Needs) เป็นความต้องการที่ทุกคนต้องการ ได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค เป็นต้น

2) ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Safety Needs) คือความต้องการที่จะได้รับการป้องกันอันตรายและการคุกคามต่าง ๆ รวมถึงการแสวงหาความมั่นคงด้วย

3) ความต้องการความรักและความเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Love and Belonging Needs) ได้แก่ ความต้องการเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคม เช่น ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว การเป็นสมาชิกของสมาคม กลุ่มสโมสร และชมรมใดชมรมหนึ่งเช่น ชมรมพระเครื่องและวัตถุโบราณ ชมรมถ่ายภาพ กลุ่มสตรี สมาคมศิษย์เก่า สโมสรไลออนส์ ฯลฯ เป็นต้น นอกจากนี้ยังต้องการการยอมรับจากสมาชิกหรือเพื่อนในกลุ่มด้วย

4) ความต้องการเกียรติ ความเคารพนับถือ และการยกย่องจากบุคคลอื่นและความภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem Needs) คนทุกคนต้องการชื่อเสียง และคำยกย่อง รวมถึงการยอมรับนับถือในความสามารถของตนด้วย

5) ความต้องการที่จะเป็นบุคคลโดยสมบูรณ์ (Self-Actualization Needs) หมายถึง การมีเอกลักษณ์ มีศักยภาพ (Potentialities) พึงพอใจในความสำเร็จของตนเอง การตัดสินใจได้ด้วยตนเอง และสามารถบรรลุเป้าหมายของตนได้ รวมถึงความมีปัญญา มีความคิดสร้างสรรค์ ความกล้าหาญ ความรอบรู้ ความซื่อตรง ความรัก และความไม่เห็นแก่ตัว

จะเห็นได้ว่า ความต้องการของมนุษย์ตามหลักคิดของมาสโลว์ (Maslow) นั้นจะเริ่มต้นจากความต้องการด้านร่างกายก่อน เมื่อความต้องการด้านนี้ได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการด้านอื่น ๆ จะตามมาตามลำดับ ซึ่งเป็นไปตามข้อสมมติฐานของแนวคิดความต้องการของมนุษย์ตามลำดับขั้นดังกล่าว

มัวร์เรย์ (Murray, Quoted in Hjelle, 1985 อ้างในมาลี ใหญ่สูงเนิน, 2535:57) กล่าวว่า ความต้องการของมนุษย์ มี 2 ชนิด คือ

1) ความต้องการพื้นฐาน (Viscerogenic needs or primary needs) เป็นความต้องการด้านชีวภาพ เช่น ต้องการอาหาร น้ำ อากาศ และกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตที่จำเป็น เป็นต้น

2) ความต้องการด้านจิตใจ (Psychogenic needs) เช่น ความต้องการความรักใคร่ ความอบอุ่น เป็นต้น

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า โดยทั่วไปแล้วบุคคลจะมีความต้องการแตกต่างกันตามลักษณะความแตกต่างระหว่างบุคคล แต่ส่วนใหญ่อาจกล่าวได้ว่าบุคคลแต่ละคนนั้น จะมีความต้องการเหมือนกันใน 3 ลักษณะ คือ

1) ความต้องการทางกายภาพ ซึ่งเป็นความต้องการเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ อาทิ ความต้องการ อาหาร การพักผ่อน การออกกำลังกาย เป็นต้น

2) ความต้องการด้านจิตใจ เช่น ความรัก ความอบอุ่น ความปลอดภัยและความสุข เป็นต้น

3) ความต้องการด้านสังคม เช่น ความต้องการการยอมรับ ความเคารพนับถือ และต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม เป็นต้น

ผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณก็นับว่าเป็นบุคคลอีกกลุ่มหนึ่งที่มีความต้องการแตกต่างไปจากบุคคลในวัยอื่นเนื่องจากปัญหาและผลกระทบจากการเกษียณอายุทำให้บุคคลที่อยู่ในวัยเกษียณอายุนี้นี้ประสบปัญหาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมรวมถึงด้านเศรษฐกิจด้วยซึ่ง กุลยา ตันติผลาชีวะ (2524:42-43) ได้กล่าวถึงความต้องการของบุคคลในวัยเกษียณอายุ ดังนี้ คือ

- 1) ต้องการครอบครัวที่อบอุ่น
- 2) ต้องการเข้าร่วมสนุกกับเพื่อนตามปกติ
- 3) ต้องการการยอมรับนับถือ
- 4) ต้องการมีส่วนร่วมหรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคม
- 5) ต้องการทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม
- 6) ต้องการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์หรือเกิดความพึงพอใจแก่ตนทุกวิถีทาง
- 7) ต้องการแสดงออกในผลสำเร็จของตนเอง
- 8) ต้องการการดูแลและป้องกันสุขภาพที่ดี
- 9) ต้องการการดูแลทางด้านจิตใจที่ดี
- 10) ต้องการความสงบทางจิตใจ

ศรีทัฬหิม พานิชพันธ์ (2525:28) ก็มีแนวคิดเกี่ยวกับความต้องการของผู้เกษียณอายุในทำนองเดียวกับสุธีรา นุ้ยจันทร์ (2530:16-17) ดังนี้คือ

1) ความต้องการการสนับสนุนจากครอบครัว ผู้เกษียณอายุนั้นต้องการความเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว แต่จากแนวโน้มสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้น้ำหนักของครอบครัวเปลี่ยนจากครอบครัวขยายไปเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ซึ่งอาจทำให้ผู้เกษียณอายุอาจถูกปล่อยให้อยู่อย่างโดดเดี่ยว ดังนั้นบุคคลในครอบครัวควรระลึกและเข้าใจถึงความต้องการความรัก ความใกล้ชิด ความยกย่องนับถือและเห็นคุณค่าของผู้เกษียณดังกล่าวด้วย

2) ความต้องการการประกันรายได้ เนื่องจากรายได้อาจลดลงจากการเกษียณ ซึ่งหากผู้เกษียณอายุได้มีประกันสังคม หรือบำเหน็จบำนาญ ก็จะช่วยให้อาจดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข มีความมั่นคง และไม่เป็นการระของบุตรหลานและครอบครัว

3) ความต้องการมีส่วนร่วมในสังคม ซึ่งผู้เกษียณอายุราชการต้องการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลในชุมชนและต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมตลอดจนการยอมรับนับถือจากเพื่อนบ้านและบุคคลในสังคม

4) ความต้องการที่จะลดการพึ่งพาคนอื่นให้น้อยลงไม่ให้เป็นภาระของบุตรหลาน หากครอบครัวและสังคมได้ส่งเสริมให้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในครอบครัวและสังคม อาจจะเป็นการช่วยให้ผู้สูงอายุรู้จักพึ่งตนเอง ไม่เป็นภาระแก่สังคมได้

5) ความต้องการที่จะมีความรู้เรื่องการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุและการดูแลสุขภาพ สุขภาพ รวมถึงความรู้และประสบการณ์ใหม่ ๆ ในสังคมเพื่อปรับตัวให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายตามวัยและสิ่งแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม

นอกจากนี้ พอยด์ทรีแนท (Poitrenad, 1980 อ้างในอุษา ศาสตร์ภักดี, 2536:46) ได้กล่าวถึงความต้องการของบุคคลในวัยต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยเกษียณอายุ ว่ามีความต้องการในด้านต่าง ๆ ดังนี้คือ

- 1) ชีวิตการทำงาน (Professional life)
- 2) ความรู้สึกทางอารมณ์ (Sentimental life)
- 3) ชีวิตครอบครัว (Family life) เป็นความต้องการความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว
- 4) ชีวิตสังคม (Social life) มีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของสังคม
- 5) การใช้เวลาว่าง (Leisure Activities) เพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนตามความสนใจและความถนัด

กล่าวโดยสรุป จากแนวคิดเกี่ยวกับความต้องการของผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุ หากเปรียบเทียบกับความต้องการของบุคคลโดยทั่วไปแล้ว จะเห็นว่า ผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุนี้นักมีความต้องการในด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคม มากกว่าในด้านปัจจัยสี่ ซึ่งบุคคลที่จะช่วยสนองความต้องการของผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุนี้นี้ได้ก็คือ บุคคลที่ใกล้ชิดซึ่งอาจเป็นบุคคลในครอบครัว เพื่อนสนิท เพื่อนบ้านหรือเพื่อนร่วมงาน ตลอดจนบุคคลในสังคมที่ทำการกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน (รัชนี้ เต็มอุดม, 2539:38)

5. แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม

5.1 ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม

การสนับสนุนทางสังคมเป็นแนวคิดที่แสดงถึงความต้องการพื้นฐานของบุคคลทางสังคมที่ต้องการติดต่อหรือได้รับการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคม ซึ่งจะได้รับจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น (Thoits, 1982:146)

ลิน และคณะ (Lin et al., 1979:108) อธิบายว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นการติดต่อของบุคคลเป็นรายบุคคล รายกลุ่ม หรือชุมชนขนาดใหญ่ และการติดต่อนี้จะทำ

ให้บุคคลแสดงออกในด้านการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม เกิดความรู้สึกเป็นเจ้าของหรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคมด้วย

เฮาส์ (House, 1981:14) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นพฤติกรรมการช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ ได้แก่ การสนับสนุนด้านอารมณ์ การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร การสนับสนุนด้านสิ่งของหรือบริการ และการสนับสนุนด้านการประเมิน

แคปแลนและคณะ (Kaplan et al., 1977 Quoted in Thoits, 1982:149) ได้ให้ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม ไว้ 2 แนวทาง คือ

1. การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ความพึงพอใจต่อความจำเป็นพื้นฐานทางสังคมในแต่ละคนเช่น การยกย่อง การให้ความช่วยเหลือ การได้รับความเห็นใจซึ่งได้รับการติดต่อสัมพันธ์กับคนในกลุ่มสังคม

2. การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ความสัมพันธ์ที่บุคคลนั้นสามารถจะได้รับความช่วยเหลือจากการสนับสนุน คือ บุคคลที่มีความสำคัญต่อบุคคลนั้น

บุญเยี่ยม ตระกูลวงศ์ (2528:15) ให้ความหมายของการสนับสนุนทางสังคมว่า หมายถึง สิ่งที่ได้รับแรงสนับสนุนได้รับความช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสาร วัสดุ สิ่งของ หรือการสนับสนุนด้านจิตใจจากผู้ให้การสนับสนุน ซึ่งอาจเป็นบุคคลหรือกลุ่ม ได้แก่ บุคคลในครอบครัว เช่น บิดา มารดา สามีภรรยา ญาติ เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เป็นต้น

จะเห็นได้ว่าการสนับสนุนทางสังคมนั้นมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมของมนุษย์มาก เนื่องจากการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมนั้นต้องพึ่งพาอาศัยกันและกัน มีการช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นความรู้สึกต่าง ๆ ซึ่งกันและกันเพื่อให้เกิดความรู้สึกมั่นคง เป็นที่รักและเป็นที่ต้องการ ซึ่งเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่เป็นภาวะวิกฤตหรือมีความเครียดเกิดขึ้น การสนับสนุนทางสังคมที่เพียงพอจากแหล่งสนับสนุนที่บุคคลนั้นมีอยู่ จะช่วยบรรเทาความรุนแรงหรือการป้องกันไม่ให้ความเครียดนั้นมากกระทบจนเกิดความผิดปกติได้ (จินตนา ยูนิพันธ์, 2529:4)

จากแนวความคิดต่าง ๆ ดังกล่าวอาจสรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลมีการติดต่อปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นและได้รับการตอบสนองความต้องการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมโดยทำให้บุคคลที่ได้รับการสนับสนุนนั้นสามารถเผชิญกับภาวะวิกฤติและนำมาซึ่งสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีได้ โดยการสนับสนุนทางสังคมนี้อาจเป็นตัวช่วยลดความเครียดทำให้บุคคลสามารถเผชิญกับปัญหาและแก้ไขปัญหานั้นได้ ทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าเป็นที่ยอมรับจากบุคคลอื่น และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ด้วย

5.2 รูปแบบของการสนับสนุนทางสังคม

การสนับสนุนทางสังคมมีแนวคิดที่หลากหลาย ดังนั้นการศึกษาเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมจึงจำเป็นต้องพิจารณารวมกันหลายด้าน (Thoits, 1982:147) ซึ่งนักวิชาการต่าง ๆ ได้แบ่งรูปแบบของพฤติกรรมของการสนับสนุนทางสังคม ไว้ดังนี้

ฮับบาร์ด และคณะ (Hubbard et al., 1984:255) ได้แบ่งรูปแบบของการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1) การตอบสนองความต้องการด้านร่างกาย อาทิ

1.1) การช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำต่าง ๆ ซึ่งเป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน

1.2) การช่วยเหลือด้านเงินทอง สิ่งของ แรงงาน

2) การตอบสนองความต้องการด้านอารมณ์ อาทิ

2.1) การได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ มีความใกล้ชิดสนิทสนม ความผูกพันและความไว้วางใจซึ่งกันและกัน

2.2) การได้รับการยอมรับ ยกย่องและมีผู้เห็นคุณค่า ได้รับการทักทาย และการแสดงความเคารพจากผู้อื่น การยอมรับต่อการแสดงออก

3) การตอบสนองความต้องการด้านสังคม อาทิ การได้รับการยอมรับในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของสังคม การมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม และความรู้สึกเป็นเจ้าของสังคม

ไวส์ (Weiss, 1974 อ้างในใจไล ไทยเสวี, 2539:60) แบ่งชนิดของการสนับสนุนทางสังคมไว้ 5 ชนิด ได้แก่

1) ความใกล้ชิด ซึ่งจะส่งผลต่ออารมณ์โดยรวม มักได้รับจากบุคคลที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิด เช่น คู่สมรส สมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อน เป็นต้น

2) การมีส่วนร่วมในสังคม แสดงถึงการเข้ามามีส่วนร่วมกันของคนที่มีสภาพคล้ายคลึงกันซึ่งความสัมพันธ์กลุ่มนี้มักพบในกลุ่มเพื่อน

3) พฤติกรรมการดูแลรับผิดชอบจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีความสัมพันธ์ในลักษณะที่ต้องดูแลรับผิดชอบ คนอื่น

4) การได้รับการยอมรับ เกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีพฤติกรรมที่สามารถกระทำได้ตามบทบาทของตน จะทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง

5) การได้รับความช่วยเหลือ โดยเฉพาะที่เกิดจากความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดจะก่อให้เกิดการช่วยเหลือที่ยาวนานได้

เฮาส์ (House, 1981:15-26) มีแนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม ทำนองเดียวกับโครเนนเวลท์ (Cronenwelt, อ้างใน สุรพล ไชยเสนาะ, 2536:35) โดยกล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ประกอบด้วยการสนับสนุน 4 ชนิด คือ

1) การสนับสนุนด้านอารมณ์ เป็นความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ ดูแลเอาใจใส่ มีความรักความผูกพัน

2) การสนับสนุนด้านการยอมรับและเห็นคุณค่า เป็นการประเมินเปรียบเทียบพฤติกรรม เช่น การเห็นพ้อง การรับรอง การให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อนำไปใช้ในการประเมินตนเองหรือเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่นที่อยู่ในสถานการณ์คล้ายกัน ทำให้เกิดความมั่นใจ

3) การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร เป็นการให้ข้อมูล คำแนะนำ ข้อเท็จจริง แนวทางเลือกหรือแนวทางปฏิบัติซึ่งสามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ได้

4) การสนับสนุนด้านการเงินหรือแรงงาน เป็นการช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นของตน เช่น เงินทอง แรงงาน หรือเวลา เป็นต้น

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า การสนับสนุนทางสังคมในรูปแบบต่าง ๆ นั้นสามารถครอบคลุมการตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานที่มนุษย์ทุกคนต้องการเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะผู้เกษียณอายุซึ่งมีความต้องการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ดังนั้นการสนับสนุนทางสังคมจึงครอบคลุมด้านการตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานของผู้เกษียณ ดังนี้คือ

1) ความจำเป็นพื้นฐานด้านร่างกาย ได้แก่ การช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสาร คำปรึกษาแนะนำต่าง ๆ ตลอดจนความช่วยเหลือด้านเงินทอง สิ่งของ แรงงาน และการรับบริการต่าง ๆ เป็นต้น

2) ความจำเป็นพื้นฐานด้านอารมณ์ ได้แก่ การได้รับการตอบสนองด้านอารมณ์ การได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ ความสนิทสนม ความผูกพันและความไว้วางใจ การได้รับการยอมรับและมีผู้เห็นคุณค่า และการได้รับความเคารพจากผู้อื่น เป็นต้น

3) ความจำเป็นพื้นฐานด้านสังคม ได้แก่ การได้รับการตอบสนองในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของสังคม การมีส่วนร่วมในสังคมและความรู้สึกเป็นเจ้าของสังคมของตน เป็นต้น

5.3 ระดับของการให้การสนับสนุนทางสังคม

ก๊อตต์เลป (Gottlieb, 1985 อ้างใน ยวดี กฤษวัฒนากรณ์, 2537:51) ได้แบ่งระดับของการให้การสนับสนุนทางสังคม เป็น 3 ระดับ คือ

1) ระดับมหภาค (Macro level) เป็นการเข้าร่วมและมีส่วนร่วมในสังคมโดยพิจารณาจากลักษณะความสัมพันธ์ของบุคคลกับสถาบันในสังคม การเข้าร่วมกลุ่มต่าง ๆ ของบุคคลทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ รวมถึงการดำเนินวิถีชีวิตในสังคมของบุคคลด้วย

2) ระดับกลุ่มเครือข่ายหรือระดับกลาง (Mezzo level) เป็นการเน้นถึงบุคคลที่มีสัมพันธ์ภาพกันอย่างสม่ำเสมอ อาทิ กลุ่มเพื่อนสนิท ชนิดของแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับนี้

คือ การให้คำแนะนำ การช่วยเหลือทางด้านวัตถุ ความเป็นมิตร การสนับสนุนทางอารมณ์และการยกย่อง

3) ระดับจุลภาค (Micro level) เป็นการพิจารณาความสัมพันธ์ของบุคคลที่มีความใกล้ชิดสนิทสนมกันมากที่สุด โดยมีความเชื่อว่า คุณภาพของความสัมพันธ์มีความสำคัญมากกว่าปริมาณ แหล่งของการสนับสนุน ได้แก่ คู่สมรส บุตรและสมาชิกในครอบครัว ซึ่งมีความใกล้ชิดทางอารมณ์มากที่สุด โดยการแสดงออกถึงความรักและความห่วงใยซึ่งเป็นการให้การสนับสนุนทางจิตใจ

5.4 แหล่งของการสนับสนุนทางสังคม

อุบล นิวัติชัย (2527:285) ได้อ้างถึงแนวคิดของแคปแลน (Kaplan) ในการจำแนกกลุ่มบุคคลซึ่งเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมไว้ 3 กลุ่ม คือ

1) กลุ่มผู้ที่มีความผูกพันกันตามธรรมชาติ (Spontaneous or Natural Supportive System) ซึ่งประกอบด้วยบุคคล 2 ประเภท คือ

1.1) ประเภทครอบครัวสายตรง อันได้แก่ พ่อ แม่ ลูก ญาติพี่น้อง

1.2) ประเภทคนใกล้ชิด ได้แก่ เพื่อน เพื่อนบ้าน และเพื่อนในที่ทำงาน

2) องค์กรและสมาคมที่ให้การสนับสนุน (Organize support)

3) กลุ่มผู้ช่วยเหลือนวิชาชีพ (Professional health care workers) หมายถึงบุคคลที่อยู่ในวงการส่งเสริม ป้องกัน รักษาฟื้นฟูสมรรถภาพของประชาชนโดยอาชีพ

นอกจากนี้ ภัทรพงษ์ ประกอบผล (2534:41-45) ได้อ้างถึงแม็คเอลวิน (Mc Elveen) ที่ได้แสดงความเห็นเกี่ยวกับแหล่งสนับสนุนทางสังคมว่า ครอบครัวและญาติพี่น้องเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่มีความสำคัญและใกล้ชิดกับบุคคลมากที่สุด โดยจะมีการติดต่อกันบ่อยครั้ง มีโอกาสแลกเปลี่ยนสิ่งของ บริการข้อมูลข่าวสาร และช่วยเหลือในการแก้ปัญหาและตัดสินใจซึ่งกันและกัน รองลงมาจะเป็นกลุ่มเพื่อน อย่างไรก็ตาม ความต้องการสนับสนุนทางสังคม จากแหล่งอื่น ๆ จะขึ้นอยู่กับภาวะสุขภาพและความต้องการของบุคคลเป็นสำคัญ

กล่าวโดยสรุปการสนับสนุนทางสังคมนั้น สามารถครอบคลุมถึงการตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์และสังคม ซึ่งการสนับสนุนในด้านต่าง ๆ นั้นล้วนมีผลต่อการส่งเสริมภาวะสุขภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ขณะเดียวกันก็ช่วยให้บุคคลมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และมีส่วนร่วมในสังคมโดยเฉพาะผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุ เนื่องจากในวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ตลอดจนรายได้ ซึ่งหากได้รับการสนับสนุน ก็จะช่วยส่งเสริมให้ผู้เกษียณอายุสามารถปรับตัว และดำรงชีวิตภายหลังเกษียณได้อย่างมีความสุข (จินตนา ยูนิพันธ์, 2529:35) ดังนั้นผู้เกษียณอายุจึงจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนทางสังคมให้เพียงพอและครอบคลุมการตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานด้านร่างกาย ซึ่ง

เป็นความช่วยเหลือทางด้านข้อมูลข่าวสารหรือคำแนะนำปรึกษาต่างๆ และการได้รับบริการ ความจำเป็นพื้นฐานด้านอารมณ์ ได้แก่ การได้รับการตอบสนองความต้องการด้านอารมณ์ การได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ ความสนิทสนม ความผูกพัน และความไว้วางใจ การได้รับการยอมรับและมีผู้เห็นคุณค่า การได้รับความเคารพจากผู้อื่นและความจำเป็นพื้นฐานด้านสังคม คือ การได้รับการตอบสนองในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของสังคม การมีส่วนร่วมในสังคม และความรู้สึกเป็นเจ้าของของสังคมของตน ซึ่งหากบุคคลโดยเฉพาะผู้ที่เตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุได้รับการตอบสนองความต้องการในด้านต่างๆ อย่างพอเพียงก็จะสามารถช่วยลดความเครียด และสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมและเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงไป นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีในวัยสูงอายุได้

6. แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมของผู้เกษียณอายุ

การสนับสนุนทางสังคมของผู้เกษียณอายุ มีความสำคัญในการตอบสนองความต้องการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม สำหรับผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุเป็นอย่างมาก เพราะนอกจากจะช่วยในการปรับตัวต่อการเกษียณอายุของบุคคลแล้วยังเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอีกด้วย โดยเฉพาะข้าราชการซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่มีสถานภาพทางสังคมสูง หากไม่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมที่ดีพออาจมีปัญหาในการปรับตัวภายหลังเกษียณได้โดยเฉพาะในสภาพทางสังคมและเศรษฐกิจในปัจจุบัน ซึ่งทำให้บุคคลมีความสัมพันธ์กับครอบครัวและสังคมน้อยลง จึงอาจส่งผลต่อการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุได้ นอกจากนี้การสนับสนุนทางสังคมก็มีส่วนสำคัญในการเตรียมความพร้อมของบุคคลเพื่อเผชิญกับการเกษียณอายุ และส่งผลต่อเนื่องระยะยาวถึงการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณด้วย ดังนั้นผู้ศึกษาจึงมีความสนใจในการศึกษาเกี่ยวกับแหล่งสนับสนุนทางสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ครอบครัว เพื่อนและกิจกรรมทางสังคมว่าจะมีส่วนช่วยสนับสนุนและส่งเสริมให้บุคคลได้มีการเตรียมความพร้อม เพื่อเผชิญกับภาวะการเกษียณหรือไม่ โดยศึกษาในประเด็นเกี่ยวกับสัมพันธ์ภาพในครอบครัว สัมพันธ์ภาพกับเพื่อน และการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

6.1 แนวคิดเกี่ยวกับครอบครัวและสัมพันธ์ภาพในครอบครัว

ในสังคมทั่วไป ถือว่า ครอบครัวเป็นสถาบันที่สำคัญที่สุด เนื่องจากเป็นสังคมกลุ่มแรกที่ทุกคนต้องเผชิญตั้งแต่แรกเกิด จนกระทั่งเสียชีวิต หน้าที่ของครอบครัวมีอยู่หลายประการ อาทิ สร้างสรรค์สมาชิกใหม่ เลี้ยงดูผู้เยาว์ให้เจริญเติบโตในสังคม ให้ความรักความอบอุ่น ซึ่งถือว่าเป็นแหล่งที่ให้กำลังใจ ให้ความรัก ความอบอุ่น และความมั่นคงในด้านจิตใจแก่สมาชิก ขณะเดียวกันครอบครัวก็มีความสำคัญและมีความหมายต่อผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก เนื่องจากมีอิทธิพลต่อภาวะจิตใจ โดยเป็นแหล่งที่ให้ความรัก ความอบอุ่น ความปลอดภัย ความไว้วางใจแก่ผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ต้องการการดูแลและการสนับสนุนด้านต่าง ๆ จากครอบครัว เช่น ด้าน

เป็นความช่วยเหลือทางด้านข้อมูลข่าวสารหรือคำแนะนำปรึกษาต่างๆ และการได้รับบริการ ความจำเป็นพื้นฐานด้านอารมณ์ ได้แก่ การได้รับการตอบสนองความต้องการด้านอารมณ์ การได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ ความสนิทสนม ความผูกพัน และความไว้วางใจ การได้รับการยอมรับและมีผู้เห็นคุณค่า การได้รับความเคารพจากผู้อื่นและความจำเป็นพื้นฐานด้านสังคม คือ การได้รับการตอบสนองในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของสังคม การมีส่วนร่วมในสังคม และความรู้สึกเป็นเจ้าของสังคมของตน ซึ่งหากบุคคลโดยเฉพาะผู้ที่เตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุได้รับการตอบสนองความต้องการในด้านต่างๆ อย่างพอเพียงก็จะสามารถช่วยลดความเครียด และสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมและเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงไป นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีในวัยสูงอายุได้

6. แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมของผู้เกษียณอายุ

การสนับสนุนทางสังคมของผู้เกษียณอายุ มีความสำคัญในการตอบสนองความต้องการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม สำหรับผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุเป็นอย่างมาก เพราะนอกจากจะช่วยในการปรับตัวต่อการเกษียณอายุของบุคคลแล้วยังเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอีกด้วย โดยเฉพาะข้าราชการซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่มีสถานภาพทางสังคมสูง หากไม่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมที่ดีพออาจมีปัญหาในการปรับตัวภายหลังเกษียณได้โดยเฉพาะในสภาพทางสังคมและเศรษฐกิจในปัจจุบัน ซึ่งทำให้บุคคลมีความสัมพันธ์กับครอบครัวและสังคมน้อยลง จึงอาจส่งผลต่อการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุได้ นอกจากนี้การสนับสนุนทางสังคมก็มีส่วนสำคัญในการเตรียมความพร้อมของบุคคลเพื่อเผชิญกับการเกษียณอายุ และส่งผลกระทบต่อระยะยาวถึงการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณด้วย ดังนั้นผู้ศึกษาจึงมีความสนใจในการศึกษาเกี่ยวกับแหล่งสนับสนุนทางสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ครอบครัว เพื่อนและกิจกรรมทางสังคมว่าจะมีส่วนช่วยสนับสนุนและส่งเสริมให้บุคคลได้มีการเตรียมความพร้อม เพื่อเผชิญกับภาวะการเกษียณหรือไม่ โดยศึกษาในประเด็นเกี่ยวกับสัมพันธ์ภาพในครอบครัว สัมพันธ์ภาพกับเพื่อน และการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

6.1 แนวคิดเกี่ยวกับครอบครัวและสัมพันธ์ภาพในครอบครัว

ในสังคมทั่วไป ถือว่า ครอบครัวเป็นสถาบันที่สำคัญที่สุด เนื่องจากเป็นสังคมกลุ่มแรกที่ทุกคนต้องเผชิญตั้งแต่แรกเกิด จนกระทั่งเสียชีวิต หน้าที่ของครอบครัวมีอยู่หลายประการ อาทิ สร้างสรรค์สมาชิกใหม่ เลี้ยงดูผู้เยาว์ให้เจริญเติบโตในสังคม ให้ความรักความอบอุ่น ซึ่งถือว่าเป็นแหล่งที่ให้กำลังใจ ให้ความรัก ความอบอุ่น และความมั่นคงในด้านจิตใจแก่สมาชิก ขณะเดียวกันครอบครัวก็มีความสำคัญและมีความหมายต่อผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก เนื่องจากมีอิทธิพลต่อภาวะจิตใจ โดยเป็นแหล่งที่ให้ความรัก ความอบอุ่น ความปลอดภัย ความไว้วางใจแก่ผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ต้องการการดูแลและการสนับสนุนด้านต่าง ๆ จากครอบครัว เช่น ด้าน

อารมณ์และด้านเศรษฐกิจ นอกจากนี้ยังมีความต้องการความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวและต้องการการติดต่อกับญาติพี่น้อง ลูกหลานด้วย (สุรกุล เจนอบรม, 2534:89; Friedman, 1981:29)

ชานาสและซัสแมน (Shanas & Sussman, 1981:211) ให้ความหมายของครอบครัวว่า คือกลุ่มบุคคลที่ผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ด้วย โดยทางสายเลือดหรือด้วยการแต่งงาน ประกอบด้วย คู่สมรส บุตร หลานและยังรวมถึงพี่ น้อง เขย สะใภ้ ซึ่งรวมเป็นเครือญาติครอบครัว (Family Network) จะเป็นผู้ตอบสนองความต้องการบริการ ความช่วยเหลือและข่าวสารแก่ผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของเสนอ อินทรสุขศรี (2528:1) และสุพัตรา สุภาพ(2534:3) ที่กล่าวว่าครอบครัวนอกจากจะประกอบด้วยพ่อ แม่ลูกแล้ว ยังรวมถึงคนอื่นๆ อันได้แก่ ปู่ ย่า ตา ยาย หรือญาติ ซึ่งถือว่าเป็นสมาชิกในครอบครัวอีกด้วย ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า ครอบครัวเป็นกลุ่มของเครือญาติกลุ่มหนึ่งซึ่งอยู่หลังคาบ้านเดียวกัน หรืออยู่ในรั้วบ้านเดียวกัน (สนิท สมักรการ, 2519:5) ซึ่งหากมองในระบบสังคมแล้ว จะถือว่าครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานทางสังคมที่เล็กที่สุด เพราะครอบครัวที่อบอุ่นจะช่วยส่งเสริม และพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้แก่สมาชิกในครอบครัวได้ (จิตรา วสุวานิช, 2530:45)

6.1.1 ประเภทของครอบครัว

เมอร์ด็อก (Murdock ,อ้างในสุพัตรา สุภาพ,2534:32) แบ่งประเภทของครอบครัวออกเป็น 3 ประเภท คือ

- 1) ครอบครัวเดี่ยวหรือครอบครัวขนาดเล็ก (Nuclear Family) ซึ่งประกอบด้วยสามี ภรรยา และลูก (ซึ่งอาจเป็นบุตรบุญธรรมก็ได้)
- 2) ครอบครัวขยาย (Extended Family) เป็นครอบครัวขนาดใหญ่ซึ่งนอกจากจะประกอบด้วยครอบครัวเดี่ยวอันหมายถึงพ่อ แม่ ลูก แล้วยังประกอบด้วยญาติพี่น้องเช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา ฯลฯ ซึ่งอยู่ภายใต้หลังคาเดียวกัน หรือเขตบ้านเดียวกัน
- 3) ครอบครัวที่มีภรรยาหลายคน (Polygamous Family) ครอบครัวแบบนี้เป็นครอบครัวเดี่ยว 3 ครอบครัวหรือมากกว่าที่มีสามีหรือพ่อร่วมกัน เช่น สังคมคนจีน อิสลาม

6.1.2 สัมพันธภาพในครอบครัว

สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง สภาพความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในครอบครัวที่มีต่อกันทำให้นักลารู้สึกว่าได้รับความรักและการดูแลเอาใจใส่ มีความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัย อันเกิดจากความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัวโดยความสัมพันธ์ในครอบครัวนั้นเป็นความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เกิดจากการที่สมาชิกในครอบครัวซึ่งประกอบด้วย พ่อ แม่ พี่น้อง มีความรัก ความผูกพัน ความใกล้ชิดสนิทสนม เอาใจใส่เลี้ยงดูกันทำให้เกิดการขัดเกลาทางสังคม (Socialization) เป็นแบบแผนของค่านิยมและการประพฤติปฏิบัติต่อกันและมีผล

ถึงเครือญาติในระดับต่าง ๆ ขณะเดียวกันก็มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลและการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วย

ครีทซ์ทิม (รัตนโกศล) พานิชพันธ์ (2527:32) ได้กล่าวถึงสัมพันธภาพในครอบครัวว่า สัมพันธภาพในครอบครัวเป็นความผูกพันรักใคร่ ความใกล้ชิดคุ้นเคยสนิทสนมระหว่าง บิดา มารดาและบุตร รวมตลอดถึงเครือญาติและบุคคลอื่น ๆ ในครอบครัวที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนนั้น ๆ ด้วย ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวเป็นเรื่องที่สามารถก่อให้เกิดผลดี หรือก่อให้เกิดปัญหาและเป็นมูลเหตุแห่งปัญหาต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับ กมลยา แสงสีทอง (2526:8) ที่กล่าวว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นความสัมพันธ์ตามบทบาทที่ตนเองมีต่อสมาชิกอื่นในครอบครัว ถ้าความสัมพันธ์นั้นมีลักษณะปรองดองกันก็จะถือว่าเป็นลักษณะของสัมพันธภาพที่ดี ในทางตรงกันข้ามหากมีความขัดแย้ง ก็จะถือว่าเป็นลักษณะความสัมพันธ์ที่ไม่ดีในครอบครัว ซึ่งการมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัวเดียวกันนั้น จะต้องมียอดประกอบต่าง ๆ ดังนี้ (Weiss, 1974 อ้างในฉวีวรรณ แก้วพรหม, 2530:45; สุธีรา นุ้ยจันทร์, 2530:21-22)

- 1) ความใกล้ชิดสนิทสนม มีความรักใคร่ผูกพันทางอารมณ์ต่อกัน ไม่มีการขัดแย้งบาดหมางใจกัน
- 2) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของครอบครัว มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน
- 3) พฤติกรรมในการดูแลรับผิดชอบและช่วยเหลือเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน
- 4) การยอมรับซึ่งกันและกัน

นอกจากนี้ มอร์โรว์ และวิลสัน (Morrow and Wilson, 1961 อ้างในพวงผกา ชื่นแสงเนตร, 2538:34) ได้กล่าวถึง สัมพันธภาพในครอบครัว (Family Relation) ว่า ประกอบด้วยการสนับสนุนด้านอารมณ์และสิ่งแวดล้อมในครอบครัว การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีการพักผ่อนหย่อนใจร่วมกันในครอบครัว มีความรักใคร่ผูกพันซึ่งกันและกัน มีความเห็นอกเห็นใจกัน และมีความสามัคคีปรองดองกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวอีกด้วย

ยูริคและคณะ (Yurick et al., 1984 : 31) ก็มีแนวคิดเกี่ยวกับครอบครัวว่า สัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจที่ตนเองได้รับความรัก ความสนใจ ได้รับความเคารพยกย่อง นอกจากนี้ การเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนช่วยบุตรหลานหรือบุคคลในครอบครัว ซึ่งอาจเป็นด้านเศรษฐกิจ การช่วยเหลือกิจกรรมต่างๆ ของครอบครัวหรือการตัดสินใจ จะทำให้ผู้สูงอายุมีความภาคภูมิใจในตนเองมากยิ่งขึ้น และส่งผลให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตได้ ซึ่งจากผลการศึกษาของยุวดี กฤษวัฒนากรณ์ (2537) ก็สอดคล้องกับแนวคิดดังกล่าว โดยพบว่า การสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวในด้านอารมณ์และจิตใจมี

ผลต่อผู้สูงอายุมากที่สุดในขณะที่การศึกษาของวราภรณ์ แสงวัชร (2537) ก็ให้ผลสอดคล้องกัน โดยพบว่าการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวนั้นมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุด้วย นอกจากนี้ การมีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวก็จะเป็นสิ่งที่ช่วยหล่อหลอมให้ผู้สูงอายุพ้นจากความรู้สึกสูญเสีย และการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทำให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้ดีขึ้น (Elipoulou, 1987:43) ซึ่งผลการศึกษาของเบญจมา เลหาพูนรังษี (2534) ก็สนับสนุนทัศนะดังกล่าวโดยพบว่า สัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวนั้นส่งผลต่อการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุของข้าราชการ ดังนั้นจะเห็นได้ว่าสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวนอกจากจะส่งผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุแล้ว ยังส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตภายหลังเกษียณ (เขมิกา ยามะรัตน์, 2527; อุทัยวรรณ กสณตีสกุล, 2536) และส่งผลต่อการมีสุขภาพจิตที่ดีในวัยสูงอายุด้วย (ไฉไล ไชยเสวี, 2539)

สำหรับผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุ การมีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว ก็มีส่วนสำคัญเป็นอย่างยิ่งในการวางแผนเตรียมตัวเกษียณอายุหรือแม้กระทั่งการตัดสินใจเกษียณอายุของบุคคลก็ตาม (Gendler, 1993:1966) ซึ่งอีวาน (Evan, 1985:368) ก็มีแนวคิดสนับสนุนว่า หากบุคคลได้มีโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน เกี่ยวกับเรื่องการเกษียณอายุกับสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้อง ก็จะส่งผลให้บุคคลมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุด้วยตนเองเพิ่มสูงขึ้นด้วย นอกจากนี้การศึกษาของดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2539) ก็พบว่าความสัมพันธ์ในครอบครัวนั้น มีความสัมพันธ์กับการเตรียมการเกษียณอายุของข้าราชการ และการศึกษาของไรเซอร์และเชลดอน (Ryser and Sheldon, 1969 อ้างในกนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ, 2527:48) ก็พบว่าผู้เกษียณอายุที่มีขวัญสูงและมีสุขภาพดีนั้นมีความสัมพันธ์กับครอบครัวที่มีความสุขด้วย

กล่าวโดยสรุป จะเห็นได้ว่า สัมพันธภาพในครอบครัวนั้นมีความสำคัญต่อการสนับสนุนบุคคลมากโดยเฉพาะผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุ หากสัมพันธภาพในครอบครัวเป็นไปในทางที่ดีแล้วก็จะช่วยให้สามารถเตรียมพร้อมในการเผชิญชีวิตภายหลังเกษียณได้ โดยถือว่ายอย่างน้อยก็เป็นการสนับสนุนในด้านจิตใจและอารมณ์ของผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุ เพื่อให้สามารถปรับตัวต่อการเกษียณอายุซึ่งจะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณได้อีกด้วย

6.2 แนวคิดเกี่ยวกับเพื่อนและสัมพันธภาพกับเพื่อน

โดยปกติแล้ว มนุษย์จะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นเสมอไม่ว่าทางตรงก็ทางอ้อม เพราะในความเป็นจริงแล้ว ไม่มีใครที่จะแยกตัวเองออกจากบุคคลอื่นเป็นเวลานาน โดยที่บุคลิกภาพไม่เสื่อม หรือสามารถมีชีวิตรอดอยู่ได้ โดยไม่มีความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Sullivan, 1983:80)

เพื่อน และเพื่อนบ้านเป็นแหล่งของความสัมพันธ์แบบปรองมุกในชีวิตช่วงสุดท้าย เพราะจะให้ความช่วยเหลือและทำให้ผู้สูงอายุได้มีการติดต่อกับโลกภายนอก แม้ว่าจะมีความสำคัญน้อยกว่าบุตรหรือญาติคนอื่น ๆ มิตรภาพจะคงอยู่ตั้งแต่วัยกลางคน จนถึงช่วงสุดท้ายของ

ชีวิต ผู้สูงอายุมักเลือกคบเพื่อนที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน รวมถึงวัยเดียวกันด้วย หากอาศัยอยู่ในละแวกบ้านนั้นนานเท่าไร ก็ยังมีความผูกพันมากขึ้นเท่านั้น (Atchley, 1991:363)

ในวัยเกษียณอายุ บทบาทของเพื่อน จะกลายเป็นเรื่องเด่น โดยเพื่อนจะเพิ่มเครือข่ายทางสังคม และให้ความช่วยเหลือบนพื้นฐานของระบบเครือญาติและอย่างน้อยที่สุด ก็สำคัญต่อความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุเท่า ๆ กับญาติ ผู้สูงอายุที่มีเพื่อนที่ดีคนเดียว จะสามารถต่อสู้กับวัยสูงอายุได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่มีลูกหลานมากมาย แต่ไม่มีเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน นอกจากนี้ ผู้สูงอายุยังได้รับสิ่งที่จะมาทดแทนการทำงานหรือชีวิตแต่งงานจากเพื่อนรุ่นเดียวกันซึ่งมีความต้องการ มีความสนใจ และมีประสบการณ์ร่วมกันอีกด้วย (Blau, 1973 Quoted in Hess and Markson, 1980:277) จากผลการศึกษาของแครนดอลล์ (Crandall, 1980:112) ก็ให้การสนับสนุนที่ตะกั่วกล่าว โดยพบว่า ปัจเจกบุคคลที่มีขวัญสูงไม่ใช่เกิดจากจำนวนบทบาทที่เขามี แต่เกิดจากความสัมพันธ์กับคนที่ใกล้ชิดคุ้นเคยอย่างน้อยหนึ่งคน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของโลเวนทอล และแฮเวน (Lowenthal and Haven, 1968) ที่พบว่า ผู้สูงอายุที่มีความสัมพันธ์อันใกล้ชิดและมั่นคงกับเพื่อนจะมีความสุขและมีความพอใจในชีวิตมากกว่าผู้ที่ไม่มีความสัมพันธ์ดังกล่าว

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า เพื่อนนั้นเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมของผู้เกษียณอายุที่สำคัญอีกส่วนหนึ่งไม่ว่าจะเป็นเพื่อนสนิท เพื่อนบ้าน เพื่อนในที่ทำงานหรือในสังคมที่เข้าร่วมกิจกรรมด้วยกันก็ตาม ซึ่งมีผลในด้านการตอบสนองความต้องการด้านจิตใจและอารมณ์มาก ขณะเดียวกันการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนทั้งในที่ทำงานหรือเพื่อนในสังคม ยังเป็นปัจจัยที่นำไปสู่การเตรียมการเกษียณอายุอีกประการหนึ่งด้วย เพราะการที่ผู้เตรียมการเกษียณได้มีปฏิสัมพันธ์กัน จะทำให้มีความรู้สึกว่าได้เป็นส่วนหนึ่งของสังคม จะมีความเห็นอกเห็นใจกัน ห่วงดีต่อกัน สามารถปรับทุกข์ซึ่งกันและกันได้ (Rosow, 1967 อ้างในมารศรี นุชแสงพลี, 2532:34) โดยเพื่อนวัยเดียวกันจะมีส่วนช่วยในการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ และช่วยในการปรับตัวต่อสถานการณ์และเอกลักษณ์ (Identity) ใหม่ ๆ ของการเข้าสู่วัยสูงอายุได้ (Ward, 1984:45) นอกจากนี้ การศึกษาของดาร์ณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2539) ก็พบว่า ความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนนั้นมีความสัมพันธ์กับการเตรียมการเกษียณอายุของข้าราชการอีกด้วย ดังนั้นจะเห็นได้ว่าเพื่อนนั้นมีความสำคัญต่อบุคคลมาก เพราะนอกจากจะช่วยตอบสนองความต้องการด้านอารมณ์แล้ว เพื่อนยังมีส่วนช่วยให้ผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณได้มีการเตรียมตัวสู่การเป็นผู้สูงอายุอีกด้วย

กล่าวโดยสรุป การมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ทั้งเพื่อนร่วมงาน เพื่อนร่วมกิจกรรมในสังคม เพื่อนบ้านหรือแม้กระทั่งการมีเพื่อนสนิทนั้น ถือว่า เป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมสำหรับผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณที่สำคัญอีกส่วนหนึ่ง เพราะเพื่อนสามารถที่จะสนองความต้องการในด้านจิตใจและอารมณ์ โดยเฉพาะผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณ ซึ่งมีความวิตกกังวลในการเปลี่ยนแปลงในด้านเศรษฐกิจและสังคม ซึ่งกระทบต่อร่างกายและจิตใจเป็นอย่างมาก หากมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ก็จะได้รับความช่วยเหลือในด้านอารมณ์ โดยความสัมพันธ์นี้เองจะทำให้มีความเห็นอก

เห็นใจและปรับทุกข์กันได้โดยเฉพาะในช่วงก่อนเกษียณ ซึ่งเพื่อนจะมีส่วนช่วยให้บุคคลได้มีการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุได้ จากการมีปฏิสัมพันธ์กันทั้งในหน่วยงานและการทำกิจกรรมในสังคม ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่าการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเพื่อน สามารถกระตุ้นให้ผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณได้มีการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุได้เป็นอย่างดี

6.3 แนวคิดเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

จากแนวคิดของทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) เชื่อว่า กิจกรรมทางสังคมเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นสำหรับวัยเกษียณอายุ เนื่องจากทำให้ผู้เกษียณอายุสามารถคงความสามารถในการแสดงบทบาทหรือปฏิบัติกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่อง อันจะทำให้ผู้เกษียณอายุรักษาบทบาทและสถานภาพทางสังคมไว้ได้ในระดับหนึ่ง ซึ่งส่งผลให้รู้สึกมีคุณค่าและมีความภาคภูมิใจในตนเอง สามารถปรับตัวภายหลังเกษียณได้เป็นอย่างดี และมีความพึงพอใจในชีวิตด้วย (Barrow and Smith, 1979:54) ซึ่งจากผลการศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุราชการของกนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527) พบว่า ผู้เกษียณอายุที่มีส่วนร่วมในสังคมมักจะปรับตัวได้ดีกว่าผู้เกษียณที่มีส่วนร่วมในสังคมน้อยและสอดคล้องกับการศึกษาของดัชเชอร์ (Dutcher, 1989) วอลล์ (Walls, 1992) และเชมิกา ยามะรัต (2527) ที่พบว่า การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมนั้นจะส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณ อีกด้วย ดังนั้นการที่ผู้เกษียณอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมจะสามารถช่วยผ่อนคลายความทุกข์ทางใจทำให้ไม่เหงาว่าเหว รู้สึกกระฉับกระเฉงและเห็นว่าตนเองนั้นเป็นประโยชน์ต่อสังคมและช่วยส่งเสริมให้ผู้เกษียณอายุมีสุขภาพจิตที่ดี (ภัทรพร สุขบุษย, 2531:21) แต่หากบุคคลไม่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ซึ่งก็เท่ากับว่า ไม่มีบทบาท (Roleless Role) และไม่มีประโยชน์ต่อสังคม (Barrow and Smith, 1979:53)

การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุนั้นสามารถฟื้นฟูสภาพทางกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมของผู้เกษียณอายุได้ โดยกิจกรรมในสังคมนั้นมักเน้นในด้านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันขณะทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน โดยมีแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) 3 ประการคือ (สุรกุล เจนอบรม, 2534:70)

1) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุนั้นสืบเนื่องมาจาก ผู้สูงอายุมีความสามารถที่จะควบคุมพฤติกรรมของตนและสามารถสร้างสถานการณ์ใหม่ขึ้นมาเป็นเครื่องทดแทนสิ่งที่สูญเสียไป อาทิ การสูญเสียผู้ที่เป็นที่รัก การมีชีวิตที่โดดเดี่ยว ฯลฯ ซึ่งผู้สูงอายุ ก็จะพยายามหากิจกรรมอื่นมาทดแทนและชดเชยในสิ่งที่ขาดไปเหล่านั้น

2) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุนั้น เนื่องจากผู้สูงอายุเชื่อว่ากิจกรรมต่าง ๆ สามารถนำมาชดเชยกับภาระหน้าที่การทำงานที่ต้องหมดความรับผิดชอบลง อาทิ การเกษียณอายุ การที่ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมนั้นก็จะทำให้ได้มีโอกาสพบปะ

กับบุคคลอื่น ๆ และได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น ๆ ซึ่งจะทำให้ตนเองมีความรู้สึกมีคุณค่าในสังคมนั้น ๆ อันเป็นการทดแทนสถานภาพทางสังคมเดิมในขณะที่ทำงานอยู่ได้

3) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ นั้น สืบเนื่องมาจากความต้องการทางด้านจิตใจ และด้านการยอมรับของสังคม ที่มีอยู่ในตัวมนุษย์ตลอดมา ดังนั้นเมื่อผู้สูงอายุขาดความต้องการในด้านใดด้านหนึ่ง ก็จะหาสิ่งอื่นมาทดแทน

นอกจากนี้ ดูวอลล์ (Duvall, 1971 อ้างใน กรรณิการ์ พงษ์สนธิ และคณะ, 2538:331) ยังได้กล่าวถึง กิจกรรมที่ผู้สูงอายุในวัยเกษียณอายุ ควรปฏิบัติตามพัฒนาการของวัย เพื่อจะได้มีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข คือการสร้างความสัมพันธ์อันอบอุ่นกับสมาชิกในครอบครัว การปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพความเสื่อมถอยของร่างกาย จิตใจและสังคมในวัยเกษียณอายุ โดยการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคมที่ตนเองเป็นสมาชิกอยู่ เพื่อรักษาการติดต่อและคงสภาพบทบาททางสังคมไว้เหมือนเดิม ขณะเดียวกันก็ให้ความสนใจต่อบุคคลภายนอกครอบครัวและในสังคมด้วยเพื่อเป็นแหล่งสนับสนุนด้านจิตใจและสังคม ให้ตนเองรู้สึกถึงการมีคุณค่าในสังคม เหมือนกับในช่วงที่ยังทำงานอยู่ซึ่งผลการวิจัยของแกรนีย์ (Graney, 1975) เกี่ยวกับความสุขและการมีส่วนร่วมในสังคมของผู้สูงอายุก็ได้สนับสนุนแนวคิดดังกล่าว โดยพบว่า ผู้สูงอายุที่มีความสุขเพิ่มขึ้นนั้นจะมีความสัมพันธ์กับกิจกรรมทางสังคมที่เพิ่มขึ้น ส่วนผู้สูงอายุที่ไม่มีความสุขนั้นจะมีความสัมพันธ์กับกิจกรรมทางสังคมที่น้อยลงด้วย

เลมอน เบงท์สัน และปีเตอร์ สัน (Lemon, Bengtson and Peterson, 1972 อ้างใน ไฉไล ไซยเสวี, 2539:50) ได้แบ่งกิจกรรมในสังคมออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1) กิจกรรมที่ไม่มีรูปแบบ (Informal Activity) เป็นกิจกรรมของการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลต่าง ๆ ทั้งในครอบครัวและสังคมโดยไม่มีรูปแบบแน่นอน กิจกรรมเหล่านี้ส่วนใหญ่มักปฏิบัติร่วมกับสมาชิกที่ใกล้ชิด อาทิ ญาติพี่น้อง เพื่อน และเพื่อนบ้าน เป็นต้น

2) กิจกรรมที่มีรูปแบบ (Formal Activity) เป็นกิจกรรมภายนอกครอบครัวที่มีรูปแบบแน่นอนชัดเจน ซึ่งผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับ ขององค์กรนั้น ๆ การที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมรูปแบบนี้ทำให้มีโอกาสได้พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันขณะทำกิจกรรมร่วมกัน นอกจากนี้การมีเพื่อนรุ่นเดียวกันทำให้มีโอกาสได้สนทนาในเรื่องที่มีความสนใจร่วมกันก็จะช่วยกระตุ้นให้เกิดแนวคิดและวิสัยทัศน์ในด้านต่าง ๆ รวมถึงช่วยลดความวิตกกังวลใจลงได้ด้วย

3) กิจกรรมที่กระทำตามลำพัง (Solitary Activity) เป็นกิจกรรมที่สามารถกระทำโดยลำพังได้ อาทิ การทำงานอดิเรก เป็นต้น

บรรลุ ศิริพานิช (2538:40-45) ยังได้กล่าวถึงกิจกรรมทางสังคม ซึ่งแบ่งเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1) กิจกรรมนันทนาการ ซึ่งสามารถกระตุ้นและเปลี่ยนแนวความคิดจากการได้มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ร่วมกัน อาทิ งานอดิเรก เกมส กีฬา การเข้าร่วมชมรม และการทัศนศึกษา เป็นต้น

2) กิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งอาจมีเพื่อนหรือมีการรวมกลุ่มกันเพื่อศึกษาหาความรู้ในสิ่งที่ตนเองสนใจ โดยมีองค์กรต่าง ๆ จัดสอนหรือเรียนรู้ด้วยตนเองก็ได้

3) กิจกรรมบริการผู้อื่น เป็นกิจกรรมการเสียสละเพื่อประโยชน์ต่อสังคม ซึ่งช่วยให้เกิดความภาคภูมิใจและพึงพอใจในตนเอง อันส่งผลต่อสุขภาพกายและจิตใจ กิจกรรมบริการผู้อื่นนี้มีหลายรูปแบบ อาทิ การบริการทางสุขภาพอนามัย การสังคมสงเคราะห์ องค์กรการกุศล ชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ เป็นต้น

เทเลอร์ (Taylor, 1982:540-556) ได้แบ่งกิจกรรมทางสังคมสำหรับผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุไว้ดังนี้คือ

1) กิจกรรมอาชีพะบำบัด (Occupational Therapy) อาทิ กิจกรรมงานฝีมือต่าง ๆ กิจกรรมการทำสวนและปลูกต้นไม้ เป็นต้น

2) กิจกรรมนันทนาการ (Recreation) เป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทั้งยังช่วยเสริมสร้างความเข้าใจในความต้องการทางจิตใจและสังคมของผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุ ด้วย อาทิ การแสดงศิลปะต่าง ๆ การพบปะสังสรรค์ต่าง ๆ เป็นต้น

3) กิจกรรมด้านการศึกษา (Education) เพื่อส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาให้เกิดวุฒิภาวะทางอารมณ์ ทำให้มีสุขภาพจิตดี และช่วยส่งเสริมให้มีการยอมรับคุณค่าในตนเองด้วย นอกจากนี้ยังได้มีโอกาสพบปะพูดคุยกับคนในวัยเดียวกัน ก่อให้เกิดวิสัยทัศน์ในด้านต่าง ๆ กว้างขวางมากขึ้น

4) กิจกรรมทางศาสนา (Religion) เพื่อช่วยผ่อนคลายความเครียดและลดความวิตกกังวล นอกจากนี้ศาสนายังมีอิทธิพลต่อความเชื่อ ค่านิยม ทัศนคติ และบุคลิกภาพได้อีกด้วย ซึ่งกิจกรรมทางศาสนาทำได้แก่ การทำบุญทอดผ้าป่า และทอดกฐิน การฟังบรรยายธรรม และการฝึกสมาธิ เป็นต้น

5) กิจกรรมการออกกำลังกาย (Physical Exercise) เพื่อช่วยเสริมสร้างสุขภาพพลานามัย และความสนุกสนานเพลิดเพลิน หากกิจกรรมนี้ทำเป็นกลุ่มหรือเป็นหมู่คณะ

6) กิจกรรมอาสาสมัคร (Volunteering) เพื่อทำประโยชน์แก่สังคม ทำให้รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ซึ่งมีผลต่อความสุข เพราะเหมือนกับการคงสภาพบทบาทในสังคมไว้อย่างต่อเนื่อง

ดังนั้นจะเห็นว่า กิจกรรมในสังคมนั้นมีความสำคัญและมีประโยชน์ต่อบุคคลมาก โดยเฉพาะผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุ ซึ่งจะต้องออกจากบทบาทหน้าที่และสถานภาพทางสังคมเมื่อเกษียณอายุ ทำให้รู้สึกสูญเสียอำนาจ และการยอมรับจากสังคม โดยเฉพาะข้าราชการ ซึ่งส่วน

ใหญ่จะมีสถานภาพทางสังคมค่อนข้างสูงในช่วงก่อนเกษียณ ย่อมจะส่งผลกระทบต่อจิตใจเป็นอย่างมากเนื่องจากการเกษียณอายุทำให้บทบาททางสังคมที่เคยมีสูญหายไป แต่หากผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุนี้ได้เข้าร่วมในกิจกรรมทางสังคมตั้งแต่ช่วงก่อนเกษียณแล้ว ก็จะช่วยคงบทบาททางสังคมต่อไปอย่างต่อเนื่องได้ แม้ว่าบทบาทในสถานภาพทางสังคมเดิมจะหมดไปอันเนื่องจากการเกษียณอายุก็ตาม ดังที่ พาลมอร์ (Palmore, 1984:109) กล่าวว่า เมื่อบุคคลสูญเสียกิจกรรมทางสังคมไปอย่างหนึ่งเขาจะเพิ่มกิจกรรมในเครือข่ายสังคมอื่นขึ้นมาแทน ซึ่งสามารถนำแนวคิดทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) มาอธิบายถึงการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุได้ โดยผู้สูงอายุที่ยังคงสามารถดำรงกิจกรรมทางสังคมไว้ได้ จะเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูง (สุรกุล เจนอบรม, 2534:34)

นอกจากนี้แล้ว การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมยังทำให้ผู้ที่เกษียณอายุ ได้มีโอกาสได้แสดงบทบาททางสังคม ทำให้ได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ซึ่งเท่ากับว่าได้รับการสนับสนุนทางสังคมในการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุอีกแนวทางหนึ่งด้วย จากการศึกษาของ คิม (Kim, 1992) และวอลล์ (Walls, 1992) ได้ให้การสนับสนุนแนวคิดดังกล่าว โดยพบว่าการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมทางสังคมนั้น มีความสัมพันธ์กับการวางแผนก่อนเกษียณและสามารถพยากรณ์การเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุของบุคคลได้ ขณะเดียวกันก็ส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตภายหลังเกษียณอีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ฮอกส์เทล (Hogstel, 1990:125) ที่กล่าวว่า สิ่งที่บ่งชี้ว่าการเตรียมตัวก่อนเกษียณจะมีประสิทธิภาพหรือไม่ นั้น นอกจากจะขึ้นอยู่กับความตระหนักในการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุแล้ว ยังขึ้นกับการเตรียมการเข้าร่วมสังคมกับผู้อื่น เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการพัฒนาชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป และเตรียมแนวทางการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอีกด้วย

7. แนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร

การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร เป็นส่วนที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเลือกปฏิบัติ ทั้งนี้เพราะการปฏิบัติในทางที่ถูกต้องและเหมาะสมนั้น เป็นผลมาจากการเรียนรู้ทั้งสิ้น ซึ่ง จรรยา สุวรรณทัต (2527:111) ได้กล่าวว่า การรับรู้เป็นองค์ประกอบทางจิตวิทยาที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม และการที่บุคคลรับรู้และเข้าใจในสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้น จะทำให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะปฏิบัติตามแนวความคิดหรือการรับรู้ นั้น ๆ สำหรับการศึกษาการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณอายุ ว่ามีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุหรือไม่นั้น อาศัยแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ (Learning Theory) ของบลูม (Bloom, 1975:62-97) ซึ่งได้แบ่งองค์ประกอบของการเรียนรู้ไว้เป็น 3 ระดับดังนี้คือ

1) ด้านการรับรู้ (Cognitive Learning) ซึ่งได้จำแนกออกเป็นลำดับขั้นจากง่ายไปหายาก ดังนี้

- 1.1) ความรู้ (Knowledge) เป็นพฤติกรรมขั้นต้นเกี่ยวกับความจำได้หรือระลึกได้
- 1.2) ความเข้าใจ (Comprehension) เป็นพฤติกรรมที่ต่อเนื่องจากความรู้ ซึ่งจะแสดงออกมาในรูปของการแปลความ ตีความและคาดคะเน
- 1.3) การนำเอาไปใช้ (Application) เป็นการนำเอาวิธีการ ทฤษฎี กฎเกณฑ์ และแนวคิดต่าง ๆ ไปใช้
- 1.4) การวิเคราะห์ (Analysis) เป็นขั้นที่บุคคลมีทักษะและความสามารถในการจำแนกเรื่องราวต่าง ๆ โดยมองเห็นความสัมพันธ์และการผสมผสานระหว่างส่วนประกอบที่รวมกันเป็นปัญหาหรือสถานการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง
- 1.5) การสังเคราะห์ (Synthesis) เป็นความสามารถของบุคคลในการรวบรวมส่วนย่อยต่าง ๆ เข้าเป็นส่วนรวมที่มีโครงสร้างใหม่ มีความชัดเจน และมีคุณภาพสูงขึ้น
- 1.6) การประเมินผล (Evaluation) เป็นความสามารถของบุคคลในการตัดสินคุณค่าของเนื้อหา โดยมีกฎเกณฑ์และมาตรฐานเป็นเครื่องช่วยประกอบการวินิจฉัย
- 2) ด้านเจตคติ (Affective domain) หมายถึง ความสนใจ ความรู้สึก ทำที่ ความชอบในการให้คุณค่า หรือปรับปรุงค่านิยมที่ยึดถืออยู่ เป็นพฤติกรรมที่ยากแก่การอธิบายเพราะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของคน การเกิดพฤติกรรมด้านทัศนคติแบ่งขั้นตอนดังนี้
 - 2.1) การรับหรือการให้ความสนใจ (Receiving or attending) เป็นขั้นที่บุคคลถูกกระตุ้นให้ทราบว่า มีเหตุการณ์ หรือสิ่งเร้าบางอย่างเกิดขึ้น และบุคคลนั้นมีความยินดีหรือมีภาวะจิตใจที่พร้อมจะรับ ซึ่งในการยอมรับนี้จะประกอบด้วยความตระหนัก ได้ถูกคิด มีความยินดีที่จะรับและเลือกรับ
 - 2.2) การตอบสนอง (Responding) เป็นขั้นที่บุคคลถูกจูงใจให้เกิดความรู้สึกผูกมัดต่อสิ่งเร้า เป็นสาเหตุให้บุคคลพยายามมีปฏิกิริยาตอบสนอง พฤติกรรมขั้นนี้ประกอบด้วย การยินยอม ความเต็มใจ และพอใจที่จะตอบสนอง
 - 2.3) การให้ค่านิยม (Valuing) เป็นขั้นที่บุคคลมีปฏิกิริยาซึ่งแสดงว่ายอมรับว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่า ซึ่งประกอบด้วย การยอมรับ ความชอบและผูกมัดค่านิยมเข้ากับตัวเขา
 - 2.4) การจัดกลุ่มค่า (Organization) เป็นขั้นที่บุคคลจัดระบบของค่านิยมต่าง ๆ ให้เข้ากลุ่ม ซึ่งประกอบด้วย การสร้างแนวความคิดเกี่ยวกับค่านิยมและจัดระบบของค่านิยม
 - 2.5) การแสดงลักษณะตามค่านิยมที่ยึดถือ (Characterization by a value or value complex) พฤติกรรมขั้นนี้ถือว่า บุคคลมีค่านิยมหลายชนิดและจัดอันดับของค่านิยมเหล่านั้น จากดีที่สุสุดไปจนถึงน้อยที่สุด และพฤติกรรมเหล่านี้จะเป็นตัวคอยควบคุมพฤติกรรมของบุคคล พฤติกรรมในขั้นนี้ประกอบด้วย การวางแนวทางของการปฏิบัติ และแสดงลักษณะที่จะปฏิบัติตามแนวทางที่ตนเองกำหนด
- 3) ด้านการปฏิบัติ (Psychomotor) เป็นพฤติกรรมที่ใช้ความสามารถในการแสดงออกของร่างกาย ซึ่งรวมถึงการปฏิบัติที่อาจแสดงสถานการณ์หนึ่ง ๆ หรืออาจเป็นพฤติกรรมที่

คาดคะเนว่าอาจจะปฏิบัติในโอกาสต่อไป พฤติกรรมด้านนี้เป็นพฤติกรรมขั้นสุดท้ายซึ่งต้องอาศัย พฤติกรรมด้านพุทธิปัญญาหรือความรู้ความคิด และพฤติกรรมด้านทัศนคติเป็นส่วนประกอบ พฤติกรรมด้านการปฏิบัตินี้สามารถประเมินผลได้ง่าย แต่กระบวนการที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมต้อง อาศัยเวลาและการตัดสินใจหลายขั้นตอน

จากแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ดังกล่าว หากพิจารณาถึงการรับรู้ข้อมูลข่าวสารนั้นจะ เห็นได้ว่าในการรับรู้ข้อมูลข่าวสารนั้น บุคคลจะต้องเรียนรู้ก่อนโดยอาศัยกระบวนการสื่อสาร อาทิ การได้รับคำแนะนำ การรับรู้จากสื่อต่าง ๆ การพบปะพูดคุยสนทนาและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ซึ่งกันและกัน เป็นต้น ซึ่งหากบุคคลได้รับข้อมูลข่าวสารจากกระบวนการสื่อสารดังกล่าว ก็จะทำให้ เกิดการเรียนรู้ และสามารถวางแผนที่จะเลือกหรือกำหนดวิถีการดำเนินชีวิตของตนเองได้

สำหรับกระบวนการสื่อสารนั้น มีองค์ประกอบของการสื่อสาร 4 ประการดังนี้ คือ (พรศักดิ์ ผ่องแผ้ว, 2526:13-14)

1) ผู้ส่งสารหรือแหล่งสาร (Source) คือผู้ริเริ่มการติดต่อสื่อสาร ซึ่งอาจจะเป็นบุคคล กลุ่มบุคคล องค์กรหรือสถาบันก็ได้

2) ข่าวสารหรือสาร (Message) คือเนื้อหาสาระหรือสัญลักษณ์ภาษาต่าง ๆ ที่ สามารถสื่อความหมายที่ต้องการ

3) ช่องทางการส่งสารหรือสื่อสาร (Channel) คือหนทางหรือวิถีทางที่จะนำข่าวสารนั้น ไปยังผู้รับ ได้แก่ การพูดคุย การเขียน การสื่อสารด้วยสื่อมวลชนต่าง ๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ วารสาร นิตยสาร แผ่นพับ แผ่นปลิว เป็นต้น

4) ผู้รับสาร (Receiver) หมายถึง บุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่เป็นเป้าหมายปลายทาง ของการสื่อสาร ซึ่งเป็นผู้รับข่าวสารจากแหล่งสาร

ดังนั้น อาจกล่าวได้ว่า การสื่อสารนั้น คือกระบวนการที่ความคิด หรือข่าวสารนั้นถูก ส่งจากแหล่งสารไปยังผู้รับด้วยเจตนาที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมบางประการของผู้รับสาร (Rogers, 1973:43) ขณะเดียวกันความสามารถในการรับรู้ข้อมูลข่าวสารของแต่ละบุคคลนั้นก็แตกต่างกัน โดยขึ้นกับปัจจัยต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ คือ (พรรณพิมล ก้านนก, 2523 อ้างในปราณี ฤทธิ์ปาณี, 2536:18-19)

1) ทักษะหรือความชำนาญ หมายถึง ทักษะในการอ่าน การฟังของผู้รับสาร เช่น การ อ่านหนังสือของบุคคลแต่ละวัย หรือระดับการศึกษาต่างกัน ย่อมมีความสามารถ ความเร็วในการ อ่าน ตลอดจนการเข้าใจในสาระของข่าวสารนั้นแตกต่างกันด้วย

2) ทัศนคติของผู้รับสารซึ่งจะมีต่อข้อมูลข่าวสารที่ได้รับและทัศนคติที่มีผลต่อผู้ส่งสาร ยกตัวอย่างเช่น ผู้รับมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการทำงานของหน่วยงานที่เป็นผู้ส่งสาร ผู้รับก็ย่อมมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อข่าวสารและปฏิเสธข่าวสารนั้น

3) ระดับความรู้ของผู้รับสาร ในการที่จะทำความเข้าใจข้อมูลข่าวสารที่ได้รับหรือทำความเข้าใจต่อสิ่งที่ได้พบเห็น คนที่มีระดับความรู้สูงย่อมเข้าใจข่าวสารต่างๆ ได้เร็วและดีกว่าผู้มีระดับความรู้ต่ำกว่า

4) ระบบสังคมและวัฒนธรรม ซึ่งจะมีผลต่อการแปลหรือตีความของผู้รับสาร

5) ความต้องการของผู้รับสาร ซึ่งจะเลือกรับเฉพาะข่าวสารที่มีสาระตรงกับความสนใจและความต้องการ

6) ประสบการณ์เดิม หรือความรู้เดิม ทำให้การแปลความหมาย หรือการตีความจากความรู้สึกสัมผัสให้เป็นการรับรู้ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้นง่ายขึ้น

จะเห็นได้ว่าการรับรู้ข้อมูลข่าวสารของบุคคลนั้นจะมีประสิทธิภาพมากน้อยเพียงใดนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับความสามารถในการเรียนรู้ การรับรู้ การรับข่าวสารและประสบการณ์เดิมของแต่ละบุคคล โดยอาศัยกระบวนการสื่อสาร เช่น การพบปะพูดคุย สันทนาการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ตลอดจนการได้รับคำแนะนำหรือคำปรึกษาต่าง ๆ รวมถึงการรับรู้จากสื่อต่าง ๆ อาทิ วิทยุ โทรทัศน์ สื่อวิดีโอ แผ่นพับ หนังสือพิมพ์ วารสารต่าง ๆ เป็นต้น

สำหรับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณอายุ ก็เช่นกัน บุคคลสามารถที่จะได้รับข้อมูลข่าวสารจากแหล่งต่าง ๆ ได้มากมายโดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุนั้นสามารถรับข่าวสารข้อมูลในการเกษียณได้จากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ดังนี้ (Simpson et al., 1966 in Evan, 1985:369)

- 1) ผู้เกษียณอายุ (Retired Persons)
- 2) เพื่อนร่วมงาน (Co-workers)
- 3) จากการอ่าน (Reading material)
- 4) วิทยุและโทรทัศน์ (T.V. and Radio Presentation)
- 5) เจ้าหน้าที่ขององค์กร (Company officials)
- 6) ฝ่ายสวัสดิการสังคม (Social security Personnel)

แอชลีย์ (Atchley, 1976:32) ได้ให้แนวคิดว่าการที่มีโอกาสได้พบปะสนทนากับผู้เกษียณหรือการได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ เกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุจะช่วยให้บุคคลสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณได้ดีขึ้นด้วย นอกจากนี้ แลนเดอร์ (Lander, 1993) ยังได้ให้ข้อเสนอแนะจากการศึกษาว่า หากหน่วยงานจัดอบรม ประชุมสัมมนา หรือแจกเอกสารต่าง ๆ เกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุแก่บุคลากร ก็จะช่วยให้บุคลากรมีโอกาสรับรู้ข่าวสารและสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณได้ดีขึ้น ซึ่งก็มีผลงานการวิจัยของ คูเมลาเชว (Kumelachew, 1996) สนับสนุนแนวคิดดังกล่าว โดยได้ทำการวิเคราะห์การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุของบุคลากรในมหาวิทยาลัย พบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณนั้นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ โดยผู้ที่ได้รับข้อมูลข่าวสารมากกว่าจะสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณได้ดีกว่า ขณะที่บูทเนอร์ (Beutner, 1980) ก็ได้ทำการศึกษาเรื่องความ

แตกต่างของทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของข้าราชการชายและหญิงและพบว่า เพศหญิงมีความสนใจในการรับข่าวสารเกี่ยวกับการวางแผนก่อนเกษียณมากกว่าเพศชาย ซึ่งส่งผลให้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณมากกว่าด้วย นอกจากนี้อีวาน (Evan, 1985:369) ก็ให้แนวคิดเพิ่มเติมว่า หากบุคคลได้มีโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันเกี่ยวกับเรื่องการเกษียณอายุ กับสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้อง เพื่อนสนิทและเพื่อนร่วมงาน รวมถึงการได้มีโอกาสอ่านบทความหรือข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับการเกษียณอายุแล้ว ก็จะส่งผลให้บุคคลสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุด้วยตนเองได้ดียิ่งขึ้น

ดังนั้นจะเห็นว่า หากบุคคลมีโอกาสรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ จากสื่อต่าง ๆ จากการพบปะพูดคุย สนทนา ปรีกษาหารือและแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับสมาชิกในครอบครัว เพื่อนร่วมงาน เพื่อนสนิท และเพื่อนขณะทำกิจกรรมในสังคม ตลอดจนได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในด้านข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ การอบรม สัมมนาและประชุมวิชาการแล้ว ย่อมส่งผลต่อพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของบุคคลด้วย

8. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

8.1 งานวิจัยในประเทศ

เชมิกา ยามะรัต (2527) ได้ศึกษาเรื่อง “ความพึงพอใจในชีวิตของคนชรา: ศึกษากรณีข้าราชการบำนาญกระทรวงเกษตรและสหกรณ์” ผลการศึกษาพบว่า ลักษณะภูมิหลังของคนชรา ที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต คือ ตำแหน่งครั้งสุดท้ายและสถานภาพสมรส โดยผู้ที่อยู่ร่วมกับคู่สมรสจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้ที่เป็นโสด หม้าย หย่า แยก ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตมากที่สุด คือ การมีส่วนร่วมทางสังคม รองลงมาคือ ความสัมพันธ์กับครอบครัว สุขภาพ ฐานะทางเศรษฐกิจ ความสัมพันธ์กับเพื่อนและเพื่อนบ้าน จำนวนโรค การมีงานอดิเรกหรืองานยามว่าง และรายได้ โดยผู้ที่มีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับครอบครัวจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้ที่มีสัมพันธ์ภาพในครอบครัวที่ไม่ดี

กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุราชการในเขตอำเภอเมือง และอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา” จำนวน 176 ราย ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุ ได้แก่ ความสมดุลของรายรับกับรายจ่าย ระดับตำแหน่งหน้าที่การงานก่อนเกษียณอายุ ระยะเวลาหลังเกษียณอายุ การมีส่วนร่วมในสังคม และสถานภาพทางสุขภาพ นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้เกษียณอายุที่มีส่วนร่วมในสังคมมากจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้เกษียณที่มีส่วนร่วมในสังคมน้อย และผู้เกษียณที่มีรายรับกับรายจ่ายสมดุลกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิต มากกว่าผู้เกษียณอายุที่มีรายรับกับรายจ่ายที่ไม่สมดุลกัน และผู้เกษียณอายุที่มีสถานภาพทางสุขภาพดี จะปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่มีสุขภาพไม่ดี

ศิริวรรณ สิ้นไชย (2531) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา กรมประชาสงเคราะห์” โดยใช้กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุจำนวน 130 ราย ใน 5 ภาค คือ ภาคกลาง ภาคตะวันตก ภาคเหนือ ภาคตะวันออก และภาคใต้ ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุมากที่สุด คือ การรับรู้สภาวะสุขภาพ รองลงมาคือ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และการใช้เวลาว่าง ตามลำดับ โดยสามารถพยากรณ์ระดับความพึงพอใจในชีวิตได้ถึงร้อยละ 57.3 ($r^2 = .573$)

มารศรี นุชแสงพลี (2532) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ: ศึกษากรณีผู้สูงอายุในชุมชนบ่อนไก่ กรุงเทพมหานคร” โดยใช้กลุ่มตัวอย่างผู้สูงที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 197 ราย ผลการศึกษา พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุสูงสุด ได้แก่ รายได้ รองลงมาคือ สุขภาพ ระดับการศึกษา ระดับความถี่ในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุตรหลานและการมีงานอดิเรก ลักษณะภูมิหลังของผู้สูงอายุที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ คือ สถานภาพสมรส ส่วนปัจจัยที่ไม่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ ระดับการพึ่งพิงของผู้สูงอายุ การมีงานทำ ความสัมพันธ์กับเพื่อนบ้านและการมีเพื่อนสนิท นอกจากนี้ ยังพบว่า ผู้สูงอายุที่มีงานอดิเรกทำในเวลาว่าง และมีความถี่ในการปฏิสัมพันธ์กับบุตรหลานสูงจะเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูงด้วย

จารุพรรณ ศรีสว่าง (2532) ศึกษาเกี่ยวกับ “กิจกรรมและความคาดหวังของข้าราชการเกษียณอายุในประเทศไทย” พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 100 เข้าร่วมกิจกรรมหลังเกษียณ เช่น งานอดิเรกหรืองานยามว่าง การเข้าร่วมเป็นสมาชิกของสมาคม หรือกลุ่มทำงานเพิ่มรายได้ และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรม ประเภทการทำงานอดิเรกหรืองานยามว่าง คือ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ตำแหน่งหน้าที่การงานครั้งสุดท้าย ระดับตำแหน่งและสภาวะสุขภาพ

วิมล ทาบุญ (2532) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของข้าราชการทหารหลังเกษียณ” โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นข้าราชการทหารที่เกษียณอายุไม่เกิน 10 ปี จำนวน 435 ราย พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของข้าราชการเกษียณ คือ เพศ ระดับการศึกษา ความสัมพันธ์ในครอบครัวและการมีส่วนร่วมในสังคม โดยผู้ที่มีระดับการศึกษาและความสัมพันธ์ในครอบครัวสูง จะมีความพึงพอใจมากกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาและความสัมพันธ์ในครอบครัวต่ำกว่า นอกจากนี้ ผู้ที่เป็นสมาชิกขององค์กร จะมีระดับความพึงพอใจมากกว่าผู้ที่ไม่ได้เป็นสมาชิก ส่วนปัจจัยที่ไม่มีผลต่อความพึงพอใจของข้าราชการหลังเกษียณ คือ สุขภาพ

ช่อทิพย์ บุญยานันทน์ (2534) ได้ทำการ “ศึกษาเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตของครูที่เตรียมตัวและไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ” กลุ่มตัวอย่างเป็นข้าราชการครูก่อนเกษียณอายุในโรงเรียนสังกัดกระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 319 ราย พบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตโดยผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อน

เกษียณ จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่ไม่ได้เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ซึ่งผู้ที่มีสุขภาพดีจะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่สุขภาพไม่ดี

เบญจมา เลหาพูนรังษี (2534) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการกับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือนจังหวัดนครราชสีมา” ผลการศึกษาพบว่า ผู้เกษียณอายุราชการส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอยู่ในระดับต่ำ การปรับตัวภายหลังเกษียณอยู่ในระดับปานกลางและพบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุ โดยที่การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาอันมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวภายหลังเกษียณมากที่สุด รองลงมาคือการเตรียมตัวด้านจิตใจ นอกจากนี้ยังพบว่า สถานภาพสมรสและสัมพันธ์ภาพในครอบครัว มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวภายหลังเกษียณ โดยผู้ที่มีสถานภาพสมรสคู่จะมีการปรับตัวดีกว่าผู้ที่มีสถานภาพสมรสโสด หย่า หม้าย แยก

สุนน มาคะพุด (2534) ศึกษาเกี่ยวกับ “ประสิทธิผลของการอบรมเรื่องการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุของข้าราชการตำรวจระดับประทวนในเขตกรุงเทพมหานคร” โดยได้ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่ได้รับการอบรมกับกลุ่มที่ไม่ได้รับการอบรมการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุ พบว่า กลุ่มที่ได้รับการอบรม มีคะแนนความรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวของผู้เกษียณอายุ การปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิตของผู้เกษียณอายุ ความพึงพอใจในชีวิตทั่วไปและความรู้สึกต่อการเกษียณอายุสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการอบรม

สุลักษณ์ มีชูทรัพย์ และคณะ (2535) ได้ทำการวิจัย “สำรวจการเตรียมตัวของบุคคลก่อนเกษียณอายุ” โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นข้าราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจ ที่มีอายุ 55-60 ปี จำนวน 100 ราย ผลการวิจัยพบว่า มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจและสังคมในระดับปานกลาง โดยเพศชาย จะมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในด้านเศรษฐกิจและสังคม แตกต่างจากเพศหญิง นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ที่มีสถานภาพสมรสคู่และโสดมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณไม่แตกต่างกัน

ตามพวรรณ แซ่มซ้อย (2536) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับ “ความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมกับความสามารถในการปฏิบัติพัฒนกิจของข้าราชการบำนาญ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี” โดยกลุ่มตัวอย่าง คือ ข้าราชการบำนาญที่มีอายุ 60-65 ปี จำนวน 86 ราย ผลการศึกษาพบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุและการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการปฏิบัติพัฒนกิจของข้าราชการบำนาญ

อุทัยวรรณ กสณตัสกุล (2536) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ : ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการบำนาญกระทรวงมหาดไทย” โดยใช้กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกสมาคมข้าราชการบำนาญมหาดไทย จำนวน 211 ราย ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุมากที่สุด คือ สถานภาพทางการ

เงิน รองลงมาคือ การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ความสัมพันธ์ในครอบครัว ความสัมพันธ์กับเพื่อน และการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรม ตามลำดับ ส่วนปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ คือ สถานภาพสมรสและระดับการศึกษา

ประพิศ จันทรพฤษา (2536) ได้ทำการศึกษา “ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพและการมีส่วนร่วมในสังคมกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุไทยในเขตกรุงเทพ” จำนวน 205 ราย พบว่า การมีส่วนร่วมในสังคมนั้นมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต โดยผู้สูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูง เป็นผู้ที่มีระดับการศึกษาสูงและมีส่วนร่วมในสังคมมาก

พวงผกา ชื่นแสงเนตร (2538) ได้ทำการศึกษา “ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว พฤติกรรมการดูแลตนเอง และความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ในเขตพื้นที่พัฒนาอุตสาหกรรมชายฝั่งทะเลภาคตะวันออก จังหวัดชลบุรี” จำนวน 374 ราย พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ อายุ การศึกษา รายได้ ความพอเพียงของรายได้ ภาวะสุขภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว และพฤติกรรมการดูแลตนเอง

กรรณิการ์ พงษ์สนธิ และคณะ (2538) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของบุคลากรในสถานอุดมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่” โดยกลุ่มประชากรศึกษามีอายุระหว่าง 55-60 ปี จำนวน 164 ราย ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ในด้านงานอดิเรกมากที่สุด รองลงมา คือการเตรียมตัวก่อนสิ้นชีวิต การเตรียมตัวด้านเศรษฐกิจ การเตรียมตัวด้านที่อยู่อาศัยและการเตรียมตัวด้านการมีส่วนร่วมในชุมชน ตามลำดับ นอกจากนี้พบว่า บุคลากรมีปัญหาในเรื่องสุขภาพและการเจ็บป่วย ตลอดจนมีอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงง่าย

ฉัตรตริยา นาคเกษม (2538) ได้ศึกษา “ความคิดเห็นของข้าราชการก่อนเกษียณสำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการส่วนกลางเกี่ยวกับการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับข้าราชการผู้สูงอายุ ก่อนและหลังการเกษียณอายุ” โดยใช้กลุ่มตัวอย่างอายุระหว่าง 55-59 ปี จำนวน 128 ราย พบว่าส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการให้ข่าวสารข้อมูลต่าง ๆ สำหรับข้าราชการก่อนเกษียณอายุให้มากที่สุด เพราะเป็นช่วงที่เตรียมตัวจะเกษียณอายุ และควรเป็นข่าวสารความรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ อาทิ หลักโภชนาการ การรักษาสุขภาพอนามัย การออกกำลังกาย เป็นต้น

รัชณี ฝนทองมงคล (2538) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณอายุราชการ” โดยศึกษา จากข้าราชการบำนาญสังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 61-66 ปี จำนวน 279 ราย ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนหนึ่งเคยได้รับความรู้มาก่อนเกษียณอายุและมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณในด้านงานอดิเรก ด้านสุขภาพ ด้านอาชีพ ด้านรายได้และที่อยู่อาศัย อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 63.4) นอกจากนี้ยังพบว่า มีทัศนคติต่อ

ชีวิตภายหลังเกษียณอายุเป็นไปในทางบวก ซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิตในปัจจุบัน ส่วนปัญหาที่สำคัญคือปัญหาด้านสุขภาพ (ร้อยละ 70)

มาลัย ชูดวง (2539) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การจัดกิจกรรมการศึกษาในระบบสำหรับข้าราชการก่อนเกษียณอายุ สำนักปลัดกระทรวงศึกษาธิการ” กลุ่มตัวอย่างเป็นข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ พ.ศ. 2536-2538 จำนวน 108 ราย ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่มีความต้องการกิจกรรมการศึกษานอกระบบ ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกายและจิตใจมากที่สุด รองลงมาคือ การมีส่วนร่วมในสังคม โดยต้องการให้หน่วยงานจัดกิจกรรมก่อนเกษียณ 1 ปี

ดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2539) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การเตรียมการเกษียณอายุราชการ : ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ” โดยกลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 50-60 ปี จำนวน 97 ราย ผลการศึกษาพบว่า ข้าราชการมีการเตรียมการเกษียณอายุในระดับปานกลาง และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมการเกษียณอายุ คือ ความสัมพันธ์กับครอบครัว และความสัมพันธ์กับเพื่อน ส่วนปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมการเกษียณอายุ คือ อายุ การศึกษา สถานภาพสมรส สถานภาพทางตำแหน่ง สถานภาพทางสุขภาพ สถานภาพทางเศรษฐกิจ และความต้องการการสนับสนุนจากหน่วยงาน

รัชณี เต็มอุดม (2539) ได้ศึกษา “ความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ การสนับสนุนทางสังคมกับสุขภาพจิตของข้าราชการบำนาญในเขตอำเภอเมืองจังหวัดนครพนม” โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างข้าราชการบำนาญในจังหวัดนครพนม จำนวน 130 ราย ผลการศึกษา พบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุและการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของข้าราชการบำนาญ

8.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

ไรเซอร์และเชลดอน (Ryser and Sheldon, 1969 อ้างใน กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ, 2527) ได้ศึกษาเรื่อง “การเกษียณอายุและสุขภาพผู้สูงอายุ” กลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 60-70 ปี จำนวน 500 ราย พบว่า ผู้ที่มีสุขภาพดีจะมีขวัญกำลังใจสูงและผู้เกษียณอายุที่มีขวัญกำลังใจสูง และสุขภาพดีจะมีความสัมพันธ์กับครอบครัวที่มีความสุขและฐานะทางสังคมเศรษฐกิจดี ขณะเดียวกันก็มีความพึงพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ในปัจจุบันด้วย

สเตฟานี (Stephanie, 1970) ได้ศึกษา “การวางแผนเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณของพยาบาลหญิง” อายุ 40 ปีขึ้นไป จำนวน 145 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมตัววางแผนก่อนเกษียณแบบง่าย ๆ ไม่มีพิธีรีตอง สำหรับผู้ที่มีการวางแผนเป็นทางการก็ทำในวงแคบ นอกจากนี้ยังพบว่า ความรู้ในการดูแลรักษาสุขภาพและความรู้เรื่องเศรษฐกิจมีผลต่อการวางแผนด้านสุขภาพและด้านการเงินแตกต่างกัน

แกรนเนย์ (Graney, 1975) ได้ศึกษา “ความสุขและการมีส่วนร่วมในสังคมของผู้สูงอายุ” โดยศึกษาจากกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 52-88 ปี จำนวน 60 รายพบว่า ผู้สูงอายุที่มีความสุขมากจะมีความสัมพันธ์กับกิจกรรมทางสังคมที่เพิ่มขึ้น โดยพิจารณาจากเวลาที่ใช้ทำกิจกรรมสังคมต่าง ๆ ใน ทางตรงกันข้าม ถ้าผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในสังคมน้อย ก็จะมีความสุขลดลงด้วย

แมคเฟอร์สัน (McPherson, 1979:254) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ “การดำเนินชีวิตก่อนเกษียณและการวางแผนก่อนเกษียณอายุ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตก่อนเกษียณกับระดับการวางแผนสำหรับเกษียณและการตัดสินใจเกษียณ กลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 55-64 ปี ผลการศึกษาพบว่า ลักษณะอาชีพ รายได้ ระดับการศึกษา ภาวะสุขภาพและการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติต่อการเกษียณและการตัดสินใจเกษียณ ซึ่งส่งผลต่อการวางแผนก่อนเกษียณด้วย

แอชลีย์ (Atchley, 1980) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “เปอร์เซ็นต์ของกลุ่มตัวอย่างที่สามารถปรับตัวต่อการเกษียณอายุได้ภายใน 6 เดือน” และพบว่า ผู้หญิงมีปัญหาต่อการปรับตัวต่อการออกจากงานมากกว่าชาย ซึ่งการปรับตัวได้เร็วขึ้นจะขึ้นกับรายได้ที่เพียงพอ และการมีงานกึ่งฝีมือทำ ดังนั้น คนที่มีปัญหาการปรับตัวจริงมีเพียงร้อยละ 30 เท่านั้น

บูทเนอร์ (Beutner, 1980) ได้ศึกษาเรื่อง “ความแตกต่างด้านทัศนคติและพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุระหว่างข้าราชการชายและหญิงของมหาวิทยาลัย” โดยศึกษา กลุ่มตัวอย่างอายุ 18-70 ปี จำนวน 5,280 ราย พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งเพศชายและหญิงมีระดับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุเพิ่มขึ้นตามระดับอายุที่เพิ่มขึ้น โดยเพศหญิงจะมีการเตรียมตัวและมีความสนใจในการรับข่าวสารเกี่ยวกับการวางแผนก่อนเกษียณมากกว่าเพศชาย

กริฟฟิธ (Griffith, 1983) ได้ศึกษา “โปรแกรมการวางแผนก่อนการเกษียณอายุของครูโรงเรียนประถมศึกษาในรัฐเท็กซัส” จำนวน 118 โรงเรียน พบว่า ร้อยละ 10 มีโปรแกรมการให้ความช่วยเหลือครูในการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุ ซึ่งโปรแกรมนี้อาจเป็นแบบพบปะเพื่อให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลเกี่ยวกับรายได้ การจัดระบบค่าใช้จ่าย และกฎหมายที่ควรรู้ โดยจัดให้กับครูภายใน 1 ปี ก่อนถึงวันเกษียณอายุ ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นว่าโปรแกรมนี้น่ามีประโยชน์เป็นอย่างมากในด้านกฎหมาย การรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การปรับตัวเกี่ยวกับบทบาทที่เปลี่ยนแปลงไปและการหางานอื่นทำ เป็นต้น

มาแชลล์ (Marshall, 1984) ได้วิจัย “การประเมินการวางแผนก่อนเกษียณอายุของครู และผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษาในรัฐโอกาโฮมา” โดยทำการศึกษาวิจัยในกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 45 ปี ขึ้นไป จำนวน 300 ราย พบว่ากลุ่มตัวอย่างได้มีการเริ่มต้นวางแผนก่อนเกษียณแล้วร้อยละ 83 ซึ่งวิธีที่นิยมกันมากที่สุดคือ การรับบำนาญรายปี ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ คือ รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว

อีวานและคณะ (Evan et al., 1985:368) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ “ระยะเวลาใกล้เกษียณกับการวางแผนก่อนเกษียณ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระยะเวลาใกล้เกษียณกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณ กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 816 ราย ซึ่งมีระยะเวลาก่อนเกษียณภายใน 15 ปี ผลการศึกษาพบว่า ระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุนั้นขึ้นกับระยะเวลาใกล้เกษียณ โดยที่ระดับการเตรียมจะเพิ่มขึ้นตามระยะเวลาที่ใกล้เกษียณ

โฮวาร์ด (Howard,1986) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ผลของการอบรมให้ความรู้ในการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุต่อการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ” ในสหรัฐอเมริกาพบว่า ผู้ที่ได้รับการอบรมจะมีการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมและมีการวางแผนในการดำรงชีวิตมากกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการอบรม

แรนดอล (Randall, 1986) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ประสิทธิผลของโปรแกรมการวางแผนเพื่อการเกษียณอายุต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เกษียณอายุ” โดยทำการศึกษาในกลุ่มคนงานที่มีอายุระหว่าง 55-65 ปี เป็นการศึกษาแบบ Experimental Design ผลพบว่า ผู้ที่ผ่านการอบรม มีความรู้และการวางแผนในการดำเนินชีวิตหลังการเกษียณดีกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการอบรม นอกจากนี้ยังพบว่า สถานภาพทางเศรษฐกิจและสภาวะทางสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการวางแผนในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณ

ดัทเชอร์ (Dutcher,1989) ได้ศึกษา “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณ” โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างจากลูกจ้างที่เกษียณแล้ว จำนวน 104 ราย เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า ระดับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของเพศชายและเพศหญิง ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณแตกต่างกัน โดยเพศชายจะมีความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณมากกว่าเพศหญิงและผู้ที่มีสถานภาพสมรสคู่ และโสดจะมีความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณมากกว่าผู้ที่มีสถานภาพสมรสหม้ายหรือหย่า นอกจากนี้ยังพบว่า ระดับของการเข้าร่วมกิจกรรม (Activities) และภาวะสุขภาพ (Health) นั้นมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณด้วย

เฟอร์ราโร (Ferraro, 1990:S21) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ “การวิเคราะห์ผลระยะยาวของการเตรียมตัวก่อนเกษียณ ในระหว่างปี ค.ศ. 1974-1981” โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป จำนวน 4,254 ราย ผลการศึกษาพบว่า สถานภาพเศรษฐกิจ ระดับการศึกษาและเชื้อชาตินั้นมีอิทธิพลต่อระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุ โดยที่ระดับการศึกษาและเชื้อชาตินั้นมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณมากที่สุด

คริปส์ (Cripps,1992) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ผลของการจัดโปรแกรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณที่มีต่อทัศนคติต่อการเกษียณ ความพึงพอใจในงานอดิเรกและการเข้าร่วมกิจกรรมงานอดิเรก” พบว่าโปรแกรมหักล้างได้ช่วยให้ผู้เข้าร่วมในโครงการสามารถวางแผนก่อนเกษียณอายุได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้ผลการศึกษาดังกล่าวยังพบว่า โปรแกรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณนี้มีอิทธิพลต่อทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณและส่งผลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้วย

คิม (Kim, 1992) ได้ศึกษา “ทัศนคติ และพฤติกรรมการเตรียมตัวเกษียณอายุของชาวอเมริกัน ที่อยู่ในวัยกลางคน” กลุ่มตัวอย่างมีอายุ 40 ปีขึ้นไป จำนวน 329 ราย ซึ่งส่วนใหญ่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมค่อนข้างสูง มีการใช้เวลาว่างเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนของตนเอง ผลการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณ และตัวแปรที่สามารถทำนายทัศนคติต่อการเกษียณ คือ ทัศนคติต่อผู้สูงอายุ ส่วนภาวะสุขภาพ การทำกิจกรรมในเวลาว่าง และความตระหนักในการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณสามารถทำนายการวางแผนเตรียมตัวเกษียณอายุได้ นอกจากนี้ยังพบว่า ทัศนคติต่อการเกษียณนั้นส่งผลต่อพฤติกรรมการเตรียมตัวเกษียณอายุและสามารถทำนายการวางแผนเตรียมตัวเกษียณอายุได้อีกด้วย

คอนเรต (Conrad, 1993) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การเตรียมตัวและการตัดสินใจเกษียณของครูประชาบาล” พบว่า การเข้าร่วมโปรแกรมการวางแผนเตรียมตัวเพื่อเกษียณของครูประชาบาลนั้น ขึ้นกับระดับการศึกษา และเพศชายจะเข้าร่วมโปรแกรมดังกล่าวมากกว่าเพศหญิง ซึ่งส่งผลทำให้มีความแตกต่างกันในเรื่องทัศนคติต่อการเกษียณ และความพร้อมในการเกษียณและพบว่าผู้ที่แต่งงานแล้วและโสดจะมีการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่เป็นหม้ายหรือหย่าร้าง นอกจากนี้ยังพบว่า ตัวแปรพยากรณ์ที่ดีที่สุดในการตัดสินใจเกษียณ คือ ทัศนคติต่อการเกษียณ และจำนวนปีของการทำงาน

แลนเดอร์ (Landers, 1993) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ผลของการวางแผนก่อนเกษียณที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณของครู” โดยสุ่มตัวอย่างจากสมาชิกที่อยู่ในระบบเกษียณโดยใช้เกณฑ์ของรายได้เป็นหลักจำนวนทั้งสิ้น 812 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มที่ยังไม่เกษียณ 641 ราย และกลุ่มที่เกษียณแล้ว 171 ราย การเก็บข้อมูลใช้แบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่าระดับรายได้และลักษณะงานมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ ความพึงพอใจในชีวิตนั้นมีความสัมพันธ์กับการวางแผนก่อนเกษียณ และสมาชิกส่วนใหญ่เห็นว่า ควรมีการวางแผนก่อนเกษียณ โดยหน่วยงาน ควรจะมีการจัดประชุมสัมมนา หรือให้ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุก็จะเป็นประโยชน์ต่อการวางแผนก่อนเกษียณของสมาชิกเป็นอย่างมาก

คูเมลาชูว์ (Kumelachew, 1996) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การวิเคราะห์การเตรียมความพร้อมในการเกษียณของบุคลากรในมหาวิทยาลัย” กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคลากรในมหาวิทยาลัยแมริแลนด์ จำนวน 1,039 ราย มีวัตถุประสงค์ในการศึกษาเพื่อวิเคราะห์ถึงทัศนคติต่อการเกษียณ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณและพฤติกรรมการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณ โดยในเพศหญิงมีความแตกต่างกันในด้านสถานภาพทางตำแหน่ง และระยะเวลาใกล้เกษียณ สำหรับเพศชายนั้นมีความแตกต่างกันในด้านระดับการศึกษาและสถานภาพทางตำแหน่ง ถึงแม้ว่าจะมีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณแต่การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณและการจัดกิจกรรมสำหรับการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณก็ยังคงค่อนข้างน้อย ซึ่งส่วนใหญ่ที่มีความต้องการให้หน่วยงานจัดกิจกรรมช่วยเหลือในการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ นอกจากนี้ผลการศึกษายังพบว่าการได้รับข้อมูล

ข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณนั้นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ โดยผู้ที่ได้รับข้อมูลข่าวสารมากกว่าจะสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุได้ดีกว่า ซึ่งหน่วยงานควร จัดโปรแกรมการศึกษาเกี่ยวกับการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณให้กับบุคลากรตั้งแต่เนิ่น ๆ ใน ช่วงเวลาที่ยังทำงานอยู่

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเกษียณอายุราชการ ทำให้ผู้วิจัยเกิดแนวคิดในประเด็นที่ว่าหากข้าราชการมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณ อายุราชการทั้ง 5 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านการเงินและ การใช้จ่ายและด้านการใช้เวลาแล้ว อาจช่วยลดความวิตกกังวล และช่วยให้ผู้เกษียณอายุสามารถ ปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุนี้นี้ ควรกระทำทั้ง ในระดับบุคคลและสังคม ดังนั้น การสนับสนุนจากหน่วยงานจึงน่าจะมีส่วนกระตุ้นให้บุคลากร ได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุได้อีกทางหนึ่ง นอกเหนือจากการเตรียมตัวในระดับปัจเจก บุคคลและการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว และเพื่อน ซึ่งบุคคลควรให้ความสำคัญต่อการ วางแผนเตรียมการให้พร้อมก่อนเข้าสู่วัยเกษียณอายุ เพื่อให้สามารถปรับตัวได้ดีและใช้ชีวิตได้ อย่างมีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีภายหลังเกษียณต่อไป

9. กรอบแนวคิดในการศึกษา

9.1 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

จากการทบทวนเอกสาร แนวคิดทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้ศึกษาจึงได้ กำหนดกรอบแนวความคิด โดยนำตัวแปรต่าง ๆ มาใช้ในการศึกษา ดังนี้

ตัวแปรปัญหา (Problematic Variable) คือ การเตรียมตัวเกษียณอายุของ ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ 5 ด้าน ได้แก่

1. ด้านร่างกาย
2. ด้านจิตใจและอารมณ์
3. ด้านที่พักอาศัย
4. ด้านการเงินและการใช้จ่าย
5. ด้านการใช้เวลา

แปรอิสระ (Independent Variables) คือ ปัจจัยที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการ เตรียมตัวเกษียณอายุของราชการ ได้แก่

1. ปัจจัยส่วนบุคคล ซึ่งประกอบด้วย
 - ระยะเวลาก่อนเกษียณ

- ระดับการศึกษา
 - สถานภาพสมรส
 - สถานภาพทางตำแหน่ง
 - สถานภาพทางเศรษฐกิจ
 - สถานภาพทางสุขภาพ
 - สถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคม
 - การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ
2. ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางสังคม ซึ่งประกอบด้วย
- สัมพันธภาพในครอบครัว
 - สัมพันธภาพกับเพื่อน
3. ปัจจัยสนับสนุน ซึ่งประกอบด้วย
- การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม
 - การสนับสนุนจากหน่วยงาน
 - การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ

ผู้ศึกษาได้กำหนดกรอบแนวคิดในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม ดังรายละเอียดตามแผนภูมิที่ 2.1

แผนภูมิที่ 2.1 แสดงกรอบแนวคิดในการศึกษา

ตัวแปรอิสระ (Independent Variables)

ตัวแปรตาม (Dependent Variable)



10. นิยามปฏิบัติการ

การเกษียณอายุ หมายถึง การออกจากตำแหน่งทางสังคมหรือหน้าที่การงานของข้าราชการที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ โดยให้พ้นจากราชการเมื่อสิ้นปีงบประมาณที่ข้าราชการมีอายุครบ 60 ปี บริบูรณ์ ตามเกณฑ์ที่กฎหมายประกาศไว้

ข้าราชการ หมายถึง ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข เฉพาะในส่วนกลางที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 โดยมีอายุระหว่าง 55-59 ปี และสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวง กรมการแพทย์ กรมควบคุมโรคติดต่อ กรมอนามัย กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กรมสุขภาพจิต และสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

การเตรียมตัวเกษียณอายุ หมายถึง กิจกรรมที่ราชการได้ปฏิบัติและได้วางแผนปฏิบัติ เพื่อเป็นการเตรียมตัวก่อนที่จะเกษียณอายุในด้านต่าง ๆ ซึ่งผู้ศึกษาได้กำหนดจากการศึกษาเอกสาร ตำราและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยจำแนกการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการเป็น 5 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านที่พักอาศัย ด้านการเงินและการใช้จ่าย และด้านการใช้เวลา

การเตรียมด้านร่างกาย หมายถึง การวางแผนและปฏิบัติกิจกรรมของข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณอายุเกี่ยวกับสุขภาพทางร่างกายก่อนการเกษียณอายุ ได้แก่ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุและพยาธิสภาพ โภชนาการ การออกกำลังกาย การดูแลรักษาสุขภาพ และการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อหลีกเลี่ยงอุบัติเหตุ รวมถึงการปฏิบัติตนในด้านสุขภาพอนามัยด้วย อาทิ การรับประทานอาหาร การพักผ่อน การออกกำลังกายและการตรวจสุขภาพ

การเตรียมด้านจิตใจและอารมณ์ หมายถึง การวางแผนและเตรียมจิตใจของข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณอายุให้พร้อมที่จะยอมรับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณ ได้แก่ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ การรักษาสุขภาพจิตและการศึกษาธรรมะ รวมถึงการเตรียมใจและยอมรับในสิ่งที่ต้องเผชิญเมื่อเกษียณอายุ การจัดหาเวลาว่างสำหรับพักผ่อนและการฝึกจิตใจให้สงบ

การเตรียมด้านที่อยู่อาศัย หมายถึง การวางแผนเตรียมการเกี่ยวกับสถานที่สำหรับพักอาศัยภายหลังเกษียณอายุของข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณอายุ ซึ่งได้แก่ สถานที่พักอาศัย ลักษณะของที่พักอาศัย และสภาพแวดล้อมของที่พักอาศัย

การเตรียมด้านการเงินและการใช้จ่าย หมายถึง การวางแผนเตรียมการของข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณอายุในการจัดสรรการเงินให้สมดุลย์ระหว่างรายรับและรายจ่ายและการออมทรัพย์ในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อใช้ภายหลังเกษียณอายุราชการ ได้แก่ การประเมินรายรับ-รายจ่าย การเก็บสะสมเงินออม การวางแผนหารายได้เพิ่มและการจัดการกับทรัพย์สินและหนี้สินต่าง ๆ

การเตรียมด้านการใช้เวลา หมายถึง การวางแผนเตรียมการเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ภายหลังเกษียณของข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณอายุ เป็นการเตรียมตัวปรับบทบาทใหม่ให้คุ้นเคยก่อนเกษียณอายุ โดยผู้ศึกษาได้สนใจศึกษาเฉพาะงานอดิเรก และการมีส่วนร่วมในสังคม อาทิ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรก และกิจกรรมทางสังคมที่ตนเองสนใจ การฝึกทักษะในงานอดิเรกที่สนใจและทดลองเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อประเมินความเหมาะสมกับสภาพร่างกายและเศรษฐกิจของตนเอง ฯลฯ

ปัจจัยส่วนบุคคล หมายถึง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคคลที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ซึ่งประกอบด้วยระยะเวลาก่อนเกษียณ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส สถานภาพทางตำแหน่ง สถานภาพทางเศรษฐกิจ สถานภาพทางสุขภาพ สถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคมและการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ

ระยะเวลาก่อนเกษียณ หมายถึง ระยะเวลาเป็นจำนวนเต็มของปีที่ข้าราชการคาดว่าจะเกษียณอายุ ซึ่งมีระยะเวลาก่อนเกษียณตั้งแต่ 1-5 ปี โดยแบ่งเป็น 2 ระยะคือ

1. ระยะเวลา 1-2 ปี ก่อนเกษียณ
2. ระยะเวลา 3-5 ปี ก่อนเกษียณ

ระดับการศึกษา หมายถึง ระดับการศึกษาชั้นสูงสุดของข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณอายุ โดยแบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ

1. ต่ำกว่าปริญญาตรี หมายถึง มัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.และอนุปริญญา/ปวส.
2. ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า
3. สูงกว่าระดับปริญญาตรี

สถานภาพสมรส หมายถึง สถานภาพสมรสของข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณอายุซึ่งแบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ

1. สถานภาพสมรสคู่ หมายถึง ข้าราชการที่ใช้ชีวิตอยู่กับคู่สมรสและอาศัยอยู่บ้านเดียวกัน
2. สถานภาพสมรสโสด หมายถึง ข้าราชการที่ยังไม่เคยแต่งงานมาก่อนเลย
3. สถานภาพสมรสหม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่ หมายถึง ข้าราชการที่เคยแต่งงานมาก่อนแต่ปัจจุบันอยู่คนเดียวโดยไม่มีคู่สมรส

สถานภาพทางตำแหน่ง หมายถึง ระดับตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบันของข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณอายุ ซึ่งมีตั้งแต่ระดับซี 3 ถึงระดับซี 10 โดยแบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ

1. ระดับ 3-6
2. ระดับ 7-8
3. ระดับ 9-10

สถานภาพทางเศรษฐกิจ หมายถึง ความเพียงพอของการใช้จ่ายกับรายรับที่ได้ของข้าราชการ ซึ่งแบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ

1. มีเหลือเก็บ หมายถึง รายได้มากกว่ารายจ่าย
2. มีพอใช้จ่าย หมายถึง รายได้สมดุลกับรายจ่าย
3. ไม่พอใช้และไม่มีเหลือเก็บ หมายถึง รายจ่ายมากกว่ารายรับ

สถานภาพทางสุขภาพ หมายถึง สภาพะสุขภาพในปัจจุบันของข้าราชการซึ่งประเมินด้วยตนเอง โดยแบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ

1. สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง
2. เจ็บป่วยบ้างเล็กน้อย
3. มีโรคประจำตัว

สถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคม หมายถึง การเข้าเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ ของข้าราชการก่อนเกษียณอายุ

การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ หมายถึง การได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของข้าราชการก่อนเกษียณอายุ

ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางสังคม หมายถึง องค์ประกอบต่าง ๆ ของสภาพแวดล้อมทางสังคมที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณอายุ และคาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข อาทิ สัมพันธภาพในครอบครัว และสัมพันธภาพกับเพื่อน

สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง ลักษณะพฤติกรรมที่บุคคลในครอบครัวอันประกอบด้วย สามี-ภรรยา บุตร หลาน ญาติพี่น้อง ปฏิบัติต่อข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณในด้านความผูกพัน รักใคร่สนิทสนมและห่วงใยซึ่งกันและกัน การมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันของสมาชิกในครอบครัว การเคารพยกย่องและให้ความสำคัญต่อกัน มีความสามัคคีปรองดองกัน มีส่วนร่วมในกิจกรรมในครอบครัว และพักผ่อนหย่อนใจร่วมกัน

สัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึง ความสัมพันธ์ของข้าราชการผู้เตรียมเกษียณอายุกับเพื่อนร่วมงาน เพื่อนร่วมชั้นเรียน เพื่อนจากการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมและเพื่อนบ้าน ซึ่งสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนนั้น มีลักษณะดังนี้ คือ มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีความรักใคร่ผูกพันและเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ให้ความช่วยเหลือและหวังดีต่อกัน ให้ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน และสามารถปรับทุกข์กันได้

ปัจจัยสนับสนุน หมายถึง องค์ประกอบอื่นที่คาดว่าจะมีส่วนส่งเสริมและสนับสนุนให้ข้าราชการมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การสนับสนุนจากหน่วยงานและการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ

การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม หมายถึง โอกาสของการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของข้าราชการซึ่งคาดว่าจะมีส่วนส่งเสริมให้ข้าราชการมีวิถีทัศน์ในด้านต่าง ๆ รวมถึงมีความ

ตระหนักในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ จากการพบปะสนทนา แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ขณะทำกิจกรรมร่วมกันได้แก่ กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ กิจกรรมทางศาสนา กิจกรรมนันทนาการ เป็นต้น

การสนับสนุนจากหน่วยงาน หมายถึง ข้อมูลข่าวสาร กิจกรรม ตลอดจนสวัสดิการต่าง ๆ ที่หน่วยงานต้นสังกัดให้การสนับสนุนแก่ข้าราชการผู้เตรียมตัวเกษียณอายุ ได้แก่

1. ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ชมรมและสมาคมต่าง ๆ แหล่งประกอบอาชีพสำรองหลังเกษียณ ฯลฯ

2. กิจกรรมต่าง ๆ อาทิ การอบรมและสัมมนาเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ การเชิญผู้เกษียณให้มีกิจกรรมในหน่วยงาน การจัดกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกาย อาสาสมัคร ฯลฯ

3. ให้คำแนะนำและอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับสวัสดิการและสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ อาทิ เงินบำเหน็จบำนาญ ฯลฯ

การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ หมายถึง ความสำเร็จของการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณอายุ จากแหล่งข่าวสารต่าง ๆ ดังนี้

1. สื่อต่าง ๆ อาทิ วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ เอกสารเผยแพร่ วารสาร

2. การสนทนา และปรึกษาหารือแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้ทรงคุณวุฒิด้านผู้สูงอายุ เพื่อนร่วมงาน เพื่อนร่วมกิจกรรมทางสังคม และสมาชิกในครอบครัว

11. สมมติฐานในการศึกษา

1. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี ระยะเวลาเกษียณต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

2. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี ระดับการศึกษาต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

3. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี สถานภาพสมรสต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

4. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี สถานภาพทางตำแหน่งที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

5. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี สถานภาพทางเศรษฐกิจต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

6. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี สถานภาพทางสุขภาพต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

7. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี สถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคมที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

8. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุ ที่ได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุที่แตกต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

9. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี ระดับสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

10. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

11. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

12. ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มี ระดับการสนับสนุนจากหน่วยงานที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

13. ข้าราชการเกษียณอายุที่มี ระดับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

บทที่ 3

วิธีการศึกษา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยมุ่งศึกษาปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาทั้งในลักษณะของการศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร (Documentary Research) และการวิจัยภาคสนาม (Field Survey) โดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaires) ที่สร้างขึ้นเองเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูล โดยมีรายละเอียดของวิธีการศึกษาวิจัย ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่มีอายุระหว่าง 55-59 ปี ซึ่งคาดว่าจะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 โดยสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวง กรมการแพทย์ กรมควบคุมโรคติดต่อ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กรมอนามัย กรมสุขภาพจิตและสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ซึ่งมีจำนวนทั้งสิ้น 3,422 ราย (ดังรายละเอียดในตารางที่ 3.1)

กลุ่มตัวอย่างคือ ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขเฉพาะในส่วนกลางที่มีอายุระหว่าง 55-59 ปี ซึ่งคาดว่าจะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 โดยสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวง กรมการแพทย์ กรมควบคุมโรคติดต่อ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กรมอนามัย กรมสุขภาพจิต และสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ซึ่งการเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นแบบเฉพาะเจาะจง(Purposive Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 234 ราย (ดังรายละเอียดในตารางที่ 3.1)

ตารางที่ 3.1 แสดงจำนวนข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่จะเกษียณอายุ ในปีงบประมาณ 2541-2545 จำแนกตามหน่วยงานต้นสังกัด

หน่วยงานต้นสังกัด	จำนวนข้าราชการที่จะเกษียณอายุราชการ ในปีงบประมาณ 2541-2545	
	ทั่วประเทศ (ราย)	เฉพาะในส่วนกลาง (ราย)
1. สำนักงานปลัดกระทรวง	2,378	67
2. กรมการแพทย์	236	12
3. กรมควบคุมโรคติดต่อ	436	45
4. กรมอนามัย	146	43
5. กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์	31	28
6. กรมสุขภาพจิต	153	6
7. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา	42	33
รวมทั้งสิ้น	3,422	234

- ที่มา :
- 1) สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน (ก.พ), 2540.
 - 2) กองการเจ้าหน้าที่ สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข, 2540.
 - 3) กองการเจ้าหน้าที่ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2540.
 - 4) กองการเจ้าหน้าที่ กรมควบคุมโรคติดต่อ กระทรวงสาธารณสุข, 2540.
 - 5) กองการเจ้าหน้าที่ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2540.
 - 6) กองการเจ้าหน้าที่ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2540.
 - 7) กองการเจ้าหน้าที่ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2540.
 - 8) สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข, 2540.

2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

2.1 แบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงปริมาณ (Quantitative) เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaires) ซึ่งผู้ศึกษาได้สร้างขึ้นโดยอาศัยหลักแนวคิดทฤษฎีและรายงานการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้อง เป็นหลักในการสร้าง โดยคำถามจะครอบคลุมประเด็นหลักในด้านปัจจัย

ส่วนบุคคล ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางสังคม ปัจจัยสนับสนุนและการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ของข้าราชการ ซึ่งแบ่งออกเป็น 9 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป และปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ปีที่จะเกษียณอายุ สถานภาพสมรส ศาสนา ภูมิลำเนาเดิม ระดับการศึกษา ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน ระดับซี รายได้รวมต่อเดือน แหล่งที่มาของรายได้ สถานภาพทางเศรษฐกิจ ภาวะหนี้สิน ลักษณะครอบครัว ลักษณะที่อยู่อาศัย การเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคม การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ โดยลักษณะคำถามจะมีลักษณะเป็นคำถามปลายปิดและคำถามปลายเปิดแบบเติมคำลงในช่องว่างจำนวน 16 ข้อ

ส่วนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลสถานภาพทางสุขภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งได้แก่ สถานภาพทางสุขภาพในปัจจุบัน ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ การตรวจสุขภาพ การออกกำลังกาย กิจกรรมประจำวัน โดยลักษณะคำถาม มีลักษณะเป็นคำถามปลายปิด และคำถามปลายเปิดแบบเติมคำลงในช่องว่าง จำนวน 5 ข้อ

ส่วนที่ 3 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับสัมพันธภาพในครอบครัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert Scale) โดยมีคำตอบให้เลือก 5 คำตอบ คือ จริงที่สุด จริง ไม่แน่ใจ ไม่จริง ไม่จริงเลย ซึ่งมีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 11 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวก 9 ข้อ เชิงลบ 2 ข้อ

เกณฑ์ในการให้คะแนน

- กรณีที่เป็นคำถามเชิงบวก (Positive Content)

จริงที่สุด	ให้คะแนน	5 คะแนน
จริง	ให้คะแนน	4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	3 คะแนน
ไม่จริง	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้คะแนน	1 คะแนน

- กรณีที่เป็นคำถามเชิงลบ (Negative Content)

จริงที่สุด	ให้คะแนน	1 คะแนน
จริง	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	3 คะแนน
ไม่จริง	ให้คะแนน	4 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้คะแนน	5 คะแนน

ส่วนที่ 4 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับเพื่อนของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert Scale) โดยมีคำตอบให้เลือก 5 คำตอบ คือ จริงที่สุด จริง ไม่แน่ใจ ไม่จริง ไม่จริงเลย ซึ่งมีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 12 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวก 10 ข้อ เชิงลบ 2 ข้อ

เกณฑ์ในการให้คะแนน

- กรณีที่เป็นคำถามเชิงบวก (Positive Content)

จริงที่สุด	ให้คะแนน	5 คะแนน
จริง	ให้คะแนน	4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	3 คะแนน
ไม่จริง	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้คะแนน	1 คะแนน

- กรณีที่เป็นคำถามเชิงลบ (Negative Content)

จริงที่สุด	ให้คะแนน	1 คะแนน
จริง	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	3 คะแนน
ไม่จริง	ให้คะแนน	4 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้คะแนน	5 คะแนน

ส่วนที่ 5 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert Scale) โดยมีคำตอบให้เลือก 5 คำตอบ คือ จริงที่สุด จริง ไม่แน่ใจ ไม่จริง ไม่จริงเลย ซึ่งมีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 9 ข้อ เป็นคำถามเชิงบวก 7 ข้อ เชิงลบ 2 ข้อ

เกณฑ์ในการให้คะแนน

- กรณีที่เป็นคำถามเชิงบวก (Positive Content)

จริงที่สุด	ให้คะแนน	5 คะแนน
จริง	ให้คะแนน	4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	3 คะแนน
ไม่จริง	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้คะแนน	1 คะแนน

- กรณีที่เป็นคำถามเชิงลบ (Negative Content)

จริงที่สุด	ให้คะแนน	1 คะแนน
จริง	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	3 คะแนน
ไม่จริง	ให้คะแนน	4 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้คะแนน	5 คะแนน

ส่วนที่ 6 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับการสนับสนุนจากหน่วยงานของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert Scale) โดยมีคำตอบให้

เลือก 5 คำตอบ คือ จริงที่สุด จริง ไม่แน่ใจ ไม่จริง ไม่จริงเลย ซึ่งมีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 9 ข้อ เป็นคำถามเชิงบวก 6 ข้อ เชิงลบ 3 ข้อ

เกณฑ์ในการให้คะแนน

- กรณีที่เป็นคำถามเชิงบวก (Positive Content)

จริงที่สุด	ให้คะแนน	5 คะแนน
จริง	ให้คะแนน	4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	3 คะแนน
ไม่จริง	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้คะแนน	1 คะแนน

- กรณีที่เป็นคำถามเชิงลบ (Negative Content)

จริงที่สุด	ให้คะแนน	1 คะแนน
จริง	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	3 คะแนน
ไม่จริง	ให้คะแนน	4 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้คะแนน	5 คะแนน

ส่วนที่ 7 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะคำถามจะเป็นแบบมาตราส่วนการประมาณค่า (Rating Scale) ซึ่งมีคำตอบให้เลือก 3 คำตอบ คือ ประจํา ครึ่งคราว และไม่เคยเลย โดยมีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 10 ข้อ

เกณฑ์ในการให้คะแนน

ประจํา	ให้คะแนน	3 คะแนน
ครึ่งคราว	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่เคยเลย	ให้คะแนน	1 คะแนน

ส่วนที่ 8 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert Scale) โดยมีคำตอบให้เลือก 5 คำตอบ คือ จริงที่สุด จริง ไม่แน่ใจ ไม่จริง ไม่จริงเลย ซึ่งมีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 40 ข้อ เนื่องจากเป็นคำถามเชิงพฤติกรรมดังนั้นข้อคำถามจึงเป็นคำถามเชิงบวก (Positive Content) โดยมีประเด็นคำถามเกี่ยวกับการเตรียมตัวในด้านต่าง ๆ ดังนี้

- ด้านร่างกาย จำนวน 8 ข้อ
- ด้านจิตใจและอารมณ์ จำนวน 8 ข้อ
- ด้านที่พักอาศัย จำนวน 8 ข้อ
- ด้านการเงินและการใช้จ่าย จำนวน 8 ข้อ
- ด้านการใช้เวลา จำนวน 8 ข้อ

เกณฑ์ในการให้คะแนน

จริงที่สุด	ให้คะแนน	5 คะแนน
จริง	ให้คะแนน	4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	3 คะแนน
ไม่จริง	ให้คะแนน	2 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้คะแนน	1 คะแนน

ส่วนที่ 9 เป็นคำถามเรื่องความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ และการวางแผนก่อนเกษียณ ลักษณะของคำถามจะเป็นแบบปลายปิดและปลายเปิด แบบให้เติม คำลงในช่องว่าง ซึ่งมีจำนวน 4 ข้อ

2.2 การแบ่งระดับคะแนนของตัวแปร

ในการแบ่งระดับคะแนนของตัวแปรนั้น ผู้ศึกษาได้ใช้เกณฑ์ในการแบ่งระดับคะแนนของเบสท์ (Best, 1977:174) ดังนี้

คะแนนสูงสุด - คะแนนต่ำสุด

จำนวนระดับ

การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ : ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์
ด้านที่พักอาศัย ด้านการเงินและการใช้จ่าย และด้านการใช้เวลา

คะแนนเฉลี่ย 1.00-2.33 หมายถึง ระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุต่ำ

คะแนนเฉลี่ย 2.34-3.66 หมายถึง ระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 3.67-5.00 หมายถึง ระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุสูง

สัมพันธภาพในครอบครัว

คะแนนเฉลี่ย 1.00-2.33 หมายถึง ระดับสัมพันธภาพในครอบครัวต่ำ

คะแนนเฉลี่ย 2.34-3.66 หมายถึง ระดับสัมพันธภาพในครอบครัวปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 3.67-5.00 หมายถึง ระดับสัมพันธภาพในครอบครัวสูง

สัมพันธภาพกับเพื่อน

คะแนนเฉลี่ย 1.00-2.33 หมายถึง ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนต่ำ

คะแนนเฉลี่ย 2.34-3.66 หมายถึง ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 3.67-5.00 หมายถึง ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนสูง

การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

คะแนนเฉลี่ย 1.00-2.33 หมายถึง ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมต่ำ

คะแนนเฉลี่ย 2.34-3.66 หมายถึง ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมปาน

กลาง

คะแนนเฉลี่ย 3.67-5.00 หมายถึง ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมสูง

การสนับสนุนจากหน่วยงาน

คะแนนเฉลี่ย 1.00-2.33 หมายถึง ระดับการสนับสนุนจากหน่วยงานต่ำ

คะแนนเฉลี่ย 2.34-3.66 หมายถึง ระดับการสนับสนุนจากหน่วยงานปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 3.67-5.00 หมายถึง ระดับการสนับสนุนจากหน่วยงานสูง

การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ

คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.66 หมายถึง ระดับของการรับรู้ข้อมูลข่าวสารต่ำ

คะแนนเฉลี่ย 1.67-2.33 หมายถึง ระดับของการรับรู้ข้อมูลข่าวสารปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 2.34-3.00 หมายถึง ระดับของการรับรู้ข้อมูลข่าวสารสูง

2.3 การทดสอบคุณภาพเครื่องมือ

ในทดสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลนี้ ผู้ศึกษาได้ดำเนินการทดสอบคุณภาพเครื่องมือ ดังนี้คือ

1) การหาความตรง (Validity) ผู้ศึกษานำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเองให้อาจารย์ที่ปรึกษาและคณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ 4 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) และแก้ไขปรับปรุงข้อคำถามเพื่อให้เนื้อหาครอบคลุมรายละเอียดเกี่ยวกับเรื่องที่ศึกษาแล้วนำมาปรับปรุงให้เหมาะสมก่อนนำไปทดลองใช้ (Try Out)

2) การหาความเที่ยง (Reliability) ผู้ศึกษาได้นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับข้าราชการศูนย์ควบคุมโรคติดต่อเขต 1 กรมควบคุมโรคติดต่อ กระทรวงสาธารณสุขที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 จำนวน 20 ราย แล้วนำมาทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช (Cronbach's Alpha Coefficient) เพื่อวัดความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) ของข้อความแต่ละตอนในแบบสอบถาม เมื่อปรับบางข้อคำถามแล้ว ทำให้ได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถาม ดังนี้

แบบวัดการเตรียมตัวเกษียณอายุ	ได้ค่าความเที่ยง (α)	=	0.94
แบบวัดสัมพันธภาพในครอบครัว	ได้ค่าความเที่ยง (α)	=	0.87
แบบวัดสัมพันธภาพกับเพื่อน	ได้ค่าความเที่ยง (α)	=	0.86
แบบวัดการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม	ได้ค่าความเที่ยง (α)	=	0.81
แบบวัดการสนับสนุนจากหน่วยงาน	ได้ค่าความเที่ยง (α)	=	0.79
แบบวัดการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ	ได้ค่าความเที่ยง (α)	=	0.87

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนที่ 1 การเตรียมการก่อนดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการประสานงานกับคณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ เพื่อทำหนังสือถึงผู้อำนวยการศูนย์ทะเบียนข้าราชการ ก.พ. และอธิบดีกรมต่าง ๆ ของกระทรวงสาธารณสุข ในการขอความอนุเคราะห์ข้อมูลข้าราชการสังกัด ก.พ. ที่เกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2530-2540 และข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่คาดว่าจะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2540-2545

ขั้นตอนที่ 2 ดำเนินการขอข้อมูลข้าราชการเกษียณอายุ และที่คาดว่าจะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2540-2545 โดยประสานงานและนำหนังสือจากคณะพัฒนาสังคมเข้าพบกับผู้อำนวยการศูนย์ทะเบียนข้าราชการ ก.พ. ผู้อำนวยการกองการเจ้าหน้าที่ของกรมควบคุมโรคติดต่อ กรมการแพทย์ กรมอนามัย กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กรมสุขภาพจิต สำนักงานปลัดกระทรวง และเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความอนุเคราะห์ข้อมูล

ขั้นตอนที่ 3 การดำเนินการเก็บข้อมูล โดยการประสานงานกับคณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ เพื่อทำหนังสือถึงปลัดกระทรวงสาธารณสุข ในการขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 จากนั้นผู้ศึกษาที่ดำเนินการเก็บข้อมูลโดยประสานงานกับผู้อำนวยการกองในแต่ละกรม เพื่อเก็บข้อมูลข้าราชการในสังกัดที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา รวมถึงการรวบรวมแบบสอบถามคืนภายใน 2 อาทิตย์ด้วย โดยได้รับแบบสอบถามคืนจำนวน 211 ชุด (ร้อยละ 90) ไม่สมบูรณ์ 6 ชุด ดังนั้นจึงได้แบบสอบถามในการวิเคราะห์ข้อมูล จำนวน 205 ชุด

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ SPSS/PC+ (Statistical Package for the Social Science) โดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล 2 ส่วน คือ

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ใช้อธิบายข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา เช่น เพศ อายุ ระยะเวลาที่จะเกษียณ สถานภาพสมรส ศาสนา ภูมิลำเนาเดิม ระดับการศึกษา ตำแหน่งหน้าที่การงาน ระดับชี รายได้รวมต่อเดือน แหล่งที่มาของรายได้ สถานภาพทางเศรษฐกิจ ภาวะมีหนี้สิน ลักษณะครอบครัว ลักษณะที่อยู่อาศัย การเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคม การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ สถานภาพทางสุขภาพ ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ การตรวจสุขภาพประจำปี การออกกำลังกาย กิจกรรมประจำวัน สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การ

สนับสนุนจากหน่วยงาน การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณและการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ

- 1.1 ความถี่ (Frequency)
- 1.2 ค่าร้อยละ (Percentage)
- 1.3 ค่ามัชฌิมเลขคณิต (Mean)
- 1.4 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

2. สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ใช้สำหรับทดสอบสมมติฐาน (Hypothesis Testing) เพื่อเป็นการหาคำตอบให้ตรงกับสมมติฐานการศึกษา ตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ

2.1 ค่า t-test ใช้สำหรับทดสอบความแตกต่างระหว่างตัวแปร 2 กลุ่มว่ามีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวเกษียณอายุหรือไม่ ซึ่งตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา คือ ระยะเวลาก่อนเกษียณ สถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคม และการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ

2.2 ค่า F-test (Oneway Analysis of Variance) ใช้สำหรับทดสอบความแตกต่างระหว่างตัวแปร 3 กลุ่ม ว่ามีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวเกษียณอายุหรือไม่ ซึ่งตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา คือ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส สถานภาพทางตำแหน่ง สถานภาพทางเศรษฐกิจ สถานภาพทางสุขภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การสนับสนุนจากหน่วยงานและการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ

2.3 ค่าสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation) ใช้วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ เพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์ลำดับความสำคัญของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข โดยปรับตัวแปรในระดับนามบัญญัติ (Nominal Scale) และตัวแปรระดับอันดับ (Ordinal Scale) ให้เป็นตัวแปรหุ่น (Dummy Variable) ก่อน แล้วจึงนำผลมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

2.4 การวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) เพื่อวิเคราะห์หาลำดับความสำคัญของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

บทที่ 4

ผลการศึกษา

จากการศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ : ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข” ผู้ศึกษาได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติและนำเสนอผลการศึกษาโดยแบ่งเป็น 10 ส่วน ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
2. สัมพันธภาพในครอบครัว
3. สัมพันธภาพกับเพื่อน
4. การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม
5. การสนับสนุนจากหน่วยงาน
6. การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ
7. การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ
8. การทดสอบสมมติฐานเพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ
9. การวิเคราะห์หาลำดับความสำคัญของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ
10. ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเตรียมตัวและวางแผนก่อนเกษียณ

1. ข้อมูลทั่วไป

ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่มีอายุระหว่าง 55-59 ปี จำนวน 205 ราย มีรายละเอียดดังนี้ (รายละเอียดในตารางที่ 4.1)

1.1 เพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 66.8 ส่วนเพศชายมีเพียงร้อยละ 33.2

1.2 อายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนมากที่สุด คือ กลุ่มอายุ 59 ปี คิดเป็นร้อยละ 23.9 รองลงมาคือ กลุ่มอายุ 56 ปี คิดเป็นร้อยละ 23.4 และกลุ่มที่มีจำนวนน้อยที่สุดคือ กลุ่มที่มีอายุ 58 ปี คิดเป็นร้อยละ 15.2

1.3 ระยะเวลาก่อนเกษียณ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541 มีจำนวนมากที่สุด คือ ร้อยละ 26.8 รองลงมาคือกลุ่มที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2544 คิดเป็นร้อยละ 23.4 และกลุ่มที่จะเกษียณอายุราชการใน 5 ปีข้างหน้าคือปีงบประมาณ 2545 นั้น มีจำนวนน้อยที่สุด คือร้อยละ 15.6

1.4 สถานภาพสมรส พบว่า ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่และอยู่ด้วยกัน ถึงร้อยละ 70.7 มีเพียงร้อยละ 16.6 ที่มีสถานภาพสมรสโสด

1.5 ศาสนา พบว่า ส่วนใหญ่เกือบทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธ ถึงร้อยละ 96.1

1.6 ภูมิสำเนาเดิม พบว่า กว่าครึ่งมีภูมิสำเนาเดิมอยู่ต่างจังหวัด คิดเป็นร้อยละ 57.1

1.7 ระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาในระดับปริญญาตรี หรือเทียบเท่ามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.5 รองลงมาคือ ระดับที่สูงกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 24.4 ส่วนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีจำนวนน้อยที่สุด คือร้อยละ 7.8

1.8 ตำแหน่งทางสายงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ถึงร้อยละ 64.4 นั้น มีตำแหน่งหน้าที่การงานในสายงานทางการแพทย์และสาธารณสุข ซึ่งประกอบด้วย นักบริหาร ผู้เชี่ยวชาญ แพทย์ สัตวแพทย์ ทันตแพทย์ พยาบาล เภสัชกร นักโภชนาการ นักวิทยาศาสตร์ การแพทย์และนักวิชาการหรือเจ้าหน้าที่ทางการแพทย์และสาธารณสุขอื่นๆ มีเพียงร้อยละ 35.6 ที่มีตำแหน่งนอกสายงานทางการแพทย์และสาธารณสุข ซึ่งประกอบด้วย นักสังคมสงเคราะห์ นักจิตวิทยา เจ้าหน้าที่เวชสัมพันธ์ นิติกร เลขานุการกรม เจ้าหน้าที่วิเคราะห์นโยบายและแผน นักสถิติ เจ้าหน้าที่ตรวจสอบภายใน เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป เจ้าหน้าที่พัสดุ เจ้าหน้าที่การเงิน และบัญชี และเจ้าหน้าที่ธุรการ

1.9 ระดับชี พบว่า กว่าครึ่งหนึ่งของกลุ่มตัวอย่างมีระดับชีอยู่ในช่วงระดับ 7-8 คือร้อยละ 51.7 รองลงมาคือระดับ 3-6 คิดเป็นร้อยละ 34.2 และระดับ 9-10 คิดเป็นร้อยละ 14.1 ตามลำดับ

1.10 รายได้รวมต่อเดือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีรายได้ระหว่าง 20,001-30,000 บาท มากที่สุด คือร้อยละ 38.5 และ 1 ใน 4 มีรายได้น้อยกว่า 20,000 บาท ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 25.4

1.11 แหล่งที่มาของรายได้ พบว่า ส่วนใหญ่มีรายได้จากเงินเดือนประจำเท่านั้น คิดเป็นร้อยละ 73.2 มีส่วนน้อยเพียงร้อยละ 26.8 ที่มีรายได้พิเศษจากแหล่งอื่น อาทิ การลงทุนธุรกิจ การเปิดคลินิก ดอกเบี้ยเงินฝาก ครอบครัวยุติและบุตรหลานให้

1.12 สถานภาพทางเศรษฐกิจ พบว่า ส่วนใหญ่มีรายจ่ายสมดุลกับรายรับ โดยมีพอใช้จ่าย ถึงร้อยละ 49.2 และมีเหลือเก็บ ร้อยละ 42.0 มีเพียงร้อยละ 8.8 ที่ไม่พอใช้และไม่เหลือเก็บ

1.13 ภาวะหนี้สิน พบว่า เกือบครึ่งของกลุ่มตัวอย่างยังมีหนี้สิน ถึงร้อยละ 46.3 จากการซื้อ/เช่าซื้ออสังหาริมทรัพย์ และลงทุนธุรกิจต่าง ๆ

1.14 ลักษณะครอบครัว พบว่า กว่าครึ่งอาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน ถึงร้อยละ 53.2 มีเพียงร้อยละ 5.4 ที่อยู่ตามลำพัง

1.15 ลักษณะที่พักอาศัย พบว่า ส่วนใหญ่นั้นมีบ้านเป็นของตนเอง ถึงร้อยละ 83.4 ซึ่งบางส่วนอยู่ระหว่างการเช่าซื้อ มีเพียงร้อยละ 1.9 ที่ใช้บ้านพักราชการเป็นที่พักอาศัย

1.16 การเป็นสมาชิกทางสังคม พบว่า กว่าครึ่งเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 55.1 อาทิ สมาคมอนามัย สมาคมข้าราชการบำนาญกระทรวงสาธารณสุข ฯลฯ

1.17 การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ พบว่า ส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับการอบรมเลย ถึงร้อยละ 83.9 มีเพียงร้อยละ 16.1 ที่เคยได้รับการอบรม

1.18 สถานภาพทางสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีโรคประจำตัวถึงร้อยละ 35.1 อาทิ เบาหวาน กระดูกเสื่อม โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง ฯลฯ ส่วนผู้ที่มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง มีเพียงร้อยละ 34.6 เท่านั้น

1.19 ปัญหาสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีปัญหาสุขภาพถึงร้อยละ 43.9 ซึ่งปัญหาส่วนใหญ่คือ ปวดหลัง ปวดตามข้อ ข้อเข่าเสื่อม ภูมิแพ้ ฯลฯ

1.20 การตรวจสุขภาพประจำปี พบว่า มีเพียงร้อยละ 29.8 ที่เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี อย่างสม่ำเสมอ ส่วนใหญ่จะตรวจเป็นครั้งคราว เมื่อมีอาการผิดปกติหรือตามแพทย์นัด ถึงร้อยละ 63.4 และร้อยละ 6.8 ไม่เคยตรวจสุขภาพเลย

1.21 การออกกำลังกาย พบว่า ส่วนใหญ่มีการออกกำลังกายเป็นครั้งคราว คิดเป็นร้อยละ 57.5 ซึ่งวิธีการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่าง ก็คือ การเดินเร็ว บริหารร่างกาย ว่ายน้ำ ฯลฯ

1.22 กิจกรรมงานอดิเรก พบว่าส่วนใหญ่มีงานอดิเรกทำ ถึงร้อยละ 65.8 อาทิ เลี้ยงสัตว์ ดูแลต้นไม้ เขียนหนังสือ ฯลฯ และมีเพียงร้อยละ 34.2 ที่ไม่มีงานอดิเรกทำ

1.23 กิจกรรมงานบ้าน พบว่า ส่วนใหญ่มีกิจกรรมงานบ้าน ถึงร้อยละ 71.2 มีเพียงร้อยละ 28.8 ที่ไม่ได้ทำงานบ้านเลย

ตารางที่ 4.1 ลักษณะข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ ระยะเวลาก่อนเกษียณ สถานภาพสมรส ศาสนา ภูมิลำเนาเดิม ระดับการศึกษา ตำแหน่งทางสายงาน ระดับซี รายได้รวมต่อเดือน แหล่งที่มาของรายได้ สถานภาพทางเศรษฐกิจ ภาวะหนี้สิน ลักษณะครอบครัว ลักษณะที่พักอาศัย การเป็นสมาชิกทางสังคม การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ สถานภาพทางสุขภาพ ปัญหาสุขภาพ การตรวจสุขภาพ การออกกำลังกาย กิจกรรมงานอดิเรก กิจกรรมงานบ้าน

ลักษณะทั่วไป		จำนวน	ร้อยละ
เพศ			
	ชาย	68	33.2
	หญิง	137	66.8
	รวม	205	100.0
อายุ			
	55 ปี	37	18.0
	56 ปี	48	23.4
	57 ปี	40	19.5
	58 ปี	31	15.2
	59 ปี	49	23.9
	รวม	205	100.0
ระยะเวลาก่อนเกษียณ			
	1 ปี	55	26.8
	2 ปี	33	16.2
	3 ปี	37	18.0
	4 ปี	48	23.4
	5 ปี	32	15.6
	รวม	205	100.0

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ลักษณะทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
สถานภาพสมรส		
โสด	34	16.6
สมรสและอยู่ด้วยกัน	145	70.7
สมรสแต่แยกกันอยู่	7	3.4
หย่าร้าง/หม้าย	19	9.3
รวม	205	100.0
ศาสนา		
พุทธ	197	96.1
คริสต์	3	1.5
อิสลาม	5	2.4
รวม	205	100.0
ภูมิลำเนาเดิม		
กรุงเทพมหานคร	88	42.9
ต่างจังหวัด	117	57.1
รวม	205	100.0
ระดับการศึกษา		
มัธยมศึกษาตอนต้น	16	7.8
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	37	18.0
อนุปริญญา/ปวส.	19	9.3
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	83	40.5
สูงกว่าระดับปริญญาตรี	50	24.4
รวม	205	100.0
ตำแหน่งทางสายงาน		
ตำแหน่งในสายงานทางการแพทย์และสาธารณสุข	132	64.4
ตำแหน่งนอกสายงานทางการแพทย์และสาธารณสุข	73	35.6
รวม	205	100.0

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ลักษณะทั่วไป		จำนวน	ร้อยละ
ระดับปี			
3 - 6		70	34.2
7 - 8		106	51.7
9 - 10		29	14.1
รวม		205	100.0
รายได้รวมต่อเดือน			
น้อยกว่า 20,000 บาท		52	25.4
20,001 - 30,000 บาท		79	38.5
30,001 - 40,000 บาท		36	17.6
40,001 - 50,000 บาท		15	7.3
50,000 บาทขึ้นไป		23	11.2
รวม		205	100.0
แหล่งที่มาของรายได้			
เฉพาะเงินเดือนประจำ		150	73.2
มีรายได้พิเศษนอกเหนือจากเงินเดือนประจำ		55	26.8
รวม		205	100.0
สถานภาพทางเศรษฐกิจ			
มีเหลือเก็บ (รายได้มากกว่ารายจ่าย)		86	42.0
มีพอใช้จ่าย (รายจ่ายสมดุลย์กับรายรับ)		101	49.2
ไม่พอใช้และไม่เหลือเก็บ (รายจ่ายมากกว่ารายรับ)		18	8.8
รวม		205	100.0
ภาระหนี้สิน			
ไม่มีหนี้สิน		110	53.7
มีหนี้สิน		95	46.3
รวม		205	100.0

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ลักษณะทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
ลักษณะครอบครัว		
อยู่ตามลำพัง	11	5.4
อยู่กับคู่สมรส	31	15.1
อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน	109	53.2
อยู่กับบุตรหลาน/ญาติพี่น้อง	37	18.0
อยู่กับบิดามารดา	12	5.9
อยู่กับเพื่อน	3	1.4
อยู่ตามลำพังเฉพาะวันราชการ	2	1.0
รวม	205	100.0
ลักษณะที่พักอาศัย		
บ้านของตนเอง	171	83.4
บ้านของบุตรหลาน/ญาติพี่น้อง	17	8.3
บ้านเช่า/อพาร์ทเมนต์เช่า	10	4.8
บ้านพักราชการ	4	1.9
บ้านของบิดามารดา	2	0.9
บ้านเพื่อน	1	11.7
รวม	205	100.0
การเป็นสมาชิกทางสังคม		
ไม่เป็น	92	44.9
เป็น	113	55.1
รวม	205	100.0
การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ		
ไม่เคยอบรม	172	83.9
เคยอบรม	33	16.1
รวม	205	100.0

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ลักษณะทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
สถานภาพทางสุขภาพ		
สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง	71	34.6
เจ็บป่วยเล็กน้อย	62	30.8
มีโรคประจำตัว	72	35.1
รวม	205	100.0
ปัญหาสุขภาพ		
ไม่มี	115	56.1
มี	90	43.9
รวม	205	100.0
การตรวจสุขภาพประจำปี		
ไม่เคยตรวจเลย	14	6.8
ตรวจเป็นครั้งคราว	130	63.4
ตรวจประจำทุกปี	61	29.8
รวม	205	100.0
การออกกำลังกาย		
ไม่เคย	18	8.8
เคยเป็นครั้งคราว	118	57.5
ประจำ	69	33.7
รวม	205	100.0
กิจกรรมงานอดิเรก		
ไม่มี	70	34.2
มี	135	65.8
รวม	205	100.0

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ลักษณะทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
กิจกรรมประจำวัน (งานบ้าน)		
ไม่มี	59	28.8
มี	146	71.2
รวม	205	100.0

2. สัมพันธภาพในครอบครัว

จากผลการวิเคราะห์สัมพันธภาพในครอบครัวของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่จะเกษียณอายุราชการ ในปีงบประมาณ 2541-2545 นั้น พบว่า มีระดับของสัมพันธภาพที่สูง ($\bar{X} = 4.09$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อจะเห็นว่า การได้รับการช่วยเหลือและดูแลจากสมาชิกในครอบครัว เมื่อมีปัญหาหรือเจ็บป่วยอยู่ในระดับสูงที่สุด ($\bar{X} = 4.47$) รองลงมาคือ ความรักใคร่ผูกพันกันในครอบครัว ($\bar{X} = 4.41$) ความเคารพนับถือจากสมาชิกในครอบครัว ($\bar{X} = 4.40$) และการมีโอกาสดูแลรักษาหรือและแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับสมาชิกในครอบครัว ($\bar{X} = 4.18$) ตามลำดับ ส่วนการให้ความสำคัญเนื่องในโอกาสต่าง ๆ ของสมาชิกในครอบครัวนั้นมีระดับต่ำที่สุด ($\bar{X} = 3.64$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 1- ภาคผนวก ก.)

3. สัมพันธภาพกับเพื่อน

จากผลการวิเคราะห์สัมพันธภาพกับเพื่อนของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 นั้น พบว่า มีระดับสัมพันธภาพที่ค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 3.95$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จะเห็นว่า การมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านนั้นมีระดับสูงที่สุด ($\bar{X} = 4.25$) รองลงมาคือ การมีเพื่อนสนิท ($\bar{X} = 4.04$) การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน ($\bar{X} = 4.02$) การมีเพื่อนปรับทุกข์ ($\bar{X} = 3.96$) และเพื่อนร่วมกิจกรรมในสังคม ($\bar{X} = 3.94$) ตามลำดับ ส่วนการได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนเมื่อมีเรื่องเดือดร้อนนั้นมีระดับต่ำที่สุด ($\bar{X} = 3.76$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 2 - ภาคผนวก ก.)

4. การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

จากผลการวิเคราะห์การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541- 2545 นั้น พบว่า มีระดับที่ค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 3.83$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จะเห็นว่า โอกาสในการไปร่วมงานสังคม มีระดับสูงที่สุด ($\bar{X} = 4.17$) รองลงมาคือ การไปร่วมกิจกรรมทางศาสนา ($\bar{X} = 4.07$) ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ($\bar{X} = 3.97$) และการไปทัศนาร่วมกับผู้อื่น ($\bar{X} = 3.96$) ตามลำดับ ส่วนโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์นั้น มีระดับต่ำที่สุด ($\bar{X} = 3.24$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 3 - ภาคผนวก ก.)

5. การสนับสนุนจากหน่วยงาน

จากผลการวิเคราะห์การสนับสนุนจากหน่วยงานของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข ที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 นั้น พบว่ามีระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.31$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จะเห็นว่าการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุจากหน่วยงาน มีระดับสูงที่สุด ($\bar{X} = 3.78$) รองลงมาคือ โอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมในหน่วยงาน ($\bar{X} = 3.77$) การสนับสนุนกิจกรรมนันทนาการทั้งภายในและภายนอกหน่วยงาน ($\bar{X} = 3.70$) และการอำนวยความสะดวกและให้คำแนะนำเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ ($\bar{X} = 3.44$) ตามลำดับ ส่วนการได้รับการอบรมหรือสัมมนาเกี่ยวกับผู้สูงอายุหรือการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุและการให้ข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพหลังเกษียณนั้น มีระดับต่ำที่สุด ($\bar{X} = 2.73$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4 - ภาคผนวก ก.)

6. การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ

จากผลการวิเคราะห์การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข ที่จะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 นั้น พบว่ามีระดับของการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.93$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จะเห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากการสนทนากับเพื่อนร่วมงานมากที่สุด ($\bar{X} = 2.20$) รองลงมาคือ การสนทนากับสมาชิกในครอบครัว ($\bar{X} = 2.10$) และการอ่านหนังสือพิมพ์ ($\bar{X} = 2.06$) ตามลำดับ ส่วนการปรึกษาหารือผู้ทรงคุณวุฒิด้านผู้สูงอายุนั้น มีระดับต่ำที่สุด ($\bar{X} = 1.44$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 5 - ภาคผนวก ก.)

7. การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ

จากผลการวิเคราะห์การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข โดยภาพรวม พบว่า มีระดับการเตรียมที่ค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 3.69$) โดยร้อยละ 64.4 มีการเตรียมในระดับสูง ร้อยละ 34.6 มีการเตรียมในระดับปานกลางและร้อยละ 1 มีการเตรียมในระดับต่ำ (ดังรายละเอียดในตารางที่ 6 - ภาคผนวก ก) เมื่อพิจารณาถึงการเตรียมตัวเกษียณอายุในแต่ละด้าน จะเห็นว่า การเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์มีระดับการเตรียมสูงที่สุด ($\bar{X} = 3.87$) รองลงมาคือ การเตรียมด้านที่อยู่อาศัย ($\bar{X} = 3.86$) และด้านร่างกาย ($\bar{X} = 3.77$) ตามลำดับ ส่วนการเตรียมด้านการเงินและการใช้จ่าย และด้านการใช้เวลาอยู่นั้นอยู่ในระดับปานกลาง โดยที่การเตรียมด้านการใช้นี้มีระดับการเตรียมต่ำที่สุด ($\bar{X} = 3.36$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.2)

ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

การเตรียมตัวเกษียณอายุ	$\bar{X}$	S.D	ระดับการเตรียม
ด้านร่างกาย	3.77	0.56	สูง
ด้านจิตใจและอารมณ์	3.87	0.69	สูง
ด้านที่อยู่อาศัย	3.86	0.75	สูง
ด้านการเงินและการใช้จ่าย	3.61	0.61	ปานกลาง
ด้านการใช้เวลา	3.36	0.69	ปานกลาง
รวม	3.69	.51	สูง

7.1 การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านร่างกาย

จากผลการวิเคราะห์การเตรียมตัวเกษียณอายุในด้านร่างกายของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข พบว่า มีระดับการเตรียมตัวค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 3.77$) ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จะเห็นว่า การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพอยู่ในระดับที่สูงที่สุด ($\bar{X} = 3.98$) รองลงมาคือการได้พักผ่อนตามความเหมาะสมของสภาพร่างกายและวัย ($\bar{X} = 3.94$) ส่วนการเข้ารับการตรวจสุขภาพนั้นมีระดับปานกลาง และอยู่ในระดับที่ต่ำที่สุด ($\bar{X} = 3.26$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.3)

ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุ ด้านร่างกายของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

การเตรียมด้านร่างกาย	$\bar{X}$	S.D	ระดับการเตรียม
1. การศึกษาความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุและการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุ	3.63	0.99	ปานกลาง
2. การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับโภชนาการที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ	3.85	0.80	สูง
3. การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพ	3.98	0.65	สูง
4. การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมและความปลอดภัยในการทำงาน	3.80	0.74	สูง
5. การเลือกสรรรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัยและถูกต้องตามหลักโภชนาการ	3.82	0.74	สูง
6. การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยเกษียณอายุ	3.87	0.72	สูง
7. การพักผ่อนร่างกายตามความเหมาะสมของสภาพร่างกายและวัย	3.94	0.62	สูง
8. การเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี และพบแพทย์เมื่อมีอาการผิดปกติ	3.26	1.04	ปานกลาง
รวม	3.77	0.56	สูง

7.2 การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านจิตใจและอารมณ์

จากผลการวิเคราะห์การเตรียมตัวเกษียณอายุในด้านจิตใจและอารมณ์ของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข พบว่า มีระดับการเตรียมตัวที่ค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 3.87$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จะเห็นว่า การเตรียมใจพบกับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณนั้นมีระดับสูงที่สุด ($\bar{X} = 4.14$) รองลงมาคือ การเตรียมใจเกี่ยวกับการยอมรับนับถือจากผู้อื่นภายหลังเกษียณ ($\bar{X} = 4.11$) ส่วนการฝึกจิตใจให้สงบนั้น พบว่า มีระดับการเตรียมน้อยที่สุด ($\bar{X} = 3.58$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.4)

ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุในด้านจิตใจและอารมณ์ของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

การเตรียมด้านจิตใจและอารมณ์	$\bar{X}$	S.D	ระดับการเตรียม
1. การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกระบวนการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจและสังคม ของผู้สูงอายุเพื่อเตรียมใจให้พร้อม ก่อนที่จะเผชิญในวัยเกษียณ	3.67	1.00	สูง
2. การศึกษาหาความรู้เรื่องการรักษาสุขภาพจิตเพื่อทำลายความเครียด	3.81	0.87	สูง
3. การเตรียมใจหรือวางแผนล่วงหน้าเกี่ยวกับสิ่งที่ต้องเผชิญเมื่อเกษียณอายุ	3.86	0.87	สูง
4. การเตรียมใจถึงการยอมรับนับถือจากผู้อื่นภายหลังเกษียณอายุ	4.11	0.79	สูง
5. การเตรียมใจที่จะพบกับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณ เช่น การสูญเสียอำนาจหน้าที่การทำงาน	4.14	0.97	สูง
6. การจัดหาเวลาว่าง สำหรับการพักผ่อนหย่อนใจ	3.84	0.86	สูง
7. การศึกษาหาความรู้เรื่องธรรมะหรือคำสอนทางศาสนาเพื่อฝึกจิตใจให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณอายุ	3.87	0.97	สูง
8. การฝึกจิตใจให้สงบ เช่น ฝึกสมาธิ ฯลฯ	3.58	1.01	ปานกลาง
รวม	3.87	0.69	สูง

7.3 การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านที่พักอาศัย

จากผลการวิเคราะห์การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข ในด้านที่พักอาศัย พบว่า มีระดับการเตรียมที่ค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 3.86$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จะเห็นว่า การวางแผนเรื่องที่อยู่อาศัยภายหลังเกษียณ มีระดับสูงที่สุด ($\bar{X} = 4.01$) ส่วนการสำรวจสภาพแวดล้อม พบว่ามีระดับต่ำที่สุด ($\bar{X} = 3.77$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.5)

ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุในด้านที่พักอาศัยของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

การเตรียมด้านที่พักอาศัย	$\bar{X}$	S.D	ระดับการเตรียม
1. การวางแผนเตรียมการเกี่ยวกับที่พักอาศัยหลังเกษียณว่าจะอยู่บ้านเดิมหรือย้ายบ้านใหม่	3.99	1.03	สูง
2. การวางแผนเรื่องที่อยู่อาศัยที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณว่าจะอยู่ตามลำพังหรืออาศัยอยู่กับบุตรหลาน หรือญาติพี่น้อง ฯลฯ	4.01	0.95	สูง
3. การวางแผนปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้มีสภาพที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ	3.80	0.96	สูง
4. ที่พักอาศัยที่เตรียมวางแผนไว้มีความเป็นส่วนตัว และสามารถควบคุมดูแลรักษาเองได้ภายหลังเกษียณ	3.87	0.93	สูง
5. การสำรวจสภาพแวดล้อม ที่คิดว่าจะใช้เป็นที่พักอาศัยภายหลังเกษียณ	3.77	1.01	สูง
6. ที่พักอาศัยมีความสะดวกสบายในการเดินทางไปสถานที่ต่าง ๆ เช่น โรงพยาบาล	3.82	0.91	สูง
7. การจัดเตรียมบ้านให้เหมาะสมกับสภาพตนเองในวัยเกษียณอายุ	3.74	0.98	สูง
8. การจัดสภาพภายในบ้านโดยคำนึงถึงความปลอดภัยจากอุบัติเหตุต่าง ๆ	3.90	0.85	สูง
รวม	3.86	0.75	สูง

7.4 การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านการเงินและการใช้จ่าย

จากผลการวิเคราะห์การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข ในด้านการเงินและการใช้จ่าย พบว่า มีระดับการเตรียมปานกลาง ($\bar{X} = 3.61$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จะเห็นว่า การปลดเปลี่ยนหนี้สินหรือการวางแผนเตรียมการนั้นมีระดับสูงที่สุด ($\bar{X} = 4.08$) ส่วนการหารายได้พิเศษจากแหล่งงานอื่นนั้น มีระดับต่ำที่สุด ($\bar{X} = 2.68$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.6)

ตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุในด้านการเงินและการใช้จ่ายของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

การเตรียมด้านการเงินและการใช้จ่าย	$\bar{X}$	S.D	ระดับการเตรียม
1. การศึกษาสิทธิประโยชน์ของการรับบำนาญ บำนาญ	4.02	0.81	สูง
2. การศึกษาเรื่องสวัสดิการต่าง ๆ ภายหลังเกษียณอายุ นอกเหนือจากเงินบำนาญ-บำนาญ	3.72	0.95	สูง
3. การศึกษาเกี่ยวกับการจัดทำงบประมาณการเงิน และบัญชีทรัพย์สินเพื่อประเมินฐานะการเงินเมื่อ เกษียณอายุ	3.55	1.01	ปานกลาง
4. การวางแผนเกี่ยวกับงบประมาณรายรับ-รายจ่าย ภายหลังเกษียณไว้ล่วงหน้า	3.65	1.01	ปานกลาง
5. การเก็บสะสมเงินออมในรูปแบบต่าง ๆ อาทิ ฝากธนาคาร ซื้อบ้านหรือที่ดิน ฯลฯ	3.90	0.85	สูง
6. การวางแผนเตรียมการประกอบอาชีพสำรอง ภายหลังเกษียณ	3.21	1.10	ปานกลาง
7. การหารายได้พิเศษจากแหล่งงานอื่น	2.68	1.14	ปานกลาง
8. การวางแผนเตรียมปลดปล่อยหนี้สินต่าง ๆ	4.08	0.82	สูง
รวม	3.61	0.61	ปานกลาง

7.5 การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านการใช้เวลา

จากผลการวิเคราะห์การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข ในด้านการใช้นั้น พบว่า มีระดับการเตรียมปานกลาง ($\bar{X} = 3.36$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จะเห็นว่า การวางแผนในการใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุอยู่ในระดับสูงที่สุด ($\bar{X} = 3.96$) และการทดลองเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่สนใจอยู่ในระดับต่ำที่สุด ($\bar{X} = 2.82$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.7)

ตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมตัวเกษียณอายุในด้าน
การใช้เวลาของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

การเตรียมด้านการใช้เวลา	$\bar{X}$	S.D	ระดับการเตรียม
1. การวางแผนในการใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายและเศรษฐกิจ	3.96	0.79	สูง
2. การศึกษาเกี่ยวกับงานอดิเรกที่สนใจและเหมาะสมกับวัยเกษียณอายุ	3.76	0.88	สูง
3. การมีงานอดิเรก	3.60	1.05	ปานกลาง
4. การศึกษาเกี่ยวกับระเบียบ กฎเกณฑ์ของสมาคมหรือชมรมต่าง ๆ ที่ปรารถนาจะเข้าร่วม	3.00	1.05	ปานกลาง
5. การทดลองเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่สนใจเพื่อประเมินความเหมาะสมกับตนเอง	2.82	1.05	ปานกลาง
6. การเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ งานสาธารณะกุศล งานรื่นเริงสังสรรค์ งานอาสาสมัคร ฯลฯ	3.23	1.09	ปานกลาง
7. การเป็นสมาชิก หรือวางแผนที่จะสมัครเป็นสมาชิกสมาคมหรือชมรมต่าง ๆ ที่สนใจ	3.32	1.00	ปานกลาง
8. การมีกิจกรรมอื่นนอกเหนือจากงานประจำ	3.11	1.16	ปานกลาง
รวม	3.36	0.69	ปานกลาง

8. การทดสอบสมมติฐานเพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการนั้น ปรากฏผลสรุป ดังต่อไปนี้

8.1 สมมติฐานที่ 1 ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มีระยะเวลาก่อนเกษียณต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบว่าระยะเวลาก่อนเกษียณที่แตกต่างกัน 2 ระยะ คือระยะใกล้ (1-2 ปีก่อนเกษียณ) และระยะไกล (3-5 ปีก่อนเกษียณ) นั้น มีผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ t-test พบว่า ระยะเวลาก่อนเกษียณที่แตกต่างกันนั้นส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($P = 0.050$) โดยระยะเวลาที่ใกล้เกษียณนั้นจะส่งผลให้มีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าระยะไกล (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.8) แสดงว่าข้าราชการที่มีระยะเวลาก่อนเกษียณต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ดังนั้น จึงยอมรับสมมติฐานที่ 1

ตารางที่ 4.8 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระยะเวลาก่อนเกษียณต่างกัน

ระยะเวลาก่อนเกษียณ	n	$\bar{X}$	S.D	t	p
1 - 2 ปี	125	3.83	0.54	1.97	0.050
3 - 5 ปี	80	3.68	0.49		

8.2 สมมติฐานที่ 2 ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มีระดับการศึกษาต่างกันจะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบว่าข้าราชการที่มีระดับการศึกษาในระดับที่ต่ำกว่าปริญญาตรี ระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า และระดับที่สูงกว่าปริญญาตรีนั้นจะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ F-test (Oneway Analysis of Variance) พบว่าระดับการศึกษาที่ต่างกันนั้นจะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (F-Prob. = 0.050) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.9) แสดงว่า ข้าราชการที่มีระดับการศึกษาที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ดังนั้น จึงยอมรับสมมติฐานที่ 2 และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วยวิธีของ Scheff พบว่า กลุ่มที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างจากกลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่ากลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.10)

ตารางที่ 4.9 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระดับการศึกษาต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df.	SS.	MS.	F-Ratio	F-Prob.
ระหว่างกลุ่ม	2	1.63	0.81	2.99	0.050
ภายในกลุ่ม	202	54.95	0.27		
รวม	204	56.58			

ตารางที่ 4.10 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่างกัน

ระดับการศึกษา	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	$\bar{X}_3$
สูงกว่าระดับปริญญาตรี ($\bar{X}_1 = 3.88$)	-	0.07	0.22*
ปริญญาตรี/เทียบเท่า ($\bar{X}_2 = 3.81$)		-	0.15
ต่ำกว่าปริญญาตรี ($\bar{X}_3 = 3.66$)			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.3 สมมติฐานที่ 3 ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบว่า ข้าราชการที่มีสถานภาพสมรสคู่ โสด หม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่ นั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ F-test (Oneway Analysis of Variance) พบว่า สถานภาพสมรสที่แตกต่างกันนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (F-Prob. = 0.041) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.11) แสดงว่า ข้าราชการที่มีสถานภาพสมรสที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ดังนั้น จึงยอมรับสมมติฐานที่ 3 และ เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วยวิธีของ Scheff พบว่า กลุ่มที่มีสถานภาพสมรสคู่ที่มีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างจากกลุ่มที่โสด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มที่มีสถานภาพสมรสคู่ จะมีการ เตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่ากลุ่มที่โสด (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.12)

ตารางที่ 4.11 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df.	SS.	MS.	F-Ratio	F-Prob.
ระหว่างกลุ่ม	2	1.76	0.88	3.24	0.041
ภายในกลุ่ม	202	54.82	0.27		
รวม	204	56.58			

ตารางที่ 4.12 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่มที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน

สถานภาพสมรส	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	$\bar{X}_3$
โสด ($\bar{X}_1 = 3.58$)	-	0.25*	0.17
คู่ ($\bar{X}_2 = 3.83$)		-	0.08
หม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่ ($\bar{X}_3 = 3.75$)			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.4 สมมติฐานที่ 4 ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มีสถานภาพทางตำแหน่งที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบว่า ข้าราชการที่มีสถานภาพทางตำแหน่งที่ต่างกัน 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีระดับซี 3-6 กลุ่มที่มีระดับซี 7-8 และกลุ่มที่มีระดับซี 9-10 นั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ F-test (Oneway Analysis of Variance) พบว่า สถานภาพทางตำแหน่งที่ต่างกันนั้น ส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($F\text{-Prob.} = 0.238$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.13) แสดงว่า ข้าราชการที่มีสถานภาพทางตำแหน่งที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน ดังนั้น จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ 4

ตารางที่ 4.13 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีสถานภาพทางตำแหน่งต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df.	SS.	MS.	F-Ratio	F-Prob.
ระหว่างกลุ่ม	2	0.79	0.39	1.44	0.238
ภายในกลุ่ม	202	55.79	0.28		
รวม	204	56.58			

8.5 สมมติฐานที่ 5 ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจต่างกันจะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบว่าข้าราชการที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจ 3 กลุ่ม คือ มีเหลือเก็บ มีพอใช้จ่าย และไม่พอใช้ นั้น มีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ F-test (Oneway Analysis of Variance) พบว่า สถานภาพทางเศรษฐกิจที่ต่างกันนั้น ส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($F\text{-Prob.} = 0.189$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.14) แสดงว่า ข้าราชการที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน ดังนั้น จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ 5

ตารางที่ 4.14 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df.	SS.	MS.	F-Ratio	F-Prob.
ระหว่างกลุ่ม	2	0.93	0.46	1.68	0.189
ภายในกลุ่ม	202	55.65	0.28		
รวม	204	56.58			

8.6 สมมติฐานที่ 6 ขำรายการก่อนเกษียณอายุที่มีสถานภาพทางสุขภาพต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบว่าขำรายการที่มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง เจ็บป่วยบ้างเล็กน้อย และมีโรคประจำตัวนั้น มีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ F-test (Oneway Analysis of Variance) พบว่า สถานภาพทางสุขภาพที่ต่างกันนั้น ส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของขำรายการแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (F-Prob. = 0.403) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.15) แสดงว่า ขำรายการที่มีสถานภาพทางสุขภาพที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน ดังนั้น จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ 6

ตารางที่ 4.15 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของขำรายการ ที่มีสถานภาพทางสุขภาพต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df.	SS.	MS.	F-Ratio	F-Prob.
ระหว่างกลุ่ม	2	0.51	0.25	0.91	0.403
ภายในกลุ่ม	202	56.07	0.28		
รวม	204	56.58			

8.7 สมมติฐานที่ 7 ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่มีสถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคมต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบว่าข้าราชการที่เป็นและไม่ได้เป็นสมาชิกของชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ มีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ t-test พบว่า การเป็นหรือไม่ได้เป็นสมาชิกของชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ นั้น ส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($P = 0.479$) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.16) แสดงว่า ข้าราชการที่มีสถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคมที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน ดังนั้น จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ 7

ตารางที่ 4.16 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ที่มีสถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคมต่างกัน

การเป็นสมาชิกทางสังคม	n	$\bar{X}$	S.D	t	P
ไม่เป็น	92	3.75	0.56	-0.71	0.479
เป็น	113	3.79	0.49		

8.8 สมมติฐานที่ 8 ข้าราชการก่อนเกษียณอายุที่ได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณที่แตกต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุที่แตกต่างกัน

จากการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบว่าข้าราชการที่เคยและไม่เคยเข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ นั้น มีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ t-test พบว่า การเคยและไม่เคยเข้ารับการอบรมนั้น ส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($P = 0.038$) โดยผู้ที่เคยได้รับการอบรมจะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่ไม่เคยได้รับการอบรม (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.17) แสดงว่า ข้าราชการที่ได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณที่แตกต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ดังนั้น จึงยอมรับสมมติฐานที่ 8

ตารางที่ 4.17 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ที่ได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณต่างกัน

การได้รับการอบรมเกี่ยวกับ การเตรียมตัวเกษียณอายุ	n	$\bar{X}$	S.D	t	P
ไม่เคย	172	3.74	0.53	-2.09	0.038
เคย	33	3.95	0.46		

8.9 สมมติฐานที่ 9 ข้าราชการก่อนเกษียณที่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบว่า ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับสูง ปานกลางและต่ำนั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ F-test (Oneway Analysis of Variance) พบว่า การมีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับที่ต่างกันนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (F-Prob. = 0.000) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.18) แสดงว่า ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ดังนั้น จึงยอมรับสมมติฐานที่ 9 และ เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วยวิธีของ Scheff พบว่า ทุกกลุ่มมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวสูง จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่ากลุ่มที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับปานกลางลงมา และกลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวปานกลาง จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่ากลุ่มที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับต่ำ แต่ไม่ดีเท่ากับกลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวสูง ส่วนกลุ่มที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับต่ำ จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ไม่ดีเท่ากับกลุ่มที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับปานกลางขึ้นไป (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.19)

ตารางที่ 4.18 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df.	SS.	MS.	F-Ratio	F-Prob.
ระหว่างกลุ่ม	2	5.77	2.89	12.16	0.000
ภายในกลุ่ม	202	47.97	0.24		
รวม	204	53.74			

ตารางที่ 4.19 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกัน

ระดับสัมพันธภาพในครอบครัว	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	$\bar{X}_3$
สูง ($\bar{X}_1 = 4.03$)	-	0.34*	0.67*
ปานกลาง ($\bar{X}_2 = 3.69$)		-	0.33*
ต่ำ ($\bar{X}_3 = 3.36$)			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.10 สมมติฐานที่ 10 ข้าราชการก่อนเกษียณที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบว่า ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับสูง ปานกลาง และต่ำ นั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ F-test (Oneway Analysis of Variance) พบว่า ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (F-Prob. = 0.000) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.20) แสดงว่า ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ดังนั้น จึงยอมรับสมมติฐานที่ 10 และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วยวิธีของ Scheff พบว่า ทุกกลุ่มมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนสูง จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่ากลุ่มที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับปานกลาง ลงมาและกลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนปานกลาง จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่ากลุ่มที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับต่ำ แต่ไม่ดีเท่ากับกลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนสูง ส่วนกลุ่มที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับต่ำ จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ไม่ดีเท่ากับกลุ่มที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับปานกลางขึ้นไป (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.21)

ตารางที่ 4.20 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df.	SS.	MS.	F-Ratio	F-Prob.
ระหว่างกลุ่ม	2	7.36	3.68	16.02	0.000
ภายในกลุ่ม	202	46.38	0.23		
รวม	204	53.74			

ตารางที่ 4.21 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างกัน

ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อน	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	$\bar{X}_3$
สูง ($\bar{X}_1 = 4.09$)	-	0.42*	0.78*
ปานกลาง ($\bar{X}_2 = 3.67$)		-	0.36*
ต่ำ ($\bar{X}_3 = 3.31$)			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.11 สมมติฐานที่ 11 ข้าราชการก่อนเกษียณที่มีระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม
ที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบว่าข้าราชการที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมใน
ระดับสูง ปานกลางและต่ำ นั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ
F-test (Oneway Analysis of Variance) พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับที่แตกต่างกัน
กันนั้น ส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ 0.05 (F-Prob. = .0000) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.22) แสดงว่า ข้าราชการที่มี
ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ดังนั้น
จึงยอมรับสมมติฐานที่ 11 และ เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วยวิธีของ Scheff พบ
ว่า กลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับสูง จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างจากกลุ่มที่
เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับปานกลางและต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดย
กลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับสูง จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่ากลุ่มที่เข้าร่วม
กิจกรรมทางสังคมในระดับปานกลางลงมา (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.23)

ตารางที่ 4.22 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระดับ
การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df.	SS.	MS.	F-Ratio	F-Prob.
ระหว่างกลุ่ม	2	8.67	4.33	19.43	0.000
ภายในกลุ่ม	202	45.07	0.22		
รวม	204	53.74			

ตารางที่ 4.23 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่ม
ที่มีระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมต่างกัน

ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	$\bar{X}_3$
สูง ($\bar{X}_1 = 4.29$)	-	0.63*	0.82*
ปานกลาง ($\bar{X}_2 = 3.66$)		-	0.19
ต่ำ ($\bar{X}_3 = 3.47$)			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.12 สมมติฐานที่ 12 ข้าราชการก่อนเกษียณที่มีระดับการสนับสนุนจากหน่วยงานที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบว่า ข้าราชการที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับสูง ปานกลางและต่ำ นั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ F-test (Oneway Analysis of Variance) พบว่า การได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่ต่างกันั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (F-Prob. = 0.000) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.24) แสดงว่า ข้าราชการที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่ต่างกันั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ดังนั้น จึงยอมรับสมมติฐานที่ 12 และ เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วยวิธีของ Scheff พบว่า ทุกกลุ่มมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มที่มีระดับการสนับสนุนจากหน่วยงานสูง จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่ากลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับปานกลางลงมา และกลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับปานกลาง จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่ากลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับต่ำ แต่ไม่ดีเท่ากลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับสูง ส่วนกลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับต่ำ จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ไม่ดีเท่ากับกลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับปานกลางขึ้นไป (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.25)

ตารางที่ 4.24 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระดับการสนับสนุนจากหน่วยงานต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df.	SS.	MS.	F-Ratio	F-Prob.
ระหว่างกลุ่ม	2	3.83	1.91	7.74	0.000
ภายในกลุ่ม	202	49.91	0.25		
รวม	204	53.74			

ตารางที่ 4.25 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่ม
ที่มีระดับการสนับสนุนจากหน่วยงานต่างกัน

ระดับการสนับสนุนจากหน่วยงาน	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	$\bar{X}_3$
สูง ($\bar{X}_1 = 4.00$)	-	0.31*	0.56*
ปานกลาง ($\bar{X}_2 = 3.69$)		-	0.25*
ต่ำ ($\bar{X}_3 = 3.44$)			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.13 สมมติฐานที่ 13 ข้าราชการก่อนเกษียณที่มีระดับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบว่า ข้าราชการที่ได้รับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณในระดับสูง ปานกลางและต่ำ นั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ โดยใช้สถิติ F-test (Oneway Analysis of Variance) พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับที่ต่างกันนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (F-Prob. = 0.000) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.26) แสดงว่า ข้าราชการที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณในระดับที่ต่างกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ดังนั้น จึงยอมรับสมมติฐานที่ 13 และ เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วยวิธีของ Scheff พบว่า กลุ่มที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับต่ำจะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันจากกลุ่มที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับปานกลางขึ้นไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 โดยที่กลุ่มที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับปานกลางขึ้นไป จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่ากลุ่มที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับต่ำ (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.27)

ตารางที่ 4.26 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการที่มีระดับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df.	SS.	MS.	F-Ratio	F-Prob.
ระหว่างกลุ่ม	2	6.53	3.26	13.96	0.000
ภายในกลุ่ม	202	47.21	0.23		
รวม	204	53.74			

ตารางที่ 4.27 การเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการระหว่างกลุ่มที่มีระดับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณต่างกัน

ระดับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	$\bar{X}_3$
สูง ($\bar{X}_1 = 3.88$)	-	0.13	0.55*
ปานกลาง ($\bar{X}_2 = 3.75$)		-	0.42*
ต่ำ ($\bar{X}_3 = 3.33$)			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

9. การวิเคราะห์หาลำดับความสำคัญของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ

จากผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ในระหว่างตัวแปรที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) อยู่ระหว่าง 0.131 - 0.579 ซึ่งส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง สำหรับตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงกว่าตัวแปรอื่น ๆ คือ สัมพันธภาพกับเพื่อน กับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ($r = 0.579$) และตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ได้แก่ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพในครอบครัว การสนับสนุนจากหน่วยงาน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรสและระยะเวลาก่อนเกษียณ (ดังรายละเอียดในตารางที่ 7 - ภาคผนวก ก.)

เมื่อนำตัวแปรทุกตัวเข้าสู่การวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอน จะพบว่าตัวแปรที่เข้าสู่การวิเคราะห์เป็นอันดับแรกคือ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ ซึ่งมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการในระดับปานกลาง ($R = 0.40$) และสามารถอธิบายความผันแปรในการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ร้อยละ 16 ($R^2 = 0.16$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ($Beta = 0.28$) สามารถอธิบายได้ว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณนั้นมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ โดยผู้ที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับสูง จะมีแนวโน้มในการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าผู้ที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับต่ำ (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.28)

ตัวแปรที่ถูกเลือกเข้าสมการในลำดับต่อมาคือ สัมพันธภาพกับเพื่อน โดยทำให้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุเพิ่มขึ้น ($R = 0.51$) และสามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรในการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ ร้อยละ 26 ($R^2 = 0.26$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ($Beta = 0.24$) แสดงให้เห็นว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการเป็นอันดับสอง โดยสามารถอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้เพิ่มขึ้น ร้อยละ 10 (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.28)

ตัวแปรที่ถูกเลือกเข้าสมการในลำดับต่อมาคือ สัมพันธภาพในครอบครัว โดยทำให้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุเพิ่มขึ้น ($R = 0.52$) และสามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรในการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ ร้อยละ 27 ($R^2 = 0.27$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ($Beta = 0.13$) แสดงให้เห็นว่า สัมพันธภาพในครอบครัวนั้นมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการเป็นอันดับสาม โดยสามารถ

อธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้เพิ่มขึ้น ร้อยละ 1 (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.28)

และตัวแปรที่ถูกคัดเลือกเข้าสมการในลำดับสุดท้าย คือ การสนับสนุนจากหน่วยงาน โดยทำให้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพิ่มขึ้น ($R = 0.53$) และสามารถร่วมกันกับตัวแปรที่เข้าสมการทั้งหมดอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ ร้อยละ 29 ($R^2 = 0.29$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ($Beta = 0.12$) แสดงให้เห็นว่า การสนับสนุนจากหน่วยงานนั้นมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการเป็นอันดับที่สี่ โดยสามารถอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้เพิ่มขึ้น ร้อยละ 2 (ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.28)

สำหรับปัจจัยที่เหลือ อันได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรสและระยะเวลาก่อนเกษียณนั้น สามารถอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

กล่าวโดยสรุปจากผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการและสามารถพยากรณ์การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ดีที่สุด คือ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ ($Beta = 0.28$) รองลงมาคือ สัมพันธภาพกับเพื่อน ($Beta = 0.24$) สัมพันธภาพในครอบครัว ($Beta = 0.13$) และการสนับสนุนจากหน่วยงาน ($Beta = 0.12$) ตามลำดับ โดยร่วมกันพยากรณ์การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ร้อยละ 29 ($R^2 = 0.29$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.28 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุ เพื่อหาลำดับความสำคัญของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ

ตัวแปร	R	R^2	R^2 Change	B	Beta	t
- การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ	0.40	0.16	0.16	0.35	0.28	4.27*
- สัมพันธภาพกับเพื่อน	0.51	0.26	0.10	0.28	0.24	3.52*
- สัมพันธภาพในครอบครัว	0.52	0.27	0.01	0.14	0.13	1.98*
- การสนับสนุนจากหน่วยงาน	0.53	0.29	0.02	0.11	0.12	1.92*

Constant 1.05

Sig.F 0.000

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

10. ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเตรียมตัวและวางแผนก่อนเกษียณ

ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมตัวและวางแผนก่อนเกษียณ ดังนี้คือ

1) ส่วนใหญ่เกือบทั้งหมด (ร้อยละ 97.5) เห็นด้วยกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ มีเพียงส่วนน้อย (ร้อยละ 2.5) ที่ไม่เห็นด้วยกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ (ดังรายละเอียดในตารางที่ 8 - ภาคผนวก ก.)

2) กลุ่มตัวอย่างกว่าครึ่ง (ร้อยละ 50.7) เห็นว่า ควรมีการวางแผนก่อนเกษียณ เมื่ออายุ 56-60 ปี และเห็นว่าควรมีการวางแผนก่อนเกษียณ ในช่วงอายุ 51-55 ปี (ร้อยละ 33.2) มีส่วนน้อยที่เห็นว่าควรวางแผนก่อนเกษียณตั้งแต่อายุ 45-50 ปี (ร้อยละ 8.7) ขณะเดียวกัน ก็มีบางส่วนที่เห็นว่าไม่จำเป็นต้องมีการวางแผนก่อนเกษียณเลย (ร้อยละ 4.4) (ดังรายละเอียดในตารางที่ 8 - ภาคผนวก ก.)

3) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 82.0) เห็นว่า หน่วยงานควรมีบทบาทในการส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ (ดังรายละเอียดในตารางที่ 8-ภาคผนวก ก.) ดังนี้คือ

3.1) จัดอบรม/สัมมนา เกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุให้กับบุคลากรในทุกระดับก่อนเกษียณอย่างน้อย 1-3 ปี โดยเชิญวิทยากรที่มีประสบการณ์มาให้ความรู้ ซึ่งอาจเชิญผู้ที่เกษียณที่ประสบความสำเร็จในชีวิตหลังเกษียณ ตลอดจนผู้ที่มีปัญหาในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณมาร่วมอภิปรายและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นด้วย ซึ่งหากหน่วยงานไม่สามารถจัดอบรมได้ ควรให้การสนับสนุนบุคลากรเข้ารับการอบรมที่จัดโดยหน่วยงานอื่น

3.2) ประชาสัมพันธ์และเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพ สุขภาพ โภชนาการและการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ กฎหมายที่ควรรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุ และสถานรักษาพยาบาลต่าง ๆ โดยอาจจัดทำเอกสารหรือคู่มือปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณ เป็นต้น ซึ่งหน่วยงานในระดับกรมควรเป็นศูนย์กลางในการเผยแพร่ความรู้และข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ

3.3) จัดบริการให้คำปรึกษาและแนะแนวทางในการดำรงชีวิตหลังเกษียณ สำหรับผู้เตรียมเข้าสู่วัยสูงอายุเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางกาย-จิตใจ การออกกำลังกาย การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ กิจกรรมของชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม งานอดิเรก การประกอบอาชีพหลังเกษียณและกฎหมายเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ฯลฯ

3.4) จัดกิจกรรมต่าง ๆ สำหรับผู้เตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ อาทิ

- การตรวจสุขภาพประจำปี
- กิจกรรมการออกกำลังกาย

- จัดตั้งชมรมต่าง ๆ เพื่อสนับสนุนการทำกิจกรรมต่าง ๆ ภายในหน่วยงาน เช่น งานอาสาสมัคร การปฏิบัติธรรมะ/นั่งสมาธิ การทัศนศึกษา ฯลฯ
- จัดตั้งชมรมผู้เกษียณอายุเพื่อให้ผู้เกษียณได้พบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์และทำกิจกรรมร่วมกัน
- จัดกิจกรรมพบปะสังสรรค์ระหว่างผู้ที่เกษียณแล้วและผู้ที่ยังเตรียมตัวเกษียณ อย่างน้อยปีละครั้ง

3.5) หน่วยงานควรให้ความสนใจและสนับสนุนให้บุคลากรได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทางสังคม ทั้งภายในและภายนอกหน่วยงาน ตลอดจนการศึกษาต่อเนื่องในสาขาวิชาที่จำเป็นต้องนำไปใช้ประโยชน์ภายหลังเกษียณ

3.6) หน่วยงานควรจัดสวัสดิการและอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ ของผู้เกษียณ รวมถึงให้คำปรึกษาและแนะนำเกี่ยวกับการรับบำเหน็จ-บำนาญด้วย

3.7) หน่วยงานควรเปิดโอกาสให้ผู้เกษียณอายุได้มีส่วนร่วมและช่วยเหลืองานในหน่วยงานเดิม อาทิ ร้านค้าสวัสดิการ ชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ ฯลฯ

3.8) หน่วยงานควรเห็นความสำคัญของการสร้างขวัญและกำลังใจแก่บุคลากรอย่างน้อยในฐานะที่เป็นบุคคลที่เคยทำคุณประโยชน์ให้กับหน่วยงาน จึงควรให้กำลังใจแก่ผู้ที่เตรียมตัวเกษียณในทุกรูปแบบ อาทิ การเลื่อนระดับตำแหน่ง การลดปริมาณงานลงโดยให้ทำงานด้านบริหารมากขึ้น เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพร่างกาย ขณะเดียวกันก็ปรับบทบาทให้เป็นที่ปรึกษาและถ่ายทอดประสบการณ์ให้กับผู้ที่เข้ามาดำรงตำแหน่งแทนต่อไป เพื่อฝึกการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุอีกด้วย

ข้อเสนอแนะในการเตรียมตัวเกษียณอายุ คือ ควรมีการเตรียมตัวตั้งแต่วัยมีสภาพร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง โดยแต่ละช่วงอายุก่อนเกษียณจะต้องมีการเตรียมตัวตามลำดับ เช่น ในช่วงอายุวัยกลางคน ควรเตรียมเรื่องการออมทรัพย์และการสร้างความมั่นคงในชีวิตตลอดจนการดูแลสุขภาพคุณภาพ ก่อนเกษียณอย่างน้อย 5-10 ปี ควรเตรียมใจในเรื่องเกิด แก่ เจ็บ ตาย และเตรียมวางแผนว่าจะทำอะไรหรือประกอบอาชีพอะไรเมื่อเกษียณ ขณะเดียวกันเมื่อมีอายุใกล้เกษียณก็ควรเตรียมตัวทำใจให้คุ้นเคยกับสังคมและสภาพแวดล้อมที่จะเปลี่ยนไปเมื่อเกษียณ

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษา อภิปรายและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ : ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขและศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ทั้งนี้ เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับหน่วยงานในการหารูปแบบกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุและเป็นแนวทางในการเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคลากรในกระทรวงสาธารณสุขและหน่วยงานอื่น รวมถึงประชาชนทั่วไปด้วย

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยมุ่งศึกษาถึงระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขใน 5 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านที่พักอาศัย ด้านการเงินและการใช้จ่าย และด้านการใช้เวลา นอกจากนี้ยังมุ่งศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ อันได้แก่ ระยะเวลาก่อนเกษียณ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส สถานภาพทางตำแหน่ง สถานภาพทางเศรษฐกิจ สถานภาพทางสุขภาพ สถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคม การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การสนับสนุนจากหน่วยงาน และการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้ คือ ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขเฉพาะในส่วนกลาง ที่มีอายุระหว่าง 55-59 ปี ปฏิบัติงานในปีงบประมาณ 2541 และคาดว่าจะเกษียณอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545 โดยสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวง กรมการแพทย์ กรมควบคุมโรคติดต่อ กรมอนามัย กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กรมสุขภาพจิตและสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา จำนวน 234 ราย การเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) โดยการสำรวจทั้งหมด

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถาม (Questionnaires) ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) จากอาจารย์ที่ปรึกษาและคณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ นอกจากนี้ ได้ทดสอบความเที่ยง (Reliability) ของแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับประชากรเป้าหมายจำนวน 20 ราย ได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามดังนี้

- แบบวัดการเตรียมตัวเกษียณอายุ	ได้ค่าความเที่ยง (α)	= 0.94
- แบบวัดสัมพันธภาพในครอบครัว	ได้ค่าความเที่ยง (α)	= 0.87
- แบบวัดสัมพันธภาพกับเพื่อน	ได้ค่าความเที่ยง (α)	= 0.86
- แบบวัดการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม	ได้ค่าความเที่ยง (α)	= 0.81
- แบบวัดการสนับสนุนจากหน่วยงาน	ได้ค่าความเที่ยง (α)	= 0.79

- แบบวัดการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับ
การเกษียณ

ได้ค่าความเที่ยง (α) = 0.87

การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการประสานงานกับคณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ เพื่อทำหนังสือถึงปลัดกระทรวงสาธารณสุขในการขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลและเข้าพบปลัดกระทรวงสาธารณสุขเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งใช้ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล 2 สัปดาห์ ได้แบบสอบถามคืนร้อยละ 90 หลังจากตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามและความถูกต้องของข้อมูลแล้วได้นำข้อมูลมาประมวลผลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC⁺

สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อศึกษาข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างและตัวแปรที่นำมาศึกษา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่ามัธยฐานเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนสถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐานการศึกษา คือ ค่า t-test และ F-test นอกจากนี้ ยังใช้ค่าสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation) และการวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) เพื่อวิเคราะห์หาลำดับความสำคัญของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขอีกด้วย

1. สรุปผลการศึกษา

1. ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ปัจจัยส่วนบุคคล

จากการศึกษา พบว่า ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง 205 ราย นั้น ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงถึงร้อยละ 66.8 มีอายุระหว่าง 55-59 ปี โดยที่กลุ่มอายุ 59 ปี มีจำนวนมากที่สุดคือร้อยละ 23.9 มีระยะเวลาก่อนเกษียณ 1-5 ปี โดยร้อยละ 43 จะเกษียณอายุราชการภายใน 1-2 ปีข้างหน้า มีสถานภาพสมรสคู่และอยู่ด้วยกันถึงร้อยละ 70.7 ส่วนใหญ่เกือบทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธถึงร้อยละ 96.1 มีภูมิลำเนาเดิมอยู่ต่างจังหวัดร้อยละ 57.1 ส่วนใหญ่มีการศึกษาในระดับปริญญาตรีขึ้นไปถึงร้อยละ 64.9 ส่วนตำแหน่งหน้าที่การงานนั้นอยู่ในสายงานการแพทย์และสาธารณสุขถึงร้อยละ 64.4 และมีระดับซี 7-8 มากที่สุด ร้อยละ 51.7 1 ใน 4 มีรายได้ต่อเดือนน้อยกว่า 20,000 บาท ที่มีรายได้พิเศษนอกเหนือจากงานประจำเพียงร้อยละ 26.8 ส่วนใหญ่มีรายได้สมดุลงบกับรายรับถึงร้อยละ 91.2 แต่ยังมีภาระหนี้สินอยู่ร้อยละ 46.3 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีที่พักเป็นของตนเองถึงร้อยละ 83.4 และอาศัยอยู่กับคู่สมรสรวมถึงบุตรหลานด้วย ร้อยละ 68.3 เป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ ร้อยละ 55.1 ส่วนใหญ่ไม่เคยเข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุเลย ถึงร้อยละ 83.9 กลุ่มตัวอย่างมีสุขภาพ

สมบูรณ์แข็งแรงเพียงร้อยละ 34.6 และมีปัญหาสุขภาพถึงร้อยละ 43.9 ซึ่งส่วนใหญ่จะมีปัญหาเรื่องกระดูกเสื่อมและความดันโลหิตสูง โดยส่วนใหญ่จะเข้ารับการตรวจสุขภาพเป็นครั้งคราวตามแพทย์นัดหรือเมื่อมีอาการผิดปกติถึงร้อยละ 63.4 ส่วนการออกกำลังกายนั้น พบว่า ร้อยละ 91.2 มีการออกกำลังกายเป็นประจำและเป็นครั้งคราว ร้อยละ 65.8 มีกิจกรรมงานอดิเรกและร้อยละ 71.2 มีกิจกรรมงานบ้าน

1.2 ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางสังคม

1.2.1 สัมพันธภาพในครอบครัว

จากการศึกษา พบว่า ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพในครอบครัว โดยเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 4.09$) ซึ่งได้แก่ การได้รับความช่วยเหลือดูแลจากสมาชิกในครอบครัวเมื่อมีปัญหาหรือเจ็บป่วย ($\bar{X} = 4.47$) ความรักใคร่ผูกพันกันในครอบครัว ($\bar{X} = 4.41$) ความเคารพนับถือจากสมาชิกในครอบครัว ($\bar{X} = 4.40$) โอกาสในการปรึกษาหารือและแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน ($\bar{X} = 4.18$) การมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างสมาชิกในครอบครัว ($\bar{X} = 4.13$) ได้รับการยกย่องและให้ความสำคัญ ($\bar{X} = 4.11$) ความสามัคคีปรองดองกันระหว่างญาติพี่น้อง ($\bar{X} = 4.10$) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมในครอบครัว ($\bar{X} = 4.05$) มีความคิดเห็นที่ตรงกัน ($\bar{X} = 3.71$) และการมีกิจกรรมร่วมกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้อง ($\bar{X} = 3.71$) ตามลำดับ

1.2.2 สัมพันธภาพกับเพื่อน

จากการศึกษา พบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนโดยเฉลี่ยของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่เป็นกลุ่มตัวอย่างนั้น อยู่ในระดับที่ค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 3.95$) เมื่อพิจารณาแล้ว พบว่า ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนที่สูงนั้น ได้แก่ การมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ($\bar{X} = 4.25$) การมีเพื่อนสนิท ($\bar{X} = 4.04$) การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน ($\bar{X} = 4.02$) ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กับเพื่อนบ้าน ($\bar{X} = 3.97$) การคงมิตรภาพกับเพื่อน ($\bar{X} = 3.93$) และเพื่อนเก่า ($\bar{X} = 3.91$) การพบปะสนทนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อนขณะทำกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคม ($\bar{X} = 3.91$) การให้ความสำคัญของผู้บังคับบัญชาเพื่อนร่วมงานและผู้ใต้บังคับบัญชา ($\bar{X} = 3.86$) การได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนบ้าน ($\bar{X} = 3.85$) และเพื่อนเมื่อมีเรื่องเดือดร้อน ($\bar{X} = 3.76$) ตามลำดับ

1.3 ปัจจัยสนับสนุน

1.3.1 การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

จากการศึกษา พบว่า ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมโดยเฉลี่ยในระดับที่ค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 3.83$) เมื่อพิจารณาแล้วพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับสูงนั้น ได้แก่ โอกาสของการไปร่วมงานสังคม

($\bar{X} = 4.17$) และเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ($\bar{X} = 4.07$) ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ($\bar{X} = 3.97$) โอกาสในการไปทัศนาร่วมกับผู้อื่น ($\bar{X} = 3.96$) การเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมหรือสมาคมที่ตนเองเป็นสมาชิกอยู่ ($\bar{X} = 3.85$) โอกาสในการทำกิจกรรมร่วมกับหน่วยงานอื่น ($\bar{X} = 3.79$) และการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้นในหน่วยงาน ($\bar{X} = 3.72$) ตามลำดับ ส่วนโอกาสในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาร่วมกับผู้อื่น ($\bar{X} = 3.62$) และโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ ($\bar{X} = 3.24$) นั้น อยู่ในระดับปานกลาง

1.3.2 การสนับสนุนจากหน่วยงาน

จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.31$) เมื่อพิจารณาแล้วพบว่า การได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่ค่อนข้างสูงนั้น มีเพียงการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ($\bar{X} = 3.78$) การเข้าร่วมกิจกรรมในหน่วยงาน ($\bar{X} = 3.77$) และการสนับสนุนในด้านกิจกรรมนันทนาการทั้งภายในและภายนอกหน่วยงาน ($\bar{X} = 3.70$) เท่านั้น ส่วนการอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ ($\bar{X} = 3.44$) การให้ข้อมูลเกี่ยวกับชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ ($\bar{X} = 3.32$) การสนับสนุนข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ ($\bar{X} = 3.31$) และการเปิดโอกาสให้ผู้เกษียณมาเยี่ยมหน่วยงานเดิม ($\bar{X} = 3.02$) นั้น อยู่ในระดับปานกลาง แต่การสนับสนุนในด้านการอบรมหรือสัมมนาเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการเตรียมตัวก่อนเกษียณ ตลอดจนการให้ข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพหลังเกษียณนั้น มีระดับของการสนับสนุนที่ต่ำที่สุด ($\bar{X} = 2.73$)

1.3.3 การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ

จากการศึกษาพบว่า ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.93$) เมื่อพิจารณาแล้วพบว่า แหล่งข้อมูลข่าวสารที่สำคัญคือ การสนทนากับเพื่อนร่วมงาน ($\bar{X} = 2.20$) การสนทนากับสมาชิกในครอบครัว ($\bar{X} = 2.10$) หนังสือพิมพ์ ($\bar{X} = 2.06$) โทรทัศน์ ($\bar{X} = 1.96$) การสนทนากับเพื่อนร่วมกิจกรรมทางสังคม ($\bar{X} = 1.93$) วิทยุ ($\bar{X} = 1.89$) วารสารที่เกี่ยวข้อง ($\bar{X} = 1.84$) ตามลำดับ ส่วนการปรึกษาหารือกับผู้ทรงคุณวุฒิด้านผู้สูงอายุนั้นอยู่ในระดับที่ต่ำที่สุด ($\bar{X} = 1.44$)

2. การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ

จากผลการศึกษาพบว่า ข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขส่วนใหญ่มีระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับที่ค่อนข้างสูง ($\bar{X} = 3.69$) และเมื่อพิจารณาถึงการเตรียมตัวในแต่ละด้านแล้วพบว่า มีการเตรียมด้านจิตใจและอารมณ์ในระดับที่สูงที่สุด ($\bar{X} = 3.87$)

รองลงมาคือ ด้านที่อยู่อาศัย ($\bar{X} = 3.86$) และด้านร่างกาย ($\bar{X} = 3.77$) ตามลำดับ ส่วนการเตรียมด้านการเงินและการใช้จ่าย ($\bar{X} = 3.61$) และด้านการใช้เวลา ($\bar{X} = 3.36$) นั้นอยู่ในระดับปานกลาง โดยพบว่า ในด้านการใช้นั้นมีระดับการเตรียมที่น้อยที่สุด

3. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานหาความแตกต่างระหว่างปัจจัยที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ โดยใช้ค่า t-test และ F-test ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% พบว่า ยอมรับสมมติฐาน 9 ข้อ และปฏิเสธสมมติฐาน 4 ข้อ ซึ่งสรุปได้ดังนี้

3.1 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ได้แก่

3.1.1 ระยะเวลาก่อนเกษียณ จากการศึกษาพบว่า ระยะเวลาก่อนเกษียณที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน โดยที่ข้าราชการที่มีระยะเวลาใกล้เกษียณมากกว่า จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าข้าราชการที่มีระยะเวลาก่อนเกษียณที่ไกลกว่า

3.1.2 ระดับการศึกษา จากการศึกษาพบว่า ระดับการศึกษาที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน โดยผู้ที่มีระดับการศึกษาที่สูงกว่าปริญญาตรี จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาน้อยกว่าปริญญาตรี

3.1.3 สถานภาพสมรส จากการศึกษาพบว่า สถานภาพสมรสที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน โดยผู้ที่มีสถานภาพสมรสคู่และอยู่ด้วยกัน จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่โสด

3.1.4 การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ จากการศึกษาพบว่า การเคยหรือไม่เคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน โดยผู้ที่เคยได้รับการอบรม จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่ไม่เคยได้รับการอบรม

3.1.5 สัมพันธภาพในครอบครัว จากการศึกษา พบว่า การมีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน โดยผู้ที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับที่สูงกว่า จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับที่ต่ำกว่า

3.1.6 สัมพันธภาพกับเพื่อน จากการศึกษา พบว่า การมีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน โดยผู้ที่

มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับที่สูงกว่า จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับที่ต่ำกว่า

3.1.7 การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม จากการศึกษา พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน โดยผู้ที่มีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับสูง จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับปานกลางลงมา

3.1.8 การสนับสนุนจากหน่วยงาน จากการศึกษา พบว่า การสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน โดยผู้ที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่สูงกว่า จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการดีกว่าผู้ที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่ต่ำกว่า

3.1.9 การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ จากการศึกษา พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณในระดับที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน โดยผู้ที่ได้รับข้อมูลข่าวสารในระดับปานกลางขึ้นไป จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่ได้รับข้อมูลข่าวสารในระดับต่ำ

3.2 ปัจจัยที่ไม่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ได้แก่

3.2.1 สถานภาพทางตำแหน่ง จากการศึกษาพบว่า สถานภาพทางตำแหน่งที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการไม่แตกต่างกัน

3.2.2 สถานภาพทางเศรษฐกิจ จากการศึกษาพบว่า สถานภาพทางเศรษฐกิจที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการไม่แตกต่างกัน

3.2.3 สถานภาพทางสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า สถานภาพทางสุขภาพที่ต่างกัน จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการไม่แตกต่างกัน

3.2.4 สถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคม จากการศึกษาพบว่า สถานภาพการเป็นหรือไม่เป็นสมาชิกทางสังคม จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการไม่แตกต่างกัน

4. การวิเคราะห์ลำดับความสำคัญของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ

จากผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) เพื่อหาลำดับความสำคัญของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการมากที่สุดคือ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ ($\text{Beta} = 0.28$) รองลงมาคือ สัมพันธภาพกับเพื่อน ($\text{Beta} = 0.24$) สัมพันธภาพในครอบครัว ($\text{Beta} = 0.13$) และการสนับสนุนจากหน่วย

งาน (Beta = 0.12) ตามลำดับ โดยร่วมกันอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ร้อยละ 29 ($R^2 = 0.29$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2. อภิปรายผล

จากผลการศึกษาถึงระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการและตัวแปรต่างๆ ที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขนั้น พบข้อเท็จจริงที่ควรนำมาอภิปรายผลดังนี้คือ

1. ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

จากผลการศึกษาถึงลักษณะทั่วไปของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 205 ราย พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 55-59 ปี และมีระยะเวลาก่อนเกษียณ 1-5 ปี ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่และอยู่ด้วยกัน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาตรีขึ้นไป ตำแหน่งหน้าที่การงานส่วนใหญ่อยู่ในสายงานทางการแพทย์และสาธารณสุข อาทิ แพทย์ ทันตแพทย์ สัตวแพทย์ พยาบาล เภสัชกร นักวิชาการ ฯลฯ ส่วนใหญ่จะมีระดับตำแหน่งหน้าที่การงานในระดับซี 7-8 ซึ่งถือว่าเป็นตำแหน่งของนักบริหารในระดับกองหรือระดับหัวหน้างาน ส่วนใหญ่มีรายได้เพียงพอกับการใช้จ่ายและยังมีเหลือเก็บ กว่าครึ่งของกลุ่มตัวอย่างนั้นเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ ส่วนการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุนั้นก็พบว่า มีส่วนน้อยที่เคยได้รับการอบรมดังกล่าว ซึ่งหากพิจารณาดูในรายละเอียดก็จะพบว่า ผู้ที่ได้รับการอบรมนั้นส่วนใหญ่คาดว่าจะเกษียณอายุภายใน 1-2 ปี ข้างหน้า และหน่วยงานที่จัดอบรมได้แก่ สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน(กพ.) กรมสุขภาพจิตและสถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์ แต่มีข้อสังเกตว่าแม้กระทรวงสาธารณสุขจะมีหน่วยงานรับผิดชอบโดยตรง คือ สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุก็ตาม แต่จำนวนผู้ที่ได้รับการอบรมจากหน่วยงานดังกล่าวมีน้อยมาก หากเปรียบเทียบกับหน่วยงานอื่น

2. การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ

จากผลการศึกษา พบว่า โดยภาพรวมข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขมีการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับที่ค่อนข้างสูง ซึ่งในกลุ่มที่มีการเตรียมตัวในระดับสูงมีถึงร้อยละ 64.4 ในขณะที่ร้อยละ 34.6 นั้น มีการเตรียมตัวในระดับปานกลาง สำหรับกลุ่มที่มีการเตรียมตัวในระดับต่ำนั้น มีเพียงร้อยละ 1 เท่านั้น และเมื่อพิจารณาถึงการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการในแต่ละด้านนั้น พบว่า มีการเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์มากที่สุด รองลงมาคือ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านร่างกาย ด้านการเงินและการใช้จ่าย และด้านการใช้เวลา แต่ในด้านการเงินและการใช้จ่าย รวมถึงด้านการใช้เวลานั้นมีการเตรียมในระดับปานกลาง นอกจากนี้ยัง

พบว่ามีการเตรียมด้านการใช้เวลาน้อยที่สุด ทั้งนี้อาจพิจารณาถึงการเตรียมตัวเกษียณอายุของ ข้าราชการในแต่ละด้าน ตามลำดับ ดังนี้

1) การเตรียมด้านจิตใจและอารมณ์ จะเห็นว่ามีการเตรียมที่สูงที่สุดจากการศึกษาธรรมะและฝึกจิตใจให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง และเตรียมใจให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่ และการยอมรับนับถือจากผู้อื่น ทั้งนี้อาจจะเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ นั้น นับถือศาสนาพุทธและมีการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาในระดับสูง ซึ่งมีส่วนในการขัดเกลาจิตใจเป็นอย่างยิ่ง ตามแนวคิดของเนก ธนะศิริ (2532 : 25) ที่ได้กล่าวถึงวิธีการดูแลสุขภาพจิต โดยใช้ศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยว และสอดคล้องกับการศึกษาของ แรช (Rach, 1979 อ้างใน กรรณิการ์ พงษ์สนิต, 2538 : 325) ที่พบว่า ศาสนามีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุอีกด้วย นอกจากนี้ ผลการศึกษายังบ่งชี้ว่าสัมพันธ์ภาพในครอบครัว สถานภาพสมรสคู่และสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนนั้นมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการอีกด้วย ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากครอบครัวและเพื่อนนั้น เป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมของผู้เกษียณที่ตอบสนองความต้องการทางด้านจิตใจและอารมณ์ของผู้เกษียณ (Kaplan อ้างถึงใน อุบล นิวัติชัย, 2527 : 285) การมีสัมพันธ์ภาพที่ดีในครอบครัวทำให้เกิดความภูมิใจที่ได้รับความรัก ความสนใจและเคารพยกย่อง (Yurick et al, 1984 : 31) และการที่อยู่กับคู่สมรสและมีโอกาสได้ปรึกษาหารือกันนั้นก็มีส่วนช่วยในการวางแผนเตรียมตัวเกษียณอายุ (Conrad, 1993) ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ เจนเดอร์ (Gendler, 1993 : 1966) และอีวาน (Evan, 1985 : 368) สำหรับการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเพื่อนนั้นก็นับว่าเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมของผู้เกษียณอายุ ซึ่งมีผลในด้านการตอบสนองความต้องการในด้านจิตใจและอารมณ์มากเช่นกัน ซึ่งจะเห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ นั้นมีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนในระดับสูง โดยมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้าน เพื่อนในที่ทำงานและเพื่อนร่วมกิจกรรมทางสังคมตลอดจนการมีเพื่อนสนิท ล้วนมีส่วนช่วยในการเตรียมเข้าสู่วัยสูงอายุ ตามแนวคิดของ เวิร์ด (Ward, 1984 : 45) และผลการศึกษาของ ดาร์ณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2539) ซึ่งจากเหตุผลต่าง ๆ ดังกล่าว จึงน่าจะมีส่วนทำให้ข้าราชการกลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมตัวเกษียณอายุในด้านจิตใจและอารมณ์ในระดับสูงได้

2) การเตรียมด้านที่อยู่อาศัย จะเห็นว่ามีการเตรียมที่ค่อนข้างสูง โดยกลุ่มตัวอย่างได้มีการวางแผนและเตรียมที่พักอาศัยที่จะอยู่ภายหลังเกษียณไว้เรียบร้อยแล้ว ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากส่วนใหญ่ นั้นมีสถานภาพสมรสคู่และมีบุตรหลาน ซึ่งต้องเพิ่มความรับผิดชอบในการสร้างความมั่นคงในชีวิตครอบครัวเป็นอย่างยิ่ง และผลการศึกษาบ่งชี้ว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ นั้นมีบ้านเป็นของตนเองถึงร้อยละ 83.4 ขณะเดียวกันก็ได้วางแผนที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณไว้แล้วว่าจะอยู่กับบุตรหลานหรืออยู่ตามลำพัง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของจรรยา เสียงเสนาะ (2527 : 37) และสมศรี กันธมาลา (2529 : 72) นอกจากนี้ ผลการศึกษายังแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างได้มีการจัดสภาพภายในบ้านที่ปลอดภัยจากการเกิดอุบัติเหตุต่าง ๆ มีความเป็นส่วนตัว และสามารถดูแลได้อย่างทั่วถึง ตลอดจนมีความสะดวกสบายในการเดินทางไปสถานที่ต่าง ๆ ซึ่ง

เป็นไปตามแนวคิดของ ลีดี และวินแบรนด์ (Leedy and Wynbrandt, 1987 : 152-153) อีกด้วย นอกจากนี้ หากพิจารณาถึงสถานภาพทางเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง ก็เห็นว่าส่วนใหญ่ นั้นมีรายได้เพียงพอกับการใช้จ่ายและที่อยู่อาศัยก็เป็นปัจจัยสี่ที่ถือว่าเป็นความจำเป็นพื้นฐานของมนุษย์อย่างหนึ่ง ดังนั้นจึงน่าจะมีส่วนทำให้กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมที่อยู่อาศัยได้ในระดับที่ค่อนข้างสูง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ บรรลุ ศิริพานิช (2531 : 98) ที่กล่าวถึงความจำเป็นในการเตรียมบ้านที่อยู่อาศัยให้พร้อมก่อนเกษียณอายุงานว่า สามารถช่วยในการปรับตัวให้เข้ากับวิถีชีวิตภายหลังเกษียณได้

3) การเตรียมด้านร่างกาย จะเห็นว่ามีระดับการเตรียมที่ค่อนข้างสูงเช่นกัน โดยเฉพาะการดูแลสุขภาพ การออกกำลังกายและการรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ รวมถึงการพักผ่อน ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีตำแหน่งหน้าที่การงานในสายงานการแพทย์และสาธารณสุข อาทิ แพทย์ พยาบาล นักวิชาการ ฯลฯ ซึ่งต่างมีพื้นฐานความรู้ในด้านการดูแลสุขภาพอนามัยและยังทำงานด้านสุขภาพอนามัย รวมถึงการส่งเสริมสุขภาพด้วย ประกอบกับได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในด้านข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ อาทิ ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพและการดูแลสุขภาพ รวมถึงโภชนาการและการออกกำลังกายด้วย นอกจากนี้ กลุ่มตัวอย่างยังมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่จัดขึ้นในหน่วยงานอีกด้วย ซึ่งเท่ากับว่า เป็นการส่งเสริมให้ข้าราชการได้มีการเตรียมตัวในด้านสุขภาพอนามัย และจากการศึกษายังบ่งชี้ว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้มีการออกกำลังกายแม้บางส่วนจะสามารถออกกำลังกายได้เป็นครั้งคราว เนื่องจากข้อจำกัดในด้านเวลาก็ตาม นอกจากนี้จะสังเกตได้ว่าส่วนใหญ่เข้ารับการตรวจสุขภาพเมื่อมีอาการผิดปกติหรือตามแพทย์นัด เนื่องจากโรคประจำตัว ซึ่งแสดงว่าข้าราชการดังกล่าวให้ความสนใจต่อสุขภาพของตนเองพอสมควร ดังนั้น จากเหตุผลต่าง ๆ ดังกล่าวจึงน่าจะมีส่วนช่วยส่งเสริมให้ข้าราชการกลุ่มนี้ได้มีการ เตรียมตัวในด้านสุขภาพร่างกายในระดับที่ค่อนข้างสูง โดยถือได้ว่ากลุ่มตัวอย่างได้มีการเตรียมตัวในด้านร่างกายดีพอสมควร ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของแอชลีย์ (Aichley, 1981 : 601-603) ที่กล่าวว่า ในการเตรียมตัวก่อนเกษียณในด้านสุขภาพอนามัยนั้น ควรจะมีการเตรียมแต่เนิ่น ๆ โดยการดูแลสุขภาพให้ดีตั้งแต่วัยหนุ่มสาว เพราะจะส่งผลต่อการมีสุขภาพที่ดีในวัยเกษียณอายุได้ นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ บรรลุ ศิริพานิช (2531 : 97-98) สุรกุล เจนอบรม (2534 : 66-67) เกษมและกุลยา ตันติผลาชีวะ (2528 : 14) อีกด้วย

4) การเตรียมด้านการเงินและการใช้จ่าย จะเห็นว่าการเตรียมด้านนี้อยู่ในระดับปานกลาง กลุ่มตัวอย่างจะให้ความสำคัญกับการปลดหนี้สินและรับบำเหน็จ-บำนาญ รวมถึงการเก็บสะสมเงินออมมากกว่าการหารายได้พิเศษและเตรียมอาชีพสำรองหลังเกษียณ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจปานกลาง คือ มีรายได้เพียงพอกับการใช้จ่าย แม้จะมีหนี้สิน ส่วนใหญ่ก็เป็นหนี้สินจากการลงทุนธุรกิจหรือเช่าซื้อบ้านที่อยู่อาศัย เพื่อความมั่นคงในชีวิตและได้วางแผนปลดหนี้ก่อนเกษียณไว้แล้ว นอกจากนี้การมีสถานภาพสมรสคู่

และมีบุตรหลาน อาจทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความรับผิดชอบต่อครอบครัวมากขึ้น ทำให้มีการวางแผนด้านการเงินและการใช้จ่ายรอบคอบยิ่งขึ้น แต่เป็นที่น่าสนใจว่าแม้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะมีสถานภาพทางเศรษฐกิจที่ดีพอสมควร โดยมีรายจ่ายสมดุลงบกับรายรับและยังมีเหลือเก็บบางส่วนก็ตาม แต่ก็มีส่วนที่มีรายได้ไม่เพียงพอกับการใช้จ่าย ขณะเดียวกันผู้ที่มีรายได้พิเศษนอกเหนือจากงานประจำก็เป็นกลุ่มที่มีสถานภาพทางตำแหน่งที่สูงและอยู่ในสายงานทางการแพทย์ อาทิ แพทย์ ทันตแพทย์ สัตวแพทย์และเภสัชกร เท่านั้น ดังนั้น จึงควรกระตุ้นและส่งเสริมการเตรียมตัวในด้านการเงินและการใช้จ่ายกับกลุ่มดังกล่าว เพื่อให้สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจในปัจจุบันและในอนาคตได้ ซึ่งแอชลีย์ (Atchley, 1981 : 602) ได้กล่าวว่า การวางแผนรายได้ก่อนและหลังเกษียณอายุเป็นสิ่งที่จำเป็นมาก ดังนั้น จึงควรวางแผนในระยะยาว ซึ่งบรรลุ คิริพานิช (2538 : 59-61) และสุโข น้าผุด (2535 : 38) ก็ให้การสนับสนุนแนวคิดดังกล่าว โดยแนะนำถึงการเตรียมตัวในด้านการเงินและการใช้จ่ายก่อนปลดเกษียณว่า นอกเหนือจากเงินบำเหน็จ-บำนาญแล้ว ควรมีการวางแผนถึงแหล่งที่มาของรายได้หลังปลดเกษียณ รวมถึงการประมาณฐานะการเงินเมื่อเกษียณอายุราชการ เนื่องจากรายได้หลังเกษียณจะลดลงเหลือเพียง 60-70% อีกด้วย ดังนั้น จากผลการศึกษานี้ได้บ่งชี้ว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่มีการเตรียมตัวเกษียณอายุในด้านการเงินและการใช้จ่าย เพียงในระดับปานกลางเท่านั้น ดังนั้น จึงควรกระตุ้นให้ข้าราชการกลุ่มนี้ได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณ โดยเฉพาะการหาอาชีพสำรองสำหรับข้าราชการที่อยู่นอกสายงานทางการแพทย์และสาธารณสุข และการเก็บออมเงินเพื่อใช้ภายหลังเกษียณอีกด้วย

5) การเตรียมด้านการใช้เวลา จะเห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมตัวด้านงานอดิเรกและการมีส่วนร่วมในสังคม ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีงานอดิเรกทำอยู่แล้ว ขณะเดียวกันกว่าครึ่งนั้นเป็นสมาชิกของชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ อยู่แล้ว จึงไม่ได้สนใจที่จะศึกษาถึงกฎระเบียบของการเข้าเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมอื่นเท่าใดนัก ประกอบกับภาระรับผิดชอบในหน้าที่การงานและข้อจำกัดในด้านเวลา ทำให้ไม่มีเวลาศึกษาหรือได้ทดลองเข้าร่วมกิจกรรมที่ตนเองสนใจ นอกเหนือจากที่เป็นสมาชิกอยู่ นอกจากนี้ การได้รับข้อมูลเกี่ยวกับชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ จากหน่วยงานก็ค่อนข้างจำกัด ทำให้การเตรียมตัวเกษียณอายุในด้านการใช้เวลาจึงอยู่ในระดับที่ไม่สูงนัก ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของลีดีและวินแบรนด์ (Leedy and Wynbrandt, 1987 : 155) ที่ได้กล่าวว่า หากได้ทราบถึงกิจกรรมต่าง ๆ ของสมาคมหรือชมรมต่าง ๆ ที่ตนเองสนใจและมีโอกาสได้เข้าไปสัมผัส เพื่อประเมินความเหมาะสมกับสภาพร่างกายและเศรษฐกิจของตนเองแล้วก็จะสามารถเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ได้รวมถึงงานอดิเรกด้วย ตามแนวคิดของแอชลีย์ (Atchley, 1981 : 219) และประมวล ดิกคินสัน (2533 : 48) ดังนั้น เมื่อกลุ่มตัวอย่างมีโอกาสในการรับรู้ข้อมูลข่าวสารและมีโอกาสในใช้เวลาว่างที่ค่อนข้างจำกัด จากเหตุผลต่าง ๆ ดังกล่าวจึงมีส่วนทำให้กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมตัวเกษียณ

อายุในด้านการใช้เวลาอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งควรมีการกระตุ้นและส่งเสริมให้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณในด้านนี้ให้มากขึ้น

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า กลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุทั้ง 5 ด้านมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านที่พักอาศัยและด้านร่างกาย ซึ่งแสดงให้เห็นว่า มีความพร้อมในการเตรียมตัวเกษียณอายุมากพอสมควร แต่ก็มีบางกลุ่มที่สามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ในระดับปานกลางเท่านั้น ซึ่งกลุ่มนี้น่าจะได้มีการเตรียมตัวเกษียณอายุในระดับเพิ่มขึ้นได้ ทั้งนี้ คงต้องศึกษาถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่สามารถกระตุ้นให้กลุ่มเหล่านี้มีการเตรียมตัวเกษียณได้มากขึ้น รวมถึงกลุ่มที่มีการเตรียมตัวในระดับต่ำด้วย ทั้งนี้ สามารถนำแนวคิดของ ไรต์และริช (Eyde and Rich, 1988 : 216) มาอธิบายถึงเหตุผลของการกระตุ้นและส่งเสริมให้ข้าราชการมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุว่า จะช่วยให้ผู้เกษียณสามารถปรับตัวภายหลังเกษียณได้มากขึ้น และประสบผลสำเร็จในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณ (Stone et al., 1987 : 691) ซึ่งผลการศึกษาของ ดัชเชอร์ (Dutcher, 1989) ศิริวรรณ สิ้นไชย (2531) ช่อทิพย์ บุญญานันท์ (2534) และเบญจมา เสาหพูนรังษี (2534) ก็สอดคล้องกับแนวคิดดังกล่าวโดยพบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุนั้นส่งผลต่อการปรับตัวภายหลังเกษียณ ทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตและสามารถดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณได้อย่างมีความสุขอีกด้วย

และจากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ข้าราชการส่วนใหญ่เกือบทั้งหมดมีความคิดเห็นว่าจะควรมีการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ และช่วงอายุที่เหมาะสมกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณคือ ระหว่าง 55-60 ปี ซึ่งตรงกับข้อเท็จจริงในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณของกลุ่มตัวอย่างดังกล่าว และสอดคล้องกับแนวคิดของ แอชลีย์ (Atchley, 1981 : 601-611) ที่ได้กล่าวถึงความสำคัญและระยะเวลาที่เหมาะสมสำหรับการเตรียมตัวก่อนเกษียณของบุคคลว่า ควรจะมีการเตรียมทั้งในระยะไกลและระยะใกล้ โดยในระยะไกลนั้นควรเริ่มตั้งแต่วัยทำงาน ซึ่งควรเตรียมในด้านการเงิน การดูแลสุขภาพและการใช้เวลาว่าง ส่วนในระยะใกล้เกษียณนั้นควรเตรียมในด้านจิตใจมากกว่า นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ ชลอ ธรรมศิริ (2536 : 9-11) และสมบูรณ์ ศาลยาชีวิน (2526 : 56-57) ที่กล่าวว่า 3-5 ปีสุดท้ายก่อนเกษียณ ควรมีการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ ทั้งในด้านการเงิน การดำรงชีวิตหลังเกษียณ ตลอดจนงานอดิเรกและกิจกรรมในสังคมรวมถึงสุขภาพด้วย

3. การทดสอบสมมติฐานเพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการจากการทดสอบสมมติฐาน พบประเด็นที่น่าสนใจเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ดังนี้

1) ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างระยะเวลาก่อนเกษียณกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า ระยะเวลาก่อนเกษียณที่ต่างกัน 2 ระยะ คือ 1-2 ปีก่อนเกษียณ และ 3-5 ปีก่อนเกษียณนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน ซึ่ง

แสดงว่าผลการศึกษานี้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ขณะเดียวกันก็พบว่ากลุ่มข้าราชการที่มีระยะเวลาใกล้เกษียณมากกว่านั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีระยะเวลาก่อนเกษียณใกล้กว่าอีกด้วย ซึ่งผลการศึกษาดังกล่าวนี้อสอดคล้องกับผลการวิจัยของอีวานและคณะ (Evan et al., 1985 : 368) ที่พบว่า ระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุนั้นจะขึ้นกับระยะเวลาใกล้เกษียณ โดยที่ระดับการเตรียมจะเพิ่มขึ้นตามระยะเวลาที่ใกล้เกษียณ นอกจากนี้ ผลการวิจัยของบูทเนอร์ (Beutner, 1980) ก็ให้การสนับสนุนผลการศึกษาอีกด้วย โดยพบว่า ระดับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของชายและหญิงในมหาวิทยาลัยจะเพิ่มขึ้นตามระดับอายุที่เพิ่มขึ้น แต่ทั้งนี้ ก็อาจมีตัวแปรอื่นที่มีส่วนทำให้ข้าราชการกลุ่มดังกล่าวมีการเตรียมตัวเกษียณได้มากขึ้นด้วย ซึ่งจากผลการศึกษานี้ก็บ่งชี้ว่า การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณนั้นมีความสัมพันธ์เชิงลบกับระยะเวลาก่อนเกษียณ ซึ่งสามารถนำข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการศึกษาดังกล่าวมาอธิบายได้ จากการที่ผู้ที่ใกล้จะเกษียณภายใน 1-2 ปี มักจะได้รับการสนับสนุนให้มีการอบรมก่อนเกษียณ ดังนั้น จึงส่งผลให้กลุ่มนี้สามารถเตรียมตัวเกษียณได้มากกว่า นอกจากนี้ อาจจะขึ้นกับความตระหนักของผู้ที่อยู่ใกล้ระยะเวลาที่จะเกษียณอีกด้วย ตามแนวคิดของ ฮอกส์เทล (Hogstel, 1990 : 125) ที่กล่าวว่า ความตระหนักในการเตรียมตัวเกษียณอายุนั้น จะส่งผลต่อประสิทธิภาพของการเตรียมตัวก่อนเกษียณของบุคคล และอีกประการหนึ่งอาจขึ้นกับทัศนคติต่อการเกษียณของข้าราชการก็ได้ ดังจะเห็นได้จากระดับของการเตรียมตัวจิตใจและอารมณ์ของข้าราชการ ซึ่งพบว่าระดับที่สูงมากที่สุดนั้น แสดงให้เห็นว่า ข้าราชการกลุ่มดังกล่าวน่าจะมีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณ และส่งผลต่อระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการดังกล่าว ซึ่งเป็นไปตามผลการศึกษาของคิม (Kim, 1992) และแมคเฟอร์สัน (McPherson, 1979 : 254) แต่การศึกษาในครั้งนี้ไม่ได้ศึกษาทัศนคติต่อการเกษียณของกลุ่มตัวอย่างเลย

2) ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีระดับการศึกษาที่ต่างกันกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า ระดับการศึกษาที่ต่างกัน 3 ระดับคือ ระดับต่ำกว่าปริญญาตรี ระดับปริญญาตรีและระดับที่สูงกว่าปริญญาตรีนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน ซึ่งแสดงว่า ผลการศึกษานี้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ ผลการศึกษายังบ่งชี้ว่ากลุ่มที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรีนั้น มีการเตรียมตัวเกษียณอายุที่ดีกว่ากลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ แมคเฟอร์สัน (McPherson, 1979 : 254) ที่พบว่า ระดับการศึกษานั้นเป็นตัวแปรที่สำคัญที่สุดที่มีอิทธิพลต่อการวางแผนก่อนเกษียณของบุคคล โดยผู้ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าจะมีการเตรียมตัวหรือวางแผนก่อนเกษียณได้มากกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาที่ต่ำ นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของเฟอร์ราโร (Ferraro, 1990 : S21) ที่พบว่า ระดับการศึกษามีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณมากที่สุดอีกด้วย แต่ขณะเดียวกันก็ขัดแย้งกับการศึกษาของดาร์เนีย ศรีสวัสดิ์กุล (2539) ที่พบว่า ระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมการเกษียณอายุของข้าราชการ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้ที่มีระดับการศึกษาที่สูงกว่าปริญญาตรีนี้มักจะเป็นผู้ที่มีสถานภาพทางตำแหน่งที่สูงและมี

โอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมหรือเป็นสมาชิกทางสังคมค่อนข้างสูง ซึ่งผลการศึกษานี้ก็บ่งชี้ว่าระดับการศึกษานั้นมีความสัมพันธ์กันภายในกับสถานภาพทางตำแหน่งและการเป็นสมาชิกทางสังคมเช่นกัน และการที่ได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมนี้เอง อาจทำให้เกิดวิสัยทัศน์ในด้านต่างๆ รวมถึงการเตรียมตัวเกษียณด้วย จากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นตลอดจนการมีโอกาสรับรู้ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ จากการพบปะสนทนากับผู้เกษียณหรือผู้อื่นก็เป็นไปได้สูง ประกอบกับพื้นฐานความรู้เดิมของกลุ่มตัวอย่างก็อยู่ในสายงานการแพทย์และสาธารณสุขเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งแตกต่างจากข้าราชการในสายงานอื่น จึงน่าจะทำให้การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณได้ดีขึ้น และส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุดังกล่าว

3) ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน กับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า สถานภาพสมรสคู่และอยู่ด้วยกัน โสด หม้าย/หย่า/แยกกันอยู่ นั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน ซึ่งแสดงว่าผลการศึกษานี้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ ผลการศึกษายังแสดงให้เห็นว่ากลุ่มที่มีสถานภาพสมรสคู่และอยู่คู่สมรสนั้น มีการเตรียมตัวเกษียณดีกว่ากลุ่มที่โสด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ คอนแรด (Conrad, 1993) ที่พบว่า สถานภาพสมรสนั้นมีผลต่อการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุของบุคคล แม้ว่าผลการศึกษาดังกล่าวจะพบว่า ผู้ที่แต่งงานแล้วและโสดจะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่เป็นหม้ายหรือหย่าร้าง แต่เนื่องจากประเพณีและวัฒนธรรมที่ต่างกัน อาจทำให้มีความแตกต่างด้านความคิดเห็นและวิสัยทัศน์ระหว่างผู้ที่โสดด้วยกันก็ได้ และส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณที่แตกต่างกันด้วย นอกจากนี้ ผลการศึกษานี้ยังขัดแย้งกับผลการวิจัยของ สลักขณณ์ มีชูทรัพย์ และคณะ (2535) ที่พบว่า สถานภาพสมรสคู่และโสดนั้น จะมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณไม่แตกต่างกัน ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่และจากการศึกษาก็พบว่า สถานภาพสมรสนั้นมีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอีกด้วย ซึ่งกลุ่มที่มีสถานภาพสมรสคู่นี้เอง อาจมีโอกาสนพบปะสนทนากับผู้อื่นในขณะร่วมกิจกรรมทางสังคม และมีโอกาสรับรู้ข้อมูลข่าวสารได้มากกว่า ประกอบกับผู้ที่มิคู่สมรสนั้นมักมีการะับผิดชอบต่อครอบครัวและสมาชิก ดังนั้น จึงต้องมีการวางแผนเตรียมการสำหรับความมั่นคงของครอบครัวและที่สำคัญคือ มีคู่สมรสเป็นที่ปรึกษาหรืออีกด้วย ดังนั้น จึงส่งผลต่อการ เตรียมตัวเกษียณอายุที่ดีกว่าผู้ที่เป็นโสดดังกล่าว

4) ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่ได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณที่ต่างกันกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า การได้รับการอบรมหรือไม่ได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน ซึ่งแสดงว่า ผลการศึกษานี้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และสอดคล้องกับผลการศึกษาของโฮวาร์ด (Howard, 1986) ที่พบว่า การอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุนั้น จะส่งผลต่อการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมและการวางแผนในการดำรงชีวิตหลังเกษียณได้มากกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการอบรม นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ แรนดอล

(Randall, 1986) อีกด้วย และผลการศึกษายังบ่งชี้ว่าการอบรมนั้นมีความสัมพันธ์กันภายในกับการสนับสนุนจากหน่วยงาน ระยะเวลาก่อนเกษียณและการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่าระยะเวลาใกล้เกษียณก็มักจะได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานให้ได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเกษียณ ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีโอกาสรับรู้ข้อมูลข่าวสารมากขึ้น ซึ่งส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณ ดังนั้น จากผลการศึกษานี้อาจกล่าวได้ว่า ผู้ที่ได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณนั้น สามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการอบรม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ แลนเดอร์ (Lander, 1993) ที่กล่าวว่าหากหน่วยงานมีการจัดอบรมหรือประชุมสัมมนาเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุให้แก่บุคลากรแล้ว ก็จะช่วยให้บุคลากรมีโอกาสรับรู้ข้อมูลข่าวสารและสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณได้ดีขึ้น แต่จากการศึกษานี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุเลย ขณะเดียวกันจากผลการศึกษาที่แสดงให้เห็นว่า การอบรมนั้นมีความสัมพันธ์กันภายในกับการสนับสนุนจากหน่วยงานด้วย ดังนั้น หน่วยงานจึงน่าจะพิจารณาถึงประเด็นดังกล่าวนี้ด้วย

5) ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า ระดับสัมพันธภาพในครอบครัวที่สูง ปานกลางและต่ำนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน ซึ่งแสดงว่า ผลการศึกษานี้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ผลการศึกษายังบ่งชี้ว่า กลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวที่แตกต่างกัน 3 กลุ่มนั้น มีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันทั้งสามกลุ่มอีกด้วย โดยที่กลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพในครอบครัวสูงกว่า จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุที่ดีกว่ากลุ่มที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับที่ต่ำกว่า ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ เจนเดอร์ (Gendler, 1993 : 1966) ที่พบว่า การมีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคคล นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ ดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2539) อีกด้วย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างนั้นมีโอกาสพูดคุยสนทนาและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันกับสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้องค่อนข้างสูง ซึ่ง อีวาน (Evan, 1985 : 368) ก็มีแนวคิดสนับสนุนว่า หากบุคคลได้มีโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันเกี่ยวกับการเกษียณอายุกับสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้อง ก็จะส่งผลให้บุคคลมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุด้วยตนเองเพิ่มสูงขึ้น นอกจากนี้ ผลการศึกษานี้ยังแสดงให้เห็นว่า สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กันภายในกับสัมพันธภาพในครอบครัว ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า จากการที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่และอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน ย่อมมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีการปรึกษาหารือกัน ซึ่งถือว่ามีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวตามแนวคิดของ ไวส์ (Weiss, 1974 อ้างใน จีวรธรณ์ แก้วพรหม, 2530 : 45) และมอร์ริว และวิลสัน (Morrow and Wilson, 1961 อ้างใน พวงผกา ชื่นแสงเนตร, 2538 : 34) จึงน่าจะมีผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุ ขณะเดียวกันผู้ที่มีโอกาสได้พูดคุยปรึกษาหารือกับสมาชิกในครอบครัวและมีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวมากกว่า ย่อมเป็นผู้ที่มีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่า ทำนองเดียวกันผู้

ที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับต่ำกว่า ย่อมเป็นผู้ที่มีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้น้อยกว่าหรือไม่ดีเท่ากับผู้ที่ที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับที่สูงกว่า

6) ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนที่ต่างกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนที่สูง ปานกลาง และต่ำนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน ซึ่งแสดงว่า ผลการศึกษานี้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ ผลจากการศึกษายังบ่งชี้ว่า กลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนที่ต่างกัน 3 กลุ่มนั้น มีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกันทั้งสามกลุ่มอีกด้วย โดยที่กลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่าจะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่ากลุ่มที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับต่ำกว่า ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2539) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีลักษณะงานที่เกี่ยวข้องกับการประสานงานกับหน่วยงานอื่นตลอดจนภายในหน่วยงานด้วยกัน ซึ่งต้องมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นเสมอ ประกอบกับหน่วยงานก็ได้ให้การสนับสนุนในด้านการเข้าร่วมกิจกรรมทั้งภายในและภายนอกหน่วยงานด้วย จึงทำให้มีโอกาสได้พบปะสนทนากับคนอื่นทั้งภายในหน่วยงานและภายนอกหน่วยงานขณะทำกิจกรรมทางสังคมร่วมกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ รอสโซว์ (Rosow, 1967 อ้างใน มารศรี นุชแสงพลี, 2532 : 34) ที่พบว่า การมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนทั้งในที่ทำงานและเพื่อนในสังคมนั้น เป็นปัจจัยหนึ่งที่นำไปสู่การเตรียมตัวเกษียณอายุ เนื่องจากการที่ผู้เตรียมการเกษียณได้มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น จะทำให้มีความรู้สึกว่าได้มีส่วนร่วมในการบูรณาการทางสังคม โดยความสัมพันธ์อันใกล้ชิดและคุ้นเคยกันระหว่างผู้ที่อยู่ในวัยเดียวกันนี้จะมีความเห็นอกเห็นใจกัน ห่วงดีต่อกันและสามารถปรับทุกข์ซึ่งกันและกันได้ และเวิร์ด (Ward, 1984 : 45) ก็มีแนวคิดสอดคล้องกันโดยกล่าวว่า เพื่อนวัยเดียวกันจะมีส่วนช่วยในการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุได้จากเหตุผลดังกล่าว จึงน่าจะทำให้ข้าราชการที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกวานั้น สามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนที่ต่ำกว่า

7) ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่ต่างกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่สูง ปานกลางและต่ำนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการแตกต่างกัน ซึ่งแสดงว่า ผลการศึกษานี้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ ผลการศึกษายังบ่งชี้ว่า กลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับสูง จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุดีกว่ากลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับปานกลางและต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ คิม (Kim, 1992) แมคเฟอร์สัน (McPherson, 1979 : 254) และวอลล์ (Walls, 1992) ที่พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมนั้น มีความสัมพันธ์กับการวางแผนก่อนเกษียณและสามารถพยากรณ์การเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุของบุคคลได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพทางสังคมที่ค่อนข้างสูง ดังนั้นโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมจึงค่อนข้างสูง ประกอบกับได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในการเข้าร่วมกิจกรรมทั้งภายในและภายนอกหน่วยงานด้วย ทำให้มี

โอกาสได้พบปะสนทนาและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมกิจกรรมทางสังคม รวมถึงเพื่อนร่วมงาน หรือเพื่อนสนิท ที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมด้วยกันก็ได้ ซึ่งจากการมีปฏิสัมพันธ์ในสังคมและมีโอกาสได้พูดคุยปรึกษาหารือกับผู้อื่นนี้เอง จะทำให้มีโอกาสรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณได้มากกว่า และส่งผลให้มีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับปานกลางและต่ำ ซึ่งในประเทศไทยยังไม่มีผู้ศึกษามาก่อน ดังนั้น ผลการศึกษานี้จึงน่าจะมีประโยชน์ในการช่วยให้บุคลากรได้มีการเตรียมตัวเกษียณได้ดีขึ้น จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

8) การทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่ต่างกันกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า ข้าราชการกลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับสูง ปานกลาง และต่ำนั้น มีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ซึ่งแสดงว่าผลการศึกษาเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ผลการศึกษายังบ่งชี้ว่าทุกกลุ่มมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน โดยกลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่สูงกว่าจะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่ากลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับที่ต่ำกว่า ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจาก การมีโอกาสรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากหน่วยงานหรือจากการอบรมสัมมนาและได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ทั้งในและนอกหน่วยงานมากกว่า ทำให้มีโอกาสได้พบปะพูดคุยและแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้อื่นขณะมีกิจกรรมร่วมกัน นอกจากนี้การเปิดโอกาสให้ผู้ที่เกี่ยวข้องมาเยี่ยมหน่วยงานเดิมในลักษณะต่าง ๆ หรือการจัดกิจกรรมอาสาสมัครผู้ที่เกษียณก็มีส่วนช่วยกระตุ้นให้ข้าราชการได้ตระหนักถึงวาระเกษียณของตนเองได้อีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของแอชลีย์ (Atchley, 1976 : 32) ที่ให้แนวคิดว่าการเตรียมตัวเกษียณอายุนั้น สามารถทำได้โดยการสนับสนุนจากหน่วยงานในการจัดหลักสูตรการวางแผนก่อนเกษียณอายุในหน่วยงานหรือการที่บุคคลได้มีโอกาสได้พบปะพูดคุยกับผู้อื่นเกี่ยวกับการเกษียณก็สามารถช่วยกระตุ้นให้บุคคลได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมตัวก่อนเกษียณและสามารถวางแผนเตรียมก่อนเกษียณได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้การมีโอกาสได้พบปะสนทนากับผู้ที่เกษียณแล้วหรือการได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ ก็จะช่วยให้อาจสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณได้ดียิ่งขึ้น รวมถึงการมีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณด้วย (Atchley, 1991 : 202) ซึ่งผลการศึกษาของ คิลป์ส (Cripps, 1992) ก็สนับสนุนแนวคิดดังกล่าว โดยพบว่า การจัดโปรแกรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณ ทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้รับความรู้และข้อมูลข่าวสาร มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณและส่งผลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้วย สำหรับในประเทศไทยยังไม่มีผู้ศึกษามาก่อน ดังนั้น ผลการศึกษานี้จึงน่าจะมีประโยชน์ในการวางแผนในระดับนโยบายเพื่อกระตุ้นและส่งเสริมการเตรียมตัวก่อนเกษียณ สำหรับบุคลากรทั้งในและนอกกระทรวงสาธารณสุขได้

9) การทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีระดับของการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณต่างกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า ข้าราชการกลุ่มที่รับรู้ข้อมูล

ข่าวสารในระดับสูง ปานกลาง และต่ำนั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุแตกต่างกัน ซึ่งแสดงว่า ผลการศึกษาเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ผลการศึกษา ยังบ่งชี้ว่า กลุ่มที่รับรู้ข้อมูล ข่าวสารในระดับต่ำนั้น จะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุไม่ดีเท่ากับกลุ่มที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับปานกลางขึ้นไป ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ คูเมลาชูว์ (Kumelachew, 1996) ที่พบว่า การได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณนั้นมีความสัมพันธ์กับการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ โดยผู้ที่ได้รับข้อมูลข่าวสารมากกว่าจะสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณได้ดีกว่า นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของบูทเนอร์ (Beutner, 1980) อีกด้วย โดยมีแนวคิดของแอชลีย์ (Atchley, 1976 : 32) สนับสนุนว่า การมีโอกาสได้พบปะสนทนากับผู้เกษียณหรือการได้รับ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุก็จะช่วยให้บุคคลสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณได้ ดีขึ้น และอีวาน (Evan, 1985 : 369) ก็มีแนวคิดสนับสนุนด้วยว่า หากบุคคลได้มีโอกาส พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันเกี่ยวกับเรื่องการเกษียณอายุกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อนสนิทและเพื่อนร่วมงาน ตลอดจนการอ่านบทความและข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับการเกษียณ อายุแล้ว จะส่งผลให้บุคคลสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณด้วยตนเองได้ดียิ่งขึ้น สำหรับใน ประเทศไทยยังไม่มีผู้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องนี้มาก่อนเลย ดังนั้นผลการศึกษาในครั้งนี้จึงถือได้ว่าเป็น ข้อมูลที่มีนัยว่าเป็นประโยชน์ต่อการวางแผนเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคลากร ทั้งในกระทรวง สาธารณสุขตลอดจนประชาชนทั่วไปได้

ดังนั้นจากผลการทดสอบสมมติฐานดังกล่าว อาจพอสรุปได้ว่าการยอมรับสมมติฐาน นั้น แสดงถึงอิทธิพลของตัวแปรหรือปัจจัยต่าง ๆ ที่มีต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุ ดังนั้น จึงอาจ กล่าวได้ว่าตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ได้แก่ ระยะเวลาก่อนเกษียณ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ สัมพันธ ภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การสนับสนุนจาก หน่วยงานและการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ

นอกจากนี้ จากผลการทดสอบสมมติฐานก็พบว่า มีปัจจัยบางตัวที่ไม่มีอิทธิพลต่อ การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ซึ่งสามารถอภิปรายได้ดังนี้

1) ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีสถานภาพทางตำแหน่งที่ต่างกันกับการ เตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า สถานภาพทางตำแหน่งที่แตกต่างกัน 3 กลุ่ม คือ ระดับซี 3-6 ระดับซี 7-8 และระดับซี 9-10 นั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของ ข้าราชการไม่แตกต่างกันซึ่งแสดงว่า ผลการศึกษานี้ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งสอดคล้อง กับการศึกษาของ ดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2539) ขณะเดียวกันก็ขัดแย้งกับการศึกษาของจรรวรณ์ ศรีสว่าง (2532) ทั้งนี้อาจเนื่องจากลักษณะงานของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขในส่วนกลาง นั้น มีลักษณะงานที่ค่อนข้างคล้ายคลึงกันคือ งานด้านวิชาการ และด้านบริหาร ซึ่งต้องมีการ ประสานงานกับหน่วยงานอื่นเช่นเดียวกัน ประกอบกับสภาพแวดล้อมของการทำงานที่คล้ายคลึง กันด้วย ดังนั้น จึงทำให้ข้าราชการที่ต่างระดับตำแหน่งหน้าที่การงานกันมีการเตรียมตัวเกษียณ

อายุไม่แตกต่างกัน และจากผลการศึกษาที่บ่งชี้ว่า สถานภาพทางตำแหน่งนั้นมีความสัมพันธ์กันภายในกับสถานภาพทางเศรษฐกิจ สถานภาพทางสุขภาพและสถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคม ซึ่งต่างไม่ส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการเลย ดังนั้น สถานภาพทางตำแหน่งที่แตกต่างกันของข้าราชการ จึงส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการไม่แตกต่างกัน

2) ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจที่ต่างกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า สถานภาพทางเศรษฐกิจที่ต่างกัน 3 กลุ่มคือ มีรายได้มากกว่ารายจ่าย รายได้สมดุลกับรายรับ และรายจ่ายมากกว่ารายรับนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการไม่แตกต่างกัน นั่นแสดงว่า ผลการศึกษานี้ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของดาร์เนีย ศรีสวัสดิ์กุล (2539) ที่พบว่า สถานภาพทางเศรษฐกิจไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมการเกษียณอายุของบุคคล ขณะเดียวกันก็ขัดแย้งกับผลการวิจัยของเฟอร์ราโร (Ferraro, 1990 : S21) ที่พบว่า สถานภาพทางเศรษฐกิจนั้นมีอิทธิพลต่อระดับการเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคคล และขัดแย้งกับผลการศึกษาของแลนเดอร์ (Lander, 1993) และมาแชลล์ (Marshall, 1984) ที่พบว่า ระดับรายได้มีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวเกษียณ นอกจากนี้ ยังขัดแย้งกับผลการวิจัยของ แมคเฟอร์สัน (McPherson, 1979 : 254) ที่พบว่า รายได้นั้นส่งผลต่อการวางแผนก่อนเกษียณอีกด้วย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่มีรายได้สมดุลกับรายจ่าย แม้จะไม่มีเงินเหลือเก็บ แต่บางส่วนก็ออมทรัพย์จากการซื้อสังหาริมทรัพย์แทนการฝากธนาคาร จึงทำให้ดูเหมือนว่าไม่มีเงินเก็บ แต่มีพอใช้จ่ายเท่านั้น ซึ่งหากดูภาพรวมอาจกล่าวได้ว่ากลุ่มตัวอย่างนั้นได้มีสถานภาพทางเศรษฐกิจที่ค่อนข้างดี แม้มีบางส่วนที่มีรายจ่ายมากกว่ารายได้ ก็มักเป็นรายจ่ายที่จำเป็นในการซื้อหรือเช่าซื้อสังหาริมทรัพย์เช่นกัน นอกจากนี้ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่มีที่อยู่เป็นของตนเองและมีรายได้ที่แน่นอน จึงน่าจะเป็นเหตุผลที่ทำให้ข้าราชการที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจที่ต่างกันนี้ มีการเตรียมตัวเกษียณอายุที่ไม่แตกต่างกัน

3) การทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีสถานภาพทางสุขภาพที่ต่างกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า สถานภาพทางสุขภาพที่ต่างกัน 3 กลุ่ม คือ สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง เจ็บป่วยเล็กน้อย และมีโรคประจำตัวนั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการไม่แตกต่างกัน ซึ่งแสดงว่าไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ดังนั้น จึงขัดแย้งกับผลการศึกษาของคิม (Kim, 1992) แมคเฟอร์สัน (McPherson, 1979) และวอลล์ (Walls, 1992) ที่พบว่า ภาวะสุขภาพนั้นมีผลต่อการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่มีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงปานกลาง แม้จะมีบางส่วนที่มีปัญหาสุขภาพบ้างเล็กน้อยหรือมีโรคประจำตัว แต่ก็ไม่ร้ายแรง ขณะเดียวกันกลุ่มตัวอย่างดังกล่าวก็ได้รับการตรวจตามแพทย์นัดอย่างสม่ำเสมอ หรือเมื่อมีอาการผิดปกติต่าง ๆ ประกอบกับกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพื้นฐานความรู้ด้านการแพทย์และสาธารณสุข และได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุจาก

หน่วยงานค่อนข้างสูง จึงน่าจะมีส่วนทำให้รู้จักวิธีการดูแลสุขภาพของตนเองเป็นอย่างดี และส่งผลให้มีการเตรียมตัวเกษียณอายุที่ไม่แตกต่างกัน

4) ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีสถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคม ที่ต่างกัน กับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ พบว่า การเป็นหรือไม่เป็นสมาชิกชมรม หรือสมาคมต่าง ๆ นั้น จะส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการไม่แตกต่างกัน นั้น แสดงว่า ผลการศึกษานี้ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งขัดแย้งกับผลการศึกษาของ วิมล ทาบุราน (2532) ทั้งนี้อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่เข้าเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ นั้น ส่วนใหญ่จะเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมในสายงานของตนเอง ซึ่งสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ใน ระดับปานกลางเท่านั้น ประกอบกับกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาระรับผิดชอบต่องาน ทำให้มีข้อ จำกัดในด้านเวลาและมีสภาพแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคมที่ไม่เอื้อต่อการเข้าร่วมกิจกรรมใน ชมรมหรือสมาคมที่ตนเองเป็นสมาชิกอยู่ ดังนั้นจึงเป็นไปได้ว่า แม้ว่ากลุ่มตัวอย่างดังกล่าวจะเป็น สมาชิกทางสังคมของชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ ก็ตาม แต่เนื่องจากข้อจำกัดในด้านเวลาดังกล่าว ประกอบกับชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ นั้น มุ่งกิจกรรมเฉพาะด้าน จึงส่งผลให้การเป็นหรือไม่เป็น สมาชิกทางสังคมนั้น มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

4. การวิเคราะห์หาลำดับความสำคัญของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณ อายุของข้าราชการ

ผลการศึกษา พบว่ามีตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวเกษียณอายุของ ข้าราชการ ได้แก่ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพ ในครอบครัว การสนับสนุนจากหน่วยงาน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การอบรมเกี่ยวกับการ เตรียมตัวเกษียณอายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และระยะเวลาก่อนเกษียณ ซึ่งตัว แปรอิสระเหล่านี้ต่างมีความสัมพันธ์ระหว่างกันในระดับปานกลาง และจากผลการวิเคราะห์การ ถดถอยพหุแบบขั้นตอน ก็พบว่า มีตัวแปรอิสระเพียง 4 ตัวที่สามารถพยากรณ์การเตรียมตัว เกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้แก่ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพในครอบครัวและ การสนับสนุนจากหน่วยงาน ตามลำดับ โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์การเตรียมตัวเกษียณอายุ ของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขได้ร้อยละ 29 ซึ่งสามารถอธิบายได้ดังนี้

1) การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ จากการศึกษา พบว่าเป็นตัวแปรที่มี ความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการมากที่สุด ($R = 0.40$) และสามารถ อธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ร้อยละ 16 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุ ($Beta = 0.28$) พบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าว สารนั้นมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ ซึ่งหมายความว่า ข้าราชการที่มีการ

รับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับสูง มีแนวโน้มที่จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ในระดับสูง ขณะเดียวกัน ข้าราชการที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับต่ำ ก็มีแนวโน้มในการเตรียมตัวเกษียณอายุในระดับต่ำเช่นเดียวกัน ทั้งนี้อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับเพื่อนในระดับที่ค่อนข้างสูง ทั้งเพื่อนร่วมงาน เพื่อนบ้านและเพื่อนขณะทำกิจกรรมทางสังคมร่วมกัน และมีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับสูงอีกด้วย ทำให้มีโอกาสปริกษาหารือและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในขณะที่มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและผู้อื่น ขณะเดียวกันการเปิดโอกาสให้ผู้เกษียณมาเยี่ยมหน่วยงาน และการสนับสนุนด้านเอกสารเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุและการเตรียมตัวเกษียณของหน่วยงาน ก็อาจทำให้กลุ่มตัวอย่างได้มีโอกาสพบปะพูดคุยกับผู้เกษียณและได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารจากเอกสารต่าง ๆ อีกด้วย นอกจากนี้ ผลการศึกษาทำให้ทราบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีโอกาสดังกล่าวได้พบปะพูดคุยปรึกษาหารือและแลกเปลี่ยนประสบการณ์กันระหว่างสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้องค่อนข้างสูง ประกอบกับกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาที่ค่อนข้างสูงและมีพื้นฐานความรู้ด้านการแพทย์และสาธารณสุข จึงน่าจะมีส่วนช่วยให้การรับรู้ข้อมูลข่าวสารได้ดีขึ้น ซึ่งเหตุผลต่าง ๆ ดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของอีวาน (Evan, 1985 : 369) ที่กล่าวว่า หากบุคคลได้มีโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความคิดเห็นซึ่งกันและกันเกี่ยวกับเรื่องการเกษียณอายุกับสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้อง เพื่อนสนิท เพื่อนร่วมงานและเพื่อนร่วมกิจกรรมทางสังคม ตลอดจนการมีโอกาสดังกล่าวได้พบปะสนทนากับผู้เกษียณหรือได้รับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ ก็จะทำให้บุคคลมีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารได้มากขึ้น ซึ่งส่งผลให้สามารถเตรียมตัวเกษียณได้ดีขึ้น (Atchley, 1976 : 32) และผลการวิจัยของคูเมลาชูว์ (Kumelachew, 1996) ก็สนับสนุนแนวคิดดังกล่าว โดยพบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณนั้นมีความสัมพันธ์กับการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ ซึ่งผู้ที่ได้รับข้อมูลข่าวสารมากกว่า จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่า

2) สัมพันธภาพกับเพื่อน พบว่า เมื่อเพิ่มตัวแปรนี้เข้าไปในสมการ ทำให้ระดับความสัมพันธ์เพิ่มขึ้นเป็น 0.51 และสามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ร้อยละ 26 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุ (Beta = 0.24) พบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนนั้นมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ซึ่งหมายความว่า ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับสูง มีแนวโน้มที่จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ในระดับสูง ในขณะที่ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับต่ำ ก็มีแนวโน้มที่จะเตรียมตัวเกษียณอายุในระดับต่ำเช่นกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างนั้นส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับสูง ทั้งเพื่อนบ้าน เพื่อนสนิท เพื่อนในที่ทำงานและเพื่อนขณะร่วมกิจกรรมทางสังคม อาจเนื่องจากลักษณะงานที่ทำให้ต้องพบปะและประสานงานกับหน่วยงานอื่น ประกอบกับได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานให้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมด้วย จึงมีโอกาสดังกล่าวได้รับข้อมูลข่าวสารมากขึ้น

และส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุ ตามแนวคิดของ เวิร์ด (Ward, 1984 : 45) และโรสโซว (Rosow, 1967 อ้างใน มารศรี นุชแสงพลี, 2532 : 34)

3) สัมพันธภาพในครอบครัว พบว่า เมื่อเพิ่มตัวแปรนี้เข้าไปในสมการ ทำให้ระดับความสัมพันธ์เพิ่มขึ้นเป็น 0.52 และสามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ร้อยละ 27 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุ (Beta = 0.13) พบว่า สัมพันธภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ซึ่งหมายความว่า ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับสูง มีแนวโน้มที่จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ในระดับสูง ขณะที่ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวในระดับต่ำ ก็จะมีแนวโน้มที่จะเตรียมตัวเกษียณอายุในระดับต่ำ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากข้าราชการส่วนใหญ่เกือบทั้งหมดนั้นนับถือศาสนาพุทธ ซึ่งมีส่วนในการขัดเกลากจิตใจให้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ กตัญญูกตเวทีและเมตตากรุณา นอกจากนี้ระดับการศึกษาและสถานภาพสมรสก็อาจมีส่วนช่วยให้บุคคลมีเหตุผลและกล้าแสดงความคิดเห็น รวมถึงการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันได้อีกด้วย ซึ่งจากเหตุผลต่าง ๆ เหล่านี้ อาจมีส่วนช่วยให้สัมพันธภาพในครอบครัวของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขเป็นไปด้วยดี และการมี สัมพันธภาพที่ดีดังกล่าวนี้ยังเป็นส่วนที่สำคัญในการวางแผนเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคคลตามแนวคิดของ อีวาน (Evan, 1985 : 368) และผลงานการวิจัยของ เจนเดอร์ (Gendler, 1993 : 1966) ก็สนับสนุนแนวคิดนี้ โดยพบว่า การมีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวนั้นมีผลต่อการวางแผนเตรียมตัวเกษียณอายุและการตัดสินใจเกษียณของบุคคล เนื่องจากมีโอกาสในการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันกับสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้อง

4) การสนับสนุนจากหน่วยงาน พบว่า เมื่อเพิ่มตัวแปรนี้เข้าไปในสมการ ทำให้ระดับความสัมพันธ์เพิ่มขึ้นเป็น 0.53 และสามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการได้ร้อยละ 29 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุ (Beta = 0.12) พบว่า การสนับสนุนจากหน่วยงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ซึ่งหมายความว่า ข้าราชการที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับสูงจะมีแนวโน้มที่จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ในระดับสูง ในขณะที่ข้าราชการที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับต่ำก็จะมีแนวโน้มของการเตรียมตัวเกษียณอายุในระดับต่ำเช่นกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการเตรียมการเกษียณอายุจากหน่วยงาน นอกจากนี้ ยังมีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ทั้งในและนอกหน่วยงาน รวมถึงการเปิดโอกาสให้ผู้เกษียณมาเยี่ยมหน่วยงานเดิม ซึ่งล้วนทำให้เกิดการรับรู้ข้อมูลข่าวสารมากยิ่งขึ้นและส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณ ตามแนวคิดของแลนเดอร์ (Lander, 1993) และผลการศึกษาของคูเมลาชูว์ (Kumelachew, 1996)

จากผลการศึกษาโดยสรุป พบว่า โดยภาพรวมข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขมีการเตรียมตัวเกษียณอายุในระดับสูง ซึ่งกลุ่มที่มีการเตรียมตัวในระดับสูงมีถึงร้อยละ 64.4 กลุ่มที่มีการเตรียมตัวในระดับปานกลาง ร้อยละ 34.6 ส่วนกลุ่มที่มีการเตรียมตัวในระดับต่ำมีเพียงร้อยละ 1 เท่านั้น หากพิจารณาถึงการเตรียมตัวในแต่ละด้าน จะพบว่า มีการเตรียมตัวด้านจิตใจ และอารมณ์มากที่สุด รองลงมาคือ การเตรียมด้านที่พักอาศัย ด้านร่างกาย ด้านการเงินและการใช้จ่าย และด้านการใช้เวลา ตามลำดับ สำหรับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล อันประกอบด้วย ระยะเวลาก่อนเกษียณ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรสและการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางสังคม ซึ่งประกอบด้วย สัมพันธภาพในครอบครัวและสัมพันธภาพกับเพื่อน นอกจากนี้ ยังมีปัจจัยสนับสนุนด้วย อันได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การสนับสนุนจากหน่วยงานและการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ โดยปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการมากที่สุด คือ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ รองลงมาคือ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพในครอบครัวและการสนับสนุนจากหน่วยงาน ตามลำดับ โดยร่วมกันอธิบายความผันแปรในการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขได้ร้อยละ 29 ($R^2 = 0.29$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษา

จากผลการศึกษาทำให้ทราบว่าข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขนั้นยังมีการเตรียมตัวเกษียณอายุในด้านการใช้เวลารวมถึงการเงินและการใช้จ่ายที่ไม่สูงนัก ดังนั้น จึงควรกระตุ้นและส่งเสริมให้ข้าราชการได้มีการเตรียมตัวในด้านนี้ให้สูงขึ้น และผลจากการศึกษาได้บ่งชี้ว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณนั้น มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการมากที่สุด โดยแหล่งข้อมูลที่สำคัญคือ เพื่อนร่วมงานและเพื่อนร่วมกิจกรรมทางสังคม ตลอดจนสมาชิกในครอบครัวและผู้เกษียณ รวมถึงข้อมูลข่าวสารจากเอกสารเผยแพร่และสื่อต่าง ๆ ขณะเดียวกันผลการศึกษายังบ่งชี้ว่า การสนับสนุนจากหน่วยงานนั้นมีความสัมพันธ์กับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร โดยผู้ที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานมากกว่า ก็จะมีโอกาสได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารมากขึ้น และส่งผลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุอีกด้วย นอกจากนี้ ผลการศึกษาได้แสดงให้เห็นว่า ผู้ที่เคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าผู้ที่ไม่เคยเข้ารับการอบรมด้วย ซึ่งจากการศึกษาก็พบว่ามีส่วนน้อยที่เคยได้รับการอบรม

ดังนั้น ในการศึกษาจึงมีข้อเสนอแนะในเชิงนโยบายเพื่อให้หน่วยงานได้มีส่วนกระตุ้นและส่งเสริมการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ นอกเหนือจากการเตรียมด้วยตนเอง โดยควรมุ่งเน้นในกลุ่มผู้ที่โสดและยังไม่เคยเข้ารับการอบรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณเลย ตลอดจนผู้ที่มี

ระดับการศึกษาที่ต่ำกว่าปริญญาตรีและมีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับที่ไม่สูงนัก รวมถึงผู้ที่ยังอยู่ไกลจากระยะเวลาเกษียณอีกด้วย โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1.1 หน่วยงานควรมีบทบาทในการส่งเสริมและสนับสนุนการจัดกิจกรรมเตรียมตัวเกษียณอายุให้สอดคล้องกับความต้องการของบุคลากร ซึ่งกิจกรรมต่าง ๆ ควรประกอบด้วย

1) การจัดอบรมหรือสัมมนาเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ โดยให้บุคลากรที่จะเกษียณอายุภายใน 3-5 ปี เข้ารับการอบรม ซึ่งปัจจุบันมีสถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์รับผิดชอบ แต่เนื่องจากมีข้อจำกัดในด้านงบประมาณ ทำให้ไม่สามารถครอบคลุมได้หมด ดังนั้น หากหน่วยงานไม่สามารถจัดอบรมได้ ควรให้การสนับสนุนบุคลากรให้เข้ารับการอบรมที่จัดโดยหน่วยงานอื่น

2) จัดศูนย์บริการให้คำปรึกษาแนะนำในด้านต่าง ๆ สำหรับผู้ที่เตรียมตัวเกษียณหรือผู้ที่เกษียณแล้ว อาทิ การดูแลสุขภาพพอนามัยทั้งทางด้านร่างกาย-จิตใจ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การประกอบอาชีพสำรองหลังเกษียณ กฎหมายเกี่ยวกับผู้สูงอายุและสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ ของผู้เกษียณ ฯลฯ

3) การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพพอนามัยสำหรับบุคลากรทั่วไป อาทิ การตรวจสุขภาพ การออกกำลังกาย และนันทนาการเพื่อเสริมสร้างสุขภาพกายและจิต ก่อนเข้าสู่วัยเกษียณอายุ เป็นต้น

4) การจัดกิจกรรมส่งเสริมด้านการมีส่วนร่วมในสังคม อาทิ การศึกษาดูงานอาสาสมัครต่าง ๆ และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมช่วยเหลือสังคม ในรูปแบบของอาสาสมัครหรืองานสาธารณกุศลต่าง ๆ

5) การจัดกิจกรรมส่งเสริมด้านอาชีพ อาทิ การเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับอาชีพสำรอง และแหล่งสนับสนุนการทำงานของบุคลากรหลังเกษียณอายุราชการ ตลอดจนการศึกษาดูงานเกี่ยวกับการประกอบอาชีพสำรองต่าง ๆ เป็นต้น

6) จัดกิจกรรมการพบปะสังสรรค์กันระหว่างผู้ที่เกษียณอายุราชการไปแล้วกับผู้ที่ยังไม่เกษียณ เพื่อให้มีโอกาสพบปะสนทนาและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน

3.1.2 หน่วยงานในระดับกรมควรเป็นศูนย์กลางในการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับผู้สูงอายุและการเตรียมตัวเกษียณอายุ ตลอดจนข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพหลังเกษียณและระเบียบกฎหมายเกณฑ์ในการเข้าเป็นสมาชิกชมรมและสมาคมต่าง ๆ ด้วย

3.1.3 ควรมีการประสานงานกันระหว่างหน่วยงานที่รับผิดชอบด้านผู้สูงอายุ อาทิ สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์ และกรมอนามัย ซึ่งรับผิดชอบเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ตลอดจนกรมสุขภาพจิต เพื่อให้การวางแผนและดำเนินงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุสอดคล้องกัน

3.1.4 หน่วยงานควรมีการสำรวจปัญหาและความต้องการของบุคลากรตามกลุ่มอายุเป็นระยะ ๆ เพื่อจะได้ข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน ซึ่งเอื้อประโยชน์ต่อการจัดรูปแบบกิจกรรมและให้บริการความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ ได้สอดคล้องตามความต้องการของบุคลากร

3.1.5 ควรจะมีการกำหนดกิจกรรมต่าง ๆ สำหรับผู้ที่เตรียมตัวจะเกษียณอายุในระดับนโยบาย เพื่อให้ทุกหน่วยงานได้มีแนวทางการดำเนินงานไปในทิศทางเดียวกัน ทั้งนี้ ก็เพื่อประโยชน์ต่อผู้ที่เตรียมตัวเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุในอนาคตและที่สำคัญประการหนึ่ง คือ เป็นการสร้างขวัญและกำลังใจแก่บุคลากรในการพัฒนางานและประเทศชาติต่อไป

3.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ศึกษาการวางแผนเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคลากรในแต่ละกลุ่มเปรียบเทียบกับ อาทิ ข้าราชการและลูกจ้างประจำ และศึกษาเจาะลึกถึงการเตรียมตัวในแต่ละด้าน เช่น ด้านสุขภาพอนามัยและพฤติกรรม การดูแลสุขภาพ ด้านการเงินและการใช้จ่าย หรือด้านการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นต้น

3.2.2 ศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ อาทิ ทักษะติดต่อผู้สูงอายุ ทักษะติดต่อการเกษียณอายุและความตระหนักในการเตรียมตัวเกษียณอายุ ลักษณะงาน เป็นต้น

3.2.3 ศึกษาเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค หรือศึกษาเปรียบเทียบการเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคลากรกับหน่วยงานอื่นที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันและแตกต่างกัน

3.2.4 ควรมีการติดตามประเมินผลการเตรียมตัวของข้าราชการ ทั้งระยะก่อนเกษียณและภายหลังเกษียณ เพื่อติดตามผลระยะยาวถึงการใช้ชีวิตภายหลังเกษียณของข้าราชการกลุ่มดังกล่าวนี้ด้วย

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสัมพันธภาพในครอบครัว
ของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

สัมพันธภาพในครอบครัว	$\bar{X}$	S.D	ระดับสัมพันธภาพ
1. ความรักใคร่ผูกพันกันในครอบครัว	4.41	0.61	สูง
2. การได้รับความช่วยเหลือและดูแลจากสมาชิกในครอบครัวเมื่อมีปัญหาหรือเจ็บป่วย	4.47	0.58	สูง
3. โอกาสในการปรึกษาหารือและแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน	4.18	0.72	สูง
4. ความเคารพนับถือจากสมาชิกในครอบครัว	4.40	0.66	สูง
5. การมีปฏิสัมพันธ์กันในครอบครัว	4.13	0.94	สูง
6. การยอมรับการเห็นความสำคัญ	4.11	0.72	สูง
7. สมาชิกในครอบครัว ให้ความสำคัญเนื่องในโอกาสสำคัญต่าง ๆ	3.64	0.97	ปานกลาง
8. ความคิดเห็นที่ไม่ขัดแย้งกับสมาชิกในครอบครัว	3.71	0.85	สูง
9. การใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว	4.05	0.78	สูง
10. ความสามัคคีปรองดองกันกับญาติพี่น้อง	4.10	0.48	สูง
11. การมีกิจกรรมร่วมกันกับสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้อง	3.71	0.93	สูง
รวม	4.09	0.49	สูง

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของสัมพันธภาพกับเพื่อน
ของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

สัมพันธภาพกับเพื่อน	$\bar{X}$	S.D	ระดับสัมพันธภาพ
1. การมีเพื่อนสนิทที่ไว้วางใจได้และสามารถ ปรับทุกข์ได้	3.96	0.78	สูง
2. การมีเพื่อนที่ยังคงติดต่อและไปมาหาสู่กัน	3.91	0.79	สูง
3. ความรู้สึกไม่เหงาว่าเหวเพราะมีเพื่อน	3.93	0.76	สูง
4. การมีเพื่อนสนิทอย่างน้อย 1 คน	4.04	0.83	สูง
5. การมีเพื่อนร่วมทำกิจกรรมในสังคม	3.94	0.78	สูง
6. การมีโอกาสพบปะสนทนาแลกเปลี่ยน ความคิดเห็นและประสบการณ์กับเพื่อน ขณะทำกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคม	3.91	0.75	สูง
7. การได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนเมื่อมี เรื่องเดือดร้อน	3.76	0.76	สูง
8. การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน	4.02	0.67	สูง
9. ผู้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงานและผู้ใต้บังคับ บัญชายังให้ความสำคัญ	3.86	0.60	สูง
10. การได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนบ้าน เมื่อมีความจำเป็น	3.85	0.69	สูง
11. การมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน	4.25	0.59	สูง
12. การให้ความช่วยเหลือเผื่อแผ่กับเพื่อนบ้าน หรือคนในหมู่บ้าน	3.97	0.65	สูง
รวม	3.95	0.45	สูง

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม
ของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม	X	S.D	ระดับการเข้าร่วม
1. การเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดโดยหน่วยงาน	3.72	0.85	สูง
2. การเข้าร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ ของสมาคม หรือชมรมที่เป็นสมาชิก	3.85	0.94	สูง
3. โอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญ ประโยชน์	3.24	1.03	ปานกลาง
4. โอกาสในการไปทัศนาร่วมกับผู้อื่น	3.96	0.74	สูง
5. โอกาสในการไปร่วมกิจกรรมทางศาสนา	4.07	0.70	สูง
6. โอกาสในการไปร่วมงานสังคมต่าง ๆ	4.17	0.60	สูง
7. การมีโอกาสได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับ หน่วยงานอื่น	3.79	0.86	สูง
8. การมีโอกาสได้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ร่วมกับผู้อื่น	3.62	0.92	ปานกลาง
9. การให้ความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรม ทางสังคม	3.97	0.87	สูง
รวม	3.83	0.53	สูง

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการสนับสนุนจากหน่วยงาน
ของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

การสนับสนุนจากหน่วยงาน	$\bar{X}$	S.D	ระดับการสนับสนุน
1. การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ จากหน่วยงาน	3.78	0.94	สูง
2. หน่วยงานต้นสังกัดให้การสนับสนุนด้าน ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อ เกษียณอายุ	3.31	1.13	ปานกลาง
3. การได้รับการอบรมหรือสัมมนาเกี่ยวกับ ผู้สูงอายุหรือการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ	2.73	1.26	ปานกลาง
4. การได้รับการสนับสนุนในด้านการทำกิจกรรม นันทนาการและการพบปะสังสรรค์กันทั้ง ภายในและภายนอกหน่วยงาน	3.70	1.02	สูง
5. โอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้น ในหน่วยงาน	3.77	0.82	สูง
6. หน่วยงานได้เปิดโอกาสให้ผู้เกษียณมาเยี่ยม หน่วยงานเดิมในลักษณะเป็นที่ปรึกษาหรือ วิทยากร	3.02	1.07	ปานกลาง
7. การได้รับข้อมูลเกี่ยวกับชมรมหรือสมาคม ต่าง ๆ จากหน่วยงานต้นสังกัด	3.32	1.09	ปานกลาง
8. การได้รับข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพ หลังเกษียณและจากหน่วยงาน	2.73	1.11	ปานกลาง
9. หน่วยงานได้อำนวยความสะดวกและให้ คำแนะนำเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ	3.44	1.01	ปานกลาง
รวม	3.31	0.59	ปานกลาง

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร
เกี่ยวกับการเกษียณของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข

แหล่งการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ	$\bar{X}$	S.D	ระดับการรับรู้
1. วิทยุ	1.89	0.64	ปานกลาง
2. โทรทัศน์	1.96	0.69	ปานกลาง
3. หนังสือพิมพ์	2.06	0.64	ปานกลาง
4. เอกสารเผยแพร่ความรู้จากหน่วยงาน ของรัฐหรือเอกชน	1.91	0.56	ปานกลาง
5. วารสารที่เกี่ยวข้อง	1.84	0.59	ปานกลาง
6. การสนทนากับสมาชิกในครอบครัว	2.10	0.64	ปานกลาง
7. การสนทนากับเพื่อนร่วมงาน	2.20	0.58	ปานกลาง
8. การสนทนากับเพื่อนร่วมกิจกรรมทางสังคม	1.93	0.61	ปานกลาง
9. การสนทนากับผู้ที่เกษียณ	1.92	0.48	ปานกลาง
10. การปรึกษาหารือกับผู้ทรงคุณวุฒิด้าน ผู้สูงอายุ	1.44	0.56	ต่ำ
รวม	1.93	0.41	ปานกลาง

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข จำแนกตามระดับ
การเตรียมตัวเกษียณอายุ

การเตรียมตัวเกษียณอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ระดับสูง	132	64.4
ระดับปานกลาง	71	34.6
ระดับต่ำ	2	1.0
รวม	205	100.0

ตารางที่ 7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ
ของข้าราชการ

ตัวแปร	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5	X_6	X_7	X_8	X_9	X_{10}	X_{11}	X_{12}	X_{13}
การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ (y)	.396***	.389***	.308***	.329***	.306***	.145*	.166*	.154*	-.131*	.111	.115	.036	.049
การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ (X ₁)	-	.201**	.277***	.372***	.176*	.184*	.078	.049	-.116	.061	.128	.039	-.041
สัมพันธ์ภาพกับเพื่อน (X ₂)		-	.579***	.303***	.422***	.069	.113	.039	-.004	.121	.104	.055	.092
การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม (X ₃)			-	.407***	.413***	.093	.129	.182**	-.075	.153	.123	.108	.141
การสนับสนุนจากหน่วยงาน (X ₄)				-	.192**	.265***	.125	.068	-.172*	.162	.019	.169	.612
สัมพันธ์ภาพในครอบครัว (X ₅)					-	-.081	.035	.249***	-.031	.064	.154	-.002	.091
การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณ (X ₆)						-	-.164*	.078	-.264***	-.087	-.052	-.067	-.058
ระดับการศึกษา (X ₇)							-	.092	.059	.725**	.159	.137	.425**
สถานภาพสมรส (X ₈)								-	-.081	.097	.027	.021	.087
ระยะเวลาก่อนเกษียณ (X ₉)									-	-.009	-.095	.084	.029
สถานภาพทางตำแหน่ง (X ₁₀)										-	.191*	.224*	.451**
สถานภาพทางเศรษฐกิจ (X ₁₁)											-	.025	.171
สถานภาพทางสุขภาพ (X ₁₂)												-	.117
สถานภาพการเป็นสมาชิกทางสังคม (X ₁₃)													-

* นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ** นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 *** นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

ตารางที่ 8 ความถี่และร้อยละของความคิดเห็นของข้าราชการเกี่ยวกับการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ

ความคิดเห็นของข้าราชการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ		
เห็นด้วย	200	97.5
ไม่เห็นด้วย	5	2.5
รวม	205	100.0
เกี่ยวกับระยะเวลาที่ควรวางแผนก่อนเกษียณ		
อายุ 45-50 ปี	18	8.7
อายุ 51-55 ปี	68	33.2
อายุ 56-60 ปี	104	50.7
อายุ 58-60 ปี	3	1.5
ตลอดชีวิต	3	1.5
ไม่จำเป็นต้องวางแผน	9	4.4
รวม	205	100.0
เกี่ยวกับบทบาทของหน่วยงานในการส่งเสริมและสนับสนุน การเตรียมตัวก่อนเกษียณของบุคลากร		
ไม่จำเป็น	37	18.0
ควรมีบทบาท	168	82.0
รวม	205	100.0

ภาคผนวก ข



กระทรวงศึกษาธิการ
เลขที่ 60745
วันที่ ๙ มิ.ย. ๒๕๐๔
เวลา ๙.๑๕ น.

ที่ ทม 1811/9508

คณะพัฒนาสังคม

สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์

คลองจั่น บางกะปิ กรุงเทพฯ 10240

30 กันยายน 2540

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่เก็บรวบรวมข้อมูล

เรียน ปลัดกระทรวงสาธารณสุข

เนื่องด้วย นางดวงจันทร์ บุณรอดชู นักศึกษาปริญญาโท คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ได้เสนอหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง "ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ : ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข" โดยมี รศ.ดร.สากร จรรย์วิทยานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นักศึกษาผู้มีชื่อข้างต้นมีความประสงค์จะขอเก็บข้อมูลของข้าราชการก่อนเกษียณที่มีอายุระหว่าง 55-59 ปี ระหว่างวันที่ 6-20 ตุลาคม 2540 เพื่อจะได้นำข้อมูลทั้งหมดนี้มาใช้ประโยชน์ในการเขียนรายงานวิทยานิพนธ์ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ทั้งนี้ นักศึกษาผู้มีชื่อดังกล่าวจะเป็นผู้ดำเนินการติดต่อเรื่องการเก็บข้อมูลจากหน่วยงานต่าง ๆ ในแต่ละกรมด้วยตนเอง

คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี จึงขอขอบคณา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

เรียน ท่านปลัดกระทรวงสาธารณสุข ๕/

เพื่อโปรดพิจารณา

จะเป็นพระคุณ

สำนักงานเลขานุการ

โทรศัพท์ 375-5429

โทรสาร 377-6764

(นาย สุรสิทธิ์ วชิรขจร)

รองคณบดีปฏิบัติราชการแทน

คณบดีคณะพัฒนาสังคม

อนันต์

7 ตุลาคม ๒๕๔๐
(นายปรากรม วุฒพงษ์)

ปลัดกระทรวงสาธารณสุข



ที่ สธ 0201/01/ 4096

ถึง กรม/สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

ด้วยปลัดกระทรวงสาธารณสุข ได้พิจารณาอนุญาตให้ นางดวงจันทร์ บุญรอดชู นักศึกษา
ปริญญาโท คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ เก็บข้อมูลของข้าราชการก่อนเกษียณที่มีอายุ
ระหว่าง 55 - 59 ปี ของแต่ละกรม ระหว่างวันที่ 6 - 20 ตุลาคม 2540 เพื่อนำข้อมูลไปใช้ในการเขียนวิทยานิพนธ์
ในหัวข้อเรื่อง "ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ : ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการ
กระทรวงสาธารณสุข" ตามหนังสือสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ที่ ทบ 1811/2508 ลงวันที่ 30 กันยายน
2540 ที่แนบ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ด้วย จะเป็นพระคุณ



สำนักงานปลัดกระทรวง

กองกลาง

โทร. 5901192

ที่ ทม 1811/ 1206

คณะพัฒนาสังคม

สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์

คลองจั่น บางกะปิ กรุงเทพฯ 10240

5 มิถุนายน 2540

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการขอข้อมูลเอกสาร

เรียน ผู้อำนวยการศูนย์ทะเบียนข้าราชการ ก.พ.

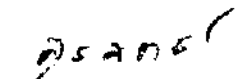
เนื่องด้วย นางดวงจันทร์ บุณรอดชู นักศึกษาปริญญาโท คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ได้เสนอหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง "การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข" โดยมี รศ.ดร.สากร จริยวิทยานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นักศึกษาผู้มีชื่อข้างต้นมีความประสงค์จะขอข้อมูลเอกสาร ดังนี้

1. จำนวนข้าราชการที่เกษียณอายุ ในปี 2530-2539
2. จำนวนข้าราชการที่คาดว่าจะเกษียณอายุในปี พ.ศ. 2540-2544
3. รายชื่อข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่คาดว่าจะเกษียณอายุในปี พ.ศ. 2540-2544

เพื่อจะได้นำข้อมูลดังกล่าวมาใช้ประโยชน์ในการเขียนรายงานวิทยานิพนธ์ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตจากท่าน และขอได้โปรดแจ้งผู้ที่เกี่ยวข้องทราบต่อไป ทั้งนี้ นักศึกษาดังกล่าวจะเป็นผู้มาติดต่อและประสานงานด้วยตนเอง

คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี จึงขอขอบคณา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ


(นาย สุทธิศักดิ์ วิริยจร)

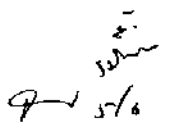
รองคณบดีปฏิบัติการแทน

คณบดีคณะพัฒนาสังคม

สำนักงานเลขานุการ

โทรศัพท์ 375-5429

โทรสาร 377-6764



ที่ ทม 1811/1333-1335

คณะพัฒนาสังคม

สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์

คลองจั่น บางกะปิ กรุงเทพฯ 10240

๒๘ มิถุนายน 2540

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการขอข้อมูลข้าราชการในสังกัด

เรียน สาเนาแจ้งท้าย

เนื่องด้วย นางดวงจันทร์ บุญรอดชู นักศึกษาปริญญาโท คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ได้เสนอหัวข้อวิทยานิพนธ์เรื่อง "การเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข" โดยมี รศ.ดร.สากร จริยวิทยานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาในการนี้ นักศึกษาผู้มีชื่อข้างต้นมีความประสงค์จะขอข้อมูลจำนวน และรายชื่อของข้าราชการในสังกัดที่มีอายุระหว่าง 55-60 ปี โดยจำแนกตามกองและหน่วยงานที่ปฏิบัติงานจริง เพื่อจะได้นำข้อมูลดังกล่าวมาใช้ประโยชน์ในการเขียนรายงานวิทยานิพนธ์ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตจากท่าน และขอได้โปรดแจ้งผู้ที่เกี่ยวข้องทราบต่อไป ทั้งนี้ นักศึกษาดังกล่าวจะเป็นผู้มาติดต่อและประสานงานด้วยตนเอง

คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี จึงขอขอบคณา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

๒๘ มิ.ย. ๔๐
(นาย สุวิทย์ วชิรขจร)

รองคณบดีปฏิบัติการแทน

คณบดีคณะพัฒนาสังคม

สำนักงานเลขานุการ

โทรศัพท์ 375-5429

โทรสาร 377-6764

1. อธิปไตยกรมการแพทย์
2. เลขานุการสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
3. เลขานุการกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์
4. ผู้อำนวยการกองการเจ้าหน้าที่ กรมอนามัย
5. ผู้อำนวยการกองการเจ้าหน้าที่ กรมควบคุมโรคติดต่อ
6. ผู้อำนวยการกองการเจ้าหน้าที่ กรมสุขภาพจิต
7. ผู้อำนวยการกองการเจ้าหน้าที่ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

คณะพัฒนาลังคม
สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์

9 ตุลาคม: 2540

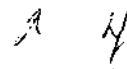
เรื่อง ขอความกรุณาตอบแบบสอบถาม

เรียน ท่านที่จะเกียติอายุราชการในปีงบประมาณ 2541-2545

ด้วยดิฉัน นางดวงจันทร์ บุญรอดชู เป็นนักศึกษาปริญญาโท คณะพัฒนาลังคม
สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้จัดทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพล
ต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ : ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข”
เพื่อประกอบการศึกษาตามหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาลังคม) และมีความจำเป็น
ต้องขอความกรุณาจากท่านตอบแบบสอบถามเพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ให้มีความสมบูรณ์
ยิ่งขึ้น ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้ ผู้ศึกษาจะเก็บไว้เป็นความลับและจะนำมาใช้เพื่อการศึกษาในครั้งนี้นี้เท่านั้น

จึงเรียนมาเพื่อขอความกรุณาจากท่าน โปรดให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามดัง
กล่าวและขอขอบพระคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้ด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ


(นางดวงจันทร์ บุญรอดชู)

ภาคผนวก ค

แบบสอบถามโครงการวิจัย

**เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ :
ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการ กระทรวงสาธารณสุข**

คำชี้แจง : แบบสอบถามชุดนี้แบ่งออกเป็น 9 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 :	ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน 16 ข้อ
ส่วนที่ 2 :	ข้อมูลสถานภาพทางสุขภาพ	จำนวน 5 ข้อ
ส่วนที่ 3 :	ข้อมูลเกี่ยวกับสัมพันธภาพในครอบครัว	จำนวน 11 ข้อ
ส่วนที่ 4 :	ข้อมูลเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับเพื่อน	จำนวน 12 ข้อ
ส่วนที่ 5 :	ข้อมูลเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม	จำนวน 9 ข้อ
ส่วนที่ 6 :	ข้อมูลเกี่ยวกับการสนับสนุนจากหน่วยงาน	จำนวน 9 ข้อ
ส่วนที่ 7 :	ข้อมูลเกี่ยวกับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร เกี่ยวกับการเกษียณ	จำนวน 10 ข้อ
ส่วนที่ 8 :	ข้อมูลการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของข้าราชการ	จำนวน 40 ข้อ
ส่วนที่ 9 :	ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ และการวางแผนก่อนเกษียณ	จำนวน 4 ข้อ

กรุณาตอบแบบสอบถามตามความคิดเห็นหรือเหตุผลของท่านตามความเป็นจริงมากที่สุด **ทั้งนี้ผู้วิจัยขอรับรองว่าข้อมูลของท่านจะเก็บไว้เป็นความลับและจะไม่มีผลกระทบต่อการทำงานของท่าน** ผลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้เป็นเพียงการศึกษาถึงปัจจัยที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของข้าราชการ กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งนำเสนอในภาพรวมเท่านั้น และผลการวิจัยครั้งนี้สามารถใช้เป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมของบุคลากรก่อนการเกษียณอายุราชการสืบต่อไปได้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขที่ใกล้จะเกษียณอายุราชการทุกท่าน ที่ได้กรุณาให้ความร่วมมือตอบแบบสอบถามเพื่อการวิจัยดังกล่าวนี้

ขอขอบคุณ
ดวงจันทร์ บุญรอดชู

□□□□

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง : โปรดระบุเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือเติมข้อความลงใน..... ให้ตรงกับข้อเท็จจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุด
สำหรับเจ้าหน้าที่

1. เพศ

() 1. ชาย () 2. หญิง

2. ปัจจุบันท่านอายุ ปี

3. ท่านมีความตั้งใจที่จะเกษียณอายุราชการเมื่อใด

() 1. พ.ศ.2541 () 2. พ.ศ.2542 () 3. พ.ศ.2543
() 4. พ.ศ.2544 () 5. พ.ศ.2545 () อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

4. สถานภาพสมรส

() 1. โสด () 2. สมรสและอยู่ด้วยกัน
() 3. สมรส แต่แยกกันอยู่ () 4. หย่าร้าง/หม้าย

5. ศาสนา

() 1. พุทธ () 2. คริสต์
() 3. อิสลาม () 4. อื่น ๆ (โปรดระบุ)

6. ภูมิลำเนาเดิม

() 1. กรุงเทพมหานคร () 2. จังหวัดอื่น (โปรดระบุ).....

7. การศึกษาชั้นสูงสุด

() 1. มัธยมศึกษาตอนต้น
() 2. มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.สาขา.....
() 3. อนุปริญญา/ปวส.สาขา.....
() 4. ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า สาขา.....
() 5. สูงกว่าระดับปริญญาตรี สาขา.....

8. ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบันของท่านคือ..... ระดับ.....

9. รายได้รวมของท่านต่อเดือนประมาณ

() 1. น้อยกว่า 20,000 บาท () 2. 20,001-30,000 บาท
() 3. 30,001-40,000 บาท () 4. 40,001-50,000 บาท
() 5. 50,000 บาท ขึ้นไป

10. แหล่งที่มาของรายได้ของท่าน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() 1. เงินเดือนประจำ (โปรดระบุ).....บาท
() 2. รายได้พิเศษ (โปรดระบุแหล่งที่มา).....บาท/เดือน
..... บาท/เดือน
() 3. อื่น ๆ (โปรดระบุ)

11. ปัจจุบันสถานภาพทางเศรษฐกิจภายในครอบครัวของท่านเป็นอย่างไร

- () 1. มีเหลือเก็บ (รายได้มากกว่ารายจ่าย)
- () 2. มีพอใช้จ่าย (รายจ่ายสมดุลกับรายรับ)
- () 3. ไม่พอใช้และไม่เหลือเก็บ (รายจ่ายมากกว่ารายรับ)

12. ปัจจุบันท่านมีหนี้สินหรือไม่

- () 1. ไม่มี
- () 2. มี (โปรดระบุเหตุผลของการเป็นหนี้).....

13. ลักษณะครอบครัวที่อาศัยอยู่ในปัจจุบัน

- () 1. อยู่ตามลำพัง
- () 2. อยู่กับคู่สมรส
- () 3. อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน
- () 4. อยู่กับบุตรหลาน
- () 5. อื่น ๆ (โปรดระบุ)

14. ลักษณะที่พักของท่านในปัจจุบัน

- () 1. บ้านของตนเอง
- () 2. บ้านของบุตรหลาน/ญาติพี่น้อง
- () 3. บ้านเช่า
- () 4. บ้านพักราชการ
- () 5. อื่น ๆ (ระบุ).....

15. ปัจจุบันท่านเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมใด ๆ หรือไม่

- () 1. ไม่เป็น
- () 2. เป็น (โปรดระบุชื่อชมรมหรือสมาคม).....

16. ท่านเคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุหรือไม่

- () 1. ไม่เคย
- () 2. เคย (โปรดระบุปี พ.ศ.).....
หน่วยงานที่จัดอบรม.....
.....

ส่วนที่ 2 สถานภาพทางสุขภาพ

คำชี้แจง : โปรดระบุเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือเติมข้อความลงใน.....ให้ตรงกับข้อเท็จจริงกับตัวท่านมากที่สุด

สำหรับเจ้าหน้าที่

1. ปัจจุบันสถานภาพทางสุขภาพของท่านเป็นอย่างไร

- () 1. สุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง
- () 2. เจ็บป่วยบ้างเล็กน้อย (โปรดระบุอาการ).....
- () 3. มีโรคประจำตัว (โปรดระบุ).....

2. ท่านมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพหรือไม่

- () 1. ไม่มี
- () 2. มี (โปรดระบุอาการ/ชื่อโรค).....

3. การตรวจสุขภาพของท่าน

- () 1. ไม่เคยตรวจเลย
- () 2. ตรวจเป็นครั้งคราว
- () 3. ตรวจประจำทุกปี
- () 4. อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

4. ท่านเคยออกกำลังกายหรือไม่

- () 1. ไม่เคย
- () 2. เคยเป็นครั้งคราว (โปรดระบุกิจกรรม).....
- () 3. ประจำ (โปรดระบุกิจกรรม).....
ระยะเวลาที่ออกกำลังกายในแต่ละครั้ง.....ชั่วโมง.....นาที

5. ท่านมีกิจกรรมประจำวันอะไรบ้างนอกเหนือจากงานประจำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () 1. งานบ้าน (โปรดระบุ).....
- () 2. งานอดิเรก (โปรดระบุ).....
- () 3. อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

ส่วนที่ 3 สัมพันธภาพในครอบครัว

คำชี้แจง : โปรดระบุเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องประจำรายการคำถามซึ่งตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว (กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ)

รายการคำถาม	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
1. สมาชิกในครอบครัวของท่านรักใคร่และมีความผูกพันกันดี					
2. ท่านได้รับความช่วยเหลือดูแลจากสมาชิกในครอบครัวเสมอ เมื่อท่านมีปัญหาหรือเจ็บป่วยไม่สบาย					
3. ท่านมีโอกาสได้ปรึกษาหารือและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ กับสมาชิกในครอบครัวเป็นประจำ					
4. สมาชิกในครอบครัวให้ความเคารพนับถือท่านเสมอ					
5. วันหนึ่งๆ ท่านแทบไม่ได้พูดคุยกับสมาชิกในครอบครัวเลย					
6. เมื่อสมาชิกในครอบครัวมีปัญหาใด ๆ มักมาปรึกษาและขอความช่วยเหลือจากท่าน					
7. สมาชิกในครอบครัวให้ความสำคัญกับท่านในวันสำคัญ เช่น วันสงกรานต์ หรือวันผู้สูงอายุแห่งชาติ ฯลฯ					
8. สมาชิกในครอบครัวมักมีความขัดแย้งกับท่านเสมอ					
9. ท่านใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมร่วมกันภายในครอบครัว เช่น ดูทีวี ปลูกต้นไม้ ฯลฯ					
10. ท่านกับญาติพี่น้องมีความสามัคคีปรองดองกัน					
11. ท่านกับสมาชิกในครอบครัวและญาติพี่น้องมีกิจกรรมร่วมกันเสมอ อาทิ การเที่ยวพักผ่อน การพบปะสังสรรค์ ฯลฯ					

สำหรับเจ้าหน้าที่

☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐

ส่วนที่ 4 สัมพันธภาพกับเพื่อน

คำชี้แจง : โปรดระบุเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องประจำรายการคำถามซึ่งตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว (กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ)

รายการคำถาม	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
1. ท่านมีเพื่อนสนิทที่ไว้วางใจได้และสามารถปรับทุกข์ด้วยได้					
2. ท่านมีเพื่อนที่ยังคงติดต่อและไปมาหาสู่กันเป็นประจำ					
3. ท่านไม่รู้สึกเหงา หรือว่าเหว่เพราะมีเพื่อน					
4. ท่านมีเพื่อนสนิทอย่างน้อย 1 คน					
5. ท่านมีเพื่อนร่วมทำกิจกรรมในสังคมด้วยเสมอ เช่น ทำบุญ งานสังสรรค์ หรือทัศนอาจร ฯลฯ					
6. ท่านมีโอกาสได้พบปะสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์กับเพื่อนขณะทำกิจกรรม ต่าง ๆ ในสังคม					
7. เพื่อนช่วยเหลือท่านได้เมื่อท่านมีเรื่องเดือดร้อน					
8. ท่านรู้สึกถูกทอดทิ้งจากเพื่อนร่วมงาน					
9. ผู้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงาน และผู้ใต้บังคับบัญชาให้ความสำคัญกับท่าน					
10. ท่านสามารถขอความช่วยเหลือจากเพื่อนบ้านได้เมื่อมีความจำเป็น					
11. ท่านไม่รู้จักเพื่อนบ้านเลย					
12. ท่านให้ความช่วยเหลือ เผื่อแผ่ กับเพื่อนบ้าน หรือคนในหมู่บ้านเป็นประจำ					

ส่วนที่ 5 การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม

คำชี้แจง : โปรดระบุเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องประจำรายการคำถาม ซึ่งตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว (กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ)

รายการคำถาม	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
1. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดโดยหน่วยงานเสมอ อาทิ การให้บริการทางการแพทย์หรืองานวิชาการต่าง ๆ ฯลฯ					
2. ท่านไม่เคยเข้าร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ ของสมาคมหรือชมรมที่ท่านเป็นสมาชิกอยู่เลย					
3. ท่านมีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ อาทิ อาสาสมัครสาธารณสุข ฯลฯ					
4. ท่านมีโอกาสได้ไปทัศนศึกษาตามสถานที่ต่าง ๆ ร่วมกับผู้อื่น					
5. ท่านมีโอกาสไปร่วมกิจกรรมทางศาสนา อาทิ ร่วมทำบุญตักบาตร หอตกฐิน ฯลฯ					
6. ท่านมีโอกาสไปร่วมงานสังคมต่าง ๆ อาทิ งานแต่งงาน งานรื่นเริงต่าง ๆ ฯลฯ					
7. ท่านมีโอกาสได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับ หน่วยงานอื่น อาทิ กีฬาสี งานการกุศล ฯลฯ					
8. ท่านมีโอกาสได้ออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาร่วมกับผู้อื่น					
9. ท่านไม่สนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมใด ๆ					

สำหรับเจ้าหน้าที่

☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐

ส่วนที่ 6 การสนับสนุนจากหน่วยงาน

คำชี้แจง : โปรดระบุเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องรายการประจำคำถาม ซึ่งตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว (กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ)

รายการคำถาม	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
1. ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุจากหน่วยงาน อาทิ ข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพในวัยสูงอายุ					
2. หน่วยงานต้นสังกัดของท่าน ให้การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุด้วยสื่อประเภทต่าง ๆ อาทิ เอกสาร แผ่นพับต่าง ๆ ฯลฯ					
3. ท่านไม่เคยได้รับการอบรมหรือสัมมนาเกี่ยวกับผู้สูงอายุหรือการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุเลย					
4. ท่านได้รับการสนับสนุนในด้านการทำกิจกรรม นันทนาการและการพบปะสังสรรค์กันทั้งภายในและภายนอกหน่วยงานเสมอ					
5. ท่านได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้นในหน่วยงาน อาทิ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ฯลฯ					
6. หน่วยงานได้เปิดโอกาสให้ผู้เกษียณมาเยี่ยมเยียนหน่วยงานเดิม ในลักษณะเป็นที่ปรึกษาหรือวิทยากร					
7. ท่านไม่เคยได้รับข้อมูลเกี่ยวกับชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ จากหน่วยงานต้นสังกัดเลย					
8. หน่วยงานต้นสังกัดของท่านไม่เคย ให้ข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งประกอบอาชีพหลังเกษียณเลย					
9. หน่วยงานได้อำนวยความสะดวกและให้คำแนะนำเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ อาทิ เงินบำเหน็จบำนาญ					

สำหรับเจ้าหน้าที่

☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐

ส่วนที่ 7 การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ

คำชี้แจง :

- 1) โปรดระบุเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องประจำรายการคำถามซึ่งตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว (กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ)
- 2) ความถี่ของการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร หมายถึง การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณในช่วงระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมา โดยกำหนดคำตอบเป็น 3 ระดับ คือ
 ประจำ หมายถึง การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณอายุเป็นประจำทุกเดือน
 ครึ่งครว หมายถึง การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณอายุเป็นครั้งคราวประมาณ 2-3 เดือนต่อครั้ง
 ไม่เคยเลย หมายถึง ไม่เคยรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณอายุเลย

แหล่งข่าวสาร	ความถี่ของการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร		
	ประจำ	ครึ่งครว	ไม่เคยเลย
1. วิทยุ			
2. โทรทัศน์			
3. หนังสือพิมพ์			
4. เอกสารเผยแพร่ความรู้จากหน่วยงานของรัฐหรือเอกชน			
5. วารสารที่เกี่ยวข้อง			
6. การสนทนากับสมาชิกในครอบครัว			
7. การสนทนากับเพื่อนร่วมงาน			
8. การสนทนากับเพื่อนร่วมกิจกรรมทางสังคม			
9. การสนทนากับผู้ที่เกษียณแล้ว			
10. ปรัชษาหารือกับผู้ทรงคุณวุฒิด้านผู้สูงอายุ			

สำหรับเจ้าหน้าที่

☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐

ส่วนที่ 8 การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

คำชี้แจง : โปรดระบุเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องประจำรายการคำถาม ซึ่งตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว (กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ)

รายการคำถาม	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
การเตรียมตัวร่างกาย					
1. ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุ และการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุ					
2. ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับโภชนาการที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ					
3. ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และการดูแลสุขภาพสภาพ					
4. ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมและความปลอดภัยในการทำงาน					
5. ท่านได้เลือกสรรรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัย และถูกต้องตามหลักโภชนาการ					
6. ท่านได้ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยเกษียณอายุ เช่น กายบริหาร วิ่งเหยาะ เดินเร็ว หรือเต้น แอโรบิค ฯลฯ					
7. ท่านได้พักผ่อนร่างกาย ตามความเหมาะสมของสภาพร่างกายและวัย					
8. ท่านเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีสม่ำเสมอ และพบแพทย์ทุกครั้งที่มีอาการผิดปกติ					
การเตรียมตัวจิตใจและอารมณ์					
9. ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกระบวนการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ของผู้สูงอายุ เพื่อเตรียมใจให้พร้อม ก่อนที่จะเผชิญในวัยเกษียณ					
10. ท่านได้ศึกษาหาความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพจิต เพื่อทำลายความเครียด					
11. ท่านได้เตรียมใจหรือวางแผนล่วงหน้า เกี่ยวกับสิ่งที่ต้องเผชิญเมื่อเกษียณอายุ					
12. ท่านได้เตรียมใจไว้แล้วว่า การยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดน้อยลง ภายหลังจากท่านเกษียณอายุไปแล้ว					

สำหรับเจ้าหน้าที่

☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐

รายการคำถาม	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
13. ท่านได้เตรียมใจที่จะพบกับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณ เช่น การสูญเสียอำนาจหน้าที่การงาน					
14. ท่านได้จัดหาเวลาว่าง สำหรับการพักผ่อนหย่อนใจ อาทิ ชมภาพยนตร์ เทียวสวนสาธารณะ ทักทาย ฯลฯ					
15. ท่านได้ศึกษาหาความรู้เรื่องธรรมะหรือคำสอนทางศาสนาเพื่อฝึกจิตใจให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงภายหลังเกษียณอายุ					
16. ท่านได้เคยฝึกจิตใจให้สงบ เช่น ฝึกสมาธิ ฯลฯ					
การเตรียมด้านที่พักอาศัย					
17. ท่านได้วางแผนเตรียมการเกี่ยวกับที่พักอาศัยหลังเกษียณไว้แล้วว่าจะอยู่บ้านเดิมหรือจะย้ายบ้านใหม่หลังเกษียณอายุ					
18. ท่านได้วางแผนเรื่องที่อยู่อาศัยที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณไว้ล่วงหน้าว่าจะอยู่ตามลำพังหรืออาศัยอยู่กับบุตรหลาน หรือญาติพี่น้อง ฯลฯ					
19. ท่านได้วางแผนปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้มีสภาพที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ					
20. ที่พักอาศัยที่ท่านเตรียมวางแผนไว้มีความเป็นส่วนตัว และสามารถควบคุมดูแลรักษาเองได้ภายหลังเกษียณ					
21. ท่านได้ทำการสำรวจสภาพแวดล้อม ที่ท่านคิดว่าจะใช้เป็นที่พักอาศัยภายหลังเกษียณ					
22. ที่พักอาศัยที่ท่านเตรียมวางแผนไว้นั้นมีความสะดวกสบายในการเดินทางไปสถานที่ต่าง ๆ เช่น โรงพยาบาล					
23. ท่านได้จัดเตรียมบ้านให้เหมาะสมกับสภาพตนเองในวัยเกษียณอายุ อาทิ วัสดุปูพื้นไม้สีน มีราวบันไดแข็ง ฯลฯ					
24. ท่านได้จัดสภาพภายในบ้านโดยคำนึงถึงความปลอดภัยจากอุบัติเหตุต่าง ๆ					

สำหรับเจ้าหน้าที่

☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐

รายการคำถาม	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
การเตรียมด้านการเงินและการใช้จ่าย					
25. ท่านได้ศึกษาหาความรู้ถึงสิทธิประโยชน์ของการรับบำนาญ บำนาญ รวมทั้งข้อดี-ข้อเสีย					
26. ท่านได้ศึกษาหาความรู้ เรื่องสวัสดิการต่าง ๆ ภายหลังเกษียณอายุนอกเหนือจากเงิน บำนาญ-บำนาญ					
27. ท่านได้ศึกษาเกี่ยวกับการจัดทำงบประมาณการเงิน และบัญชีทรัพย์สินเพื่อประเมินฐานะการเงินเมื่อเกษียณอายุ					
28. ท่านได้วางแผนเกี่ยวกับงบประมาณรายรับ-รายจ่าย ภายหลังเกษียณไว้ล่วงหน้า					
29. ท่านได้เก็บสะสมเงินออมในรูปแบบต่าง ๆ อาทิ ฝากธนาคาร ซื้อบ้านหรือที่ดิน ฯลฯ					
30. ท่านได้วางแผนเตรียมการประกอบอาชีพสำรอง ภายหลังเกษียณ					
31. ปัจจุบันท่านหารายได้พิเศษจากแหล่งงานอื่น และจะทำต่อเนื่องจนกระทั่งหลังเกษียณ					
32. ท่านได้ปลดปล่อยหนี้สินต่าง ๆ หรือวางแผนเตรียมการไว้แล้ว อาทิ หนี้สินธนาคาร สหกรณ์ออมทรัพย์ ฯลฯ					
การเตรียมด้านการใช้เวลา					
33. ท่านได้วางแผนการใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุที่เหมาะสม กับสภาพร่างกาย และเศรษฐกิจของท่าน					
34. ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ท่านสนใจ และเหมาะกับวัยเกษียณอายุเพื่อเตรียมไว้ก่อน					
35. ปัจจุบันท่านมีงานอดิเรกทำอยู่แล้วและจะทำต่อไป แม้จะเกษียณอายุก็ตาม					
36. ท่านได้ศึกษาเกี่ยวกับระเบียบ กฎเกณฑ์ของสมาคม หรือ ชมรมต่าง ๆ ที่ตนเองปรารถนาจะเข้าร่วม					
37. ท่านได้ทดลองเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมที่ตนเองสนใจเพื่อประเมินความเหมาะสมกับตนเอง					
38. ท่านเคยได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ งานสาธารณะกุศล งานรื่นเริงสังสรรค์ งานอาสาสมัคร ฯลฯ					
39. ปัจจุบันท่านได้มีการวางแผนที่จะสมัครเป็นสมาชิก สมาคม หรือชมรมต่าง ๆ ที่ท่านสนใจ					
40. ในปัจจุบันท่านมีกิจกรรมอื่นนอกเหนือจากงานประจำ อยู่แล้วและคาดว่าจะทำต่อไปหลังเกษียณอายุ					

สำหรับเจ้า
หน้าที่

☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐
☐

ส่วนที่ 9 ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณและวางแผนก่อนเกษียณ

คำชี้แจง โปรดระบุเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือเติมข้อความลงใน..... ให้ตรงกับข้อเท็จจริงกับตัวท่านมากที่สุด

สำหรับเจ้าหน้าที่

1. ท่านเห็นด้วยหรือไม่กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

() 1. เห็นด้วย

() 2. ไม่เห็นด้วย

2. ท่านคิดว่าควรมีการวางแผนก่อนการเกษียณอายุราชการเมื่อใด

() 1. อายุ 45-50 ปี

() 2. อายุ 51-55 ปี

() 3. อายุ 56-60 ปี

() 4. อื่น ๆ (โปรดระบุ)

3. ท่านคิดว่าหน่วยงานต้นสังกัดของท่านควรมีบทบาทในการส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรได้เตรียมตัวก่อน เกษียณอายุหรือไม่

() 1. ไม่จำเป็น

() 2. ควรมีบทบาท (โปรดระบุ).....

.....
.....

4. ท่านมีข้อเสนอแนะในการวางแผนและเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุอย่างไร

.....
.....
.....
.....

☐☐☐☐

ขอขอบคุณในความร่วมมือ

ดวงจันทร์ บุญรอดชู

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

กรมการแพทย์. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ . กรุงเทพมหานคร : กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข,2526.

การศึกษานอกโรงเรียน,กรม.รายงานการวิจัยเรื่องผู้สูงอายุในสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร: กรมการศึกษานอกโรงเรียน,2528.

กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ. “ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุราชการในเขตอำเภอเมืองและอำเภอหาดใหญ่” วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527.

กุลยา ดันติผลาชีวะ. การพยาบาลผู้สูงอายุ . กรุงเทพฯ : อรุณการพิมพ์,2524.

เกษม ดันติผลาชีวะและกุลยา ดันติผลาชีวะ.การรักษาสุขภาพในผู้สูงอายุ . กรุงเทพฯ : อรุณการพิมพ์,2528.

กมลลา แสงสีทอง. “สภาวะการณ์ของคนชราในครอบครัวไทย : กรณีศึกษา กลุ่มคนชราในสถานสงเคราะห์บ้านบางแค” แผนกอิสระสังคมวิทยาและมนุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,2526.

กรรณิการ์ พงษ์สนิทและคณะ. “การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของบุคลากรในสถานอุดมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่. “การประชุมวิชาการประชากรศาสตร์แห่งชาติ, 2538 : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,2538.

เขมิกา ยามะรัต. “ความพึงพอใจในชีวิตของคนชรา : ศึกษากรณีข้าราชการบำนาญ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์”วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคมวิทยาและมนุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,2527.

คณะกรรมการข้าราชการพลเรือน, สำนักงาน. “การปรับปรุงระบบการเกษียณอายุราชการ” รายงานการศึกษาวิจัย. สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน,2533.

_____. เรื่องน่ารู้สำหรับข้าราชการเกษียณอายุ. สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน,2539.

_____. ศูนย์ทะเบียนข้าราชการ. จำนวนข้าราชการเกษียณอายุในปีพ.ศ. 2530-2539. สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน,2540.

คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ,สำนักงาน. การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย 2523-2558. คณะทำงานประมาณประชากรในคณะกรรมการนโยบายและแผนประชากร กองวางแผนทรัพยากรมนุษย์ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ,2531.

คณะกรรมการวิสามัญสวัสดิการผู้สูงอายุและการพัฒนาสังคม วุฒิสภา. ปัญหาผู้สูงอายุและ
แนวทางแก้ไข, 2534..

จารุพันธ์ สมบูรณ์สิทธิ์. "ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร กิจกรรมในการดำเนินชีวิต
ประจำวันกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ" วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตร
มหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) มหาวิทยาลัยมหิดล, 2535.

จิตรา วสุวานิช. "เด็กกับครอบครัว" เอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรมวัยเด็ก. มหาวิทยาลัย
สุโขทัยธรรมาธิราช, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ประชาชน, 2530.

จินตนา ยูนิพันธ์. "การพึ่งพาซึ่งกัน" วารสารสงขลานครินทร์ 6 (มกราคม-มีนาคม
2529).

จารุพรรณ ศรีสว่าง. "กิจกรรมและความคาดหวังของข้าราชการเกษียณอายุในประเทศไทย"
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.

จรรยา เสี่ยงเสนาะ. "เพื่อความสุขในวัยสูงอายุ" วารสารสุขภาพศึกษา. 7 (12) : 36-39.

จรรยา สุวรรณทัต และคณะ. "วิจัยเชิงคุณภาพเรื่องพฤติกรรมและการเจริญพันธุ์ของวัยรุ่นในประเทศไทย"
สมาคมพัฒนาประชากรและชุมชน สมาคมสุขภาพจิตแห่งประเทศไทยใน
พระบรมราชูปถัมภ์ สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์
ในสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี, กรุงเทพฯ , 2527.

จรรยา ทองถาวร. จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ,
2530.

เอก ธนะศิริ. "ทำอะไรจะปราศจากโรคและชลอความชรา. กรุงเทพฯ: แพลนพลัสซึ่ง จำกัด,
2527.

ไฉไล ไชยเสรี. "ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว การมีส่วนร่วมในสังคม ความพึง
พอใจในชีวิต ความวิตกกังวลในสภาพการสูงอายุและการสนับสนุนทางสังคมกับ
สุขภาพจิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในโรงพยาบาลตำรวจ" วิทยานิพนธ์ปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2539.

ฉวีวรรณ แก้วพรหม. "ความสัมพันธ์ระหว่างโครงสร้างเครือข่ายทางสังคมและการสนับสนุนทาง
สังคมที่รับรู้กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร" วิทยา
นิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.

ฉัตรตรียา นาคเกษม. "ความคิดเห็นของข้าราชการก่อนเกษียณ สำนักงานปลัดกระทรวง
ศึกษาธิการส่วนกลางเกี่ยวกับการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน สำหรับข้าราชการ
ผู้สูงอายุก่อนและหลังการเกษียณอายุ" วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2538.

เชียรศรี วิวิธศิริ. จิตวิทยาการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2527.

เชาว์ อีระกุล. "การเกษียณอายุของข้าราชการ" เทศาภิบาล, 78 (2526) : 18-30.

ชูศรี วงษ์เครือวัลย์. "การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ" พยาบาลสาร 17 (2533) : 46-51.

ชลอ ธรรมศิริ. "ก่อนเกษียณ 3 ปี ควรเตรียมในเรื่องใด" เอกสารประกอบการสัมมนา, 2536.

ช่อทิพย์ บุญยานันทน์. "การเปรียบเทียบความพึงพอใจของครูที่เตรียมและไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ" วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.

จิตติมา พรหมทอง. "การเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุราชการของครูประถมศึกษาวัยใกล้เกษียณในจังหวัดที่มีฐานะเศรษฐกิจสูงสุดและต่ำสุด" วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2535.

ตามพวรรณ แซ่ม้อย. "ความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมกับความสามารถในการปฏิบัติพัฒนกิจของข้าราชการบำนาญในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี" วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2536.

ดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล. "การเตรียมการเกษียณอายุราชการ : ศึกษากรณีข้าราชการกรมพลศึกษากระทรวงศึกษาธิการ" วิทยานิพนธ์พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาลังคม) สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2539.

ดวงฤดี ลาคุชะ. "ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบคัดสรรกับการปรับตัวของผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงใหม่" วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

ทองใบ หงษ์เวียงจันทร์. การเตรียมตัวเตรียมใจก่อนวัยเกษียณอายุ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2532.

ธีระยุทธ หัสนะ. "ข้าราชการครูเกษียณอายุกับการศึกษานอกโรงเรียน" เอกสารประกอบการสัมมนาชุดการจัดการศึกษานอกระบบในชุมชนเมือง. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2530.

นิภา แก้วศรีงาม. จิตวิทยาองค์การ. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2527.

นิติ กลิ่นงาม. "สภาพปัญหา ความต้องการ เป้าหมายชีวิต และการเตรียมตัวของผู้สูงอายุ" วารสารสังคมศาสตร์ (มกราคม 2532).

นภาพร ชัยวรรณและศิริวรรณ ศิริบุญ. ประมวลประเด็นการวิจัยเรื่องผู้สูงอายุด้านสังคมศาสตร์และประชากรศาสตร์. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2538.

นภาพร ชัยวรรณและมาลินี วงษ์สิทธิ์. สรุปผลการวิจัยโครงการวิจัยผลกระทบทางเศรษฐกิจสังคม และประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย. สถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.

- นภาพร ชโยวรรณ. “การเตรียมการเพื่อยามสูงอายุของผู้สูงอายุและคนหนุ่มสาวไทย”.
การประชุมวิชาการประชากรศาสตร์แห่งชาติ 19-20 พฤศจิกายน 2535.
กรุงเทพฯ : สมาคมนักประชากรไทย, 2535.
- นิตา ชูโต. คนชราไทย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.
- บรรลุ ศิริพานิช. พฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่มีอายุยืนยาวและแข็งแรง.
กรุงเทพมหานคร, 2531.
- _____. “สุขภาพผู้สูงอายุ” วารสารคลินิกเวชปฏิบัติและการใช้ยา (มิถุนายน 2533)
: 432-436.
- _____. คู่มือผู้สูงอายุฉบับสมบูรณ์. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, 2538.
- บรรลุ ศิริพานิชและคณะ. “ชมรมผู้สูงอายุ : การศึกษารูปแบบและการดำเนินงานที่เหมาะสม”
รายงานการวิจัย. สมาคมผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย, 2539.
- เบญจมา เลหาพูนรังษี. “ความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ กับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน จังหวัดนครราชสีมา”
วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) มหาวิทยาลัย
มหิดล, 2534.
- บริบูรณ์ พรพิบูรณ์. โลกยามชราและแนวทางเตรียมตัวเพื่อเป็นสุข. เชียงใหม่ : โรงพิมพ์
พระสิงห์การพิมพ์, 2526.
- ประชากรศาสตร์, สถาบัน. สรุปผลการวิจัยโครงการผลกระทบทางเศรษฐกิจ สังคม และ
ประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร : สถาบันประชากรศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- ประพิศ จันทรพิศ. “ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพและการมีส่วนร่วมในสังคมกับความพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร” วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร
มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536.
- ประมวล ดิกคินสัน. เตรียมใจสู่วัยสูงอายุ. กรุงเทพฯ : แปลนพับลิชชิ่ง จำกัด, 2533.
- ปราณี ฤกษ์ปาณี. “การทดสอบประสิทธิภาพของสื่อการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเอดส์ 3 ชนิด”
วิทยานิพนธ์พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม) สถาบันบัณฑิตพัฒน
บริหารศาสตร์, 2535.
- พาร์คินสัน, ซี นอร์ธคอตและคณะ. การเตรียมตัวเตรียมใจก่อนถึงวัยเกษียณอายุ. แปลและ
เรียบเรียงโดย ศานติพงษ์ ว.จันทร์. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ พรินติ้งกรุ๊ป
จำกัด, 2531.
- พิรสิทธิ์ คำนวนศิลป์, ลินี่ กมลนาวัน และประเสริฐ รักไทยดี. “ความทันสมัย ภาพพจน์
เกี่ยวกับตนเองและปัญหาบางประการของคนชรา”. รายงานการวิจัย กรุงเทพ-
มหานคร : สำนักวิจัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2523.

- พูนทรัพย์ จรรยาสุภาพ. "เกษียณ 55: ช่วยกันคิดอีกสักนิด" วารสารข้าราชการ. 32 (มกราคม 2530).
- พวงผกา ชื่นแสงเนตร. "ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว พฤติกรรมการดูแลตนเองและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ เขตพื้นที่พัฒนาอุตสาหกรรมชายฝั่งทะเลตะวันออก จังหวัดชลบุรี "วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) มหาวิทยาลัยมหิดล, 2538.
- พรศักดิ์ ผ่องแผ้ว. ข่าวสารการเมืองของคนไทย. กรุงเทพฯ : เจ้าพระยาการพิมพ์, 2526.
- ภัสสร สิมานนท์. นโยบายสุขภาพและสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุในเอเชีย : บทเรียนสำหรับประเทศไทย. สถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535.
- ภัทรพงษ์ ประกอบผล. "ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรม การเผชิญความเครียดของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง" วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2534.
- ภัทรพร สุขบุษย์. "การส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ" วารสารกองการพยาบาล. 15 (พฤษภาคม-สิงหาคม 2531) : 14-21.
- มาลัย ชูดวง. "การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบสำหรับข้าราชการก่อนเกษียณอายุ สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ " วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2539.
- มาลี ใหญ่สูงเนิน. "ความต้องการเกี่ยวกับการจัดโปรแกรม การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการต่างกลุ่มอายุ สังกัดกรมการศึกษานอกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ" วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535.
- มารศรี นุชแสงพลี. "ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตผู้สูงอายุ : ศึกษาเฉพาะกรณีผู้สูงอายุในชุมชนบ่อนไก่ กรุงเทพมหานคร" วิทยานิพนธ์สังคมวิทยาและมนุษยวิทยา มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2532.
- มหาวิทยาลัยมหิดล. "ประมวลประเด็นการวิจัยและบรรณานุกรมเอกสารการวิจัยเรื่องผู้สูงอายุในประเทศไทย" เอกสารโครงการจัดตั้งกองบริหารงานวิจัย. มหาวิทยาลัยมหิดล, 2538.
- ยง พิทยานิมคม. "บ้านสำหรับผู้สูงอายุ" วิทยาจารย์ 87 (พฤษภาคม 2532).
- ยุวดี กฤษวัฒนากรณ์. "การสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวที่มีต่อผู้สูงอายุในเคหะชุมชนทุ่งสองห้อง" วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2537.
- ยรรยง ศุภรัตน์. "การเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุ" วารสารสุขภาพ. 6 (กันยายน 2521): 65-68.

ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525. พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, 2525.

รุ่งโรจน์ พุ่มริ้ว. “ผู้สูงอายุ” วารสารสุขศึกษา 7 (กรกฎาคม-กันยายน 2527).

รัชนี้ เต็มอุดม. “ความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ การสนับสนุนทางสังคม
กับสุขภาพจิตของข้าราชการบำนาญในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครพนม” วิทยา
นิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2538.

รัตนา เพชรอุไร. “ผู้สูงอายุในประเทศไทย : ประเด็นที่ควรศึกษาวิจัย”. ประมวลประเด็นการ
วิจัยและบรรณานุกรมเอกสารการวิจัย. มหาวิทยาลัยมหิดล, 2538.

วิจิตร บุญยะโทตระ. คู่มือเกษียณอายุ . กรุงเทพฯ : บพิธการพิมพ์, 2533.

_____. วิทย์ทองเล่ม 1. กรุงเทพฯ : ดวงกมลการพิมพ์, 2535.

วิมล ทาบุราณ. “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของข้าราชการทหารหลังเกษียณ”
วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม) มหาวิทยาลัยเกษตร
ศาสตร์, 2532.

วราภรณ์ แสงวัชร. “ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวกับสุขภาพจิตของ
ผู้สูงอายุ : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาลเลิศจลิน” วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคม
สงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2537.

วิชัย อิงพินิจพงศ์. “งานอดิเรกกับผู้สูงอายุ” วารสารหมอชาวบ้าน. 8 (ธันวาคม 2529).

วีระ สุเมธพันธ์. “ความคิดเห็นของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาขนาดใหญ่และคณาจารย์สังกัด
กรมสามัญศึกษา ในเขตการศึกษา 6 เกี่ยวกับการบริหารงานบุคลากร” วิทยานิพนธ์
ปริญญามหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. แนวทางการจัดบริการสวัสดิการผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : สถาบันไทยคดี
ศึกษา, 2534.

ศิริวรรณ สีนไชย. “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถาน
สงเคราะห์คนชรา กรมประชาสงเคราะห์ ” วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. จิตวิทยาพัฒนาการ. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญผล, 2530.

ศรีทับทิม (รัตนโกศล) พานิชพันธ์. “บริการสังคมกับผู้สูงอายุ” คุรุปริทัศน์ ฉบับพิเศษปีผู้สูง
อายุ, 2525.

_____. “สัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว” รวมบทความวิทยุเกี่ยว
กับการจัดสวัสดิการครอบครัวและเด็ก. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรม
ศาสตร์, 2527.

ศรันย์ ดำริสุข. จิตวิทยาพัฒนาการ. พิมพ์ครั้งที่ 1 กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พิทักษ์อักษร,
2525.

ศิริวงศ์ ทับสายทอง. จิตวิทยาผู้ใหญ่. กรุงเทพมหานคร : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.

สถิติแห่งชาติ,สำนักงาน,สำนักนายกรัฐมนตรี. “รายงานเชิงวิเคราะห์ฉบับที่ 2 ประชากรผู้สูงอายุของประเทศไทย” สำนักทะเบียนประชากรและทะเบียน. สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2533.

_____. สำนักทะเบียนประชากรและทะเบียน. สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2537.

สนิท สมัครการ. มีเงินก็นับว่าน้อง มีทองก็นับว่าพี่. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เฟื่องอักษร, 2519.

สุพัตรา สุภาพ. สังคมวิทยา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช, 2534.

สาวิตรี ลิ้มชัยอรุณเมือง. “ปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้กระบวนการสูงอายุและคุณภาพชีวิต” ปรินญาการศึกษาดุสิตบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536.

สุขใจ น้ำผุด. “การวางแผนการเงินสำหรับชีวิตหลังเกษียณอายุ” เอกสารประกอบการสัมมนาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ. อาคารมหิตลอุดุลยเดช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2535.

_____. “เตรียมวางแผนการเงินสำหรับปลดเกษียณ” วารสารบริหารธุรกิจ. 5 (มกราคม-มีนาคม 2529) : 26-28.

สุรกุล เจนอบรม. “ชราศึกษา” ลานช้อย. 7(เมษายน-มิถุนายน 2532).

_____. วิทยาการผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.

สุมน มาคะพุฒ. “ประสิทธิผลของการอบรมเรื่อง การเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุของข้าราชการตำรวจระดับประทวนในเขตกรุงเทพมหานคร” วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) มหาวิทยาลัยมหิดล, 2534.

สุลักษณ์ มีชูทรัพย์. “สำรวจการเตรียมตัวของบุคคลก่อนเกษียณอายุ” รายงานการวิจัย. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2535.

สุชาติ โสมประยูร. สุขวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2528.

สุรพันธ์ ลิ้มมณี. “การนำเสนอแผนการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการเกษียณอายุของข้าราชการครูโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษาที่ 9” วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

สุธีรา นัยจันทร์. “การศึกษาบทบาทของครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุ : ศึกษาเฉพาะกรณีครอบครัวผู้ใช้ศูนย์บริการทางสังคมผู้สูงอายุดินแดงและครอบครัวสมาชิกชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสงฆ์” วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2530.

- สุรพล ไชยเสนาะ. “ปัจจัยที่มีผลต่อความก้าวหน้าในการดูแลผู้ป่วยจิตเวชของครอบครัว”
รายงานการวิจัย. โรงพยาบาลศรีธัญญา กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข,
2536.
- เสนอ อินทรสุขศรี. “เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ” การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ . กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์
มิตรสยาม, 2526.
- สมศรี กันธมาลา. “การส่งเสริมบทบาทของผู้เกษียณอายุให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม”
เอกสารวิจัยส่วนบุคคล. วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร, 2529.
- สมบัติ ตาปัญญา. “การวางแผนชีวิตก่อนและหลังการปลดเกษียณ” วารสารผู้สูงอายุ. 5
(เมษายน-กันยายน 2529) : 49-50.
- สมบูรณ์ ศาลยาชีวิน. จิตวิทยาเพื่อการศึกษาผู้ใหญ่ . เชียงใหม่ : ลานนาการพิมพ์, 2526.
- อัมพล สุอำพัน. “จิตวิทยากับการดำรงชีวิตประจำวัน” เอกสารประกอบการสอนชุดจิตวิทยา
ทั่วไป. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วน จำกัด ภาพพิมพ์,
2531.
- อุบล รักการงาน. “การบริหารงานบุคคลในโรงเรียนประถมศึกษาขนาดเล็กที่นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์
ทางการเรียนสูง สำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดเขตการศึกษา” วิทยานิพนธ์
ปริญญาหมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.
- อุบล นิวัติชัย. หลักการพยาบาลจิตเวช. เชียงใหม่ : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัย
เชียงใหม่, 2527.
- อุทัยวรรณ กสานต์สกุล. “ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ : ศึกษาเฉพาะกรณี
ข้าราชการบำนาญ กระทรวงมหาดไทย” วิทยานิพนธ์พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต
(พัฒนาสังคม) สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2536.
- อุษา ศาสตร์ภักดี. “การมีส่วนร่วมของสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดเลย” วิทยานิพนธ์พัฒน
บริหารศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม) สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2536.

ภาษาอังกฤษ

Arkoff, ABE. *Adjustment and Mental Health*. USA : McGraw-Hill
Book Company, 1968.

Atchley, Robert C. *The Sociology of Retirement*. New york : Halsted Press,
1976.

_____ . *The social Forces in Later Life*. California : Wadworth
Publishing Company, 1980.

_____ . *Nursing and the Aged*. New york : McGraw-Hill, 1981.

- Atchley, Robert C. **Social Force and Aging**. California : Wadworth Publishing Company, 1991.
- Barrow, Grovgiq M. and Smith, Patricia A. **Aging, Ageism and Society**. Minnesota : West Publishing Company, 1979.
- Beck, Scott H. " Retirement Preparation Programs : Differentials in Opportunity and use" **Journal of Gerontology**. 39 (1984) : 596-602.
- Best, John W. **Research in Education**. 3 rd Ed. wood cliff, W.B. : Prentice-Hall, 1977.
- Beutner, Gloria Parks. "Retirement : Different in Attitude and Preparatory Behavior Among Male and Female University Employees" **Dissertation**. Feb. 1980, 41, P. 217-225.
- Bloom, Benjamin S. **Taxonomy of Education Objective, Hand Book I : Cognitive Domain**. New York : David Monkey Company, Inc., 1975.
- Burnside, Irene Mortenson. **Nursing and the Aged**. New York : McGraw - Hill Book Company, 1981.
- Chayovan, Napaporn. "Population Aging in Thailand : A Call for Research and Action" **Paper Presented at the conferences on Population Programme Policies : New Direction**. September 9, 1992.
- Conrad, Robert C. "An Investigation of the Retirement Preparation and decision making of Teacher in a Public School District" **Dissertation**. 1993, 1605 : DAI-A54/05.
- Crandall, Richard C. **Gerontology : A Behavioral Science Approach**. Addison-Wesley Publishing Company, 1980.
- Cripps, Douglas G. "The Efficacy of A Pre-retirement Education Program on Participants, Attitude toward Retirement, Leisure Satisfaction and Leisure Participation" **Dissertation**. 1992, 956 : MAI 30/04.
- Dutcher, Helen Heydrick. "Factors that Relate to Satisfaction in retirement" **Dissertation**. 1989, 1767 : DAI-A 50/06.
- Elipoulos, C. "Adjustments in Aging" **Gerontological Nursing**. 2nd ed. Philadelphia : J.B. Lippincott company, 1987.
- Evan, Linda, David J. Ekerdt and Raymond Bosse. "Proximity to Retirement and Anticipatory Involvement : Finding From the Normative Aging study" **Journal of Gerontology**. 40 (1985): 368-374.

- Eyde, Donna R. and Rich, Jay A. **Psychological Distress in Aging : A Family Management Model**. Rockville : Aspen, 1983.
- Ferraro, Kenneth F. "Cohort Analysis of Retirement Preparation, 1974-1981". **Journal of Gerontology**. 45 (1990) : S 21-31.
- Friedmann, M. M. **Family Nursing : Theory & Assessment**. New york : Appleton - Century - Crofts, 1981.
- Gendler, phyllis Greenberg. "Relationship of Gender to Family and Parent Care Concerns in Retirement Planning by single men and women" **Dissertation**. 1993, 1966: DAI - A54/05.
- Graney, Marshall J. "Happiness and social Participation in Aging" **Journal of Gerontology**. 30(6) : 701-706.
- Griffith, Arvilla R. **Preretirement Planning Programs for Teachers in Texas Public School**. Texas : University of North Texas, 1983.
- Hall, D.A. **The Aging of Connective Tissue**. London : Academic Press, 1976.
- Harris, Diana K. and Cole, William E. **Sociology of Aging**. Boston : Houghton Mifflin Company, 1980.
- Hess, B.B. and Markson, E.W. **Aging and old age**. New york : Macmillan Publishing, 1980.
- Hogstel, Mildred O. **Nursing Care of the Older Adult**. New york : John Wiley & Sons, Inc., 1981.
- _____. "Promotion of mental Health in older Adults" **Geropsychiatric Nursing**. St Louis : The C.V. Mosby Company, 1990.
- Hooyman, Nancy R. and Kiyak, Asuman H. **Social Gerontology : A Multidisciplinary Perspective**. Massachusetts : simon & Sehuster, 1988.
- Howard, phillip. **How to Enjoy Your Retirement**. New york : A division of American Management Association, 1986.
- House, James S. **Work streess and Social Support**. Phillippines : Addison-Weslay Publishing company, Inc., 1981.
- Hubbard, P. and others. " The Relationship Between Social Support and Self-care Practice" **Nursing Research**. 33(1984): 266 - 269.
- Jucius, Michael J. **Personnel Management**. Ontario : Irwin - Dorsey, 1971.

- Kim, Mee-Hye. "Retirement Attitude, Preparation, conceptualizations and Behavioral Intentions toward Retirement Among first Generation Korean Americans in Midlife" **Dissertation**. 1992, 621 : DAI - A53/02.
- Kirwan, Elizabeth C. "Percieved Needs of Retirees for preretirement planning programs" **Dissertation**. 1993, 1435 : MAI 31/04.
- Kumelachew, Missale. "An Analysis of the Retirement Readiness of University Employees" **Dissertation**. 1996, 4226 : A 56/11.
- Lander, John I. "Retirement Planning as a determinant to Retirement Satisfaction among member of the Alabama Teachers' Retirement System" **Dissertation**. 1993, 45:A 54/01
- Leedy J.Jack & Wynbrandt James. **Excentive Retirement Management**. New york : Facts on file publications, 1987.
- Lin,N. et al. "Social Support, Stressful Life Event and Illness : A Model and Empical Test" **Journal of Health and Social Behavior**. 20 (June 1979) : 108-119.
- Lowenthal, M.F. and others. "Some Potencialities of a Life - Cycle Approach to the Study of Retirement" **Retirement**. New York: Behavioral Publication,1968.
- McPherson, Barry. "Pre-retirement Life-Style and the Degree of Planning for Retirement" **Journal of Gerontology**. 34, (1979) : 254-263.
- Marshall C.Martin. **An Assessment of Preretirement Planning for Income Adequate by Oklahoma Public School Teachers and Administrators (Economics, Financial Planning)**. Oklahoma: The University of Oklahoma, 1984.
- Maslow, Abraham H **Motivation and Personality**. 3rd ed. New York : Harper and Row, 1954.
- Napaporn Chayovan and others. **Socio-Economic Consequences of the Aging of the Population in Thailand : SECAPT**. Institute of Population Studies, Chulalongkorn University, 1988.
- Palmore, Erdman B., Fillenbaum, Gerda G. and George, Linda K. "Consequence of Retirement" **Journal of Gerontology**. 39(1), 1984 : 109-116.
- Roger, Everett M. **Communication Strategies for Family Planning**. New York : The Free Press,1973.

- Shanas, Ethel and Sussman, Marvin B. "The Family in Later Life : Social Structure and Social Policy" In **Aging : Stability and Change in the Family**. New York : Academic Press, 1981.
- Stephanie, W. Gullotte. **Preretirement Planning of Female Registered Nurses**. Birmingham : University of Alabama, 1970.
- Stone, Susan C., et al. **Comprehensive Family and Community Health Nursing**. 2nd ed. New York : Mc Graw-Hill, 1987.
- Sullivan, H.S. **The Interpersonal Theory of Psychiatry**. New York : W.W Norton & Co.,1983.
- Thoits,Peggy A. "Conceptual, Methodological and Theoretical Problems in Studying Social Support as a Buffer Against Life Stress" **Journal of Health and Social Behavior**. 23, (1982) : 145-159.
- Thomson, Beverly Gayle. "Adjustment in Retirement : A Cause Interpretation of Factors Influencing the Moral of Retirement" **Dissertation**. 1972,33 : A54/01.
- Tylor, Cecelia M. **Essential of Psychiatric Nursing**. St. Louis :The C.V. Mosby Company, 1982.
- United Nation. Population Division Department for Economic and Social Information and Policy Analysis. **The Sex and Age Distribution of Population**. New York : United Nation, 1994.
- _____. "Lifelong Preparation for old Age in Asia and the Pacific" **Economic and Social Commission For Asia and The Pacific (ESCAP)**. New York, 1996.
- Walls, Stanley N. "A Causal Model of Life Satisfaction during Retirement **Dissertation**. 1992,725 : DAI-A53/03.
- Ward, Russell A. **The Aging Experience**. Second Edition, New York : Harper & Row Publisher, 1984.
- Warling, Ellen Catherine. "Quality of life and Level of Satisfaction of migrant Retirees in the Town of Cobourg (Ontario) " **Dissertation**. 1996,1013 : MAI 34/03.
- Yurick,Ann Gera.,et al. **The Aged Person and the Nursing Process**. 2nd ed. Connecticut : Appleton-Century-Crofts, 1984.

ประวัติผู้ทำวิทยานิพนธ์

ชื่อ-สกุล	: นางดวงจันทร์ บุญรอดชู
ภูมิลำเนา	: 313 ถนนพโลชัย อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี
ประวัติการศึกษา	: วทบ. (พยาบาลและผดุงครรภ์ชั้นหนึ่ง) , คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2526
ตำแหน่ง	: นักวิชาการสาธารณสุข 6
สถานที่ทำงาน	: ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพเขต 1 กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข โทร (02) 5213056, 5213064, 5213066, 5520134
ที่อยู่ปัจจุบันที่ติดต่อได้	: 61/268 ม.พนาสนธิ์ 4 บางชัน มีนบุรี กรุงเทพมหานคร โทร (02) 9434294