



การศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ : กรณีศึกษา พนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้



ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

การวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาในรายวิชา **761427** สัมมนาปัญหาธุรกิจ
ตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป
คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร
ปีการศึกษา **2551**

การศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ: กรณีศึกษา พนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้



ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

การวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาในรายวิชา **761427** สัมมนาปัญหาธุรกิจ
ตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป

คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา **2551**

**THE STUDY OF FACTORS DETERMINING LIFE FORMS AFTER RETIREMENT :
A CASE STUDY OF METROPOLITAN POSTAL BUREAU (SOUTH) OFFICERS**



By
Phuripong Sangkeawatana

ผลงานวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาตรี

A Research Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree

Bachelor of Arts Program in General Business Management

Faculty of Management Science

SILPAKORN UNIVERSITY

2008

ที่ประชุมสาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร พิจารณาแล้ว
อนุมัติให้การวิจัย เรื่อง " การศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ : กรณีศึกษา พนักงานไปรษณีย์
นครหลวงใต้" เสนอโดย นายภูริพงษ์ แสงแก้ววัฒนา มีคุณค่าเพียงพอที่จะเป็นส่วนหนึ่งของ
การศึกษาในรายวิชาสัมมนาปัญหาธุรกิจ ตามหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการ
ธุรกิจทั่วไป คณะวิทยาการจัดการ

.....
(อาจารย์ ดร.ชนินทร์รัฐ รัตนพงศ์ภิญโญ)
หัวหน้าสาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

อาจารย์ที่ปรึกษา
อาจารย์ ดร.ชนินทร์รัฐ รัตนพงศ์ภิญโญ

คณะกรรมการสอบสัมมนาปัญหาธุรกิจ

.....ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดาวลอย กาญจนมณีเสถียร)
...../...../.....

.....กรรมการ ระดับปริญญาตรี
(อาจารย์ ดร.ชนินทร์รัฐ รัตนพงศ์ภิญโญ)
...../...../.....

.....กรรมการ
(อาจารย์ประพล เปรมทองสุข)
...../...../.....

1248099 : สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป

คำสำคัญ : เกษียณอายุ / การใช้ชีวิต

กริพนธ์ แสงแก้ววัฒนา : การศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ : กรณีศึกษาพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ (METROPOLITAN POSTAL BUREAU (SOUTH) OFFICERS) อาจารย์ที่ปรึกษา : อาจารย์ ดร.ชนินทร์รัฐ รัตนพงศ์ภิญโญ. 55 หน้า

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุการทำงาน โดยใช้แบบสอบถามประกอบการสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา จำนวน 53 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการ ใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุมากที่สุด ได้แก่ ปัจจัยทางสุขภาพ รองลงมา ได้แก่ ปัจจัยทางสังคม และปัจจัยทางเศรษฐกิจตามลำดับ

ข้อเสนอแนะจากการศึกษาครั้งนี้ คือ ภาครัฐและองค์กรควรให้การช่วยเหลือสวัสดิการทางด้าน เศรษฐกิจ สังคม และสุขภาพแก่ผู้เกษียณอายุ และกำหนดนโยบายเกษียณอายุตามลักษณะของงาน

ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

คณะวิทยาการจัดการ

มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2551

ลายมือชื่อนักศึกษา.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

1248099 : MAJOR : GENERAL BUSINESS MANAGEMENT

KEY WORD : RETIREMENT / LIFE FORMS

PHURIPONG SANGKEAWATANA : THE STUDY OF FACTORS
DETERMINING LIFE FORMS AFTER RETIREMENT : A CASE STUDY OF
METROPOLITAN POSTAL BUREAU (SOUTH) OFFICERS RESEARCH ADVISOR :
TANINRAT RATTANAPONGPINYO, Ph.D. 55 pp.

Abstract

The purpose of this research is to study the factors determining life forms after retirement. The research methodology uses questionnaires and interviews : 53 persons are selected as examples. The collected data is evaluated using the SPSS program.

The results show that the factor effect to life forms after retirement the most is health factor, social and economy factor respectively.

This research recommends that government and organization provide welfare in economy, social and health to retired people. They also should create policies about retirement related to each job.

ผลงานวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาตรี

Faculty of Management Science

SILPAKORN UNIVERSITY

Academic Year 2008

Student's signature.....

Research Advisor's signature.....

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาครั้งนี้สำเร็จลุล่วงได้เป็นอย่างดีด้วยความกรุณาของ อาจารย์ ดร.ธนินท์รัฐ รัตนพงศ์ภิญโญ ที่ให้คำปรึกษาและข้อเสนอแนะ เพื่อเป็นแนวทางในการแก้ไขข้อบกพร่องงานวิจัยนี้เป็นอย่างดี นับตั้งแต่เริ่มต้นดำเนินการจนเสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาและขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณในความอนุเคราะห์จากพนักงานไปรษณีย์นครหลวงได้ทุกท่านที่สะดวกอันมีค่าอย่างยิ่งในการให้ข้อมูลต่าง ๆ และให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณบิดา มารดา และพี่น้อง ที่มอบกำลังทรัพย์เพื่อช่วยในการทำงานวิจัย รวมถึงไปถึงผู้ที่เกี่ยวข้องทุกท่านที่คอยช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจในการทำงานวิจัยในครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ซึ่งงานวิจัยฉบับนี้ผู้เขียนขอมอบแด่ผู้มีพระคุณทุกท่าน รวมไปถึงผู้มีพระคุณที่มีได้เอื้อนาม

ผลงานวิทยานิพนธ์ศึกษา ระดับปริญญาตรี

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ฅ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	3
ขอบเขตการวิจัย.....	3
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	5
นิยามศัพท์.....	5
2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	7
ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow.....	7
ทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ.....	12
ผลกระทบของการเกษียณอายุ.....	13
การปรับตัวหลังเกษียณอายุ.....	14
แนวคิดเรื่องการออมในวัยเกษียณ.....	16
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	17
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	22
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	22
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	23
การทดสอบความถูกต้องของเครื่องมือ.....	24
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	25
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	25
แผนงานและระยะเวลางานวิจัย.....	28

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	29
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	29
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	29
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	30
ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	30
ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ.....	34
ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลัง เกษียณอายุ.....	35
ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลัง เกษียณอายุ.....	37
ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลัง เกษียณอายุ.....	39
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลในภาพรวมตามกรอบแนวคิดในการวิจัย.....	40
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	43
สรุปผลการวิจัย.....	43
อภิปรายผลการวิจัย.....	44
ข้อจำกัดในการวิจัย.....	45
ข้อเสนอแนะ.....	45
ข้อเสนอแนะในเชิงวิชาการ.....	45
ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย.....	46
บรรณานุกรม.....	47
ภาคผนวก.....	48
ประวัติผู้วิจัย.....	55

ผลงานวิทยานิพนธ์ศึกษา ระดับปริญญาตรี

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1	ตารางแสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม..... 30
2	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเปรียบเทียบของปัจจัยการใช้ชีวิต หลังเกษียณอายุ..... 34
3	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อ การใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ..... 35
4	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อ การใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ..... 37
5	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อ การใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ..... 39

ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยในปัจจุบันมีอัตราการเพิ่มขึ้นของประชากรที่สูงขึ้นทุกปี อีกทั้งยังมีการย้ายถิ่นของประชากรในต่างจังหวัดเพื่อเข้ามาทำงานในกรุงเทพมหานคร ส่งผลให้ประชากรในวัยทำงานเพิ่มมากขึ้นจากอดีตและเกิดการจ้างงานที่เพิ่มขึ้น และเมื่อประชากรวัยทำงานเหล่านี้เข้าถึงวัยเกษียณอายุ ซึ่งหมายถึงระยะเวลาที่ถูกกำหนดแล้วว่าจะไม่ต้องทำงานอีกต่อไป หมายความว่าเงินรายได้ที่เคยได้รับเป็นประจำจะยุติลง ทำให้ชีวิตภายหลังการเกษียณอายุของแต่ละคนจะมีความแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลผู้นั้นมีการเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับชีวิตหลังการเกษียณอายุมากน้อยเพียงใด

สถานการณ์แน่นอนที่สุดที่ประชากรทุกคนจะต้องประสบอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้คือ ชีวิตหลังวัยเกษียณจะเป็นชีวิตที่มีความเจ็บเหงา เพราะกิจวัตรประจำวันที่เคยปฏิบัติมาตลอดอายุการทำงานจะสิ้นสุดลง ไม่ว่าจะเป็นชีวิตที่มีการกระตือรือร้นไปทำงานแต่เช้าและใช้เวลาไปกับหน้าที่การงานและความรับผิดชอบของตนตลอดจนการใช้เวลาร่วมกับเพื่อนร่วมงาน ดังนั้นเมื่อถึงวัยเกษียณอายุที่ไม่ต้องทำงานแล้ว ทำให้หลายคนต้องหางานอดิเรกทำเพื่อแก้เหงาหรือหลายคนได้มีการเตรียมทำงานอื่นหลังเกษียณอายุ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแง่คิดและมุมมองของแต่ละบุคคล

อย่างไรก็ตามประเด็นสำคัญที่จะต้องคำนึงถึง คือ การเตรียมความพร้อมไว้รองรับชีวิตหลังวัยเกษียณ เนื่องจากไม่มีรายได้ประจำตายตัวที่เคยได้รับ หรือบางคนอาจมีเงินบำนาญที่ได้รับจากองค์กรที่เคยทำงานอยู่ในแต่ละเดือนที่ไม่มากนัก และปัจจุบันความก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุขได้พัฒนามากขึ้น ทำให้ประชากรมีอายุยืนขึ้น เมื่อมีการเกษียณอายุที่ 60 ปี ทำให้ประชากรต้องใช้ชีวิตหลังวัยเกษียณเป็นเวลาที่ยาวนานมากขึ้น

นอกจากนั้นเนื่องจากสภาพสังคมเปลี่ยนแปลงไปทำให้การดำเนินชีวิตในปัจจุบันส่วนมากจะเป็นครอบครัวเล็ก คือ มีเพียง พ่อแม่และลูก หรือมีประชากรที่ครองตัวเป็นโสดมากขึ้น

ซึ่งแตกต่างจากสภาพสังคมในอดีตที่เป็นครอบครัวใหญ่ แต่ละครอบครัวจะอยู่กับเครือญาติ ซึ่งประกอบไปด้วยปู่ ย่า ตา ยาย พ่อ แม่ พี่ ป้า น้า อา ทำให้มีลูกหลานเลี้ยงดู ปู่ ย่า ตา ยาย

รูปแบบการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุนั้นมีหลายรูปแบบ ซึ่งแตกต่างกันตามสถานภาพและปัจจัยต่าง ๆ ของบุคคลนั้น ๆ ไม่ว่าจะเป็นรายได้ที่สะสม อารมณ์ สุขภาพ และการดูแลจากบุคคลภายในครอบครัว โดยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุนั้นมีหลายรูปแบบ เช่น ต้องการที่จะทำงานหารายได้เพิ่มให้แก่ครอบครัว ปลูกต้นไม้ หรือ เลี้ยงสัตว์อยู่ภายในบ้าน ต้องการออกไปทำประโยชน์ให้แก่ชุมชน เช่น การสอนหนังสือ หรือเป็นวิทยากร หรือต้องการศึกษาธรรมะและเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ซึ่งรูปแบบการใช้ชีวิตที่กล่าวมานี้จะขึ้นอยู่กับปัจจัยที่จะกำหนดรูปแบบการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุที่ต่างกัน

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยสังเขป (เพื่อนใจ รัตตากร 2550 : 6) แนวทางการคิดของแต่ละบุคคลจะเกี่ยว ข้องกับการดำเนินชีวิต และนำไปสู่จุดมุ่งหมายซึ่งคือความสมบูรณ์และประสบความสำเร็จในชีวิต ประสบการณ์ของผู้สูงอายุและความแตกต่างทางวัฒนธรรมทำให้แนวทางการดำเนินชีวิตถูกออกแบบและถูกสร้างขึ้นมา วิธีการดำเนินชีวิตยังกระทบต่อความสามารถในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ และจะใช้เพื่อเป็นแนวทางไปสู่การแก้ตัวอย่างมีความสุขพร้อมกับคุณภาพชีวิตที่ดี และประสบความสำเร็จ (วรรณนิภา บุญระยอง 2547 : 24) วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงต่างๆ มากมาย ตั้งแต่การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เป็นการเปลี่ยนแปลงในด้านความเสื่อมลงของทุกระบบซึ่งเป็นเรื่องของธรรมชาติแต่อาจทำให้เกิดปัญหาทางด้านร่างกายจากการเจ็บป่วยและภาวะพึ่งพา นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงในด้านบทบาทหน้าที่ การเกษียณจากงานที่ทำการมีรายได้ลดลง รวมถึงสถานภาพในครอบครัวจากเดิมที่เคยเป็นหัวหน้าครอบครัวต้องกลายเป็นผู้อาศัย (ประภาศรี มานิตย์ 2540 : 16) ศึกษาการปรับตัวหลังเกษียณ และเปรียบเทียบการปรับตัวของบุคลากรสายอาจารย์ที่มีระยะเวลาหลังเกษียณต่างกัน (กรรณิการ์ พงษ์สนธิ, สุวพรรณ สติโรภาส, ยุยงค์ เยาวพานนท์ 2537 : 4) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณของบุคลากร ในสถาบันอุดมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มประชากรที่ศึกษาเป็นบุคลากรที่มีอายุ 55-60 ปี (ตามพวรรณ แซ่มซ้อย 2536 :3) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ การรับรู้การสนับสนุนทางสังคม และความสามารถในการปฏิบัติพัฒนาการรวมทั้งความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

จากการศึกษางานวิจัยจากต่างประเทศที่เกี่ยวข้องโดยสังเขป (Margaret von Faber 2001 : 161) การแก่ชราอย่างประสบความสำเร็จ คือ การมีสภาพหน้าที่โดยรวมเหมาะสมและมีความสุข เป็นอยู่ที่ดี จะเห็นได้ว่ามีเพียงน้อยคนที่มีความสุขกับหลักเกณฑ์นี้ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มองการเกษียณเป็นเพียงขั้นตอนหนึ่งของการปรับเปลี่ยนเท่านั้น (Melissa A. Hardy 1991 : 267-288) ศึกษาการทำงานหลังเกษียณของผู้สูงอายุทั้งชายและหญิง จากผลสำรวจแบบสุ่มจากประชาชนใน

พลordia ที่มีอายุมากกว่า 55 ปี แสดงให้เห็นถึงปัจจัยหลายอย่างที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับความต้องการทำงานช่วงวัยหลังเกษียณอายุ (Maximiliane E. Szinovacz 2004: 78) จากข้อมูลจากการสำรวจแสดงให้เห็นว่าผู้เกษียณอายุจะใช้เวลากับการทำงานบ้านมากกว่าการช่วยเหลืองานทางสังคมในชุมชนที่อาศัยอยู่

สาเหตุที่ผู้วิจัยได้เลือกกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ บริษัทไปรษณีย์ไทยจำกัด เป็นพนักงานรัฐวิสาหกิจ สังกัดกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าองค์กรนี้เป็นกลุ่มวิชาชีพหนึ่งที่มีความสำคัญต่อประเทศไทยก่อตั้งมาเป็นเวลานาน และเป็นตัวแทนของกลุ่มพนักงานรัฐวิสาหกิจ จึงเป็นที่น่าสนใจที่จะศึกษาปัจจัยกำหนดรูปแบบการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ เป็นกรณีตัวอย่างแก่ผู้ที่ต้องการศึกษาค้นคว้า เพื่อเป็นประโยชน์ต่อไปในอนาคต

จากที่กล่าวมาข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยเห็นว่าการวางแผนในการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุนั้นเป็นสิ่งที่จำเป็นในสังคมปัจจุบัน เนื่องจากสถานะทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป อาจทำให้บางคนต้องการทำงานหลังเกษียณอายุ เพื่อที่จะแบ่งเบาภาระทางครอบครัว หรือเพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ จึงเป็นประเด็นที่น่าสนใจในการศึกษาพฤติกรรมการใช้ชีวิต และความต้องการในการทำงานของประชากรเหล่านี้หลังจากเกษียณอายุว่าประชากรกลุ่มตัวอย่างนี้มีความต้องการที่จะทำงานต่อหรือไม่ และต้องการทำงานแบบใดในช่วงเวลาหลังเกษียณอายุ

วัตถุประสงค์การวิจัย

ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุการทำงาน : กรณีศึกษาพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้

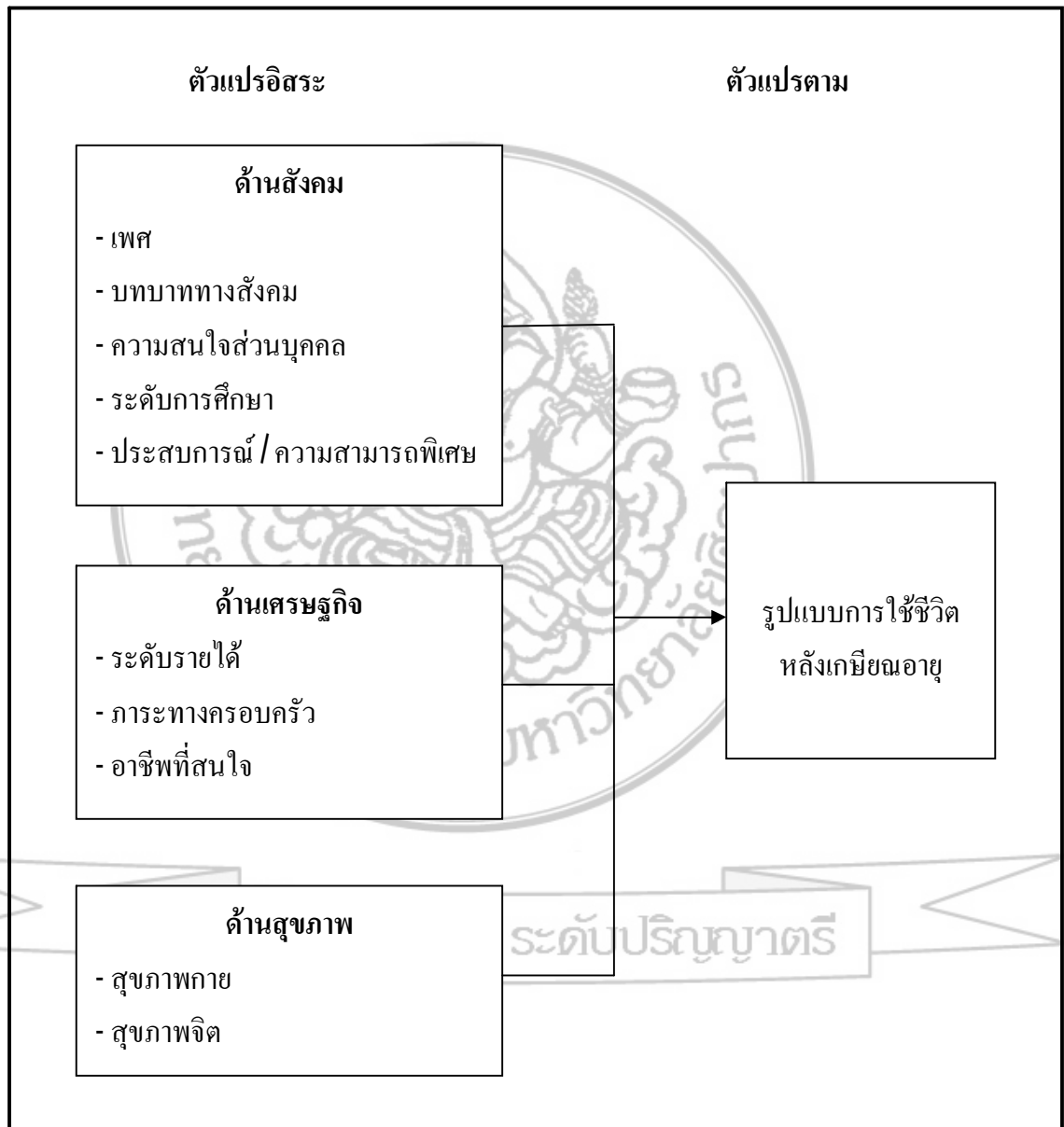
ผลงานวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาตรี

ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เพื่อศึกษาถึงความต้องการใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุ โดยประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นพนักงานของสำนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ จำนวน 121 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างจะอยู่ในช่วงอายุ 40 - 60 ปี จำนวน 53 คน การศึกษาจะเน้นถึงปัจจัยการใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอย่างไร โดยจะทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามร่วมกับการสัมภาษณ์ โดยผู้วิจัย ผลที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยจะนำไปวิเคราะห์ข้อมูลที่กำหนดรูปแบบการใช้ชีวิต

หลังเกษียณอายุของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงได้ และจะทำการเก็บข้อมูลในช่วงเดือนมีนาคม พ.ศ. 2551 ถึงเดือนตุลาคม พ.ศ. 2551

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ประโยชน์ในทางวิชาการ

จากการศึกษาในครั้งนี้ทำให้ทราบความต้องการในการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุการทำงาน รวมทั้งปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวหลังเกษียณอายุการทำงานของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้

ประโยชน์ด้านปฏิบัติ

เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ และเป็นประโยชน์ต่อองค์กรอื่น ๆ ในการนำความคิดเห็นและข้อเสนอแนะไปเป็นแนวทางศึกษาเพื่อประยุกต์ใช้ในองค์กร

นิยามศัพท์

การปรับตัว หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะดำรงชีวิตในสภาพแวดล้อม และสถานการณ์ใหม่ได้ การรับรู้สภาพการณ์ของตนเอง ตลอดจนการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นอย่างมีความสุข

อาชีพที่สนใจ หมายถึง อาชีพที่กลุ่มตัวอย่างต้องการทำภายหลังจากการเกษียณอายุจากเนื่องมาจากรายได้ไม่พอต่อค่าใช้จ่าย หรือจากปัจจัยอื่น ๆ

การระทางครอบครัว หมายถึง บุตรที่ต้องให้การเลี้ยงดู รวมถึงผู้ที่อยู่ในอุปการะภายในครอบครัว

สุขภาพ หมายถึง สุขภาพกายที่ไม่มีโรคเจ็บป่วยเรื้อรัง หรือมีโรคที่ต้องรักษาเป็นประจำ รวมถึงสุขภาพจิตด้วย

บทบาททางสังคม หมายถึง สถานภาพในการทำงานรวมถึงตำแหน่งในการทำงานของแต่ละบุคคล

ความสนใจส่วนบุคคล หมายถึง ความต้องการการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุการทำงาน
ตามรูปแบบที่สนใจ



ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

เนื่องจากประชากรวัยเกษียณอายุมีจำนวนที่มากขึ้น การศึกษาพฤติกรรมความต้องการทำงานหลังเกษียณอายุของประชากรวัยทำงานช่วงอายุตั้งแต่ 40 - 60 ปี จึงจำเป็นต้องมีการเก็บข้อมูลที่เป็นระบบและมีรูปแบบที่ชัดเจน ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับ

ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow

ทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ผลกระทบของการเกษียณอายุ

การปรับตัวหลังเกษียณอายุ

แนวคิดเรื่องการออมในวัยเกษียณ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow (Maslow's Hierarchy of Need Theory)

Maslow (Ricky W. Griffin 1987 : 23, อ้างถึงในทองใบ สุคชารี 2544: 201-204) เชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์เป็นจำนวนมากสามารถอธิบายโดยใช้แนวโน้มของบุคคลในการค้นหาเป้าหมายที่จะทำให้ชีวิตได้รับความต้องการ ความปรารถนา และได้รับสิ่งที่มีความหมายต่อตนเอง เป็นความจริงที่จะกล่าวว่ากระบวนการของแรงจูงใจเป็นหัวใจของทฤษฎีบุคลิกภาพของ Maslow โดยเชื่อว่ามนุษย์เป็น "สัตว์ที่มีความต้องการ" (wanting animal) และเป็นการยากที่มนุษย์จะไปถึงขั้นของความพึงพอใจอย่างสมบูรณ์ ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow เมื่อบุคคลปรารถนาที่จะได้รับความพึงพอใจและเมื่อบุคคลได้รับความพึงพอใจในสิ่งหนึ่งแล้วก็จะยังคงเรียกร้องความพึงพอใจสิ่งอื่นๆ ต่อไป ซึ่งถือเป็นคุณลักษณะของมนุษย์ซึ่งเป็นผู้ที่มีความต้องการจะได้รับสิ่งต่างๆ อยู่เสมอ

Maslow กล่าวว่าความปรารถนาของมนุษย์นั้นคิดตัวมาแต่กำเนิดและความปรารถนาเหล่านี้จะเรียงลำดับขั้นของความปรารถนา ตั้งแต่ขั้นแรกไปสู่ความปรารถนาขั้นสูงขึ้นไปเป็นลำดับ

ลำดับชั้นความต้องการของมนุษย์ (The Need -Hierarchy Conception of Human Motivation) Maslow เรียงลำดับความต้องการของมนุษย์จากขั้นต้นไปสู่ความต้องการขั้นต่อไปได้เป็นลำดับดังนี้

1. ความต้องการทางด้านร่างกาย (Physiological needs)
2. ความต้องการความปลอดภัย (Safety needs)
3. ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Belongingness and love needs)
4. ความต้องการได้รับความนับถือยกย่อง (Esteem needs)
5. ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (Self-actualization needs)

ลำดับชั้นความต้องการของ Maslow มีการเรียงลำดับชั้นความต้องการที่อยู่ในขั้นต่ำสุดจะต้องได้รับความพึงพอใจเสียก่อนบุคคลจึงจะสามารถผ่านพ้นไปสู่ความต้องการที่อยู่ในขั้นสูงขึ้นไปตามลำดับดังจะอธิบายโดยละเอียดดังนี้

1. ความต้องการทางร่างกาย (Physiological needs) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐาน ที่มีอำนาจมากที่สุดและสังเกตเห็นได้ชัดที่สุด จากความต้องการทั้งหมดเป็นความต้องการที่ช่วยการดำรงชีวิต ได้แก่ ความต้องการอาหาร น้ำดื่ม ออกซิเจน การพักผ่อนนอนหลับ ความต้องการทางเพศ ความต้องการความอบอุ่น ตลอดจนความต้องการที่จะถูกกระตุ้นอวัยวะรับสัมผัส แรงขับของร่างกายเหล่านี้จะเกี่ยวข้องโดยตรงกับความอยู่รอดของร่างกายและของอินทรีย์ ความพึงพอใจที่ได้รับ ในขั้นนี้จะกระตุ้นให้เกิดความต้องการในขั้นที่สูงกว่าและถ้าบุคคลใดประสบความล้มเหลวที่จะสนองความต้องการพื้นฐานนี้ก็จะไม่ได้รับการกระตุ้นให้เกิดความต้องการในระดับที่สูงขึ้นอย่างไรก็ตาม ถ้าความต้องการอย่างหนึ่งยังไม่ได้รับความพึงพอใจ บุคคลก็จะอยู่ภายใต้ความต้องการนั้นตลอดไป ซึ่งทำให้ความต้องการอื่นๆ ไม่ปรากฏหรือกลายเป็นความต้องการระดับรองลงไป ความต้องการทางด้านร่างกายเป็นเรื่องสำคัญที่จะเข้าใจพฤติกรรมมนุษย์

2. ความต้องการความปลอดภัย (Safety needs) เมื่อความต้องการทางด้านร่างกายได้รับความพึงพอใจแล้วบุคคลก็จะพัฒนาการไปสู่ขั้นใหม่ต่อไป ซึ่งขั้นนี้เรียกว่าความต้องการความปลอดภัยหรือความรู้สึกมั่นคง (safety or security) Maslow กล่าวว่าความต้องการความปลอดภัยนี้จะสังเกตได้ง่ายในทารกและในเด็กเล็กๆ เนื่องจากทารกและเด็กเล็กๆ ต้องการความช่วยเหลือและต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่น พลังความต้องการความปลอดภัยจะเห็นได้ชัดเจนเช่นกันเมื่อเด็กเกิดความเจ็บป่วย ความต้องการความปลอดภัยจะยังมีอิทธิพลต่อบุคคลแม้ว่าจะผ่านพ้นวัยเด็กไปแล้ว แม้ในบุคคลที่ทำงานในฐานะเป็นผู้คุ้มครอง เช่น ผู้รักษาเงิน นักบัญชี หรือทำงานเกี่ยวกับการประกันต่างๆ และผู้ที่ทำหน้าที่ให้การรักษาพยาบาลเพื่อความปลอดภัยของผู้อื่น เช่น แพทย์ พยาบาล

แม้กระทั่งคนชรา บุคคลทั้งหมดที่กล่าวมานี้จะไฝหาความปลอดภัยของผู้อื่น ศาสนาและปรัชญาที่มนุษย์ยึดถือทำให้เกิดความรู้สึกมั่นคง เพราะทำให้บุคคลได้จัดระบบของตัวเองให้มีเหตุผลและวิถีทางที่ทำให้บุคคลรู้สึก “ปลอดภัย” ความต้องการความปลอดภัยในเรื่องอื่นๆ จะเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์กับสิ่งต่างๆ เหล่านี้ สงคราม อาชญากรรม น้ำท่วม แผ่นดินไหว การจลาจล ความสับสนไม่เป็นที่เรียบร้อยของสังคมและเหตุการณ์อื่นๆ ที่คล้ายคลึงกับสภาพเหล่านี้ Maslow ได้ให้ความคิดต่อไปว่าอาการโรคประสาทในผู้ใหญ่ โดยเฉพาะโรคประสาทชนิดย้ำคิดย้ำทำ (obsessive-compulsive neurotic) เป็นลักษณะเด่นชัดของการค้นหาความรู้สึกปลอดภัย ผู้ป่วยโรคประสาทจะแสดงพฤติกรรมว่าเขากำลังประสบเหตุการณ์ที่ร้ายกาจและกำลังมีอันตรายต่างๆ จึงต้องการมีใครสักคนที่ปกป้องคุ้มครองและเป็นบุคคลที่มีความเข้มแข็งซึ่งสามารถจะพึ่งพาอาศัยได้

3. ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Belongingness and Love needs) ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของเป็นความต้องการขั้นที่ 3 ความต้องการนี้จะเกิดขึ้นเมื่อความต้องการทางด้านร่างกาย และความต้องการความปลอดภัยได้รับการตอบสนองแล้ว บุคคลต้องการได้รับความรักและความเป็นเจ้าของโดยการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวหรือกับผู้อื่น สมาชิกภายในกลุ่มจะเป็นเป้าหมายสำคัญสำหรับบุคคล กล่าวคือ บุคคลจะรู้สึกเจ็บปวดมากเมื่อถูกทอดทิ้งไม่มีใครยอมรับ หรือถูกตัดออกจากสังคม ไม่มีเพื่อน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อจำนวนเพื่อนๆ ญาติพี่น้อง สามีหรือภรรยาหรือลูกๆ ได้ลดน้อยลงไป การได้รับความรักและได้รับการยอมรับจากผู้อื่นเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า บุคคลที่ขาดความรักก็จะรู้สึกว่าชีวิตไร้ค่ามีความรู้สึกอ้างว้างและเคียดแค้น กล่าวโดยสรุป Maslow มีความเห็นว่าบุคคลต้องการความรักและรู้สึกเป็นเจ้าของ และการขาดสิ่งนี้มักจะเป็นสาเหตุให้เกิดความข้องคับใจและทำให้เกิดปัญหาการปรับตัวไม่ได้ และความยินดีในพฤติกรรมหรือความเจ็บป่วยทางด้านจิตใจในลักษณะต่างๆ

4. ความต้องการได้รับความนับถือยกย่อง (Self-Esteem needs) เมื่อความต้องการได้รับความรักและการให้ความรักแก่ผู้อื่นเป็นไปอย่างมีเหตุผลและทำให้บุคคล เกิดความพึงพอใจแล้วพลังผลักดันในขั้นที่ 3 ก็จะลดลงและมีความต้องการในขั้นต่อไปมาแทนที่ กล่าวคือมนุษย์ต้องการที่จะได้รับความนับถือยกย่องออกเป็น 2 ลักษณะ คือ ลักษณะแรกเป็นความต้องการนับถือตนเอง (self-respect) ส่วนลักษณะที่ 2 เป็นความต้องการได้รับการยกย่องนับถือจากผู้อื่น (esteem from others)

4.1 ความต้องการนับถือตนเอง (self-respect) คือ ความต้องการมีอำนาจ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความแข็งแรง มีความสามารถในตนเอง มีผลสัมฤทธิ์ไม่ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่น

และมีความเป็นอิสระ ทุกคนต้องการที่จะรู้สึกว่ามีคุณค่าและมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในงานภารกิจต่างๆและมีชีวิตที่เด่นดัง

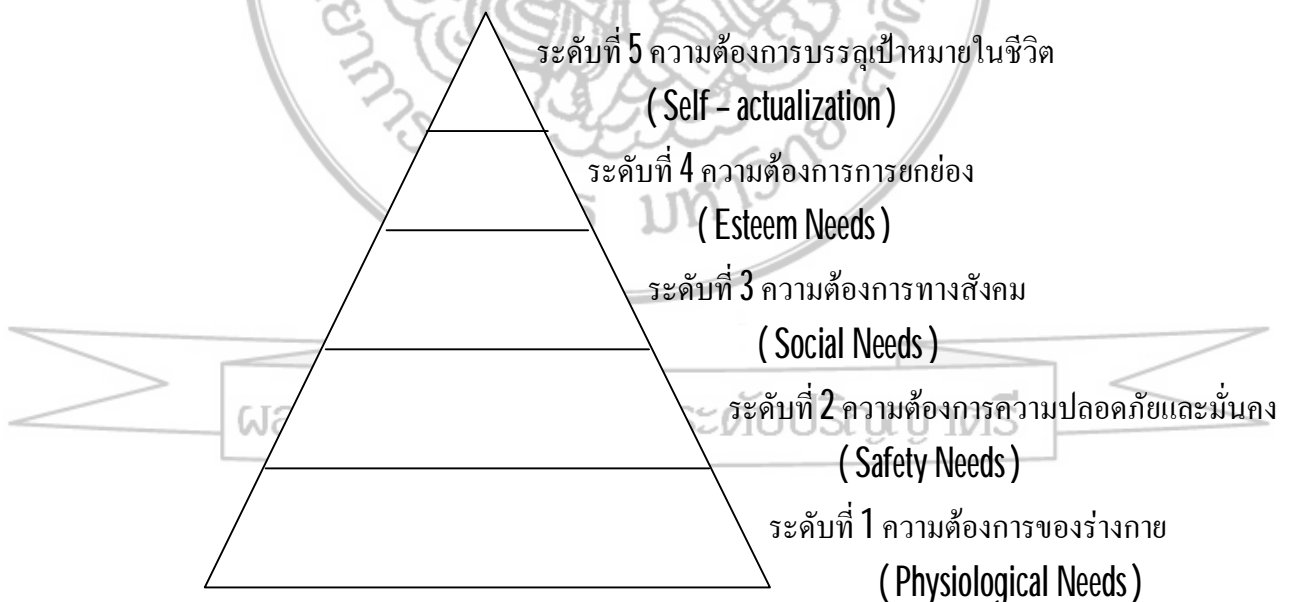
4.2 ความต้องการได้รับการยกย่องนับถือจากผู้อื่น (esteem from others) คือ ความต้องการมีเกียรติยศ การได้รับการยกย่อง ได้รับการยอมรับ ได้รับการความสนใจ มีสถานภาพ มีชื่อเสียงเป็นที่กล่าวขาน และเป็นที่ยอมรับยินดี มีความต้องการที่จะได้รับความยกย่องชมเชยในสิ่งที่เขากระทำ ซึ่งทำให้รู้สึกว่าคุณค่าความสามารถของเขาได้รับการยอมรับจากผู้อื่น

ความต้องการได้รับความนับถือยกย่อง ก็เป็นเช่นเดียวกับธรรมชาติของลำดับชั้นในเรื่องความต้องการด้านแรงจูงใจตามทัศนะของ Maslow ในเรื่องอื่นๆ ที่เกิดขึ้นภายในจิตนั้นคือ บุคคลจะแสวงหาความต้องการได้รับการยกย่องก็เมื่อภายหลังจาก ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของได้รับการตอบสนองความพึงพอใจแล้ว เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ที่บุคคลจะย้อนกลับจากระดับชั้นความต้องการในขั้นที่ 4 กลับไปสู่ระดับขั้นที่ 3 อีกถ้าความต้องการระดับขั้นที่ 3 ซึ่งบุคคลได้รับไว้แล้วนั้นถูกระทบกระเทือนหรือสูญสลายไปทันทีทันใด ความพึงพอใจของความต้องการได้รับการยกย่องโดยทั่ว ๆ ไป เป็นความรู้สึกและทัศนคติของความเชื่อมั่นในตนเอง ความรู้สึกว่าคุณค่า การมีพลังกำลัง การมีความสามารถ และความรู้สึกว่ามีชีวิตอยู่อย่างมีประโยชน์และเป็นบุคคลที่มีความจำเป็นต่อโลก ในทางตรงกันข้ามการขาดความรู้สึกต่างๆ ดังกล่าวนี้ย่อมนำไปสู่ความรู้สึกและทัศนคติของปมด้อยและความรู้สึกไม่พอเพียง เกิดความรู้สึกอ่อนแอและช่วยเหลือตนเองไม่ได้ สิ่งต่างๆ เหล่านี้เป็นการรับรู้ตนเองในทางนิเสธ (negative) ซึ่งอาจก่อให้เกิดความรู้สึกขาดค้ำและรู้สึกว่าตนเองไม่มีประโยชน์และสิ้นหวังในสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับความต้องการของชีวิต และประเมินตนเองต่ำกว่าชีวิตความเป็นอยู่กับการได้รับการยกย่อง และยอมรับจากผู้อื่นอย่างจริงจังมากกว่าการมีชื่อเสียงจากสถานภาพหรือการได้รับการประจบประแจง การได้รับความนับถือยกย่องเป็นผลมาจากความเพียรพยายามของบุคคล และความต้องการนี้อาจเกิดอันตรายขึ้นได้ถ้าบุคคลนั้นต้องการคำชมเชยจากผู้อื่นมากกว่าการยอมรับความจริงและเป็นที่ยอมรับกันว่าการได้รับความนับถือยกย่อง มีพื้นฐานจากการกระทำของบุคคลมากกว่าการควบคุมจากภายนอก

5. ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (Self-Actualization needs) ถึงลำดับขั้นสุดท้าย ถ้าความต้องการลำดับขั้นก่อนๆ ได้ทำให้เกิดความพึงพอใจอย่างมีประสิทธิภาพ ความต้องการเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงก็จะเกิดขึ้น Maslow อธิบายความต้องการเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงว่าเป็นความปรารถนาในทุกสิ่งทุกอย่างซึ่งบุคคลสามารถจะได้รับอย่างเหมาะสม บุคคลที่ประสบผลสำเร็จในขั้นสูงสุดนี้จะใช้พลังอย่างเต็มที่ในสิ่งที่ท้าทายความสามารถและศักยภาพ และมีความปรารถนาที่จะปรับปรุงตนเอง พลังแรงขับจะกระทำพฤติกรรมตรงกับความสามารถของตน กล่าว

โดยสรุปการเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงเป็นความต้องการอย่างหนึ่งของบุคคล ที่จะบรรลุถึงจุดสูงสุดของศักยภาพ ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงจะดำเนินไปอย่างง่ายหรือเป็นไปได้โดยอัตโนมัติ โดยความเป็นจริงแล้ว Maslow เชื่อว่าคนเรามักจะกลัวตัวเองในสิ่งเหล่านี้ "ด้านที่ดีที่สุดของเรา ความสามารถพิเศษของเรา สิ่งที่ดีงามที่สุดของเรา พลังความสามารถ ความคิดสร้างสรรค์" (Onkvisit and Shaw 1994 :42) รูปแบบเฉพาะของการเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงจะมีความแตกต่างอย่างกว้างขวางจากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่ง กล่าวได้ว่ามันคือระดับความต้องการที่แสดงความแตกต่างระหว่างบุคคลอย่างยิ่งใหญ่ที่สุด

มาสโลว์ได้กล่าวเน้นว่า ความต้องการต่าง ๆ เหล่านี้ต้องเกิดเป็นลำดับขั้น และจะไม่มี การข้ามขั้น ถ้าขั้นที่ 1 ไม่ได้รับการตอบสนอง ความต้องการในลำดับขั้นที่ 2-5 ก็ไม่อาจเกิดขึ้นได้ การตอบสนองที่ได้รับในแต่ละขั้นไม่จำเป็นต้องได้รับทั้ง 100% แต่ต้องได้รับบ้างเพื่อจะได้เป็น บันไดนำไปสู่การพัฒนาความต้องการในระดับที่สูงขึ้นในลำดับขั้นต่อไป



ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchy of Need Theory)

ที่มา : ทอง ไบสุตขารี, ภาวะผู้นำและการจูงใจ, พิมพ์ครั้งที่ 2 (อุบลราชธานี : โรงพิมพ์สถาบันราช
ภัฏอุบลราชธานี, 2544), 201

จากการศึกษาทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchy of Need Theory) สามารถสังเคราะห์ได้ว่า ความต้องการของร่างกาย (Physiological Needs) เกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านสุขภาพ ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคง (Safety Needs) เกี่ยวข้องกับตัวแปรทางด้านเศรษฐกิจ ความต้องการทางสังคม (Social Needs) ความต้องการการยกย่อง (Esteem Needs) และความต้องการบรรลุเป้าหมายในชีวิต (Self - actualization) จะเกี่ยวข้องกับตัวแปรทางด้านสังคม ตามกรอบแนวคิดในการวิจัย

ทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ฮาร์ท และ คาร์เพนเทอร์ (ฮัมพร เณลิมรัตน์ 2545 : 11) ได้กล่าวถึงการศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีของการสูงอายุ และได้สรุปทฤษฎีของการสูงอายุไว้ดังนี้

1. ทฤษฎีว่าด้วยคอลลาเจน (Collagen Cross - Lineage Theory) ในทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่าสารที่เป็นตัวประกอบของเนื้อเยื่อและกระดูก (Collagen Fibers) หดสั้นเข้าเมื่อวัยชรา และกล้ามเนื้อเยื่อรอบ ๆ จะถูกทำลาย บริเวณนั้นจะมีรอยย่นปรากฏมากขึ้นเรื่อย ๆ

2. ทฤษฎีว่าด้วยความเครียด (Stress Theory) ทฤษฎีนี้กล่าวว่าความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันที่ผ่านมาก่อให้เกิดการเสื่อมและการถดถอย (Wear and Tear) ในชีวิตมนุษย์พบว่าบุคคลที่ต้องเผชิญกับความเครียดบ่อย ๆ หรืออยู่กับความเครียดนาน ๆ อัตราของความเสื่อมและถดถอยลง ทำให้บุคคลผู้นั้นเข้าสู่วัยสูงอายุเร็วกว่าบุคคลอื่นในวัยเดียวกัน

3. ทฤษฎีว่าด้วยยีนส์ (Genetic Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่าการสูงอายุนั้นเป็นลักษณะที่เกิดขึ้นตามกรรมพันธุ์ ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะโครงสร้างของอวัยวะบางส่วนของร่างกายเมื่ออายุมากขึ้น เช่น ลักษณะศีรษะล้าน ผมหงอกเร็ว ซึ่งลักษณะนี้เกิดขึ้นในบางคนเท่านั้น

4. ทฤษฎีว่าด้วยความสัมพันธ์ของพัฒนาการข้างต้น (Counterpart Theory) ทฤษฎีนี้ถือว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุ เป็นผลจากการรวมกันของพัฒนาการข้างต้น และเกี่ยวพันหรือติดตามย้อนหลังไปสู่ชีวิตในวัยเริ่มแรก ในทฤษฎีนี้ประกอบด้วย

4.1 ทฤษฎีบุคลิกภาพ (Personality Theory)

4.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับสารชีวเคมี (Biological Theory)

4.3 ทฤษฎีว่าด้วยพฤติกรรม (Behavioral Theory)

5. ทฤษฎีว่าด้วยอุบัติเหตุหรือความเสื่อมถดถอย (Accidental or "Wear and Tear" Theory) ทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่าคุณลักษณะในวัยสูงอายุเกี่ยวข้องกับการรวมของอิทธิพลที่เกิดจากเหตุการณ์หรืออุบัติเหตุต่าง ๆ ที่บุคคลนั้นได้รับในวัยที่ผ่านมา มีความเชื่อว่าผู้ที่มีชีวิตเต็มไปด้วย

ความวิตกกังวล ความเครียดสูง หรือทำงานหนัก เจ็บป่วยบ่อย จะมีอัตราของการเสื่อมและถดถอยสูง ก็จะมีลักษณะริ้วรอยของการสูงอายุปรากฏให้เห็นชัดได้มากกว่าผู้ที่อยู่ในวัยเดียวกัน แต่มีภาระหน้าที่น้อยกว่า ความเครียดต่ำ ไม่มีโรคเรื้อรังประจำตัว

ทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ จะเกี่ยวข้องกับกรอบแนวคิดในการวิจัยทางปัจจัยด้านสุขภาพ ไม่ว่าจะเป็นทางด้านสุขภาพกาย และสุขภาพจิต เพราะสุขภาพนั้นเป็นสิ่งสำคัญที่จะส่งผลกระทบต่อความเป็นอยู่ของผู้ที่จะเกษียณอายุ เพราะถ้าหากมีโรคประจำตัว หรือเจ็บป่วยเป็นโรคที่ต้องรักษา ก็จำเป็นที่จะต้องปรับเปลี่ยนรูปแบบในการใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุ

ผลกระทบของการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ที่เกษียณอายุในหลาย ๆ ด้าน ซึ่งล้วนแต่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้เกษียณอายุ และการดำเนินชีวิตอย่างมากมาย สิ่งกระทบเหล่านี้ได้แก่

1. ด้านร่างกาย ผู้เกษียณอายุนั้นเป็นผู้สูงอายุด้วย ดังนั้นจึงต้องพบกับความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ เช่น ระบบกระดูกเสื่อมลง ทำให้มีปัญหาในการเดินหรือระบบประสาทต่าง ๆ เสื่อมลงทำให้ผู้สูงอายุที่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายไม่ได้ เกิดความท้อแท้ใจต่อชีวิต และถ้าผู้สูงอายุขาดความรู้ในการดูแลด้วย ก็จะทำให้มีสุขภาพที่เสื่อมลงอย่างรวดเร็ว

2. ด้านจิตใจ การเกษียณอายุทำให้ผู้เกษียณอายุมองว่าไม่มีความสามารถ โดยเฉพาะบางคนที่เคยมีอำนาจอยู่หมดไป สิ่งเหล่านี้ถ้าผู้เกษียณอายุปรับตัวไม่ได้จะทำให้หงุดหงิด ท้อแท้ ซึมเศร้า คิดว่าตนหมดความหมาย ไม่มีคุณค่า ขาดความพึงพอใจต่อสภาพชีวิตในปัจจุบัน

3. ด้านสังคม การเกษียณอายุเป็นการถอนบทบาททางสังคมภายนอกออก ทำให้ผู้เกษียณอายุมีแต่สังคมภายในบ้าน ขาดการพบปะกับเพื่อนร่วมงาน อำนาจต่าง ๆ ที่เคยมีไปหมดไป ส่งผลให้ผู้เกษียณคิดว่าตนหมดคุณค่า ขาดการเคารพยกย่อง ก่อให้เกิดปัญหาทางจิตใจ มีความเหงาและว่าเหว่ ถ้าไม่มีบทบาทใหม่มาทดแทนจะทำให้ไม่เกิดความพึงพอใจในชีวิต

4. ด้านเศรษฐกิจ เมื่อออกจากงานจึงทำให้รายได้ลดลง แต่ในขณะที่เดียวกันรายจ่ายกลับเพิ่มมากขึ้น ต้องมีรายจ่ายเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่เสื่อมลงมากขึ้นจากเดิม ทำให้เกิดปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ

ผลกระทบของการเกษียณอายุจะเกี่ยวข้องกับกรอบแนวคิดในการวิจัยทางด้าน ความสนใจส่วนบุคคล ระดับรายได้ สุขภาพกาย และสุขภาพจิต เนื่องจากการใช้ชีวิตเกษียณอายุนั้นจะขึ้นอยู่กับความสนใจของแต่ละบุคคล ซึ่งจะดูจากรายได้ที่ได้รับ และสุขภาพของตนเองประกอบกัน

การปรับตัวหลังเกษียณอายุ

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของผู้สูงอายุ ได้แก่

1. อายุ หรือช่วงระยะเวลาภายหลังการเกษียณ อายุได้ส่งผลต่อการปรับตัวหรือความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุหลังเกษียณ โดยเฉพาะผู้ที่เพิ่งเกษียณค่อนข้างจะมีปัญหาในการปรับตัว และพบว่าแนวโน้มปัญหาการปรับตัวนี้จะลดลงเมื่อระดับอายุเพิ่มขึ้น (ดวงสมร เหว้วพัฒน์ 2542 : 28)

2. เพศ เป็นปัจจัยที่แสดงถึงค่านิยมที่บ่งบอกถึงคุณภาพ พลังอำนาจ และความสามารถตามธรรมชาติของบุคคลตามปัจจัยทางกรรมพันธุ์ (พันตำรวจโทหญิงดวงสมร เหว้วพัฒน์ 2542 : 28) พบว่า ผู้สูงอายุเมื่อมีเพศแตกต่างกันเมื่อเกษียณอายุต่างก็มีพฤติกรรมปรับตัว ความพึงพอใจในชีวิต อารมณ์ ความรู้สึกแตกต่างกันไป โดยเฉพาะอารมณ์ซึมเศร้า และอารมณ์เครียดมักพบในผู้สูงอายุที่เป็นหญิงมากกว่าผู้สูงอายุชาย ผู้สูงอายุหญิงจะรู้สึกเหงา ว่าเหว่มากกว่าผู้สูงอายุชาย ทั้งนี้ผู้สูงอายุที่เป็นหม้ายจะเป็นหญิงมากกว่าชาย

3. สถานภาพสมรส เป็นตัวบ่งชี้ถึงการสนับสนุนทางสังคม (ดวงสมร เหว้วพัฒน์ 2542 : 28) การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมจะทำให้บุคคลได้รับความช่วยเหลือทางวัตถุ มีความรักใคร่ผูกพัน และมีความภาคภูมิใจ บุคคลที่มีชีวิตคู่จะได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากและการสนับสนุนทางสังคมมาก ซึ่งจะเป็นเครื่องกันและลดระดับความเครียดทำให้บุคคลมีความสุขพอใจดี สถานภาพสมรสมีผลต่อผู้สูงอายุทั้งการปรับตัว สภาพจิตใจและสภาพสังคม ความเป็นหม้ายอาจมีผลต่อความเครียด ไม่มีความสุข สูญเสีย ความนับถือตนเอง และถอนตนออกจากสังคม ส่วนผู้ที่ยังอยู่กับคู่สมรสอาจมีส่วนด้านกำลังใจที่จะช่วยการปรับตัวได้ดีขึ้น และสำหรับผู้สูงอายุหญิง โสดมักปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่หย่าร้าง หม้าย หรือผู้สูงอายุชายโสด

4. ฐานะและเศรษฐกิจ เป็นตัวบ่งชี้ถึงสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม สามารถทำนวยงานอาชีพ และการศึกษาของบุคคลนั้นด้วย กล่าวคือ บุคคลที่มีการศึกษาสูง จะมีรายได้ดี ในขณะที่คนที่การศึกษาน้อยมักมีรายได้น้อย นอกจากนี้รายได้ยังเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตสามารถตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานได้ ผู้สูงอายุที่มีฐานะดีจะปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและวัฒนธรรมได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ โดยเฉพาะในผู้เกษียณอายุ เพราะนอกจากจะมีเงินพอใช้โดยไม่เดือดร้อนแล้ว ยังมีบุตรหลานมาปรนนิบัติเอาใจ (ดวงสมร เหว้วพัฒน์ 2542 : 29) ผู้สูงอายุที่มีรายได้เป็นของตนเองจะเกิดความมั่นใจในคุณค่าของตนเอง และรู้สึกว่าตนเองสามารถทำประโยชน์ให้ครอบครัวและสังคมได้

5. ภาวะการณมีบุตร ในประเทศไทยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังคงคาดหวังที่จะอาศัยอยู่กับบุตร และพึงพาบุตรในด้านต่าง ๆ ดังนั้นประวัติการมีบุตรของกลุ่มสตรีจึงมีความสำคัญในแง่การให้ความ มั่นคงกับคู่สมรสเมื่ออย่างเข้าสู่วัยสูงอายุ ถ้าจะประเมินศักยภาพการมีผู้เลี้ยงดูของผู้สูงอายุ ข้อมูลที่ เกี่ยวข้องอย่างมาก คือ จำนวนบุตรที่ยังมีชีวิตอยู่

6. ความเป็นอยู่ในครอบครัว การเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมในสังคม ทำให้สถานภาพของ ผู้สูงอายุในครอบครัวและสังคมลดต่ำลง โดยเฉพาะในเขตเมือง (ดวงสมร เหว่ววิวัฒน์ 2542 : 29) ความเคารพนับถือที่ผู้สูงอายุเคยได้รับเต็มที่ทั้งในครอบครัวและสมาชิกอื่นในชุมชนเริ่มลดน้อยลง ซึ่งผู้สูงอายุในเมืองอาจปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสังคมได้โดยอาศัยสถานสงเคราะห์ คนชรา แต่ผู้สูงอายุในชนบทยังคงอยู่กับลูกหลานในครอบครัวได้ ก็อาจปรับตัวโดยพึ่งพาเครือญาติ หรือเพื่อนบ้าน

7. ระดับการศึกษา การศึกษาเป็นสิ่งสำคัญต่อการพัฒนาความรู้ ทักษะ และมีทัศนคติที่ดี ต่อการดูแลตนเอง เพราะการศึกษาสูงจะทำให้บุคคลมีทักษะในการแสวงหาข้อมูล การซักถาม ปัญหา ตลอดจนการใช้แหล่งประโยชน์ต่าง ๆ ได้ดีกว่าบุคคลที่มีการศึกษาน้อย (ดวงสมร เหว่ว วิวัฒน์ 2542 : 29) ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับทัศนคติที่เกี่ยวกับการเกษียณอายุ ทั้งนี้เพศชายที่ มีการศึกษาในระดับสูง จะมีความรู้สึกที่ไม่เต็มใจหรือทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเกษียณอายุ เช่นเดียวกับ เพศหญิงที่มีการศึกษาสูง และมีสถานภาพในการทำงานดี จะมีความสนใจที่จะทำงานต่อมากกว่าการ เกษียณอายุไปตามเวลา

8. อาชีพและตำแหน่งงาน เป็นปัจจัยที่จะทำให้ผู้สูงอายุปรับตัวได้ดีเพียงใด เพราะอาชีพ จะนำมาซึ่งรายได้ประจำ และการมีงานทำ ทำให้ตัวเองมีคุณค่า เป็นประโยชน์ต่อครอบครัวและ สังคม แต่ละบุคคลจะมีความรู้สึกต่อการทำงานแตกต่างกัน ซึ่งจะส่งผลต่อทัศนคติของบุคคลนั้นที่มี ต่อภาวะของการเกษียณอายุ (ดวงสมร เหว่ววิวัฒน์ 2542 : 30) ได้เสนอแนวคิดว่า คนบางคนจะมี ความรู้สึกว่างงานที่ทำเป็นที่ย่งยากกว่า ในขณะที่ยังมองว่า งานทำให้ชีวิตมีคุณค่าทำให้เกิด ความหวัง ถ้าบุคคลใดมีความสุขกับการทำงานจะทำให้ความสนใจต่อการเกษียณอายุมากกว่าบุคคล ที่เบื่อหน่ายอยู่กับการทำงาน ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าลักษณะทัศนคติต่อการทำงานจะเป็นสิ่งที่ช่วย ตัดสินใจได้ว่าบุคคลนั้นจะมีความคิดเห็นเช่นไรกับการเกษียณอายุ

9. ภาวะด้านสุขภาพ สุขภาพและความเจ็บป่วย ตลอดจนปัญหาต่าง ๆ อันเนื่องมาจากการเจ็บป่วย พิกัด หรือไร้ความสามารถที่ผู้สูงอายุประสบ นับเป็นเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่งของผู้สูงอายุ จากการวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุในประเทศไทยต่างให้ผลตรงกันว่าปัญหาด้านสุขภาพอนามัยเป็น ปัญหาสำคัญปัญหาหนึ่งของผู้สูงอายุ (เนาวรัตน์ พลายน้อย 2547 : 21) ในบุคคลที่มีอายุเกิน 65 ปี จะพบปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุคือ อาการปวดเข่ามากที่สุด รองลงมาคือ ปัญหาการเคี้ยวอาหาร

ลำบาก แต่ในทำนองเดียวกันเมื่อให้ผู้สูงอายุประเมินสุขภาพตนเอง พบว่าส่วนใหญ่จะประเมินว่าสุขภาพแข็งแรงดี และดีมาก ทั้งนี้เนื่องจากการประเมินภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุมีความเชื่อมโยงกับสมรรถนะในการทำหน้าที่ของอวัยวะในร่างกาย เช่น ยังรู้สึกว่าคุณเองสามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้โดยไม่ต้องให้ผู้อื่นช่วยเหลือ ผู้สูงอายุจึงประเมินว่าสุขภาพของตนเองดี

การปรับตัวหลังเกษียณอายุ มีความเกี่ยวข้องกับกรอบแนวคิดในการวิจัยในปัจจุบันทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นทางด้านสังคม เศรษฐกิจ และด้านสุขภาพ เนื่องจากการปรับตัวหลังเกษียณอายุของแต่ละบุคคลนั้นจะขึ้นอยู่กับปัจจัยทางด้านต่าง ๆ ต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุว่าจะเป็นไปอย่างไร

แนวคิดเรื่องการออมในวัยเกษียณ

มีการคาดการณ์กันว่า ในปี 2578 ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ โดยจะมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปถึง 1 ใน 4 ของประชากรทั้งประเทศ ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะผลพวงของการประกาศใช้นโยบายประชากรในปี พ.ศ.2513 แผนการคุมกำเนิดที่ได้ผลเกินคาดและประสบความสำเร็จอย่างต่อเนื่อง ทำให้อัตราการเพิ่มประชากรลดลง ส่งผลต่อภาวะการณั้เจริญพันธุ์โดยรวมลดลงตามไปด้วย ขณะที่ปัจจัยด้านระบบสาธารณสุขและเทคโนโลยีทางการแพทย์เจริญรุดหน้า ทำให้ผู้คนมีอายุยืนยาวขึ้นกว่าแต่กาลก่อนมากมายหลายเท่า เมื่อประเทศชาติเข้าสู่ สังคมผู้สูงอายุ หากมองอย่างผิวเผินแล้วอาจรู้สึกว่าเป็นสังคมที่อบอุ่น ทุกอย่างจะดูช้าลง ชีวิตคงดำเนินไปด้วยความเรียบง่าย แต่ในความเป็นจริงแล้ว การก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุนั้น ต้องมีการเตรียมการหลายด้าน ทั้งเรื่องสวัสดิการ การออม ภาษี ระบบสาธารณสุข เพื่อรองรับความเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยไม่ให้สังคมต้องแบกรับปัญหา ซึ่งแน่นอนว่ารัฐต้องเป็นเจ้าภาพในการเตรียมความพร้อมเพื่อเรื่องนี้ แต่ในฐานะที่ตัวเราเองก็ต้องกลายเป็นผู้สูงอายุในวันข้างหน้าก็คงไม่อาจปิดความรับผิดชอบได้ แน่แน่นอนที่สุด การออมเพื่อวัยเกษียณ จึงเข้ามามีบทบาทที่สำคัญยิ่งสำหรับคนทำงานในวันนี้ สำหรับคนที่เข้าใจและตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องดังกล่าว การจัดวินัยทางการเงินของตนเองย่อมเป็นสิ่งที่ไม่ยากเกินไปที่จะทำ แต่อย่างที่เราทราบกันดีว่า สังคมไทยยังไม่ค่อยให้ความสำคัญเรื่องการออม ดังนั้น การที่คนเราแก่ตัวลงโดยไม่มีหลักประกันทางการเงินเลย ย่อมเป็นเรื่องที่น่าเป็นห่วงต่อไปสำหรับอนาคต

แนวโน้มอัตราการออมของคนไทยยังถือว่าอยู่ในระดับที่ต่ำ และมีแนวโน้มที่จะลดลงอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ ในอดีตเมื่อปี 2542 คนไทยมีอัตราการออมอยู่ที่ร้อยละ 13.7 ของรายได้บุคคล และลดลงอยู่ที่ร้อยละ 6.3 ในปี 2545 ซึ่งจริงๆ แล้วคนไทยน่าจะมีแนวโน้มการออมที่เพิ่มขึ้นจาก

รายได้ที่สูงขึ้นในแต่ละปี ที่ไม่เป็นเช่นนั้นนี้อาจจะเกิดจากสถานการณ์เศรษฐกิจที่ยังไม่จูงใจให้ประชาชนทำการออมได้มากเท่าที่ควร ทั้งนี้ ในช่วงที่ผ่านมาภาครัฐได้พยายามส่งเสริมการออมมาโดยลำดับ โดยนำทฤษฎีระบบบำนาญแบบ **Multi-pillar** ของธนาคาร โลกมาอ้างอิง ดังจะเห็นได้จากการกำหนดให้ผู้ทำงานในภาคเอกชนส่งเงินสะสมเข้ากองทุนสำรองเลี้ยงชีพและกองทุนประกันสังคม ในขณะที่ข้าราชการส่งเงินสะสมเข้ากองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ นอกจากนี้ รัฐยังมีมาตรการทางภาษีที่ช่วยสนับสนุนให้ประชาชนเพิ่มระดับการออมให้มากขึ้น อาทิ การลดหย่อนภาษีให้กับบุคคลผู้ทำประกันชีวิต (ที่มีอายุสัญญาตั้งแต่ 10 ปีขึ้นไป) หรือการลดหย่อนภาษีสำหรับผู้ที่ออมเงินผ่านกองทุนเพื่อการออมแบบผูกพัน ไม่ว่าจะเป็นกองทุนประกันสังคม รวมทั้งการลดหย่อนภาษีให้กับผู้ที่ซื้อกองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ (**Retirement Mutual Fund**) หรือกองทุนรวมหุ้นระยะยาว (**Long-term Equity Fund**) ทั้งนี้ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนหันมาออมเงินเพื่อการเกษียณอายุกันมากขึ้น การที่สังคมไทยก้าวเข้าสู่สังคมของ ผู้สูงอายุ ปัจจัยอย่างหนึ่งที่ทั้งภาครัฐและตัวประชาชนเองควรตระหนักและให้ความสำคัญก็คือ การออมของบุคคล เนื่องจากอัตราการออมที่ค่อนข้างต่ำของคนไทยจะเป็นตัวสะท้อนให้เห็นถึงแนวโน้มของปัญหาคุณภาพชีวิตหลังวัยเกษียณอายุ ดังนั้นทุกภาคส่วนในสังคมจึงควรให้ความสำคัญและร่วมมือกันออมเพื่อทำวัยเกษียณของเราให้เป็นการใช้ชีวิตในบั้นปลายอย่างมีความสุขและมีศักดิ์ศรี (วิสิฐ ตันตีสุนทร 2550 : 22)

แนวคิดเรื่องการออมในวัยเกษียณมีความเกี่ยวข้องกับกรอบแนวคิดในการวิจัยทางด้านระดับรายได้ และ ภาระทางครอบครัวเนื่องจากการที่จะเก็บออมเงินของแต่ละบุคคลนั้นจะขึ้นอยู่กับเงินเดือนที่ได้รับ ว่าเพียงพอต่อค่าใช้จ่ายหรือไม่ และต้องเลี้ยงดูสมาชิกภายในครอบครัวด้วยหรือไม่

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เพื่อนใจ รัตตากร (2550 : บทคัดย่อ) ศึกษาแนวทางการคิดของผู้สูงอายุเกี่ยวกับภาพลักษณ์ของ "ความชรา" เพื่ออธิบายการนิยามและทัศนคติการแบ่งอายุ โดยแปลความหมายและประเมินตนเองของผู้สูงอายุ และเพื่อศึกษาเงื่อนไขหลักในการสนับสนุนหรือกีดขวางความชราจากแนวคิดของผู้สูงอายุ ศึกษาโดยใช้วิธี **qualitative research methods** ผลลัพธ์แสดงถึงแนวทางการคิดของแต่ละบุคคลจะเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต และนำไปสู่จุดมุ่งหมายซึ่งคือความสมบูรณ์และประสบความสำเร็จในชีวิตประสบการณ์ของผู้สูงอายุและความแตกต่างทางวัฒนธรรม ทำให้แนวทางการดำเนินชีวิตถูกออกแบบและถูกสร้างขึ้นมา วิธีทางการดำเนินชีวิตยังกระทบต่อ

ความสามารถในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ และจะใช้เพื่อเป็นแนวทางไปสู่การแก้ตัวอย่างมีความสุข พร้อมกับคุณภาพชีวิตที่ดี และประสบความสำเร็จ

นิยามของคำว่าชราอย่างประสบความสำเร็จ คือกระบวนการความคิดผ่านประสบการณ์ชีวิต ผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จต้องปรับเปลี่ยนบทบาท ควรรู้ว่าอะไรที่เหมาะสมกับความสามารถ ความต้องการของตัวเองอาจเปลี่ยนเป็นความต้องการที่จะให้ผู้อื่น ชราอย่างประสบความสำเร็จควรมีการดูแลตัวเองอย่างดีในทุกๆทาง ทั้งสุขภาพทางร่างกายและจิตใจ การพึ่งพาตนเอง การตระหนักถึงคุณภาพชีวิต การเตรียมพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและทางสังคม ครอบรู้ทั้งด้านสังคมและเศรษฐกิจ มีประสบการณ์ ความรู้ความสามารถ ความเป็นผู้นำ เคร่งครัดในศีลธรรม มีความเมตตากรุณาต่อคนรอบข้าง ทำงานเพื่อชุมชนและสังคมเพื่อประโยชน์ส่วนรวม ทุกสิ่งนี้นำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นในช่วงสุดท้ายของชีวิต ตัวแปรที่ช่วยให้ชราอย่างประสบความสำเร็จคือสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและความคิด ความมั่นคงของชีวิต การยอมรับทางสังคมและสิ่งแวดล้อมที่จะสร้าง "ตัวตน" ของผู้สูงอายุ ยิ่งไปกว่านั้นยังเป็นกิจกรรมที่จะช่วยให้ทุกคนมุ่งไปสู่การรับรู้ถึงความสามารถของตนเองอีกด้วย

ทมาลี สุขสวัสดิ์ (2544 : บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการตัดสินใจเข้าร่วมโครงการเกษียณอายุก่อนกำหนดของข้าราชการ กรมการปกครอง ตรีศึกษา : ข้าราชการกรมการปกครอง ในจังหวัดชลบุรี มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของข้าราชการกรมการปกครอง ในจังหวัดชลบุรี ที่มีต่อ โครงการเปลี่ยนเส้นทางชีวิตเกษียณก่อนกำหนด 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อโครงการเปลี่ยนเส้นทางชีวิต : เกษียณก่อนกำหนดของข้าราชการปกครองกระทรวงมหาดไทย ในจังหวัดชลบุรี ประชากรที่ศึกษา ได้แก่ ข้าราชการฝ่ายปกครองในพื้นที่จังหวัดชลบุรี จำนวน 100 คน ผลการศึกษาพบว่า ประชากรที่ศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง โดยมีอายุเฉลี่ย 42 ปี ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. และมีประสบการณ์การทำงานระหว่าง 10 - 20 ปี มีรายได้ต่ำกว่า 15,000 บาท การศึกษาความพึงพอใจต่อสิทธิประโยชน์ของโครงการเปลี่ยนเส้นทางชีวิต : เกษียณก่อนกำหนดของข้าราชการกรมการปกครองกระทรวง มหาดไทย ในพื้นที่จังหวัดชลบุรี พบว่ามีความพึงพอใจต่อสิทธิประโยชน์ของโครงการอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อศึกษาสภาพแวดล้อมในหน่วยงาน พบว่าข้าราชการกรมการปกครองเห็นด้วยอยู่ในระดับปานกลาง โดยเห็นว่าหน่วยงานใช้ระบบอุปถัมภ์ในการเลื่อนขั้นเงินเดือนและเลื่อนตำแหน่งมากกว่าใช้ความรู้ความสามารถ สำหรับปัจจัยที่มีผลต่อโครงการเปลี่ยนเส้นทางชีวิต : เกษียณก่อนกำหนดของข้าราชการกรมการปกครอง พบว่าเพศ อายุ ตำแหน่ง ความพึงพอใจต่อสิทธิประโยชน์ของโครงการ และสภาพแวดล้อมในหน่วยงานไม่มีผลต่อโครงการเปลี่ยนเส้นทางชีวิตและจากการสัมภาษณ์

ความคิดเห็นของข้าราชการที่เข้าร่วมโครงการเปลี่ยนเส้นทางชีวิต 3 คน พบ ว่าผู้ที่เข้าร่วมโครงการ ส่วนใหญ่มีความประสงค์จะลาออกจากชีวิตข้าราชการอยู่แล้วด้วยเหตุผลหลาย ๆ ประการ ซึ่งสิทธิประโยชน์ที่โครงการมอบให้ไม่ใช่แรงจูงใจแต่อย่างใดที่จะโน้มน้าวให้ลาออก ทั้งนี้เนื่องจาก ค่าตอบแทนต่าง ๆ ที่ได้รับน้อยมาก

สุนีย์ โสภณ (2544 : บทคัดย่อ) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมโครงการเปลี่ยนเส้นทางชีวิต: ศึกษาก่อนกำหนด ของข้าราชการสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงอุตสาหกรรม 3 ด้าน ได้แก่ ปัจจัยทางด้านผลประโยชน์ตอบแทน ปัจจัยในเรื่องงาน และปัจจัยในเรื่องส่วนตัว โดยการใช้กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยจากข้าราชการในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงอุตสาหกรรม ที่มีคุณสมบัติในการเข้าร่วมโครงการฯ กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตาราง Krejcie และ Morgan ได้จำนวน 92 คน ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตัดสินใจไม่เข้าร่วมโครงการฯ ลักษณะผลประโยชน์ตอบแทนที่มีผลต่อการตัดสินใจในทัศนะของกลุ่มตัวอย่างตามลำดับ คือ การได้รับเงินบำเหน็จหรือบำนาญ และเงิน ช.ร.บ. หลังจากเกษียณอายุ ถัดมาคือ การได้รับเงินขวัญถุง ในอัตรา 7 เท่าของอัตราเงินเดือนเดือนสุดท้าย

ประภาศรี มานิตย์ (2540 : บทคัดย่อ) ศึกษาการปรับตัวหลังเกษียณ และเปรียบเทียบการปรับตัวของบุคลากรสายอาจารย์ที่มีระยะเวลาหลังเกษียณต่างกัน สถาบันอุดมศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคลากรสายอาจารย์ทั้งเพศชายและเพศหญิงที่เกษียณในปีพ.ศ. 2536 ถึง 2541 มีการรับรู้เวลา สถานที่ และบุคคลปกติ จำนวน 120 ราย สุ่มตัวอย่างโดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบประเมินการปรับตัวซึ่งสร้างโดย จูติมาน แก้วขาว ประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินการปรับตัวด้านสรีรวิทยา ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นระหว่างผู้สังเกตเท่ากับ 1 และแบบสอบถามการปรับตัวด้านสรีรวิทยา ด้านอัตมโนทัศน์ ด้านบทบาทหน้าที่และด้านการพึ่งพาระหว่างกัน ผลการศึกษาพบว่า การปรับตัวโดยรวมของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีคะแนนระดับสูงกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีการปรับตัวหลังเกษียณ ด้านสรีรวิทยา ด้านบทบาทหน้าที่และด้านการพึ่งพาระหว่างกันอยู่ในระดับเหมาะสม ส่วนการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในระดับเหมาะสม คะแนนเฉลี่ยการปรับตัวหลังเกษียณในแต่ละช่วงเวลาของกลุ่มตัวอย่างทั้งโดยรวมและรายด้านไม่มีความแตกต่างกัน ผลการวิจัยในครั้งนี้สามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการวางแผนการคงไว้ซึ่งการปรับตัวหลังเกษียณที่เหมาะสมต่อไป

กรณีการ พงษ์สนธิ, สุวพรรณ สถิโรภาส, ยูยงค์ เขียวพานนท์ (2537 : บทคัดย่อ) ศึกษาวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้มุ่งเน้นที่จะศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณของบุคลากร ในสถาบันอุดมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มประชากรที่ศึกษาเป็นบุคลากรที่มีอายุ 55-60 ปี ในปี พ.ศ. 2537 และทำงานในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยแม่โจ้ สถาบันราชภัฏเชียงใหม่ และสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลวิทยาเขตภาคพายัพ กลุ่มตัวอย่างใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย ประกอบด้วยบุคลากรจากสถาบันการศึกษาดังกล่าว จำนวน 164 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ผลของการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง มีอายุเฉลี่ย 57 ปี สถานภาพสมรสคู่ นับถือศาสนาพุทธ และมีได้มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดเชียงใหม่ ในด้านการศึกษาส่วนใหญ่เป็นอาจารย์ระดับปริญญาตรี มีรายได้จากเงินเดือนประจำซึ่งพอเป็นค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน การเตรียมตัวก่อนเกษียณ กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมตัวดีเกือบทุกด้าน ยกเว้นในเรื่องการรับประทานอาหาร ภาวะสุขภาพและความเจ็บป่วย การออกกำลังกายที่ถูกต้องและเหมาะสมและการมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ซึ่งแก้ไขได้ด้วยการปรึกษาผู้ที่ไว้วางใจ ปรึกษาแพทย์ และฟังศาสนา โดยทั่วไปกลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมดเห็นด้วยกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ โดยเฉพาะการเตรียมตัวด้านร่างกาย กลุ่มตัวอย่างไม่ได้วางแผนประกอบอาชีพหลังเกษียณสำหรับการวางแผนศึกษาภายหลังเกษียณจะเป็นการศึกษาในสาขา การเกษตร ทำอาหาร และศาสนา

ตามพรรณ แหม่มซ้อย (2536 : บทคัดย่อ) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ การรับรู้ การสนับสนุนทางสังคม และความสามารถในการปฏิบัติพัฒนาการ รวมทั้งความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมกับความสามารถในการปฏิบัติพัฒนาการของข้าราชการบำนาญในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี กลุ่มตัวอย่างคือ ข้าราชการบำนาญอายุ 60 - 65 ปี ที่อาศัยอยู่ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี จำนวน 86 คน ซึ่งสุ่มมาโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีโครงสร้างกำหนดไว้แน่นอนอน เก็บข้อมูลโดยการส่งแบบสอบถามทางไปรษณีย์ ผลการวิจัยพบว่า ข้าราชการบำนาญมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคมและด้านเศรษฐกิจ โดยมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณ ด้านเศรษฐกิจเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยหลังเกษียณมากที่สุด และมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านจิตใจเกี่ยวกับการสูญเสียที่ต้องเผชิญ เมื่อเกษียณอายุน้อยที่สุด มีการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมในด้านอารมณ์ ด้านสิ่งของ แรงงาน เงินทอง ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านการประเมินเปรียบเทียบ โดยมีการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม ด้านการประเมินเปรียบเทียบเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในการแสดง

ความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่นมากที่สุด และมีการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร
เกี่ยวกับการปฏิบัติตน ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุน้อยที่สุด



ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุการทำงานของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ที่มีช่วงอายุระหว่าง 40 - 60 ปี โดยใช้วิธีการวิจัยแบบผสม (Mixed Methodology) ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินงาน ดังนี้

- ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
- การทดสอบความน่าเชื่อถือของเครื่องมือ
- การเก็บรวบรวมข้อมูล
- การวิเคราะห์ข้อมูล
- แผนงานและระยะเวลางานวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นพนักงานของสำนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ จำนวน 121 คน (สถิติข้อมูลไปรษณีย์ไทย: 2551)

ผลงานวิทยานิพนธ์ ระดับปริญญาตรี

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เลือกมาจากพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ ที่มีอายุระหว่าง 40 - 60 ปี จำนวน 53 คน โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เพื่อนำข้อมูลที่ได้และข้อเสนอแนะมาสรุปเกี่ยวกับรูปแบบการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลในงานวิจัยนี้ คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นประกอบกับการสัมภาษณ์ โดยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเป็นแนวทางในการออกแบบสอบถาม โดยแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส ภาระทางครอบครัว ระดับการศึกษา รายได้ ที่อยู่อาศัย ค่าใช้จ่าย สถานภาพ/ตำแหน่งการทำงาน ความสามารถพิเศษ และโรคประจำตัว มีลักษณะเป็นแบบสอบถามแบบตรวจสอบรายการ (Check List) จำนวน 15 ข้อ

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งมีทั้งหมด 21 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับความคิดเห็น คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

- 1 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุอยู่ในระดับน้อยที่สุด
- 2 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุอยู่ในระดับน้อย
- 3 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุอยู่ในระดับปานกลาง
- 4 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุอยู่ในระดับมาก
- 5 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุอยู่ในระดับมากที่สุด

ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งมีทั้งหมด 14 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับความคิดเห็น คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

- 1 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุอยู่ในระดับน้อยที่สุด

2 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณ
อายุอยู่ในระดับน้อย

3 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณ
อายุอยู่ในระดับปานกลาง

4 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณ
อายุอยู่ในระดับมาก

5 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณ
อายุอยู่ในระดับมากที่สุด

ส่วนที่ 4 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ
ของผู้ตอบแบบสอบถาม มีทั้งหมด 9 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)
แบ่งออกเป็น 5 ระดับความคิดเห็น คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยมีเกณฑ์การ
ให้คะแนนดังนี้

1 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณ
อายุอยู่ในระดับน้อยที่สุด

2 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณ
อายุอยู่ในระดับน้อย

3 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณ
อายุอยู่ในระดับปานกลาง

4 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณ
อายุอยู่ในระดับมาก

5 คะแนน หมายถึง ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณ
อายุอยู่ในระดับมากที่สุด

ผลงานวิจัยนักศึกษาระดับปริญญาตรี

การทดสอบความถูกต้องของเครื่องมือ

แบบสอบถามที่ผู้ทำการวิจัยสร้างเสร็จแล้ว จะนำมาทดสอบเพื่อหาประสิทธิภาพของ
แบบสอบถาม ก่อนที่จะนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ทั้งนี้เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความน่าเชื่อถือ
และตรงตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัยนี้ ผู้ศึกษาจึงได้ให้อาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญตรวจสอบ
เนื้อหา ความเหมาะสมของภาษา และ โครงสร้างของแบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ในงานวิจัย ก่อนที่จะนำแบบสอบถามไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อการศึกษา
 ค้นคว้าต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยได้ออกแบบสอบถามเพื่อทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่ผ่านการทดสอบความถูกต้องแล้ว และขอความร่วมมือจากองค์กรของกลุ่มตัวอย่างเพื่อทำการรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยเดินทางไปสำนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ เพื่อแจกแบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยจะแจกแบบสอบถามแก่พนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ที่มีอายุระหว่าง 40 - 60 ปี โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ใช้ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนตุลาคมถึงเดือนพฤศจิกายน 2551
3. นำข้อมูลที่ได้ทั้งหมดไปทำการวิเคราะห์และสรุปผลเพื่อนำเสนอต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อทำการสัมภาษณ์ และเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมดแล้ว ผู้วิจัยจะตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล และนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาทำการเรียบเรียงและตีความหมาย เพื่อให้ได้ข้อมูลตรงตามกรอบวัตถุประสงค์ที่ได้กำหนดไว้ จากนั้นจึงนำข้อมูลทั้งหมดมาลงรหัสโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ SPSS for Windows มาทำการวิเคราะห์ ดังนี้

ผลงานวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาตรี

1. ค่าร้อยละ (Percentage) โดยใช้สูตร (ส่วน สายยศ 2531 : 59)

$$\text{ค่าร้อยละ} = \frac{\text{จำนวนที่ต้องการเปรียบเทียบ}}{\text{จำนวนทั้งหมด}} \times 100$$

2. ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์ 2534 : 40)

สูตร	$\bar{X} = \frac{\sum X_i}{n}$
โดยที่	\bar{X} = ค่าเฉลี่ยของคะแนน
	$\sum X_i$ = ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	n = จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
	i = กลุ่มตัวอย่างแต่ละคน

3. ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน (Standard Deviation) โดยใช้สูตร (ชูศรี วงศ์รัตน์ 2534 : 40)

สูตร	$S = \sqrt{\frac{\sum (X_i - \bar{X})^2}{n}}$
โดยที่	\bar{X} = ค่าเฉลี่ยของคะแนน
	X_i = คะแนนของกลุ่มตัวอย่างแต่ละคน
	n = จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
	i = กลุ่มตัวอย่างแต่ละคน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปวิเคราะห์โดยการหาค่าร้อยละ (Percentage) เพื่ออธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ โดยการหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ใช้อธิบายปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ โดยใช้เกณฑ์การแปลความหมาย (วัฒนา สุนทรชัย 2546 : 251) ดังนี้

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 4.50 – 5.00 หมายถึง ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.50 – 4.49 หมายถึง ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุมาก

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 – 3.49 หมายถึง ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุปานกลาง

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.50 – 2.49 หมายถึง ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลัง
การเกษียณอายุน้อย

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00 – 1.49 หมายถึง ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลัง
การเกษียณอายุน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการ
เกษียณอายุ ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ โดยการหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
(Standard Deviation) ใช้อธิบายปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 4.50 – 5.00 หมายถึง ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิต
หลังการเกษียณอายุมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.50 – 4.49 หมายถึง ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิต
หลังการเกษียณอายุมาก

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 – 3.49 หมายถึง ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิต
หลังการเกษียณอายุปานกลาง

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.50 – 2.49 หมายถึง ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิต
หลังการเกษียณอายุน้อย

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00 – 1.49 หมายถึง ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิต
หลังการเกษียณอายุน้อยที่สุด

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการ
เกษียณอายุ ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ โดยการหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
(Standard Deviation) ใช้อธิบายปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 4.50 – 5.00 หมายถึง ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิต
หลังการเกษียณอายุมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.50 – 4.49 หมายถึง ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิต
หลังการเกษียณอายุมาก

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 – 3.49 หมายถึง ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิต
หลังการเกษียณอายุปานกลาง

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.50 – 2.49 หมายถึง ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิต
หลังการเกษียณอายุน้อย

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00 – 1.49 หมายถึง ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิต
หลังการเกษียณอายุน้อยที่สุด

การให้คะแนนของแบบทดสอบ ซึ่งมีข้อคำถามทั้งเชิงบวกและเชิงลบ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

คำตอบ	เชิงบวก	เชิงลบ
มากที่สุด	5	1
มาก	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

ตอนที่ 5 แบบสอบถามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมของผู้ตอบแบบสอบถาม

แผนงานและระยะเวลางานวิจัย

	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.
	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	52
1. รวบรวมข้อมูล	←→											
2. ค้นคว้างานวิจัย		←→										
3. ทำแบบสอบถาม						←→						
4. ลงพื้นที่เก็บข้อมูล								←→				
5. วิเคราะห์ข้อมูล										←→		

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมาย เพื่อศึกษาปัจจัยกำหนดรูปแบบการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ ของพนักงาน ไปรษณีย์นครหลวงใต้ ที่มีช่วงอายุระหว่าง 40 -60 ปี ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลในภาพรวมตามกรอบแนวคิดในการวิจัย

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมายเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

n แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

\bar{X} แทน ค่าเฉลี่ย (Mean)

$S.D.$ แทน ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อศึกษาปัจจัยกำหนดรูปแบบการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 จำนวนและร้อยละเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพ ภาระทางครอบครัว ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของท่าน

สถานที่อยู่อาศัย ภาระค่าใช้จ่ายโดยประมาณต่อเดือน รายได้เสริมนอกเหนือจากงานประจำ โดยประมาณ สถานภาพในการทำงาน ตำแหน่งการทำงาน ประสบการณ์/ความสามารถในด้านใดเป็นพิเศษ อาชีพที่สนใจทำภายหลังเกษียณอายุ มีโรคประจำตัวหรือไม่ และ ต้องการใช้ชีวิตรูปแบบใดภายหลังเกษียณอายุ

ส่วนที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานค่าเฉลี่ยของปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ

ส่วนที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ รายชื่อ

ส่วนที่ 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ รายชื่อ

ส่วนที่ 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ รายชื่อ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาข้อมูลเพื่อศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นตารางประกอบคำอธิบาย ซึ่งรายละเอียดปรากฏดังตาราง ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

	ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	24	45.3
	หญิง	29	54.7
	รวม	53	100.00
สถานภาพ	โสด	8	15.1
	หม้าย	3	5.7
	แยกกันอยู่	1	1.9
	สมรส	40	75.5
	หย่าร้าง	1	1.9
	รวม	53	100.00

	ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
ภาระทางครอบครัว	ผู้ที่อยู่ในอุปการะ	1	1.9
	มีบุตร	34	64.2
	ไม่มีบุตร	18	34.0
	รวม	53	100.00
ระดับการศึกษา	ประถมศึกษา	-	-
	มัธยมศึกษา	6	11.3
	ปวช./ปวส.	6	11.3
	อนุปริญญา หรือเทียบเท่า	3	5.7
	ปริญญาตรี	32	60.4
	สูงกว่าปริญญาตรี	6	11.3
	อื่นๆ.....	-	-
	รวม	53	100.00
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน	ไม่เกิน 10,000 บาท	-	-
	10,001 - 20,000 บาท	7	13.2
	20,001 - 30,000 บาท	7	13.2
	30,001 - 40,000 บาท	10	18.9
	40,001 บาทขึ้นไป	29	54.7
	รวม	53	100.00
สถานที่อยู่อาศัย	บ้านของตนเอง	46	86.8
	คอนโด / อพาร์ทเมนต์	6	11.3
	บ้านเช่า	1	1.9
	อื่นๆ	-	-
	รวม	53	100.00
ภาระค่าใช้จ่ายโดย ประมาณต่อเดือน	ไม่เกิน 10,000 บาท	9	17.0
	10,001 - 20,000 บาท	12	22.6
	20,001 - 30,000 บาท	13	24.5
	30,001 บาทขึ้นไป	19	35.8
	รวม	53	100.00

	ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
รายได้เสริมนอกเหนือจาก งานประจำโดยประมาณ	ต่ำกว่า 5,000 บาท	5	9.4
	5,001 - 10,000 บาท	11	20.8
	10,001 - 20,000 บาท	3	5.7
	20,001 บาทขึ้นไป	2	3.8
	ไม่ได้ประกอบอาชีพเสริม	32	60.4
	รวม	53	100.00
สถานภาพในการทำงาน	พนักงาน	52	98.1
	ลูกจ้างประจำ	1	1.9
	ลูกจ้างรายวัน	-	-
	รวม	53	100.00
ตำแหน่งการทำงาน	หัวหน้าฝ่าย	5	9.4
	พนักงานธุรการ	13	24.5
	พนักงานไปรษณีย์	13	24.5
	พนักงานขับรถ	2	3.8
	พนักงานพิมพ์ดีด	2	3.8
	พนักงานการบัญชี - การเงิน	13	24.5
	อื่นๆ.....	5	9.4
	รวม	53	100.00
ประสบการณ์/ความ	ด้านเทคโนโลยี/สารสนเทศ	12	22.6
สามารถพิเศษ	ด้านดนตรี	4	7.5
	ด้านการทำอาหาร	16	30.2
	ด้านกีฬา	12	22.6
	ด้านศิลปกรรมแขนงต่างๆ	4	7.5
	อื่นๆ...	5	9.4
	รวม	53	100.00
อาชีพที่สนใจทำภายหลัง	ค้าขาย	21	39.6
เกษียณอายุ	รับจ้างทั่วไป	-	-
	ไม่สนใจประกอบอาชีพภายหลัง	13	24.5
	เกษียณอายุ		

	ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
	เปิดกิจการเป็นของตนเอง/ครอบครัว	18	34.0
	อื่นๆ	1	1.9
	รวม	53	100.00
โรคประจำตัว	ไม่มี	43	81.1
	มี	10	18.9
	รวม	53	100.00
ต้องการใช้ชีวิตรูปแบบใด ภายหลังเกษียณอายุ	ศึกษาธรรมะหรือเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา	8	15.1
	ปลูกต้นไม้/ ตกแต่งบ้าน / เลี้ยงสัตว์ในที่พักอาศัย	22	41.5
	เป็นอาสาสมัครในองค์กรการกุศล	4	7.5
	สอนหนังสือ/ เป็นวิทยากรให้แก่หน่วยงานต่างๆ	2	3.8
	ทำงานหาอาชีพเสริมรายได้ให้แก่ครอบครัว	15	28.3
	อื่นๆ.....	2	3.8
	รวม	53	100.00

จากตาราง 1 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง เป็นจำนวนร้อยละ 54.7 รองลงมาคือ เพศชาย เป็นจำนวนร้อยละ 45.3 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ สมรส คิดเป็นร้อยละ 75.5 รองลงมาคือ โสด คิดเป็นร้อยละ 15.1 ภาระทางครอบครัวของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ มีบุตร คิดเป็นร้อยละ 64.2 รองลงมาคือ ไม่มีบุตร คิดเป็นร้อยละ 34.0 ระดับการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ ปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 60.4 รองลงมา คือมัธยมศึกษา ปวช./ปวส. และสูงกว่าปริญญาตรี โดยทั้งสามระดับนี้มีจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 11.3 รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของท่านประมาณของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ คือ 40,001 ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 54.7 รองลงมา คือ 30,001 - 40,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 18.9 สถานที่อยู่อาศัยของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ บ้านของตนเอง คิดเป็นร้อยละ 86.8 รองลงมาคือ คอนโด/อพาร์ทเมนต์ คิดเป็นร้อยละ 11.3 ภาระค่าใช้จ่ายโดยประมาณต่อเดือนของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ 30,001 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 35.8 รองลงมาคือ 20,001

- 30,000 คิดเป็นร้อยละ 24.5 รายได้เสริมนอกเหนือจากงานประจำโดยประมาณ ของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ ไม่ได้ประกอบอาชีพเสริม คิดเป็นร้อยละ 60.4 รองลงมา คือ 5,001 - 10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 20.8 สถานภาพในการทำงานของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ พนักงาน คิดเป็นร้อยละ 98.1 รองลงมาคือ ลูกจ้างประจำ คิดเป็นร้อยละ 1.9 ตำแหน่งการทำงานของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ พนักงานธุรการ พนักงานไปรษณีย์ และพนักงานบัญชี การเงิน โดยทั้งสามตำแหน่งนี้มีจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 24.5 รองลงมา คือ หัวหน้าฝ่าย และ อื่นๆ โดยทั้งสองตำแหน่งมีจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 11.3 ประสบการณ์/ความสามารถพิเศษของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ ด้านการทำอาหาร คิดเป็นร้อยละ 30.2 รองลงมาคือ ด้านเทคโนโลยี/สารสนเทศ และด้านกีฬา โดยสองด้านนี้มีจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 22.6 อาชีพที่สนใจทำภายหลังเกษียณอายุของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ ค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 39.6 รองลงมาคือ เปิดกิจการของตนเอง/ครอบครัว 34.0 โรคประจำตัวของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ ไม่มี คิดเป็นร้อยละ 81.1 และที่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 18.9 และ ความต้องการใช้ชีวิตรูปแบบใดภายหลังเกษียณอายุ ของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คือ ปลุกต้นไม้/ ตกแต่งบ้าน/ เลี้ยงสัตว์ในที่พักผ่อน คิดเป็นร้อยละ 41.5 รองลงมา คือ ทำงานหาอาชีพเสริมรายได้ให้แก่ครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 28.3

ตอนที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานค่าเฉลี่ยของปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ
ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ
รายด้าน

	ด้านปัจจัย	\bar{X}	S.D.	ระดับ
1	ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อรูปแบบการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ	3.39	.35	ปานกลาง
2	ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อรูปแบบการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ	3.21	.50	ปานกลาง
3	ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อรูปแบบการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ	3.44	.49	ปานกลาง
	รวม	3.30	.38	ปานกลาง

จากตาราง 2 พบว่า ปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ อยู่ในเกณฑ์ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.30$) โดยปัจจัยที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดได้แก่ ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ ($\bar{X} = 3.44$) รองลงมาได้แก่ ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ ($\bar{X} = 3.30$) ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ ($\bar{X} = 3.21$) ตามลำดับ

ตอนที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ รายข้อ

ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ	N = 53		
	\bar{X}	S.D.	ระดับ
ท่านมีความกังวลใจในชีวิตหลังเกษียณอายุ	3.15	1.18	ปานกลาง
ท่านรู้สึกว้าวมานในครอบครัวทำให้ท่านรู้สึกอึดอัดใจ	3.94	.77	มาก
ท่านมีความพึงพอใจในสภาพความเป็นอยู่ของครอบครัว	4.06	.66	มาก
ท่านเตรียมการยอมรับการเป็นสมาชิกในครอบครัวแทนการเป็นหัวหน้าครอบครัวเมื่อเกษียณอายุ	3.64	.83	มาก
ท่านรู้สึกว่าได้ประสบความสำเร็จสมหวังในหน้าที่การงาน	3.75	.95	มาก
ท่านยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในตำแหน่งหน้าที่การงาน	3.68	.85	มาก
ภายหลังการเกษียณอายุ			
ท่านคิดว่าการเกษียณอายุทำให้ขาดเพื่อนปะสังสรรค์	3.36	0.96	ปานกลาง
ท่านจะพบว่าบ่อยครั้งท่านขาดความอดทน และไม่ยอมอยู่ร่วมกับผู้อื่น	3.53	.95	มาก
ท่านไม่ยอมเกษียณอายุเนื่องจากหน้าที่การงานมีความเจริญก้าวหน้า	2.79	1.18	ปานกลาง
ท่านทำประโยชน์ให้แก่สังคมและส่วนรวม	3.32	.77	ปานกลาง
ท่านมีความต้องการที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นมากกว่าอยู่เพียงลำพัง	3.47	.89	ปานกลาง
ท่านคิดว่าระดับการศึกษาส่งผลต่อการใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุ	3.06	1.16	ปานกลาง
ท่านต้องการเข้าร่วมกิจกรรมผู้สูงอายุหลังเกษียณอายุ	3.00	.89	ปานกลาง

ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ	N = 53		
	\bar{X}	S.D.	ระดับ
ท่านต้องการศึกษาธรรมะ ปาฐกถา หรือเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาภายหลังเกษียณอายุ	3.38	.98	ปานกลาง
ท่านต้องการทำงานอดิเรกในยามว่าง เช่น ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ ภายหลังเกษียณอายุ	3.74	1.00	มาก
ท่านต้องการทำงานอาสาสมัครให้แก่องค์กรการกุศลภายหลังเกษียณอายุ	2.75	.99	ปานกลาง
ท่านต้องการพบปะสังสรรค์กับเพื่อนๆ วัยเดียวกันภายหลังเกษียณอายุ	3.32	.85	ปานกลาง
ท่านต้องการออกไปทำประโยชน์ให้แก่ชุมชน เช่น การสอนหนังสือ หรือเป็นวิทยากรภายหลังเกษียณอายุ	2.87	1.02	ปานกลาง
ท่านต้องการทำงาน หรือหาอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ให้แก่ครอบครัวภายหลังเกษียณอายุ	3.26	1.02	ปานกลาง
รวม	3.39	0.35	ปานกลาง

จากตาราง 3 พบว่า ปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ ด้านปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ อยู่ในเกณฑ์ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.39$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ได้แก่ ผู้ตอบแบบสอบถามรู้สึกว้าวมานในครอบครัวทำให้รู้สึกอบอุ่นใจ ($\bar{X} = 3.94$) รองลงมา ได้แก่ รู้สึกว่าได้รับความสำเร็จสมหวังในหน้าที่การงาน ($\bar{X} = 3.75$) สำหรับข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าข้ออื่นๆ ได้แก่ ผู้ตอบแบบสอบถามต้องการทำงานอาสาสมัครให้แก่องค์กรการกุศลภายหลังเกษียณอายุ ($\bar{X} = 2.75$) โดยมีคำถามข้อ 1 ข้อ 7 และข้อ 8 เป็นคำถามเชิงลบ

สรุปผลการวิเคราะห์

ส่วนที่ 3 การวิเคราะห์ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ ตามกรอบแนวคิดในการวิจัย ทางด้านเพศ จะสังเกตได้ว่ากลุ่มตัวอย่างจะเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ซึ่งจะมีความต้องการทำงานอดิเรกในยามว่าง เช่น ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ภายหลังเกษียณอายุ มากที่สุด ทางด้านบทบาททางสังคมพบว่าส่วนใหญ่จะทำงานในตำแหน่งงานที่เป็นลูกจ้างประจำ ส่วนใหญ่จะสมรส ซึ่งบุคคลกลุ่มนี้ก็จะพร้อมที่จะยอมรับการเป็นสมาชิกในครอบครัวแทนที่จะเป็นหัวหน้าครอบครัว ถึงแม้ว่าส่วนใหญ่จะรู้สึกว้าวมานจากหน้าที่การงานแต่ก็ยอมรับต่อการ

เปลี่ยนแปลงทางหน้าที่การงานหลังเกษียณอายุ ทางด้านอาชีพที่สนใจทำภายหลังเกษียณอายุ บางส่วนจะอยากเปิดกิจการ หรือค้าขาย เพราะถึงแม้เงินเดือนที่ได้จะมากแต่ค่าใช้จ่ายก็มีมากเช่นกัน อีกทั้งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มิได้ประกอบอาชีพเสริมนอกเหนือจากงานประจำ แต่ก็มีบางส่วนที่ไม่อยากประกอบอาชีพเสริมหลังเกษียณอายุเนื่องจากได้รับเงินบำเหน็จภายหลังเกษียณอายุที่ค่อนข้างสูง ทางด้านระดับการศึกษาส่วนใหญ่จะจบการศึกษาในระดับปริญญาตรีซึ่งส่วนใหญ่ไม่คิดว่าการศึกษาระดับสูงจะส่งผลกระทบต่อชีวิตภายหลังเกษียณอายุมากนัก เพราะส่วนใหญ่จะมีประสบการณ์หรือความสามารถพิเศษทางด้านการทำงาน ซึ่งสามารถที่จะนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ ภายหลังเกษียณอายุได้มากกว่า

ตอนที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ รายข้อ

ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ	N = 53		
	\bar{X}	S.D.	ระดับ
ท่านมีการฝากเงินประจำทุกเดือน	3.66	.91	มาก
ท่านมีความพึงพอใจในอาชีพของท่าน	3.94	.74	มาก
ท่านทำงานอื่นนอกจากงานประจำ หรือหาอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ให้แก่ครอบครัวเนื่องจากรายได้ไม่พอกับรายจ่าย	2.43	1.15	น้อย
ท่านคิดว่าสมาชิกภายในครอบครัวของท่านมีจำนวนที่เหมาะสม	3.66	.87	มาก
ท่านมีภาระต้องเลี้ยงดูสมาชิกภายในครอบครัว	3.26	1.00	ปานกลาง
ท่านมีความพึงพอใจในเงินเดือนที่ได้รับจากการทำงาน	3.72	.71	มาก
ท่านมีความต้องการที่จะเปลี่ยนอาชีพใหม่เพื่อความมั่นคงในหน้าที่การงาน	2.15	1.08	น้อย
สมาชิกภายในครอบครัวของท่านสามารถทำงานหารรายได้ได้ด้วยตนเอง	3.26	1.05	ปานกลาง
ท่านต้องการซื้อบ้าน หรือหาที่อยู่อาศัยใหม่ภายหลังเกษียณอายุ	2.62	1.33	ปานกลาง
ท่านคิดว่ารายได้ที่ได้รับภายหลังเกษียณอายุเพียงพอต่อค่าใช้จ่ายครอบครัวของท่านมีรายได้ประจำจากการทำธุรกิจส่วนตัว	3.19	1.02	ปานกลาง
	2.62	1.16	ปานกลาง

ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ	N = 53		
	\bar{X}	S.D.	ระดับ
ท่านไม่ต้องกู้ยืมเงินจากธนาคาร สหกรณ์ หรือจากแหล่งเงินทุนต่างๆ สำหรับใช้จ่ายภายในครอบครัว	3.72	1.30	มาก
ท่านไม่มีหนี้สินที่ต้องรับผิดชอบ	3.42	1.37	ปานกลาง
รวม	3.21	.50	ปานกลาง

จากตาราง 4 พบว่า ปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ ด้านปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ อยู่ในเกณฑ์ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.21$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ได้แก่ ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในอาชีพ ($\bar{X} = 3.94$) รองลงมาได้แก่ มีความพึงพอใจในเงินเดือนที่ได้รับจากการทำงาน และไม่ต้องกู้ยืมเงินจากธนาคาร สหกรณ์ หรือจากแหล่งเงินทุนต่างๆ สำหรับใช้จ่ายภายในครอบครัว ($\bar{X} = 3.72$) สำหรับข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าข้ออื่นๆ ได้แก่ ผู้ตอบแบบสอบถามมีความต้องการที่จะเปลี่ยนอาชีพใหม่ เพื่อความมั่นคงในหน้าที่การงาน ($\bar{X} = 2.15$)

สรุปผลการวิเคราะห์

ส่วนที่ 4 การวิเคราะห์ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ ตามกรอบแนวคิดในการวิจัย ทางด้านระดับรายได้พบว่าพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไป จะมีรายได้ที่ค่อนข้างสูงจึงทำให้มีความพึงพอใจในอาชีพที่ทำอยู่ และส่งผลให้มีการฝากเงินเป็นประจำทุกเดือน และทำให้กลุ่มตัวอย่างไม่สนใจที่จะประกอบอาชีพเสริมเพื่อหารายได้เลี้ยงครอบครัว ทางด้านภาระทางครอบครัว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะสมรสแล้ว และมีบุตรด้วย ซึ่งจำเป็นต้องเลี้ยงดูบุตรและสมาชิกภายในครอบครัว แต่เนื่องจากเงินเดือนที่ค่อนข้างสูง และสมาชิกภายในครอบครัวบางส่วนก็สามารถหารายได้ด้วยตนเองได้ จึงไม่ส่งผลต่อค่าใช้จ่ายมากนัก ซึ่งสังเกตได้จากกลุ่มตัวอย่างจะไม่ต้องกู้ยืมเงินจากธนาคาร สหกรณ์ หรือจากแหล่งเงินทุนต่างๆ สำหรับใช้จ่ายภายในครอบครัว ทางด้านอาชีพที่สนใจ กลุ่มตัวอย่างจะมีความพึงพอใจในอาชีพที่ตนทำอยู่มาก และไม่มี ความสนใจที่จะเปลี่ยนหรือมองหาอาชีพใหม่

ตอนที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ รายข้อ

ตารางที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ รายข้อ

ปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ	N = 53		
	\bar{X}	S.D.	ระดับ
ท่านมีการตรวจสุขภาพประจำปี และศึกษาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ	3.57	.88	มาก
ท่านเลือกอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ และตรงตามวัยที่ได้รับ	3.25	1.03	ปานกลาง
ท่านควบคุมน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน	3.13	.98	ปานกลาง
ท่านต้องการบริการด้านสุขภาพจากหน่วยงานของรัฐหรือเอกชนที่จัดให้แก่ผู้เกษียณอายุ	3.75	.95	มาก
เมื่อท่านเจ็บป่วย ท่านต้องการได้รับการดูแลจากบุตรหลาน	3.83	.95	มาก
ท่านได้เตรียมใจที่จะเผชิญกับความเสื่อมของร่างกายเมื่อท่านอายุมากขึ้น	3.81	.81	มาก
ท่านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร หลีกเลี่ยงอาหารประเภทไขมัน ที่จะทำให้เกิดโรค ภายหลังการเกษียณอายุ	3.45	.86	ปานกลาง
ท่านจะออกกำลังการสม่ำเสมอ	3.17	1.06	ปานกลาง
ท่านรู้สึกว่าตนเองแก่ชรา และอ่อนแอ ไม่กระฉับกระเฉงเหมือนเดิม	3.08	1.03	ปานกลาง
รวม	3.44	.49	ปานกลาง

จากตาราง 5 พบว่า ปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ ด้านปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ อยู่ในเกณฑ์ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.44$) โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดได้แก่ เมื่อเจ็บป่วยต้องการได้รับการดูแลจากบุตรหลาน ($\bar{X} = 3.83$) รองลงมาได้แก่ ผู้ตอบแบบสอบถามได้เตรียมใจที่จะเผชิญกับความเสื่อมของร่างกายเมื่ออายุมากขึ้น ($\bar{X} = 3.81$) สำหรับข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าข้ออื่นๆ ได้แก่ รู้สึกว่าตนเองแก่ชรา และอ่อนแอ ไม่กระฉับกระเฉงเหมือนเดิม ($\bar{X} = 2.15$)

สรุปผลการวิเคราะห์

ส่วนที่ 5 การวิเคราะห์ปัจจัยทางด้านสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ ตามกรอบแนวคิดในการวิจัย พบว่าทางด้านสุขภาพกายส่วนใหญ่จะไม่มีโรคประจำตัว เพราะมีการตรวจสุขภาพประจำปี และศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ และเลือกที่จะรับประทานอาหารให้เหมาะสมตามวัย อย่างไรก็ตามก็มีความต้องการให้ภาครัฐและเอกชนให้บริการด้านสุขภาพแก่ผู้เกษียณอายุ ทางด้านสุขภาพจิตกลุ่มตัวอย่างจะไม่อยากอยู่เพียงลำพัง แต่อยากมีสังคมอยู่ร่วมกับผู้อื่นมากกว่า

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลในภาพรวมตามกรอบแนวคิดในการวิจัย

1. ด้านสังคม ปัจจัยทางสังคมที่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ โดยปัจจัยที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ได้แก่ ปัจจัยทางสุขภาพ รองลงมาได้แก่ปัจจัยทางสังคม และปัจจัยทางเศรษฐกิจตามลำดับ ซึ่งปัจจัยย่อยทางด้านสังคมที่มีอิทธิพลมากที่สุดได้แก่ ปัจจัยทางด้านความสนใจส่วนบุคคล ด้านสังคมประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่ เพศ บทบาททางสังคม ความสนใจส่วนบุคคล ระดับการศึกษาและประสบการณ์ / ความสามารถพิเศษ ซึ่งสามารถสรุปเป็นรายชื่อได้ดังต่อไปนี้

1.1 เพศ พบว่าพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ที่มีอายุระหว่าง 40 – 60 ปี แยกเป็นเพศหญิง จำนวนร้อยละ 54.7 และเพศชายจำนวนร้อยละ 45.3 ปัจจัยทางด้านเพศส่งผลต่อรูปแบบการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุแตกต่างกันไป จากการศึกษพบว่าเพศหญิงส่วนใหญ่มีความต้องการใช้ชีวิตและทำกิจกรรมอยู่กับครอบครัว และใช้เงินบำเหน็จที่ได้รับภายหลังการเกษียณอายุเลี้ยงดูตนเองรวมทั้งใช้จ่ายภายในครอบครัว ขณะที่เพศชายส่วนใหญ่มีความต้องการออกที่จะออกไปทำงานหารายได้เสริมให้แก่ครอบครัว และศึกษาธรรมะ เพราะเพศชายจะมีความรู้สึกว่าเป็นเพศที่เป็นผู้นำครอบครัวและไม่ต้องการที่จะอยู่บ้านเฉย ๆ เหมือนกับเพศหญิง

1.2 บทบาททางสังคม พบว่าสถานภาพในการทำงานของกลุ่มตัวอย่างจะเป็นพนักงานประจำของสำนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ ประจำอยู่ตามฝ่ายต่าง ๆ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่มีตำแหน่งต่างกันมีความเห็นที่แตกต่างกันออกไป ผู้ที่เป็นหัวหน้าฝ่ายหรือพนักงานที่มีเงินเดือนสูง จะมีความต้องการทำงานหลังเกษียณอายุเพื่อหารายได้เสริมน้อยกว่าพนักงานที่มีเงินเดือนต่ำ จากการศึกษพบว่าพนักงานมีความรู้สึกว่าได้ประสบความสำเร็จและสมหวังในหน้าที่การงาน และยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในตำแหน่งหน้าที่การงานภายหลังเกษียณอายุ โดยมีเพียงร้อยละ 2.70 คิดว่าการเกษียณอายุจะทำให้ขาดเพื่อนพบปะสังสรรค์

1.3 ความสนใจส่วนบุคคล พบว่าร้อยละ 41.5 มีความต้องการที่จะใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุโดยการปลูกต้นไม้ ตกแต่งบ้าน และเลี้ยงสัตว์ภายในที่พักอาศัยมากที่สุด รองลงมา ร้อยละ 28.3 มีความสนใจที่จะหาอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้ให้แก่ครอบครัว นอกจากนี้แล้วสภาพความเป็นอยู่ของแต่ละครอบครัวที่มีความแตกต่างกันทำให้ความสนใจส่วนบุคคลแตกต่างกันออกไป

1.4 ระดับการศึกษา พบว่าร้อยละ 60.4 สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรี ร้อยละ 11.3 สำเร็จการศึกษาระดับ มัธยมศึกษา ปวช./ปวส. สูงกว่าปริญญาตรี และร้อยละ 5.7 สำเร็จการศึกษาระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า จากการศึกษากลุ่มตัวอย่างไม่คิดว่าระดับการศึกษาส่งผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุมากนัก เนื่องจากทำงานที่สำนักงานไปรษณีย์นครหลวงได้มาเป็นเวลานานและได้รับเงินเดือนประจำสูง อีกทั้งภายหลังเกษียณอายุมีความต้องการที่จะอยู่กับครอบครัว จึงไม่มีความจำเป็นที่จะต้องนำความรู้มาใช้ประโยชน์ในการประกอบอาชีพภายหลังเกษียณอายุ

1.5 ประสบการณ์/ความสามารถพิเศษ พบว่าร้อยละ 30.2 มีประสบการณ์/ความสามารถพิเศษในด้านการทำอาหาร ซึ่งจากความสามารถพิเศษในด้านนี้ทำให้เกี่ยวข้องกับอาชีพที่สนใจทำภายหลังเกษียณอายุของกลุ่มตัวอย่าง คือการค้าขาย

2. ด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยทางเศรษฐกิจที่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงได้อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งปัจจัยย่อยทางด้านเศรษฐกิจที่มีอิทธิพลมากที่สุดได้แก่ปัจจัยทางด้านรายได้และภาระทางครอบครัว ด้านเศรษฐกิจประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่ ระดับรายได้ ภาระทางครอบครัว อาชีพที่สนใจ ซึ่งสามารถสรุปเป็นรายชื่อได้ดังต่อไปนี้

2.1 ระดับรายได้ พบว่ารายได้เฉลี่ยต่อเดือนจะอยู่ในช่วง 40,000 บาทขึ้นไป และร้อยละ 86.8 พักอาศัยอยู่ที่บ้านของตนเอง และแม้ว่ากลุ่มตัวอย่างจะมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนที่ค่อนข้างสูง แต่ก็มีภาระค่าใช้จ่ายที่สูงเช่นกัน คือ 30,001 บาทขึ้นไปต่อเดือน โดยเฉลี่ย ซึ่งส่งผลต่อรูปแบบการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุแตกต่างกัน โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับรายได้ต่อเดือนค่อนข้างต่ำและมีภาระค่าใช้จ่ายสูง ต้องการงานเพื่อหารายได้ให้แก่ครอบครัวภายหลังเกษียณอายุ

2.2 ภาระทางครอบครัว พบว่าร้อยละ 75.5 จะมีสถานภาพสมรส ซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 64.2 ที่มีบุตร หรือผู้ที่อยู่ในอุปการะที่มืงานและได้เงินเดือนประจำสูงเลือกที่จะใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุโดยอยู่บ้านและทำกิจกรรมกับครอบครัวเนื่องจากสมาชิกภายในครอบครัวสามารถหารายได้ให้แก่ครอบครัว แต่ร้อยละ 34.0 ที่ไม่มีบุตรภายหลังเกษียณอายุก็จำเป็นที่จะต้องมึรูปแบบในการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุโดยการหาอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้ให้แก่ครอบครัว โดย

ผู้ที่ต้องอุปการะเลี้ยงดูสมาชิกภายในครอบครัวต้องการหางานพิเศษทำเพื่อหารายได้ แต่ผู้ที่ไม่ต้องอุปการะเลี้ยงดูสมาชิกภายในครอบครัวก็ไม่สนใจที่จะประกอบอาชีพภายหลังเกษียณอายุ

2.3 อาชีพที่สนใจ พบว่าร้อยละ 17.0 ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนที่ไม่สูงนักและมีภาระทางครอบครัวที่ต้องดูแลจะมีความสนใจในอาชีพค้าขายภายหลังเกษียณอายุ หรือเปิดกิจการเป็นของตนเองและครอบครัว แต่ร้อยละ 24.5 ไม่สนใจที่จะประกอบอาชีพภายหลังเกษียณอายุ เนื่องจากได้รับเงินบำนาญที่สูง มีเงินเก็บในธนาคาร หรือจากสุขภาพที่ไม่อำนวยต่อการประกอบอาชีพภายหลังเกษียณอายุ จากการศึกษาพบว่าร้อยละ 60.4 ไม่ต้องการทำงานอื่นภายหลังเกษียณอายุเพื่อเพิ่มรายได้ให้แก่ครอบครัว

3. ด้านสุขภาพ ปัจจัยทางสุขภาพที่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงได้อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งปัจจัยย่อยทางด้านสุขภาพที่มีอิทธิพลมากที่สุดได้แก่ปัจจัยทางด้านสุขภาพกาย ด้านสุขภาพประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่ สุขภาพกาย และสุขภาพจิต ซึ่งสามารถสรุปเป็นรายชื่อได้ดังต่อไปนี้

3.1 สุขภาพกาย พบว่าร้อยละ 81.2 ไม่มีโรคประจำตัว และผู้ที่มีโรคประจำตัวมีร้อยละ 18.9 กลุ่มตัวอย่างมีการตรวจสุขภาพประจำปี ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ และมีการเตรียมใจที่จะเผชิญกับความเสื่อมของร่างกายเมื่ออายุมากขึ้น จากการศึกษาพบว่าต้องการได้รับการดูแลจากบุตรหลานเมื่อเจ็บป่วย นอกจากนี้สุขภาพกายยังส่งผลต่อรูปแบบการใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุแตกต่างกันไปตามความแข็งแรงของสภาพร่างกาย ผู้ที่สุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ดีก็จะสามารถทำงานหารายได้ภายหลังเกษียณอายุได้ แต่ผู้ที่สภาพร่างกายไม่เอื้ออำนวยก็จำเป็นต้องอยู่บ้านไม่สามารถประกอบอาชีพหลังเกษียณอายุ

3.2 สุขภาพจิต พบว่ากลุ่มตัวอย่างจะไม่อยากอยู่เพียงลำพัง แต่อยากมีสังคมอยู่ร่วมกับผู้อื่นมากกว่า ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีก็สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นหรือประกอบอาชีพภายหลังเกษียณอายุการทำงานเพื่อหารายได้เสริม ซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิตภายหลังเกษียณได้อย่างเป็นสุข

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเรื่องการศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ : กรณีศึกษา พนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ข้อมูลจากตัวอย่างพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ที่มีอายุระหว่าง 40 - 60 ปี ครอบคลุมด้วยเนื้อหาสาระดังนี้

1. สรุปผลการวิจัย
2. อภิปรายผลการวิจัย
3. ข้อจำกัดในการวิจัย
4. ข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้ แบ่งออกเป็นหัวข้อต่าง ๆ ดังนี้

1. ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 53 คน อยู่ในช่วงอายุระหว่าง 40 - 60 ปี เป็นเพศชายร้อยละ 45.3 เพศหญิงร้อยละ 54.7 สถานภาพสมรสแล้วร้อยละ 75.5 และมีบุตรร้อยละ 64.2 ทางด้านการศึกษา สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีมากที่สุดร้อยละ 60.4 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 40,001 บาทขึ้นไป ร้อยละ 54.7 ทางด้านสถานที่อยู่อาศัยจะเป็นบ้านของตนเองมากที่สุดร้อยละ 86.8 และมีภาระค่าใช้จ่ายโดยประมาณต่อเดือน 30,001 บาทขึ้นไปร้อยละ 35.8 ไม่ได้ประกอบอาชีพเสริมร้อยละ 60.4 สถานภาพในการทำงานเป็นพนักงานร้อยละ 98.1 และมีตำแหน่งการทำงานเป็นพนักงานธุรการ พนักงานไปรษณีย์ และพนักงานบัญชี - การเงิน ร้อยละ 24.5 เท่ากัน มีประสบการณ์ / ความสามารถพิเศษในการทำอาหารร้อยละ 30.2 อาชีพที่สนใจทำภายหลังเกษียณอายุคือค้าขายร้อยละ 39.6 ผู้ที่ไม่โรคประจำตัวร้อยละ 81.1 และมีโรคประจำตัวร้อยละ 18.9 มีความต้องการปลูกต้นไม้ / ตกแต่งบ้าน / เลี้ยงสัตว์ในที่พักอาศัย ภายหลังเกษียณอายุร้อยละ 41.5

2. ด้านปัจจัยด้านสังคม

จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างรู้สึกว่สมาชิกภายในครอบครัวทำให้ตนเองรู้สึกอบอุ่นใจส่งผลให้พอใจในสภาพความเป็นอยู่ของครอบครัว รู้สึกได้รับความสำเร็จสมหวังในหน้าที่การงานและยอมรับการเป็นสมาชิกในครอบครัวแทนการเป็นหัวหน้าครอบครัวและยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในตำแหน่งหน้าที่การงานภายหลังเกษียณอายุ

3. ด้านปัจจัยด้านเศรษฐกิจ

จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการฝากเงินในธนาคารเป็นประจำ มีความพึงพอใจในอาชีพของตนเองและพอใจในเงินเดือนที่ได้รับจากการทำงาน ทำให้ไม่ต้องกู้ยืมเงินจากธนาคาร สหกรณ์ หรือแหล่งเงินทุนต่าง ๆ และคิดว่าสมาชิกภายในครอบครัวมีจำนวนที่เหมาะสมไม่มากหรือน้อยเกินไป

4. ด้านปัจจัยด้านสุขภาพ

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการตรวจสุขภาพประจำปี และศึกษาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ โดยที่ต้องการบริการด้านสุขภาพจากหน่วยงานของรัฐหรือเอกชนที่จัดให้แก่ผู้เกษียณอายุ มีการเตรียมใจที่จะเผชิญกับความเสื่อมของร่างกายเมื่ออายุมากขึ้น และเมื่อเจ็บป่วยต้องการได้รับการดูแลจากบุตรหลาน

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงได้สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

ผลการศึกษาทำให้ทราบปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณว่าจะเป็นไปในรูปแบบใด โดยตัวแปรที่ส่งผลมากที่สุดคือด้านสุขภาพเนื่องจากในปัจจุบันประชาชนหันมาใส่ใจในการดูแลสุขภาพกันมากขึ้น ทางภาครัฐ เอกชน หรือผู้ที่เกี่ยวข้องควรมีการจัดการตรวจสุขภาพประจำปี ลดค่าใช้จ่ายในการรักษา หรือสวัสดิการในเรื่องการดูแลสุขภาพของผู้เกษียณอายุ เพราะเมื่อมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงก็จะทำให้สามารถดำรงชีวิตตามแบบที่ต้องการหรือทำงานเพื่อหาอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้เลี้ยงตนเองและครอบครัวได้ ปัจจัยทางด้านเพศและระดับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างไม่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุมากเท่าใดนัก นอกจากนี้ยังทราบผู้ที่ต้องการประกอบอาชีพภายหลังเกษียณอายุทำให้เตรียมมองหางานสำหรับผู้เกษียณอายุเพื่อลดปัญหาในการว่างงานและสร้างรายได้ให้แก่ตนเองและครอบครัวได้

การศึกษากลุ่มตัวอย่างที่มีเงินเดือนสูงสนใจที่จะอยู่กับครอบครัวหรือทำในสิ่งที่ตนเองสนใจภายหลังเกษียณอายุมากกว่าที่จะออกไปหาอาชีพเสริมเนื่องจากเมื่อทำงานจะได้รับเงินเดือนประจำที่สูงแล้วเมื่อเกษียณอายุจะได้รับเงินบำเหน็จที่สูงเช่นกัน สำหรับผู้ที่มีเงินเดือนต่ำบางส่วนก็จะมองหางานที่จะทำภายหลังเกษียณอายุโดยอาศัยความสามารถของตนเองในการประกอบอาชีพเนื่องจากมีค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือนที่ค่อนข้างสูง แต่ส่วนมากจะไม่ได้กู้เงินจากธนาคาร สหกรณ์ หรือแหล่งเงินทุนต่าง ๆ ทำให้ไม่ก่อให้เกิดหนี้สินที่ต้องใช้ภายหลังเกษียณอายุของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงได้

ข้อจำกัดในการวิจัย

1. การที่ไม่ได้จำแนกช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่างเป็นวัยทำงาน วัยกลางคนวัยใกล้เกษียณอายุ ทำให้ข้อมูลที่ได้รับเป็นข้อมูลที่มีลักษณะเฉพาะของคนในวัยใกล้เกษียณเท่านั้น
2. การที่ไม่สามารถเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์โดยตรงของกลุ่มตัวอย่างได้ทั้งหมดทำให้ได้รับผลของข้อมูลไม่สมบูรณ์

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในเชิงวิชาการ

ในการศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุของพนักงานไปรษณีย์นครหลวงได้ มีข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ดังนี้

1. การศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานไปรษณีย์นครหลวงได้บริษัทไปรษณีย์ไทยจำกัด เป็นพนักงานรัฐวิสาหกิจ สังกัดกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ผลการศึกษาจึงอาจไม่ครอบคลุมในกลุ่มวิชาชีพอื่น ๆ ผู้ที่สนใจศึกษาครั้งต่อไปควรมีการวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยกำหนดรูปแบบการใช้ชีวิตและการเตรียมตัวสำหรับชีวิตหลังเกษียณอายุของกลุ่มวิชาชีพที่หลากหลายมากขึ้น

2. ตัวแปรในด้านต่าง ๆ อาจยังไม่ครอบคลุมปัจจัยที่ส่งผลต่อรูปแบบการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุมากเท่าใดนัก การศึกษาครั้งต่อไปควรมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องมาทำการศึกษาเพิ่มเติมเพื่อเป็นประโยชน์ต่อไป เช่น ค่านิยมสมัยใหม่ หรือเทคโนโลยี

3. เพื่อให้การวิจัยเป็นประโยชน์กว้างขวางมากขึ้น ควรมีการศึกษาช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกันเพื่อศึกษาทัศนคติที่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย

1. การเตรียมพร้อมก่อนการเกษียณอายุ สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการทำงานภายหลังเกษียณอายุ ทางภาครัฐหรือหน่วยงานอาจจัดฝึกอบรมทางด้านการประกอบอาชีพ หรือการใช้ชีวิตหลังเกษียณเพื่อใช้ชีวิตได้อย่างเป็นสุข

2. สำหรับผู้ที่ต้องการทำงานภายหลังเกษียณอายุ ทางองค์กรหรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องอาจให้การช่วยเหลือเพื่อเป็นการสร้างรายได้ให้ผู้เกษียณอายุดังต่อไปนี้

2.1 ปรับเปลี่ยนอายุการเกษียณจาก 60 ปี เป็น 65 ปี

2.2 มีการจ้างงานผู้เกษียณอายุที่ต้องการทำงาน เช่น การจ้างงานแบบเต็มเวลา การจ้างงานนอกเวลา หรือการจ้างเฉพาะงาน

3. นโยบายสวัสดิการของผู้เกษียณอายุ

3.1 ด้านเศรษฐกิจ ภาครัฐและองค์กรอาจให้เบี้ยยังชีพ เงินสวัสดิการ หรือค่าใช้จ่ายสำหรับผู้เกษียณอายุนอกจากเงินบำเหน็จ

3.2 ด้านสังคม จัดหางานให้ผู้ที่ต้องการทำงานภายหลังเกษียณอายุโดยเลือกลักษณะงานที่ตรงกับความสนใจเพื่อผู้เกษียณอายุจะสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และไม่เป็นภาระแก่สังคม

3.3 ด้านสุขภาพ ทางองค์กรควรจัดสวัสดิการทางด้านสุขภาพให้แก่ผู้เกษียณอายุ อาจเป็นการตรวจสุขภาพฟรีประจำปี หรือดูแลค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล

บรรณานุกรม

- ชูศรี วงศ์รัตน์. เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์หนังสือ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.
- ดวงสมร เหว้ววิวัฒน์. "ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของข้าราชการตำรวจหลังเกษียณอายุราชการ."
ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกสุขศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2542.
- ทองใบ สุธาธิ. ภาวะผู้นำและการจูงใจ. พิมพ์ครั้งที่ 2. อุบลราชธานี : โรงพิมพ์สถาบันราชภัฏ
อุบลราชธานี, 2544
- เนาวรัตน์ พลายน้อย และศุภวลัย พลายน้อย. ถำนิยมต่อการมีบุตรและความคิดเห็นที่มีต่อภาวะ
เจริญพันธุ์ที่ได้รับการสงเคราะห์จากรัฐ. มหาวิทยาลัยมหิดล, 2537
- บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้. กรุงเทพมหานคร : คณะศึกษา
ศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2545
- มยุรี ศรีชัย. เทคนิคการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง. กรุงเทพฯ : วิ.เจ. พรินติ้ง, 2538
- ล้วน สายยศ. หลักการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ศึกษาพร, 2538
- วิไลฐ์ ตันติสุนทร. รายงานการวิจัยสถาบันประชากรศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2533
- วัฒนา สุนทรชัย. เรียนสถิติด้วย SPSS ภาคความรู้เบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร : บริษัทวิทยพัฒนา
จำกัด, 2547
- สำนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้, 2551
- Margaret von Faber. Successful Aging in the Oldest Old [Online]. Accessed 10 November 2008.
Available from <http://archinte.ama-assn.org/>
- Maximiliane E. Szinovacz. Changes in Housework After Retirement [Online]. 21 November
2008. Available from [http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/home?
CRETRY=1&SRETRY=0](http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/home?CRETRY=1&SRETRY=0)
- Melissa A. Hardy. Employment after Retirement [Online]. Accessed 21 November 2008.
Available from <http://online.sagepub.com/>

แบบสอบถาม

เรื่อง การศึกษาปัจจัยการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ

วัตถุประสงค์

ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุการทำงาน :
กรณีศึกษาพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามชุดนี้ใช้รวบรวมข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างจากกรณีศึกษาพนักงานไปรษณีย์นครหลวงใต้
2. ลักษณะของแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ได้แก่
 - ส่วนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม
 - ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ
 - ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยทางเศรษฐกิจที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ
 - ส่วนที่ 4 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยทางสุขภาพที่มีผลต่อการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ
3. ข้อมูลที่ได้รับจากแต่ละท่านถือเป็นความลับ และจะนำเสนอข้อมูลในภาพรวมเท่านั้น
4. โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน [] หน้าคำตอบที่ตรงกับข้อมูลของท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว
5. ผู้ศึกษาขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงในความอนุเคราะห์ของท่านที่ให้ข้อมูลในครั้งนี้

ผลงานวิจัยนิตยสาร ระดับปริญญาตรี

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. เพศ

ชาย หญิง

2. อายุ

20 - 29 ปี 40 - 60 ปี
 30 - 39 ปี 60 ปีขึ้นไป

3. สถานภาพ

โสด สมรส
 หม้าย หย่าร้าง
 แยกกันอยู่

4. ภาระทางครอบครัว

ไม่มีบุตร มีบุตร (โพรครระบุ).....คน
 ผู้ที่อยู่ในอุปการะ (โพรครระบุ).....คน

5. ระดับการศึกษา

ประถมศึกษา ปริญญาตรี
 มัธยมศึกษา สูงกว่าปริญญาตรี
 ปวช. / ปวส. อื่นๆ (โพรครระบุ).....
 อนุปริญญา หรือเทียบเท่า

6. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของท่านประมาณ

ไม่เกิน 10,000 บาท 30,001 - 40,000 บาท
 10,001 - 20,000 บาท 40,001 บาทขึ้นไป
 20,001 - 30,000 บาท

7. สถานที่อยู่อาศัย

บ้านของตนเอง บ้านเช่า
 คอนโด / อพาร์ทเมนต์ อื่น ๆ (โพรครระบุ).....

8. ท่านมีภาระค่าใช้จ่ายโดยประมาณเท่าใดต่อเดือน

ไม่เกิน 10,000 บาท 20,001 - 30,000 บาท
 10,001 - 20,000 บาท 30,001 บาทขึ้นไป

9. ท่านมีรายได้เสริมนอกเหนือจากงานประจำโดยประมาณ

- | | | | |
|--------------------------|---------------------|--------------------------|------------------------|
| <input type="checkbox"/> | ต่ำกว่า 5,000 บาท | <input type="checkbox"/> | 20,001 บาทขึ้นไป |
| <input type="checkbox"/> | 5,001 - 10,000 บาท | <input type="checkbox"/> | ไม่ได้ประกอบอาชีพเสริม |
| <input type="checkbox"/> | 10,001 - 20,000 บาท | | |

10. สถานภาพในการทำงาน

- | | | | |
|--------------------------|---------------|--------------------------|--------------|
| <input type="checkbox"/> | พนักงาน | <input type="checkbox"/> | ลูกจ้างประจำ |
| <input type="checkbox"/> | ลูกจ้างรายวัน | | |

11. ตำแหน่งการทำงาน

- | | | | |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|------------------------|
| <input type="checkbox"/> | หัวหน้าฝ่าย | <input type="checkbox"/> | พนักงานพิมพ์ดีด |
| <input type="checkbox"/> | พนักงานธุรการ | <input type="checkbox"/> | พนักงานบัญชี - การเงิน |
| <input type="checkbox"/> | พนักงานไปรษณีย์ | <input type="checkbox"/> | อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |
| <input type="checkbox"/> | พนักงานขับรถ | | |

12. ท่านมีประสบการณ์ / ความสามารถในด้านใดเป็นพิเศษ

- | | | | |
|--------------------------|------------------------|--------------------------|------------------------|
| <input type="checkbox"/> | ด้านเทคโนโลยี/สารสนเทศ | <input type="checkbox"/> | ด้านกีฬา |
| <input type="checkbox"/> | ด้านดนตรี | <input type="checkbox"/> | ด้านศิลปกรรมแขนงต่าง ๆ |
| <input type="checkbox"/> | ด้านการทำอาหาร | <input type="checkbox"/> | อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |

13. อาชีพที่ท่านสนใจทำภายหลังเกษียณอายุ

- | | | | |
|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | ค้าขาย | <input type="checkbox"/> | เปิดกิจการของตนเอง / ครอบครัวยุ |
| <input type="checkbox"/> | รับจ้างทั่วไป | <input type="checkbox"/> | อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |
| <input type="checkbox"/> | ไม่สนใจประกอบอาชีพภายหลังเกษียณอายุ | | |

14. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

- | | | | |
|--------------------------|-------|--------------------------|--------------------|
| <input type="checkbox"/> | ไม่มี | <input type="checkbox"/> | มี (โปรดระบุ)..... |
|--------------------------|-------|--------------------------|--------------------|

15. ท่านต้องการใช้ชีวิตรูปแบบใดภายหลังเกษียณอายุ

- | | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | ศึกษาธรรมะ หรือเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา |
| <input type="checkbox"/> | ปลูกต้นไม้ / ตกแต่งบ้าน / เลี้ยงสัตว์ในที่พักอาศัย |
| <input type="checkbox"/> | เป็นอาสาสมัครในองค์กรการกุศล |
| <input type="checkbox"/> | สอนหนังสือ / เป็นวิทยากรให้แก่หน่วยงานต่างๆ |
| <input type="checkbox"/> | ทำงานหาอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ให้แก่ครอบครัว |
| <input type="checkbox"/> | อื่น ๆ (โปรดระบุ)..... |

ส่วนที่ 2 ปัจจัยทางสังคมในการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

คำถาม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ท่านมีความกังวลใจในชีวิตภายหลังเกษียณอายุ					
2. ท่านรู้สึกว้าวมานในครอบครัวทำให้ท่านรู้สึกอึดอัดใจ					
3. ท่านมีความพึงพอใจในสภาพความเป็นอยู่ของครอบครัว					
4. ท่านเตรียมการขอรับการเป็นสมาชิกในครอบครัวแทนการเป็นหัวหน้าครอบครัวเมื่อเกษียณอายุ					
5. ท่านรู้สึกว่าได้ประสบความสำเร็จสมหวังในหน้าที่การงาน					
6. ท่านยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในตำแหน่งหน้าที่การงานภายหลังการเกษียณอายุ					
7. ท่านคิดว่าการเกษียณอายุทำให้ขาดเพื่อนปะสังสรรค์					
8. ท่านสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี มีสติ มองโลกในแง่ดี และอารมณ์แจ่มใสอยู่เสมอ					
9. ท่านพบว่าบ่อยครั้งท่านจะขาดความอดทน และไม่ยอมอยู่ร่วมกับผู้อื่น					
10. ท่านไม่ชอบเกษียณอายุเนื่องจากหน้าที่การงานมีความเจริญก้าวหน้า					
11. ท่านทำประโยชน์ให้แก่สังคมและส่วนรวม					
12. ท่านมีความต้องการที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นมากกว่าอยู่เพียงลำพัง					
13. ท่านคิดว่าระดับการศึกษาส่งผลต่อการใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุ					
14. ท่านมีประสบการณ์หรือความสามารถพิเศษ ที่จะนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุได้					
15. ท่านต้องการเข้าร่วมกิจกรรมผู้สูงอายุภายหลังเกษียณอายุ					
16. ท่านต้องการศึกษารรณะ ปาฐกถา หรือเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ภายหลังเกษียณอายุ					
17. ท่านต้องการทำงานอดิเรกในยามว่าง เช่น ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ภายหลังเกษียณอายุ					
18. ท่านต้องการทำงานอาสาสมัครให้แก่องค์กรการกุศลภายหลังเกษียณอายุ					
19. ท่านต้องการพบปะสังสรรค์กับเพื่อน ๆ วยเดียวกันภายหลังเกษียณอายุ					
20. ท่านต้องการออกไปทำประโยชน์ให้แก่ชุมชน เช่น การสอนหนังสือ หรือเป็นวิทยากรภายหลังเกษียณอายุ					
21. ท่านต้องการทำงาน หรือหาอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ให้แก่ครอบครัว ภายหลังเกษียณอายุ					

ส่วนที่ 3 ปัจจัยทางเศรษฐกิจในการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

คำถาม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
22. ท่านมีการฝากเงินเป็นประจำทุกเดือน					
23. ท่านมีความพึงพอใจในอาชีพของท่าน					
24. ท่านทำงานอื่นนอกจากงานประจำ หรือหาอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ให้แก่ครอบครัวเนื่องจากรายได้ไม่พอกับรายจ่าย					
25. ท่านคิดว่าสมาชิกภายในครอบครัวของท่านมีจำนวนที่เหมาะสม					
26. ท่านมีภาระต้องเลี้ยงดูสมาชิกภายในครอบครัว					
27. ท่านมีความพึงพอใจในเงินเดือนที่ได้รับจากการทำงาน					
28. ท่านมีความต้องการที่จะเปลี่ยนอาชีพใหม่ เพื่อความมั่นคงในหน้าที่การงาน					
29. สมาชิกภายในครอบครัวของท่านสามารถทำงานหารายได้ได้ด้วยตนเอง					
30. ท่านต้องการซื้อบ้าน หรือหาที่อยู่อาศัยใหม่ภายหลังเกษียณอายุ					
31. ท่านคิดว่ารายได้ที่ได้รับภายหลังเกษียณอายุเพียงพอต่อค่าใช้จ่าย					
32. ครอบครัวของท่านมีรายได้ประจำจากการทำธุรกิจส่วนตัวของครอบครัว					
33. ท่านไปเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจกับครอบครัวเป็นประจำ					
34. ท่านไม่ต้องกู้ยืมเงินจากธนาคาร สหกรณ์ หรือจากแหล่งเงินทุนต่าง ๆ สำหรับใช้จ่ายภายในครอบครัว					
35. ท่านไม่มีหนี้สินที่ต้องรับผิดชอบ					

ส่วนที่ 4 ปัจจัยทางสุขภาพในการใช้ชีวิตหลังการเกษียณอายุ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

คำถาม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
36. ท่านมีการตรวจสุขภาพประจำปี และศึกษาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ					
37. ท่านเลือกทานอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ และตรงตามวัยที่ควรได้รับ					
38. ท่านควบคุมน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน					
39. ท่านต้องการบริการด้านสุขภาพจากหน่วยงานของรัฐหรือเอกชนที่จัดให้แก่ผู้เกษียณอายุ					

คำถาม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
40. เมื่อท่านเจ็บป่วย ท่านต้องการได้รับการดูแลจากบุตรหลาน					
41. ท่านได้เตรียมใจที่จะเผชิญกับความเสื่อมของร่างกายเมื่อท่านอายุมากขึ้น					
42. ท่านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร หลีกเลี่ยงอาหารประเภทไขมัน ที่จะทำให้เกิดโรค ภายหลังจากการเกษียณอายุ					
43. ท่านจะออกกำลังกายสม่ำเสมอ					
44. ท่านรู้สึกว่าคุณเองแก่ชรา และอ่อนแอ ไม่กระฉับกระเฉงเหมือนเดิม					

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม.....

.....

.....



ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี



ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ - นามสกุล นายภูริพงษ์ แสงแก้ววัฒนา
 ที่อยู่ 929 ซอยเจริญนคร 14 ถนนเจริญนคร แขวงคลองตันใต้ เขตคลองสาน
 จังหวัดกรุงเทพมหานคร 10600
 E-Mail poky_poks_s@hotmail.com

ประวัติการศึกษา

- พ.ศ. 2541 สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา โรงเรียนแสงอรุณ จังหวัด
 กรุงเทพมหานคร
- พ.ศ. 2547 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษา สายศิลป์ - คำนวณ โรงเรียน
 ทวีธาภิเษก จังหวัดกรุงเทพมหานคร
- พ.ศ. 2551 ศึกษาปริญญาตรีคณะวิทยาการจัดการ สาขาวิชาการจัดการธุรกิจ
 ทั่วไป มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตสารสนเทศเพชรบุรี

ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี