


การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสมีด  
อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี

เรื่องรำไพ โยธาใหญ่

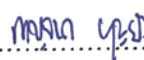
งานนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต  
กลุ่มวิชาการบริหารทั่วไป  
วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ มหาวิทยาลัยบูรพา  
พฤศจิกายน 2559  
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

อาจารย์ผู้ควบคุมงานนิพนธ์และคณะกรรมการสอบงานนิพนธ์ได้พิจารณางานนิพนธ์  
ของ เรืองรำไพ โยธาใหญ่ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

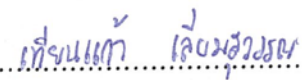
อาจารย์ผู้ควบคุมงานนิพนธ์

  
.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก  
(อาจารย์ ดร.สุปราณี ธรรมพิทักษ์)

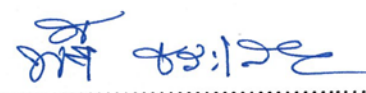
คณะกรรมการสอบงานนิพนธ์

  
.....ประธาน  
(อาจารย์ ดร.กาญจนา บุญยัง)

  
.....กรรมการ  
(อาจารย์ ดร.สุปราณี ธรรมพิทักษ์)

  
.....กรรมการ  
(อาจารย์ ดร.เทียนแก้ว เลี่ยมสุวรรณ)

วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจอนุมัติให้รับงานนิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต ของมหาวิทยาลัยบูรพา

  
..... คณบดีวิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พนีย์ ธารเสนา)

วันที่.....9.....เดือน.....พฤศจิกายน.....พ.ศ.....2559.....

## กิตติกรรมประกาศ

งานนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เนื่องจากได้รับความกรุณาจาก ดร.สุปราณี  
ธรรมพิทักษ์ อาจารย์ที่ปรึกษา ที่ได้สละเวลาให้คำปรึกษาแนะนำแนวทางในการดำเนินงานนิพนธ์  
ที่ถูกต้อง ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องงานนิพนธ์ต่าง ๆ ด้วยความละเอียดถี่ถ้วน อีกทั้งยังเอาใจใส่  
ด้วยดีเสมอมา ผู้จัดทำจึงกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ประธาน และท่านคณะกรรมการการสอบปากเปล่างานนิพนธ์  
ที่ได้สละเวลารูณาให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขงานนิพนธ์จนทำให้ฉบับนี้มีความ  
ถูกต้อง และสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

คุณค่าและประโยชน์ที่ได้จากงานนิพนธ์ฉบับนี้ ผู้จัดทำขอมอบแด่บุพการี คณาจารย์  
และทุกท่านที่ส่วนเกี่ยวข้องมา ณ โอกาสนี้

เรื่องราไฟ โยธาใหญ่

57930242: กลุ่มวิชา: การบริหารทั่วไป; รป.ม. (การบริหารทั่วไป)

คำสำคัญ: การเตรียมความพร้อม/ เกษียณอายุ

เรื่องรำไพ โยธาใหญ่: การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ดอำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี (PRE-RETIREMENT PREPARATION AMONG PEOPLE LIVING IN SAMED SUB-DISTRICT MUNICIPALITY, AMPHOE MUEANG, CHON BURI PROVINCE) อาจารย์ผู้ควบคุมงานนิพนธ์: สุปราณี ธรรมพิทักษ์, รป.ค. 88 หน้า. ปี พ.ศ. 2559.

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี และเพื่อเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ดที่มีลักษณะประชากรศาสตร์ต่างกัน มีระดับการเตรียมความพร้อมแตกต่างกัน โดยมีตัวแปรอิสระที่สำคัญ คือ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษาคือ ประชากรวัยทำงานที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่มี ช่วงอายุ 50-59 ปี ในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามการเตรียมความพร้อมซึ่งแยกเป็น 5 ด้าน คือ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจและด้านการใช้เวลาว่าง

ผลการศึกษารูปได้ว่า การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุในภาพรวม อยู่ในระดับมากในทุก ๆ ด้าน โดยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านการเงินมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 3.94) รองลงมาคือการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย (ค่าเฉลี่ย 3.83) การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ (ค่าเฉลี่ย 3.76) การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย (ค่าเฉลี่ย 3.65) และการเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลา (ค่าเฉลี่ย 3.63)

ผลการเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ พบว่า ประชาชนที่มี เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ระดับรายได้ แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานไม่แตกต่างกัน ส่วนประชาชนที่มีอาชีพการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อม แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

57930242: MAJOR: GENERAL ADMINISTRATION; M.P.A.

(GENERAL ADMINISTRATION)

KEYWORDS: PREPARATION/RETIREMENT

RUANGRUMPAI YOTHAYAI: PRE-RETIREMENT PREPARATION AMONG PEOPLE LIVING IN SAMED SUB-DISTRICT MUNICIPALITY, AMPHOE MUEANG, CHON BURI PROVINCE. ADVISOR: SUPRANEE THAMMAPITHAK, D.P.A.88 P. 2016.

The purposes of this study were to examine and compare a level of pre-retirement preparation among people living in Samed Sub-District Municipality, Amphoe Mueang, Chon Buri Province. The population of this study was 400 working-age people, aged 50-59 and working for both public and private sectors in Samed Sub-district Municipality. The instrument used to collect the data was a questionnaire, asking about personal information, and 5 aspects of pre-retirement plans that included the preparation on finance, housing, physical and mental conditions, and leisure activity. The statistical tests used to analyze the collected data were frequency, percentage, means, and standard deviation. Also, the tests of t-test and One-way ANOVA were administered with a preset of a significant level of .05.

The results of this study revealed that the majority of respondents were female, aged below 53, being married, holding a bachelor's degree, and working as government officials. Most of them received the information on retirement preparation from time to time and at a moderate level. They considered pre-retirement planning very necessary.

In addition, it was shown that the level of pre-retirement preparation among the subjects was found at a high level in every aspect. The preparation on financial aspect was rated the highest by the subjects, followed by the ones in relation to physical and mental health, housing, and leisure activities, respectively. Also, based on the results from the comparison, there were no statistically significant differences in the level of pre-retirement preparation among the subjects with different gender, age, marital status, educational level, and amount of income. Finally, statistically significant differences were found in the level of pre-retirement preparation among the subjects with different occupation, amount of received information, and attitude towards pre-retirement preparation at a significant level of .05.

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ช
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามวิจัย.....	4
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
สมมติฐานการวิจัย.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	8
2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
แนวคิดเกี่ยวกับการเกษียณอายุ.....	9
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	32
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	42
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	42
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	43
ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ.....	43
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	44
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
4 ผลการวิจัย.....	46
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง.....	46
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ.....	50

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐาน.....	61
5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ.....	68
สรุปผลการวิจัย.....	68
อภิปรายผลการวิจัย.....	71
ข้อเสนอแนะ.....	74
บรรณานุกรม.....	76
ภาคผนวก.....	82
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	88

## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 จำนวนประชากรโลกจำแนกตามรายประเทศจากมากไปน้อย (10 ประเทศ) ปี ค.ศ. 2015 และการคาดประมาณในปี ค.ศ. 2050.....	1
2 โครงสร้างประชากรโลกและประชากรไทย พ.ศ. 2543-2568 (หน่วยพันคน) (จำแนกตามปี พ.ศ. และช่วงอายุ) .....	2
3 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ.....	46
4 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ.....	47
5 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกสถานภาพสมรส.....	47
6 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการศึกษา.....	48
7 จำนวน ร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ.....	48
8 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้.....	49
9 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการรับรู้ข้อมูลข่าวสารการเตรียม ความพร้อมก่อนเกษียณอายุ.....	49
10 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อม.....	50
11 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อน เกษียณอายุ ในภาพรวม.....	50
12 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อน เกษียณอายุ ด้านการเงิน.....	52
13 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อน เกษียณอายุ ด้านที่อยู่อาศัย.....	54
14 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อน เกษียณอายุ ด้านสุขภาพร่างกาย.....	56
15 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อน เกษียณอายุ ด้านจิตใจ.....	58
16 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อน เกษียณอายุ ด้านการใช้เวลา.....	60
17 การทดสอบสมมติฐาน เพศมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน.....	62



## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
18 การทดสอบสมมติฐาน อายุมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน.....	62
19 การทดสอบสมมติฐาน สถานภาพสมรสมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน .....	63
20 การทดสอบสมมติฐาน ระดับการศึกษามีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน.....	64
21 การทดสอบสมมติฐาน อาชีพมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน.....	64
22 การทดสอบสมมติฐาน ระดับรายได้ต่อเดือนมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน.....	65
23 การทดสอบสมมติฐาน การรับรู้ข้อมูลข่าวสารมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน.....	65
24 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของการรับรู้ข้อมูลข่าวสารมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณเกษียณอายุทำงาน โดยใช้สถิติ LSD.....	66
25 การทดสอบสมมติฐาน ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน.....	67
26 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณเกษียณอายุทำงาน โดยใช้สถิติ LSD.....	67

## สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
2 ทฤษฎีเสาหลัก 5 ต้น ของธนาคารโลก (The five pillar framework) .....	22

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันประชากรโลก ได้เพิ่มจำนวนมากขึ้นเป็นลำดับ โดยการเปลี่ยนแปลงของประชากรโลก เกิดจากอัตราการเกิดและการตาย ซึ่งส่งผลกระทบต่อเช่นเดียวกันในทุกประเทศทั่วโลก ประชากรโลกนั้นมีแนวโน้มว่าจะมีวัยเด็กลดน้อยลงโดยจำนวนของประชากรสูงอายุมีแนวโน้มที่จะสูงขึ้น แสดงว่าโครงสร้างของประชากรได้เปลี่ยนแปลงเข้าไปสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging society) ซึ่งขณะนี้ยุโรปกลายเป็นภูมิภาคที่มีผู้สูงอายุมากที่สุดในโลก โดยเฉพาะอิตาลี กรีซ เยอรมัน สวิสเซอร์แลนด์ หลายต่อหลายประเทศจึงพยายามศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุมากขึ้น เพื่อพัฒนาประเทศของตนให้มีคุณภาพกลายเป็น “สังคมผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ” ต่อไปในอนาคต ส่วนชาวเอเชียมีจำนวนสูงถึงร้อยละ 60 ของจำนวนประชากรโลก ซึ่งประเทศจีน เป็นประเทศที่มีจำนวนประชากรมากที่สุดในโลก และตามมาด้วยประเทศอินเดีย ส่วนประเทศไทยนั้นอยู่ในอันดับที่ 19 โดยมีประชากรจำนวน 60 ล้านคน (พ.ศ. 2539) ซึ่งคาดการณ์เอาไว้ว่าในปี พ.ศ. 2562 ประชาชนชาวไทยจะมีจำนวน 70 ล้านคน (7 BILLION How your world will change, 2011) ตารางที่ 1 จำนวนประชากรโลกจำแนกตามรายประเทศจากมากไปน้อย (10 ประเทศ) ปี ค.ศ. 2015 และการคาดประมาณในปี ค.ศ. 2050 (Population Reference Bureau, 2015)

Counters, 2015	Population (Millions)	Country, 2050	Population (Millions)
China	1,372	India	1,660
India	1,314	China	1,366
United States	321	United States	398
Indonesia	256	Nigeria	397
Brazil	205	Indonesia	366
Pakistan	199	Pakistan	344
Nigeria	182	Brazil	226
Bangladesh	160	Bangladesh	202
Russia	144	Congo, Dem. Rep.	194
Mexico	127	Ethiopia	165

ตารางที่ 2 โครงสร้างประชากรโลกและประชากรไทย พ.ศ. 2543-2568 (หน่วยพันคน)

(จำแนกตามปี พ.ศ. และช่วงอายุ) (United Nations, 2002; สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2550)

พ.ศ.	ประชากรโลก (ร้อยละ)				ประชากรไทย (ร้อยละ)			
	จำนวนรวม	0-14 ปี	15-59 ปี	60 ปีขึ้นไป	จำนวนรวม	0-14 ปี	15-59 ปี	60 ปีขึ้นไป
2543	6,070,578	30.1	59.9	10.0	62,237	24.7	65.9	9.4
2548	6,453,627	28.3	61.3	10.4	64,765	23.0	66.7	10.3
2553	6,830,282	27.0	61.9	11.1	67,042	21.2	67.1	11.7
2558	7,197,247	26.1	61.6	12.3	69,056	20.2	66.0	13.8
2563	7,540,238	25.2	61.2	13.6	70,821	19.0	64.2	16.8
2568	7,851,455	24.2	60.8	15.0	72,288	18.0	62.0	20.0

United Nations (2007) ได้คาดการณ์ว่าในช่วง ปี ค.ศ. 2001-2100 เป็นศตวรรษแห่งผู้สูงอายุ โลกกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุจำนวนของผู้สูงอายุที่มีอายุเกิน 60 ปีขึ้นไป ทั่วโลกมากกว่า 2,000 ล้านคน ในปี ค.ศ. 2050 และจะเพิ่มขึ้นในอัตราสามเท่าของปี ค.ศ. 1950 โดยคาดว่าอายุเฉลี่ยของประชากรจะยืนยาวขึ้นทั้งหญิงและชาย สืบเนื่องมาจากการพัฒนาทางการแพทย์และสาธารณสุขโดยรวมดีขึ้น ในขณะที่เดียวกันอัตราการเกิดของประชากรทั้งโลกมีอัตราลดลง มีการคาดการณ์ในอนาคตว่าเมื่อถึงช่วงระยะปี ค.ศ. 2045-2050 โครงสร้างประชากรของโลกมีความเชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญกับโครงสร้างประชากรของประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก เนื่องจากจะมีการเคลื่อนย้ายและอพยพย้ายถิ่นกันอย่างกว้างขวาง โดยจะส่งผลกระทบต่อระบบการผลิตในภาคส่วนต่าง ๆ ที่อาศัยกำลังคนเป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนจะได้รับผลกระทบอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะสังคมส่วนใหญ่จะเต็มไปด้วยผู้สูงอายุเป็นประชากรกลุ่มหลัก ในขณะที่เดียวกันนั้นกลุ่มวัยทำงานและวัยเด็กซึ่งยังไม่สามารถเข้ามารองรับขับเคลื่อนระบบการผลิตได้ในสัดส่วนและจังหวะที่ลงตัวกัน จะก่อให้เกิดปัญหาด้านผลิตภาพ (Productivity) หรือความสามารถในการผลิตของระบบต่าง ๆ โดยมีแนวโน้มตกต่ำลง ปรากฏการณ์เหล่านี้เป็นข้อกังวลห่วงใยของประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก หลายประเทศจึงได้เริ่มวางมาตรการรองรับแนวโน้มด้านประชากรและกำลังคนดังกล่าว (Leeson, 2005; United Nations, 2007; Harper, 2006 อ้างถึงใน โสรัจจ์ หงส์ลดาธมภ์, 2551)

ในประเทศไทย ก็มีแนวโน้มเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เช่นเดียวกับหลาย ๆ ประเทศทั่วโลก ซึ่งอัตราการเพิ่มของจำนวนประชากรไทยน้อยลง สืบเนื่องมาจากการวางแผนครอบครัว พบว่าปัจจุบันประชากรไทย มีอัตราเจริญพันธุ์โดยรวมลดลงกว่าระดับทดแทนถึงประมาณ 1.8 คน หรือ

ผู้หญิงหนึ่งคนจะมีลูกไม่เกิน 2 คน อีกทั้งประชาชนที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น โดยในปี พ.ศ. 2527 คิดเป็นร้อยละ 5.7 และในปี พ.ศ. 2546 คิดเป็นร้อยละ 9.6 คาดว่าน่าจะมีจำนวนเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 14.7 ในปี พ.ศ. 2562 แสดงว่าในอนาคตประเทศไทย น่าจะมีประชากรสูงอายุมากกว่าประชากรวัยเด็ก เพราะฉะนั้นประเทศไทย และประชากรทั่วโลก จะต้องมีการพัฒนาสังคม และเศรษฐกิจเพื่อรองรับระบบสังคมในอนาคตต่อไป (7 BILLION How your world will change, 2011)

จากปัญหาที่การที่สังคมผู้สูงอายุมิแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ทั่วโลกนั้น จึงเกิดผลกระทบที่ว่า เมื่อมีผู้สูงอายุมากขึ้นย่อมส่งผลทำให้ปัจจัยการผลิตทางด้านแรงงานลดลง การออมลดลง รัฐบาลจำเป็นต้องเพิ่มงบประมาณค่าใช้จ่ายทางด้านสวัสดิการและการรักษาพยาบาลเพิ่มขึ้นเพื่อดูแลและปฐมพยาบาลผู้สูงอายุมากขึ้น หากไม่มีการเตรียมความพร้อมการจัดสรรทรัพยากรแรงงานที่จะลดลงจะมีผลกระทบต่อความมั่นคงทางด้านเศรษฐกิจและสังคมทำให้รายได้ประชาชาติลดลงได้ ดังนั้น ในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ การเตรียมความพร้อมเป็นเรื่องสำคัญ เมื่อต้องก้าวสู่วัยแห่งการเกษียณ แน่แน่นอนว่าความคิด ความรู้สึก และความหมายของการเกษียณ สำหรับแต่ละคนย่อมมีความแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับทัศนคติ และความพร้อมของแต่ละบุคคล ถ้าเป็นผู้ที่มีการเตรียมตัว และวางแผนล่วงหน้าไว้เป็นอย่างดี ก็จะไม่กังวลกับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในชีวิต และอาจมีความสุขเสียด้วยซ้ำที่จะได้พ้นจากภาระหน้าที่การงานเสียที แต่สำหรับผู้ที่ไม่ได้เตรียมความพร้อม การเกษียณอาจส่งผลในทางลบมากกว่า ทั้งในด้านสุขภาพร่างกายและจิตใจ ตลอดจนวิถีชีวิตที่ต้องเปลี่ยนแปลงไปด้วย สาเหตุต่าง ๆ อาทิ การหมดอำนาจและบทบาทในทางสังคม การสูญเสียรายได้ อันเป็นเหตุให้เกิดความไม่มั่นคงทางการเงิน สิ่งสำคัญที่จะต้องทำเสียแต่วันนี้ก็คือ การเตรียมตัวเองให้มีความพร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น เพื่อให้แน่ใจว่าในอีกหลาย ๆ ปีข้างหน้า หลังจากเกษียณไปแล้ว จะยังคงสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข จวบจนวาระสุดท้ายของชีวิต เพราะสมัยนี้ด้วยเทคโนโลยีทางการแพทย์ และแนวโน้มการให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพ ทำให้อายุขัยเฉลี่ยของมนุษย์มีระยะเวลายาวนานขึ้น และทำให้ “การเกษียณ” เป็นเรื่องของการกำหนดเวลาเพื่อพ้นจากการทำงานเท่านั้น ไม่ใช่ว่าคนอายุ 60 ปี จะต้องเปลี่ยนสถานภาพไปเป็น “ผู้สูงอายุ” เสมอไป อย่างเช่นในอดีต เพื่อให้การดำรงชีวิตภายหลังเกษียณเป็นไปอย่างราบรื่นและมีความสุขในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณควรจะมีมือกันทั้งภาครัฐและเอกชนตั้งแต่ระดับบุคคล ชุมชนและประเทศ โดยเฉพาะการร่วมกันกระตุ้นเพื่อให้ตระหนักถึงความสำคัญของการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ มีการเตรียมวางแผนการออม การร่วมมือกันในกลุ่มชน การจัดการกิจกรรมเผยแพร่ความรู้ทางด้านสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ การปรับตัวทางด้านสังคมและจิตใจของผู้สูงอายุ รวมทั้งการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการลงทุนและการออมเพื่อเตรียมพร้อมเมื่อ

ถึงวัยผู้สูงอายุ เช่นในหลายประเทศได้มีการขยายอายุผู้เกษียณอายุและเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีงานทำ (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2557)

สำหรับในเขตพื้นที่ตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ก็มีปัญหาผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้น และผลกระทบก็มีเช่นเดียวกับทุกพื้นที่ในประเทศไทย คือ ในด้านปัจจัยการผลิตลดลง เนื่องจากประชากรทางด้านแรงงานลดลง การออมเงินลดลง รัฐบาลต้องเพิ่มงบประมาณด้านสวัสดิการ ตลอดจนการรักษาพยาบาลที่เพิ่มขึ้นเพื่อดูแลผู้สูงอายุ ดังนั้น กล่าวได้ว่าหากไม่มีการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ จะมีผลกระทบต่อความมั่นคงทางด้านเศรษฐกิจและสังคม การเตรียมความพร้อมจึงเป็นเรื่องสำคัญ

โดยที่ตำบลเสม็ดมีประชากร ทั้งชาย-หญิงรวม 21,087 คน มีช่วงอายุ 50-59 ปี ทั้งสิ้น 3,154 คน ประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งสิ้น 2,703 คน (กรมการปกครอง, 2538) นับเป็นจำนวนประชากรร้อยละ 12.8 ที่อยู่ในวัยสูงอายุ แสดงให้เห็นถึงกำลังก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัย (Ageing society) จึงมีข้อกังวลว่าเมื่อประเทศไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ ในปี พ.ศ. 2567-2568 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2550) แล้วประชากรวัยทำงานของตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ได้มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมากขึ้นเพียงใด เพื่อว่าเมื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้วจะทำให้ผู้สูงอายุในเทศบาลตำบลเสม็ดเป็นผู้สูงอายุที่มีความสุขตามอัตภาพ และมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ ผู้วิจัยจึงได้สนใจศึกษาการเตรียมความพร้อมของประชากรตำบลเสม็ด และเลือกกลุ่มตัวอย่างประชากรช่วงอายุ 50-59 ปี ด้วยเห็นว่าเป็นช่วงอายุที่ใกล้เกษียณ ย่อมมีความกระตือรือร้นในการวางแผนการเตรียมความพร้อมก่อนถึงวัยเกษียณ

## คำถามวิจัย

1. การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี อยู่ในระดับใด
2. ลักษณะประชากรศาสตร์ก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ที่ต่างกัน จะมีระดับการเตรียมความพร้อมต่างกันหรือไม่

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี

2. เพื่อเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ที่มีลักษณะประชากรศาสตร์ต่างกัน มีระดับการเตรียมความพร้อมต่างกัน

### สมมติฐานการวิจัย

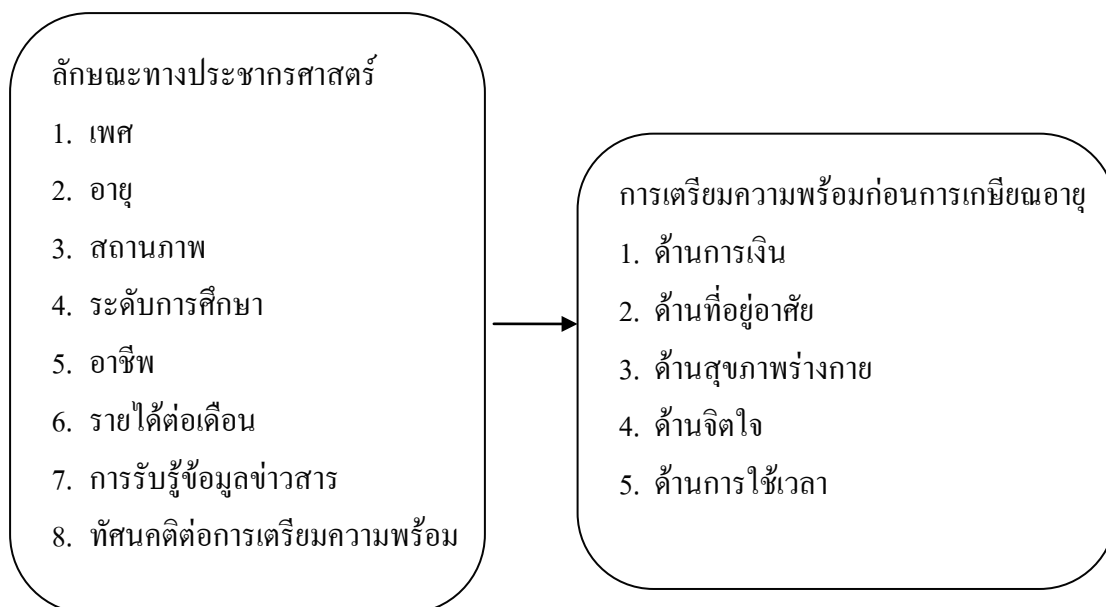
1. ประชาชนที่มีเพศต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
2. ประชาชนที่มีอายุต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
3. ประชาชนที่มีสถานภาพต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
4. ประชาชนที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
5. ประชาชนที่มีอาชีพต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
6. ประชาชนที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
7. ประชาชนที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
8. ประชาชนที่มีทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน

### กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมได้เลือกแนวคิดของ Atchley (1994) มาใช้เป็นกรอบในการวิจัย

## ตัวแปรอิสระ

## ตัวแปรตาม



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตของการศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี

ขอบเขตด้านเนื้อหา

ทำการศึกษการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุใน 5 ด้าน ได้แก่

1. ด้านการเงิน
2. ด้านที่อยู่อาศัย
3. ด้านสุขภาพร่างกาย
4. ด้านจิตใจ
5. ด้านการใช้เวลา

ขอบเขตด้านพื้นที่

การวิจัยครั้งนี้มีประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ คือ ประชาชนก่อนเกษียณอายุทำงานทั้งในภาครัฐและเอกชน ซึ่งอาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ที่มีอายุ 50-59 ปี ที่จะเกษียณอายุการทำงาน และถือได้ว่าเป็นกลุ่มตัวอย่างที่น่าศึกษาค้นคว้าในเรื่องการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ



ขอบเขตด้านระยะเวลา  
 การศึกษาครั้งนี้ใช้ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลและศึกษาวิจัยระหว่างเดือน  
 กรกฎาคม-ตุลาคม พ.ศ. 2559

### นิยามศัพท์เฉพาะ

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชน  
 ในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสมีด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี มีดังนี้

ความพร้อม หมายถึง การที่บุคคลมีความสนใจและเริ่มต้นที่จะกระทำบางสิ่งบางอย่าง  
 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพร้อม คือ สภาพจิตใจ ภายวิภาค และสรีรวิทยา

การเตรียมความพร้อม หมายถึง การจัดการไว้ล่วงหน้า การจัดแจง สำหรับกิจกรรมหรือ  
 ภารกิจใด ๆ ก็ตามที่กำลังจะเกิดขึ้นในอนาคต อาทิ เช่น การเตรียมจัดแจงให้เรียบร้อยเพื่อรับ  
 เหตุการณ์ข้างหน้าหรืออาจหมายความถึงการเตรียมกำลังไว้ให้พร้อมก็ได้เช่นกัน ดังนั้น การเตรียม  
 ความพร้อมจึงเป็นการกระทำที่จะทำให้ภารกิจข้างหน้าสำเร็จลุล่วงอย่างสมบูรณ์

คำว่า “เกษียณ” หมายถึง บุคคลที่มีอายุ 60 ปีบริบูรณ์ ที่ต้องเกษียณอายุพ้นจากสภาพ  
 การทำงาน เพื่อให้ร่างกายได้พักผ่อนจากการตรากตรำ ทำมาหาเลี้ยงชีพตลอดช่วงชีวิตที่ผ่านมา

ประชาชน ในความหมายทางรัฐศาสตร์ที่ใช้กันทั่วไป หมายถึง คนของประเทศ ผู้ได้รับ  
 อนุญาตให้ตั้งถิ่นฐานอาศัยอยู่ในรัฐหรือประเทศนั้น และมีหน้าที่ต้องรู้กฎหมาย และมีสิทธิหน้าที่  
 ตามกฎหมาย

วัยทำงาน หมายถึง วัยผู้ใหญ่ อายุตั้งแต่ 21-60 ปี เป็นวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและตอนกลาง  
 เป็นวัยที่ต้องหารายได้ เพื่อเลี้ยงตัวเอง และครอบครัว

ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป แบ่งระดับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ  
 เป็น 3 ระดับ ได้แก่

1. ระดับการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging society) หมายถึง สังคมหรือประเทศที่มี  
 ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศหรือมีประชากรอายุตั้งแต่  
 65 ปี มากกว่าร้อยละ 7 ของประชากรทั้งประเทศ แสดงว่าประเทศนั้นกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

2. ระดับสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged society) หมายถึง สังคมหรือประเทศที่มี  
 ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศหรือมีประชากรอายุตั้งแต่  
 65 ปี มากกว่าร้อยละ 14 ของประชากรทั้งประเทศ แสดงว่าประเทศนั้นเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดย  
 สมบูรณ์

3. ระดับสังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มที่ (Super-aged society) หมายถึง สังคมหรือประเทศที่มีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศ แสดงว่าประเทศนั้นเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มที่

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน หมายถึง การที่ประชาชนมีการจัดการกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นก่อนเกษียณอายุทำงาน โดยสามารถพิจารณาจากการเตรียมความพร้อมใน 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา

ด้านการเงิน หมายถึง การเตรียมความพร้อมในด้านการเงินก่อนเกษียณ เช่น การปลดปล่อยหนี้สิน การทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย การออมเงินไว้ใช้ยามเกษียณ การลงทุนเพื่อผลตอบแทนตลอดจนการสะสมทรัพย์สินในรูปแบบต่าง ๆ ไว้ใช้ยามเกษียณ

ด้านที่อยู่อาศัย หมายถึง การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยเช่นการวางแผนในการมีบ้านเป็นของตนเองพักอาศัย หรือพักอาศัยกับผู้อื่น การเตรียมในด้านสภาพแวดล้อมหรือการจัดสภาพของที่พักอาศัยให้เหมาะสม การเตรียมหาความรู้เกี่ยวกับสถานสงเคราะห์ หรือการปฏิบัติตนกับบุคคลในครอบครัวเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกัน

ด้านสุขภาพร่างกาย หมายถึง การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพไม่ว่าจะเป็นการไปตรวจสุขภาพเป็นประจำ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ นอนหลับพักผ่อนเพียงพอ และการรับประทานอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการเป็นต้น

ด้านจิตใจ หมายถึง การเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจ การศึกษาหาความรู้ในการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ สังคม การศึกษาธรรมะ ทำจิตใจให้สงบเมื่อถึงวัยเกษียณที่จะมาถึง ตลอดจนหาเพื่อนรุ่นเดียวกันเพื่อพูดคุย สันสรวด์ตามควรใช้ชีวิตหลังเกษียณอย่างมีความสุข

ด้านการใช้เวลา หมายถึง การเตรียมความพร้อมในการใช้เวลาว่างหลังเกษียณให้เหมาะสมกับสภาพร่างกาย และการเงิน อาจมีงานอดิเรกทำ หรือวางแผนในการเข้าร่วมกิจกรรมที่สนใจ และเป็นประโยชน์ สร้างความคุ้นเคยเพื่อให้เป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณ

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ทราบระดับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสมีด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ว่ามีระดับการเตรียมความพร้อมอย่างไร
2. ได้ทราบลักษณะประชากรศาสตร์ของประชาชนก่อนเกษียณอายุทำงานในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสมีด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ที่ต่างกันจะมีระดับการเตรียมความพร้อมต่างกันหรือไม่

## บทที่ 2

### แนวความคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่องการเตรียมความพร้อมของวัยทำงานหลังเกษียณอายุในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสมีด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ในครั้งนี้ ได้มีการศึกษาทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 2 ส่วนหลัก ๆ ได้แก่

1. แนวคิดเกี่ยวกับการเกษียณอายุ
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการเกษียณอายุ

##### แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการเกษียณอายุ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ให้ความหมายว่าการเกษียณอายุ หมายถึง ลี้ไป (ใช้เกี่ยวกับการกำหนดอายุ) เช่น ลี้กำหนดเวลารับราชการหรือทำงาน หรือการครบกำหนดอายุรับราชการ เป็นต้น

Atchley (1988 อ้างถึงใน ประภาศรี มานิตย์, 2542, หน้า 9) ได้ให้ความหมายการเกษียณว่าเป็นกระบวนการทางสังคมในการประกอบอาชีพที่กำหนดให้ มีระบบการแทนที่ทางบทบาทและหน้าที่ของบุคคลและยังเป็นกระบวนการให้แต่ละบุคคลจัดเตรียมชีวิตเพื่อการเริ่มแสวงหาเพื่อการปรับตัวหรือมีกิจกรรมอื่น ๆ หรือแม้แต่การปลีกตัวออกจากสังคม

Burnside (1981 อ้างถึงใน สุรกุล เจนอบรม, 2541, หน้า 60) กล่าวถึง การเกษียณอายุว่าเป็นวงจรชีวิตในการประกอบอาชีพที่อยู่ในช่วงสุดท้ายของการจ้างงาน ความรับผิดชอบต่ออาชีพและโอกาสในการทำงานต่าง ๆ จะลดต่ำลงอย่างสุดขีด บุคคลที่เกษียณอายุจะมีรายได้ในรูปของบำเหน็จบำนาญ โดยไม่ต้องทำงาน ดังนั้น การเกษียณอายุงานจึงเป็นบทบาททางสังคมที่กำหนดให้ มีระบบการแทนที่บุคคลตามสิทธิหน้าที่และความสัมพันธ์กับคนอื่น นอกจากนี้ การเกษียณอายุงานยังเป็นกระบวนการให้แต่ละบุคคลได้มีการจัดเตรียมชีวิตเพื่อการเริ่มแสวงหาสิ่งใหม่เพื่อการปรับตัวหรือแม้แต่การปลีกตัวออกจากสังคมเมื่อเกษียณอายุงานแล้ว

Bowles (1981 อ้างถึงใน นิทยา ทวีชีพ, พิทักษ์ จันทร์เจริญ และวรรณวิภา จตุชัย, 2559) ทฤษฎีที่ใช้ในการวิจัย ทฤษฎีทางชีววิทยา (Biological theory) ตามหลักการทฤษฎีความเสื่อมโทรม (Wear and tear theory) อธิบายเกี่ยวกับระบบต่าง ๆ ในร่างกายจะค่อย ๆ เกิดความเสื่อมโทรมลงไปตามกาลเวลา ตลอดเวลาร่างกายก็จะเกิดการสึกหรอจากแหล่งภายนอกเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ได้แก่

สารเคมีที่มีอันตรายถึงแก่ชีวิตและทางอ้อม ได้แก่ ระบบร่างกายเสื่อมโทรมลงอันเป็นผลมาจากการขาดสารอาหาร การเสียดัดและความเครียด ดังนั้น เมื่อความชราภาพมาถึง ร่างกายก็จะเริ่มอ่อนล้า และอ่อนแอต่อปัจจัยต่าง ๆ ที่เข้ามา ซึ่งในที่สุดปัจจัยเหล่านั้นก็จะค่อย ๆ เข้ามาทำลายต่อระบบต่าง ๆ ของร่างกาย

Atchley (1994) ทฤษฎีทางจิตสังคม (Psychosocial theory) ตามหลักการทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity theory) ทฤษฎีนี้จะมีผลต่อการปรับตัวต่อความชราภาพ และเน้นว่าพัฒนาการของผู้ใหญ่เป็นกระบวนการต่อเนื่องเมื่อถึงวัยกลางคน ผู้สูงอายุจะพยายามแสวงหาบทบาททางสังคมใหม่มาทดแทนบทบาททางสังคมเก่าที่ตนสูญเสียไป ขึ้นอยู่กับปัจจัยแรงจูงใจ สถานะทางเศรษฐกิจและสังคม สุขภาพ และยังขึ้นอยู่กับลักษณะทางสังคมอื่น ๆ เช่น ความยืดหยุ่น หรือข้อจำกัดของสังคม เช่น ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพทางสังคมสูง เป็นที่ต้องการของสังคม ก็ย่อมต้องการที่จะยังมีบทบาทต่อไปในสังคม

Passuth and Bengston (1988 cited in Erber, 2005, pp. 330-331) ทฤษฎีทางสังคมวิทยา (Sociological theory) ตามหลักการทฤษฎีแห่งกิจกรรม (Activity theory) อธิบายว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการและความจำเป็นเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ตอนต้นและผู้ใหญ่ตอนกลาง ถึงแม้ว่าจะเกษียณหรือหย่าร้าง ในทางปฏิบัตินั้นทฤษฎีกิจกรรมช่วยเพิ่มโอกาสทางสังคมให้กับผู้สูงอายุที่ต้องการแทนที่บทบาทของตนเองที่สูญเสียไป ทำให้ยังคงบทบาทบางอย่างของเขาไว้ได้ ก็จะทำให้บุคคลนั้นเป็นผู้สูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิต ทำให้มองโลกได้อย่างมีชีวิตชีวา มีความสุข ไม่หดหู่ และมีชีวิตที่ดีในสังคม

ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์ (2555) พบว่า ผู้ที่จะเกษียณอายุควรเริ่มวางแผนการเตรียมความพร้อมตั้งแต่ยังอยู่ในช่วงอายุน้อย โดยศึกษาข้อมูลจากเอกสารและสื่อต่าง ๆ โดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านร่างกาย ต้องเริ่มดำเนินการตั้งแต่อายุยังไม่มากเพราะเป็นการเตรียมความพร้อมที่ต้องใช้ระยะเวลาอันยาวนานและต่อเนื่อง ส่วนการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจและด้านการใช้เวลาว่าง หากได้มีการเตรียมความพร้อมเร็วทำไรก็จะทำให้คุ้นชินกับความคิดเกี่ยวกับการเกษียณอายุมากยิ่งขึ้น

เมธิยา กอสนาน (2552) ได้ศึกษาสภาพทางการเงินของข้าราชการทหารบกประจำการ ณ ค่ายฝึกไพรโยค จังหวัดกาญจนบุรี พบว่า การบริหารเงินโดยใช้รายได้ที่มีให้เกิดดอกออกผลให้ได้มากที่สุด คือ การฝากเงินกับทางธนาคาร ซึ่งเป็นช่องทางการออมหรือการลงทุนที่เหมาะสม สถานการณ์โดยไม่ต้องไปหางานทำเพิ่ม เพียงแต่ปรับปรุงช่องทางเดินของกระแสเงิน ดังนั้น การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุในด้านต่าง ๆ จึงมีความสำคัญต่อผู้เกษียณอายุเป็นอย่างมาก

ประนอม โอทกานนท์ (2554) ให้ความหมาย ความสุขสมบูรณ์ในชีวิต (Wellness) ว่า แบ่งช่วงชีวิตของบุคคลออกเป็น 3 ช่วง คือ วัยเด็ก วัยผู้ใหญ่ และวัยสูงอายุ ซึ่งช่วงวัยสูงอายุนี้จะเป็นยุคทองของชีวิต หากบุคคลได้มีการวางแผนและเตรียมความพร้อมมาอย่างดีและรัดกุม การวางแผนใช้ชีวิตหลังเกษียณจึงมีความสำคัญมากเท่ากับการวางแผนการศึกษาในวัยเด็กและการวางแผนในการประกอบอาชีพในวัยผู้ใหญ่

บุญเทือง โพธิ์เจริญ (2551) ที่ให้ข้อเสนอแนะว่าเมื่ออยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียนต้องตั้งใจเรียนหมั่นขวนขวายหาความรู้ เพื่อจะมีโอกาสได้งานที่ดี เมื่อถึงวัยทำงาน ต้องตั้งใจทำงานอย่างมุ่งมั่น ซื่อสัตย์สุจริต สร้างผลงานให้เป็นที่ยอมรับเพื่อความภาคภูมิใจของตนเอง รู้จักเก็บออมเงินเพื่อสร้างฐานะและความมั่นคงของชีวิต ไม่ใช่ชีวิตหรูหราฟุ่มเฟือย คิดในยศ อำนาจ ตำแหน่ง ดูแลรักษาสุขภาพร่างกายและจิตใจให้แข็งแรง เพื่อที่เมื่อถึงวัยเกษียณจะสามารถปรับตัวปรับใจให้กับการที่ต้องออกจากงาน ยอมรับความชราที่มาเยือน และเริ่มต้นชีวิตใหม่ในวัยเกษียณได้อย่างมีความสุข

สุขใจ นำฟูค (2557) กล่าวว่า การบริหารการเงินบุคคลเป็นการจัดระเบียบการเงินของบุคคลอย่างมีประสิทธิภาพด้วยการรู้จักจัดหาเงินเข้ามา และใช้จ่ายออกไปอย่างถูกต้อง ก่อให้เกิดผลดีจนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ เนื่องจากบุคคลเมื่อเกษียณอายุแล้วรายได้ที่เคยได้รับประจำก็ลดลง ดังนั้น ถ้าไม่มีแผนการใช้จ่ายอย่างรัดกุมแล้วเงินจำนวนนั้นก็อาจหมดไปอย่างรวดเร็ว จึงควรมีการเตรียมตัวด้านรายได้และรายจ่าย

สรุปได้ว่า การเกษียณเป็นการเปลี่ยนแปลงสถานภาพในการประกอบอาชีพของบุคคลที่ได้รับการว่าจ้าง เมื่อถึงเวลาช่วงอายุที่กำหนดโดยกฎหมายหรือหน่วยงานนั้น ๆ ก็ต้องออกจากงานทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อชีวิตความเป็นอยู่ การดำเนินชีวิตอีกทั้งต้องปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่เปลี่ยนแปลง ปรับความคิดจิตใจ จากการทำงานที่เวลามากขึ้นอาจมีการออกกำลังกาย หรือหากิจกรรมอื่น ๆ มาทดแทน เพื่อให้มีสุขภาพดีทั้งกายและจิตใจ

### ประเภทของการเกษียณอายุ

สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน (2551 อ้างถึงใน เพ็ญประภา เบญจวรรณ, 2558) กล่าวถึง การเกษียณอายุ ว่าเป็นการยุติการปฏิบัติงานที่เคยทำอยู่ประจำเมื่อถึงกำหนดอายุตามที่หน่วยงานหรือองค์กรได้กำหนดกฎเกณฑ์ไว้ และได้แบ่งการเกษียณอายุออกเป็น 2 ประเภท ใหญ่ ๆ ดังนี้

1. การเกษียณอายุแบบตายตัว (Fixed retirement) ภาษาอังกฤษใช้คำเฉพาะว่า Mandatory หรือ Compulsory หรือ Automatic retirement ซึ่งหมายถึง การบังคับเกษียณ เช่น
  - 1.1 การกำหนดอายุเกษียณ 60 ปีทุกคน
  - 1.2 การกำหนดอายุเกษียณสำหรับผู้ปฏิบัติงานในสายงานวิชาการ 65 ปี

### 1.3 บุคคลผู้ปฏิบัติงานในสายงานบริหาร 60 ปี

2. การเกษียณอายุแบบยืดหยุ่น (Flexible retirement) มีความหมาย 2 ประการ คือ

- 1) การไม่กำหนดอายุเกษียณ ไว้แน่นอนว่าจะจะเป็นอายุเท่าไร จะเลือกเกษียณอายุใดก็ได้
- 2) เป็นการเปิดโอกาสให้เกษียณก่อนกำหนดอายุเกษียณที่เรียกว่า Early retirement เช่น กำหนดอายุเกษียณไว้ 60 ปี แต่เปิดโอกาสให้เกษียณเมื่ออายุ 55 ปี ได้ การเกษียณอายุของต่างประเทศใช้หลักการเกษียณอายุแบบบังคับ (Compulsory retirement) เป็นส่วนใหญ่ สำหรับอายุเกษียณส่วนใหญ่จะอยู่ในช่วง 60-65 ปี

#### ผลกระทบจากการเกษียณอายุ

ธิดารัตน์ อติชาตินันท์ และแพรวพรรณ มังคลา (2554) กล่าวว่า การเกษียณอายุก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ที่เกษียณอายุในหลาย ๆ ด้าน เนื่องจากต้องเข้าสู่ภาวะวัยสูงอายุด้วย ซึ่งผลกระทบเหล่านั้นล้วนแล้วแต่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้เกษียณหรือแม้แต่การดำเนินชีวิตอย่างมาก ผลกระทบเหล่านั้น ได้แก่

1. ผลกระทบด้านร่างกาย ผู้ที่เกษียณอายุเป็นผู้สูงอายุ ดังนั้น เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ทำให้ต้องพบกับความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ อย่างมาก เช่น ระบบกระดูกเสื่อมลงทำให้เกิดปัญหาในการเดินระบบประสาทต่าง ๆ เสื่อมลง ตามองไม่ชัด หูตึง ทำให้ผู้สูงอายุบางคนไม่สามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายได้ จึงมีผลต่อการดำเนินชีวิตโดยทำให้เกิดความไม่พึงพอใจและถ้าขาดความรู้ในการดูแลสุขภาพก็จะมีสุขภาพที่เสื่อมลงอย่างรวดเร็ว ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีก็จะมีการปรับตัวได้ดีด้วย ซึ่งจะเห็นได้ว่าสภาวะทางสุขภาพเป็นตัวแปรสำคัญที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้สูงอายุ

2. ผลกระทบด้านจิตใจ การเกษียณอายุนับว่ามีผลกระทบต่อจิตใจกับผู้เกษียณค่อนข้างมาก เนื่องมาจากการเกษียณอายุก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลันต่อกิจวัตรประจำวันจากที่เคยปฏิบัติไปสู่การมีเวลาว่างมากขึ้น และในขณะเดียวกัน การเกษียณอายุทำให้ผู้เกษียณอายุนั้น รู้สึกว่าตนเองคือคุณค่าเนื่องมาจากอำนาจที่เคยมีอยู่หมดไป ซึ่งสิ่งเหล่านี้ถ้าผู้เกษียณอายุ ปรับตัวไม่ได้จะทำให้รู้สึกหงุดหงิด ซึมเศร้า คิดว่าตนเองหมดความหมาย ไม่มีคุณค่า ขาดความพึงพอใจต่อสภาพชีวิตในปัจจุบัน

3. ผลกระทบด้านสังคม การเกษียณอายุเป็นการถอนบทบาทจากสังคมภายนอก ทำให้ผู้เกษียณอายุมีแต่สังคมภายในบ้าน ขาดการพบปะกับผู้ร่วมงาน บทบาททางสังคมลดน้อยลง อำนาจต่าง ๆ ที่เคยมีหมดไป การได้รับการยกย่องจากบุคคลอื่นในสังคมหมดไป สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนส่งผลให้ผู้เกษียณอายุเกิดความรู้สึกว่าคุณค่าและศักดิ์ศรีของตนเองลดน้อยลงและก่อให้เกิด

ปัญหาทางจิตใจ มีความเหงาและว้าเหว่ ถ้าไม่มีบทบาทใหม่มาทดแทนจะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจต่อชีวิต

4. ผลกระทบด้านเศรษฐกิจ เนื่องจากผู้เกษียณอายุต้องออกจากงานเดิม ทำให้รายได้ลดน้อยลง รายได้พิเศษต่าง ๆ ก็หมดไป ในขณะที่รายจ่ายเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากต้องมีรายจ่ายเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่เสื่อมลงมากขึ้นจากเดิมจึงก่อให้เกิดปัญหาทางเศรษฐกิจ

5. ผลกระทบด้านการใช้เวลาว่าง การเกษียณอายุทำให้มีเวลาว่างวันละ 6-8 ชั่วโมง ผู้เกษียณที่ไม่ได้วางแผนเตรียม งานอดิเรกหรือหากิจกรรมต่าง ๆ ไว้ มักพบกับปัญหาการใช้เวลาว่างให้หมดไปในแต่ละวัน ซึ่งปัญหานี้มักพบในผู้เกษียณชายมากกว่าผู้เกษียณหญิง ทำให้เกิดความเครียดและความเบื่อหน่ายได้

6. ผลกระทบต่อความสัมพันธ์กับคู่ชีวิตและสมาชิกในครอบครัว เนื่องจากผู้เกษียณมีเวลาอยู่บ้านมากขึ้น ทำให้มีโอกาสเข้ามามีบทบาทหรือมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของครอบครัวมากขึ้น คู่ชีวิตหรือสมาชิกในครอบครัวอาจรู้สึกถูกรุกล้ำอาณาเขต เกิดอารมณ์หงุดหงิดและไม่สบายใจ จะเห็นได้ว่า ผลกระทบจากการเกษียณอายุส่วนใหญ่จะมีผลด้านจิตใจมากกว่าด้านร่างกาย ผู้เกษียณอายุที่ขาดการวางแผนการเตรียมตัวเกษียณอายุที่ดีอาจเกิดภาวะตึงเครียด เสรีภาพ ซึ่งนำไปสู่ปัญหาสุขภาพที่รุนแรงได้ ดังการศึกษาของ Hurlock (1980) ที่พบว่า ภาวะช็อกจากการเกษียณอายุ (Retirement shock) เป็นโรคใหม่ของผู้เกษียณอายุซึ่งเกิดขึ้น รุนแรงทันทีหลังเกษียณอายุ เนื่องจากผู้เกษียณอายุไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทันทีภายหลังเกษียณได้ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการปรับตัวของ Roy (1986) ทฤษฎีนี้มีพื้นฐานความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ว่าประกอบด้วย ร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งทำงานเป็นหน่วยเดียวกันเพื่อคงภาวะปกติสุขเมื่อมีสิ่งกระตุ้นมากระทบกระทั่งต่อบุคคล ดังนั้น บุคคลจึงต้องมีการปรับตัวเพื่อรักษาความสมดุลของร่างกาย จิตใจ และสังคมของบุคคล ถ้าบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวจะมีความมั่นคงในชีวิต มีสุขภาพดี ยอมรับความจริง ส่วนผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ ไม่ยอมรับความจริง ซึมเศร้า เป็นต้น

สรุปได้ว่า ผลกระทบจากการเกษียณอายุการทำงานส่วนใหญ่จะมีผลกระทบทางด้านจิตใจมากกว่าทางด้านร่างกาย ด้วยสาเหตุนี้ ทำให้ผู้เกษียณอายุการทำงานเกิดภาวะความตึงเครียดและเสรีภาพได้ ดังนั้น การบำบัดจิตใจหรือปรับทัศนคติและพฤติกรรมในการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณให้เป็นไปในทิศทางที่ดีจะสามารถทำให้บุคคลเหล่านั้นสามารถรับกับสภาพการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงไปได้ และสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างมีความสุขกับช่วงระยะเวลาสุดท้ายที่เหลืออยู่ของชีวิต

### ระยะของการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

Atchley (1994) แบ่งการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุออกเป็น 2 ระยะ คือ

1. ระยะก่อนการเกษียณนาน ๆ (Remote phase) การเตรียมความพร้อมในระยะนี้สามารถเริ่มได้ตั้งแต่ก่อนวัยทำงาน หรือเริ่มเมื่อวัยทำงาน สิ่งที่เหมาะสมเตรียมในระยะนี้ ได้แก่

1.1 การเงิน ซึ่งต้องมีการเตรียมในระยะยาว บุคคลที่ต้องการมีชีวิตหลังเกษียณที่สบายต้องมีการวางแผนด้านการเงินให้มาก

1.2 การใช้เวลาว่าง การพัฒนาทักษะการใช้เวลาว่างจะทำได้ง่ายในวัยหนุ่มสาว เนื่องจากการศึกษาวิชาการต่าง ๆ เปิดกว้างสำหรับวัยนี้

1.3 การดูแลรักษาสุขภาพ สุขภาพวัยเกษียณอายุจะดีได้ต้องได้รับการดูแลอย่างดีตั้งแต่วัยหนุ่มสาว บุคคลที่ไม่ดูแลสุขภาพของตนมาแต่ต้น สุขภาพในวัยเกษียณอายุก็จะไม่ดีตามไปด้วย

2. ระยะใกล้เกษียณ (Near phase) ระยะนี้บุคคลอาจเห็นกลุ่มสมรส หรือเพื่อนร่วมงานวัยใกล้เคียงกันเกษียณอายุ สิ่งที่ต้องเตรียมในระยะนี้ ได้แก่

2.1 ด้านจิตใจ พยายามยอมรับเกณฑ์ของสังคมที่ถูกกำหนดไว้ ไม่วิตกกังวลกับการเกษียณอายุจนเกินไป

2.2 ด้านทัศนคติต่อการเกษียณอายุ หากบุคคลได้มีการเตรียมความพร้อมในระยะก่อนการเกษียณนาน ๆ มาอย่างดี จะไม่เกิดทัศนคติด้านลบต่อการเกษียณอายุ

### ด้านต่าง ๆ ของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ

การที่ผู้เกษียณอายุจะสามารถเผชิญกับสภาวะวิกฤติได้ก็ต้องจำเป็นที่มีการเตรียมความพร้อมวางแผนชีวิตก่อนที่จะก้าวเข้าสู่วัยเกษียณในด้านต่าง ๆ (เพ็ญประภา เเบญจวรรณ, 2558)

การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจมีความสำคัญมาก เพราะเมื่อเกษียณอายุแล้วรายได้ที่เคยได้รับจะลดน้อยลง หากไม่มีการเตรียมความพร้อมด้านการเงินไว้ล่วงหน้าจะประสบกับปัญหาด้านเศรษฐกิจ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2545) กล่าวว่าผู้เกษียณอายุควรมีการเตรียมความพร้อมเรื่องทรัพย์สินเงินทองไว้ล่วงหน้าตั้งแต่วัยกลางคน เพราะเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุแล้วโอกาสที่จะหางานที่มีรายได้สูงเป็นไปได้ยาก การหวังพึ่งลูกหลานในสภาพเศรษฐกิจปัจจุบันเป็นเรื่องค่อนข้างลำบาก การมีฐานะการเงินที่มั่นคงเป็นปัจจัยหนึ่ง ที่ช่วยให้ผู้เกษียณอายุมีความสุขในบั้นปลายชีวิต ไม่เป็นภาระของลูกหลาน รายงานการศึกษาวิจัยทั้งในและต่างประเทศได้ข้อสรุปตรงกันว่า ความรู้สึกมั่นคงเกี่ยวกับการเงินเป็นปัจจัยสำคัญของความสุข และความพึงพอใจในตัวเอง (Papalia & Olds, 1995 อ้างถึงใน ปิยรัตน์ เมืองไทย, 2541, หน้า 39; ดารณี คำเจริญ, 2541, หน้า 106; สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ, 2548) ได้จัดทำคู่มือการอบรม



การเตรียมความรู้เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยได้แนะนำขั้นตอนการมีเงินใช้อย่างเพียงพอในวัยสูงอายุ 6 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 ต้องมีเงินออมประมาณ 6 เท่าของค่าใช้จ่ายประจำเดือน เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับช่วงเวลาที่ต้องใช้เงินอย่างฉุกเฉิน

ขั้นที่ 2 จ่ายหนี้ที่มีอัตราดอกเบี้ยแพงที่สุดและหนี้ที่เกิดจากการใช้บัตรเครดิตก่อน

ขั้นที่ 3 ทำประกันชีวิตเพื่อป้องกันความเสี่ยง

ขั้นที่ 4 รวมออมทรัพย์กับกองทุนสำรองเลี้ยงชีพต่าง ๆ สำหรับวัยเกษียณ หรือทำประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์

ขั้นที่ 5 ทำประกันสุขภาพและประกันอุบัติเหตุ

ขั้นที่ 6 นำเงินที่เหลือจาก 5 ขั้นแรก และจากค่าใช้จ่ายประจำไปลงทุนเพื่อให้รายได้เพิ่มสูงขึ้น การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจสามารถทำได้ ดังนี้ (วิจิตร บุญยะโหดระ, 2537, หน้า 39; บรรลุ ศิริพานิช, 2550, หน้า 77-82; Leedy & Wynbrandt, 1987, pp. 85-86)

1. ประมาณการรายรับในแต่ละเดือน และวิเคราะห์แหล่งที่มาของรายรับ เช่น เงินบำนาญบำนาญ รายได้จากเงินกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ รายได้จากดอกเบี้ย/ ค่าเช่า รายได้ที่ได้รับจากบุตรหลานและแหล่งต่าง ๆ รวมทั้งจากการทำงานหลังเกษียณอายุ

2. ประมาณการรายจ่ายในแต่ละเดือน และวิเคราะห์รายจ่ายที่คาดว่าจะต้องใช้ภายหลังเกษียณ เช่น ค่าสาธารณูปโภค ค่ารักษาพยาบาล ค่าอาหาร เงินสำหรับทำบุญ-บริจาคเพื่อสาธารณกุศล และเบ็ดเตล็ดอื่น ๆ

3. ควบคุมค่าใช้จ่ายให้สมดุลกับรายรับ ตัดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นออกไป

4. เตรียมหางานสำรองเพื่อเพิ่มรายได้หลังเกษียณ ซึ่ง Schoenfeld (1993, p. 25 อ้างถึงใน ธาดา วิมลฉัตรเวที, 2543, หน้า 18) แนะนำว่า ในกรณีที่จำเป็นต้องหารายได้เพิ่ม ควรเตรียมหางานสำรองไว้ ตั้งแต่ขณะยังคงดำรงตำแหน่งหน้าที่ในงานประจำอยู่ ซึ่งจะทำได้งานที่ดีและเงินเดือนสูงกว่าการหางานใหม่หลังจากเกษียณอายุแล้ว การทำงานหลังเกษียณอายุนอกจากจะทำให้มีรายได้เพิ่มขึ้นแล้ว ยังมีผลทางด้านจิตใจคือทำให้มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองด้วย

5. เตรียมสะสมเงินสำรองไว้ใช้จ่ายภายหลังเกษียณอายุ ซึ่งควรเริ่มต้นสะสมตั้งแต่วัยหนุ่มสาว ในการสะสมอาจแบ่งเงินบางส่วนสะสมในรูปอสังหาริมทรัพย์ เช่น บ้าน ที่ดิน บางส่วนสะสมในรูปทองคำ พันธบัตร และบางส่วนสะสมในรูปตัวเงิน การประกันชีวิตและสุขภาพ

6. หากความรู้ในเรื่องการลงทุนเพื่อให้ทรัพย์สินงอกเงย และเตรียมจัดทำพินัยกรรมหรือนิติกรรมต่าง ๆ (นฤมล สะอาดโคม, 2551, หน้า 103-105) ได้แนะนำการออมเงินและการลงทุนตามช่วงวัยดังนี้ อายุ 20-30 ปี เป็นวัยเริ่มต้นทำงาน ยังไม่มีภาระรับผิดชอบมากนัก ควรออมเงิน

ประมาณ ร้อยละ 10-15 ของรายได้ ในด้านการลงทุน สามารถลงทุนที่มีความเสี่ยงระดับสูงได้มากกว่าวัยอื่น สัดส่วนการลงทุนในหุ้น ตราสารหนี้ และเงินฝากที่เหมาะสม โดยเฉลี่ยคือ 50: 25: 25 อายุ 30-40 ปี เป็นวัยสร้างครอบครัว หน้าที่การงานเริ่มมั่นคงแต่ภาระค่าใช้จ่ายก็เพิ่มขึ้น มีการลงทุนซื้อทรัพย์สินต่าง ๆ ควรออมเงินประมาณร้อยละ 15-20 ของรายได้ และควรเริ่มให้ความสำคัญกับการวางแผนเพื่อการเกษียณอายุ ในด้านการลงทุนควรลดระดับความเสี่ยงลง สัดส่วนการลงทุนในหุ้น ตราสารหนี้ และเงินฝากที่เหมาะสมโดยเฉลี่ย คือ 40: 40: 20 อายุ 40-50 ปี เริ่มเข้าสู่วัยกลางคน ครอบครัวเริ่มมั่นคง ภาระการเงิน/ การผ่อนชำระหนี้สินต่าง ๆ เริ่มผ่อนคลาย ควรออมเงินประมาณร้อยละ 30 ของรายได้ วัยนี้ควรเริ่มลงทุนในอสังหาริมทรัพย์เพื่อ สร้างรายได้เพิ่มที่มีความเสี่ยงน้อย สัดส่วนการลงทุนในหุ้น ตราสารหนี้ เงินฝาก และอสังหาริมทรัพย์ที่เหมาะสมโดยเฉลี่ยคือ 30: 30: 20: 20 อายุ 50-60 ปี เป็นวัยที่มีความมั่นคงที่สุด ควรเริ่มคิดถึงการใช้เวลาว่างแต่คนส่วนใหญ่ เมื่อถึงวัยนี้เพิ่งเริ่มนึกถึงการวางแผนเพื่อเกษียณอายุ สัดส่วนการลงทุนในหุ้น ตราสารหนี้ เงินฝาก และอสังหาริมทรัพย์ที่เหมาะสม โดยเฉลี่ย คือ 20: 30: 30: 20 และควรซื้อประกันชีวิตแบบออมทรัพย์ไว้ด้วย

นอกจากนี้ การเตรียมตัวด้านทรัพย์สินเงินทอง สุขใจ น้ำมูก (2557) กล่าวว่า การบริหารการเงินบุคคล เป็นการจัดระเบียบการเงินของบุคคลอย่างมีประสิทธิภาพด้วยการรู้จักจัดหาเงินเข้ามาและใช้จ่ายออกไปอย่างถูกต้อง ก่อให้เกิดผลดีจนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้เนื่องจาก บุคคลเมื่อเกษียณอายุแล้วรายได้ที่เคยได้รับประจำก็ลดลง ดังนั้น ถ้าไม่มีแผนการใช้จ่ายอย่างรัดกุมแล้วเงินจำนวนนั้นก็อาจหมดไปอย่างรวดเร็วจึงควรมีการเตรียมตัวด้านรายได้และรายจ่าย ดังนี้

1. ประเมินรายรับแต่ละเดือนและวิเคราะห์ถึงแหล่งที่มาของรายรับเพื่อคาดคะเนจำนวนรายได้ที่จะเป็นรายได้ประจำหลังจากเกษียณอายุกับรายได้พิเศษต่าง ๆ ที่จะสิ้นสุดลงไปพร้อมกับการเกษียณอายุ
2. ระเมินรายจ่ายในแต่ละเดือนและวิเคราะห์ถึงแหล่งที่มาของรายจ่ายต่าง ๆ ทำเป็นงบประมาณออกมาให้เห็นเป็นรูปธรรมจะเป็นรายเดือนหรือรายปีก็ได้
3. ควบคุมค่าใช้จ่ายในบ้านให้สมดุลกับรายได้ ถ้างบประมาณออกมาว่ารายจ่ายเกินรายรับก็ควรต้องหาทางเพิ่มรายได้ หรือมิฉะนั้นก็ควรตัดรายจ่ายลง
4. เตรียมหางานสำรองในกรณีที่ต้องหารายได้เพิ่มควรเตรียมไว้ตั้งแต่ยังดำรงตำแหน่งหน้าที่ในงานประจำอยู่

การเตรียมตัวด้านร่างกาย

บรรลุ ศิริพานิช (2550) กล่าวว่า ภาวะสุขภาพร่างกายเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องดูแลเอาใจใส่ต่อตนเองอย่างสม่ำเสมอตั้งแต่วัยเด็กมาเรื่อย ๆ ผู้ที่ใกล้จะเกษียณอายุควรมีการเตรียมตัว

ด้านสุขภาพร่างกายให้พร้อมเพื่อรับกับวัยสูงอายุ เพราะในวัยนี้ร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงให้เห็นได้อย่างชัดเจน การดูแลสุขภาพด้วยดีอย่างต่อเนื่องจึงเป็นสิ่งจำเป็นและจะช่วยให้สุขภาพวัยเกษียณอายุไม่ทรุดโทรมเร็วกว่าที่ควรจะเป็น เมื่ออายุ 40 ปีขึ้นไป ต้องเริ่มดูแลตัวเอง เอาใจใส่ ไม่ปล่อยตัวเอง เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาทางสุขภาพที่จะตามมาเมื่อถึงวัยสูงอายุ ดังนั้น การเตรียมตัวด้านร่างกาย มีดังนี้

1. ตรวจสอบสุขภาพประจำปี อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เพื่อที่จะประเมินภาวะสุขภาพของตนเองได้
2. รับประทานอาหารที่มีสารอาหารครบทั้ง 5 หมู่ ซึ่งเป็นอาหารที่เคี้ยวง่าย ย่อยง่าย เน้นปลาและผักที่ปลอดสารพิษ งดเครื่องดื่มประเภท น้ำอัดลม ชา กาแฟ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ลดอาหารจำพวกแป้ง ข้าว น้ำตาล ไขมันต่าง ๆ และควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
3. ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 10 แก้ว ควรดื่มน้ำหลังตื่นนอนตอนเช้า สัก 1-2 แก้ว จะช่วยขับถ่าย ปัสสาวะและขับล้างของเสียออกจากทางเดินปัสสาวะ
4. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที
5. นอนหลับอย่างน้อยวันละ 8 ชั่วโมง และอยู่ในที่อากาศถ่ายเทสะดวก
6. ควรให้ร่างกายได้รับแสงแดดทุกวัน โดยเฉพาะช่วงเช้าหรือเย็นเพื่อกระตุ้นให้ร่างกายผลิตวิตามินดีที่ทำให้ผิวหนังแข็งแรง

#### การเตรียมตัวด้านจิตใจ

เอก ธนะสิริ (2550) ให้ข้อคิดว่า เนื่องจากการเกษียณอายุ เป็นภาวะการเปลี่ยนแปลงบทบาทและสถานภาพทางสังคมอย่างฉับพลัน ถ้าไม่ได้มีการเตรียมใจไว้ล่วงหน้า มักจะประสบปัญหาความเครียดและการปรับตัวไม่ได้ ซึ่งจะก่อให้เกิดปัญหาทางด้านจิตใจ ทำให้มีอาการรุนแรง หงุดหงิด เหนงว้าเหว่ เบื่อหน่ายชีวิต มีความวิตกกังวล ดังนั้น การเตรียมตัวด้านจิตใจ มีดังนี้

1. สร้างขวัญกำลังใจที่ดีในการเผชิญหน้ากับวัยเกษียณ ยอมรับว่าการเกษียณเกิดกับทุกคนโดยใช้หลักธรรมะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว
2. ฝึกตนให้เป็นคนใจกว้าง มองโลกในแง่ดีและหลาย ๆ แง่มุม รู้จักปล่อยวาง เมื่อมีปัญหาแก้ปัญหาด้วยความมีสติและรู้จักควบคุมตนเอง
3. มีความสัมพันธ์อันดีกับเพื่อนต่างวัย อย่าหลีกเลี่ยง หรือแยกตัวออกมาอยู่โดดเดี่ยว บางครั้งเพื่อนต่างวัยจะทำให้รู้สึกมีชีวิตชีวา กระฉับกระเฉงขึ้น
4. พยายามทำกิจกรรมสร้างสรรค์ร่วมกับผู้อื่น เช่น การทำอาหาร ทำสวน เลี้ยงสัตว์
5. สนใจหาความรู้ ฟังวิทยุ อ่านหนังสือพิมพ์ ติดตามเหตุการณ์ข่าวสารบ้านเมืองต่าง ๆ ไว้เสมอ

### การเตรียมตัวด้านกิจกรรมการใช้เวลาว่าง

บรรลุ ศิริพานิช (2550) กล่าวว่า เมื่อเข้าสู่วัยเกษียณ การทำกิจกรรมยามว่างเป็นเรื่องสำคัญซึ่งนำความพึงพอใจมาให้ ควรเลือกงานที่มีประโยชน์ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น ต่อสังคม โดยพิจารณาจากการมีใจรักงาน มีความถนัดในงานและมีความเหมาะสมกับกำลังของตน การเตรียมตัวด้านกิจกรรมการใช้เวลาว่าง มีดังนี้

1. ทำงานอดิเรก เช่น เขียนหนังสือ งานสะสมต่าง ๆ หรือทำงานประดิษฐ์ เป็นต้น
2. เล่นกีฬาที่ไม่ต้องใช้แรงมากนัก เช่น เดิน ว่ายน้ำ เปตอง รำมวยจีน เป็นต้น
3. อ่านหนังสือ เช่น บทประพันธ์ ประวัติศาสตร์ นวนิยาย เป็นต้น
4. เข้าร่วมกิจกรรมในสังคม หรือทำกิจกรรมสาธารณประโยชน์

### การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย

บรรลุ ศิริพานิช (2550) ได้ให้ข้อคิดว่า ที่อยู่อาศัยเป็นหนึ่งในปัจจัยสี่ที่มีความสำคัญต่อมนุษย์ทุกคน การเตรียมที่อยู่อาศัยควรจัดเตรียมให้พร้อมก่อนถึงวันเกษียณอายุ และควรจัดเตรียมตั้งแต่วัยกลางคน เพราะถ้าหากจัดการ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุแล้วอาจมีปัญหาบางอย่างซึ่งแก้ไขไม่ทันการณ์ได้ ในการเตรียมที่อยู่อาศัยนั้นสิ่งที่ต้องคำนึงถึง มีดังนี้

1. สถานที่ตั้งที่อยู่อาศัย ต้องสะดวกในการเดินทาง อยู่ไม่ไกลจากแหล่งชุมชน จากเพื่อน หรือญาติสนิท

2. ลักษณะการอยู่อาศัย ควรวางแผนล่วงหน้าว่าจะใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุกับใคร อยู่กับคู่สมรส อยู่กับญาติพี่น้อง อยู่กับลูกหลาน เพื่อที่จะได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน หรืออยู่ตามลำพังคนเดียว

3. สภาพที่อยู่อาศัย หมายถึง สภาพบ้าน และสิ่งแวดล้อม ที่เหมาะสมและปลอดภัยในวัยสูงอายุ จะต้องมียุทธศาสตร์เฉพาะเหมาะสมกับสภาพและข้อจำกัดในวัยชรา เพราะเมื่อทุกคนเข้าสู่วัยสูงอายุ ความว่องไว ประสาทสัมผัสและการตอบโต้ต่อสิ่งเร้าจะช้าลง การทรงตัว การได้ยิน การมองเห็นจะมีประสิทธิภาพลดลง ทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย อุบัติเหตุที่มักเกิดกับผู้สูงอายุภายในบ้านที่พบบ่อย ได้แก่ การหกล้ม ตกเตียง ตกจากที่สูง ตกบันได เดินสะดุดสายไฟ พรหมเซ็ดเท้า ไฟฟ้าช็อต ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก อุบัติเหตุเหล่านี้ เกิดจากสภาพแวดล้อมที่ไม่ปลอดภัย เช่น วางสิ่งของกีดขวางทางเดิน ซึ่งอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุมักมีอาการรุนแรง ต้องใช้เวลาในการพักฟื้นนาน และอาจเป็นอันตรายถึงขั้นเสียชีวิต การป้องกันจึงเป็นวิธีที่ดีที่สุด การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุคือ การทำสภาพแวดล้อมให้เป็นพื้นที่ปลอดภัย เหมาะสมกับการใช้ชีวิตประจำวัน และไม่ก่อให้เกิดอันตรายกับผู้สูงอายุ มีไฟฟ้าแสงสว่างเพียงพอ ดังนั้น จะเห็นได้ว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่ว่าจะเป็นด้านจิตใจ ร่างกาย ทรัพย์สินเงิน

ทอง การใช้เวลาว่าง ครอบครัวยุคใหม่ ตลอดจนด้านที่อยู่อาศัย สิ่งเหล่านี้จะเป็นตัวแปรที่ชี้ให้เห็นถึง พฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ

### ประโยชน์ของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ

วันชัย แก้วสุมาลี (2552) ได้กล่าวว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุก่อให้เกิด ประโยชน์ต่อผู้ที่เตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุและบุคคลรอบข้าง ดังนี้

1. ประโยชน์ด้านจิตใจ สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยสติ ไม่ประมาท สามารถเอาชนะใจตนเองด้วยการยอมรับสภาพความจริงได้อย่างสงบ
  2. ประโยชน์ด้านร่างกาย ทำให้สุขภาพอนามัยสมบูรณ์ แข็งแรง การเจ็บป่วยลดลง
  3. ประโยชน์ด้านทรัพย์สินเงินทอง สามารถควบคุมรายรับ-รายจ่ายได้เป็นระบบ มีมาตรฐานการครองชีพที่ดีภายหลังเกษียณอายุ
  4. ประโยชน์ด้านกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ได้พบปะพูดคุยกับเพื่อนวัยเดียวกันและเพื่อนต่างวัย สามารถทำประโยชน์ ต่อสังคมได้
  5. ประโยชน์ด้านสัมพันธภาพในครอบครัว ได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยกันในครอบครัว ทำให้เกิดความรักใคร่ผูกพัน
  6. ประโยชน์ด้านที่อยู่อาศัย มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง ทำให้เกิดความอบอุ่นใจ
- แนวคิดการเกษียณอายุในต่างประเทศและประเทศไทย (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนา ผู้สูงอายุไทย, 2554)

#### ประเทศสหรัฐอเมริกา

ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1979 เป็นต้นมา สหรัฐอเมริกาได้แก้ไขเพิ่มเติมกฎหมายเกี่ยวกับการจ้างงาน โดยยกเลิกกำหนดอายุสูงสุดสำหรับการปฏิบัติราชการของราชการสังกัดรัฐบาลกลาง กล่าวคือ ไม่มีการจำกัดว่าข้าราชการจะต้องพ้นจากราชการเมื่อใดข้าราชการจะปฏิบัติราชการไปได้เรื่อย ๆ トラบเท่าที่มีกำลังและความสามารถอยู่ ซึ่งแต่เดิมนั้นข้าราชการจะเกษียณอายุเมื่อมีอายุครบ 70 ปี อย่างไรก็ตาม รัฐบาลได้วางโครงสร้างชนิดที่ให้มีการออกจากราชการด้วยความสมัครใจ (Optional retirement) ขึ้นด้วย สำหรับกรณีที่ข้าราชการลาออกโดยความสมัครใจนั้น จะได้รับบำเหน็จบำนาญ อย่างเต็มที่หากมีคุณสมบัติเข้าเกณฑ์หนึ่ง ดังนี้

- อายุ 62 ปี และมีอายุราชการมาแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ปี
- อายุ 60 ปี และมีอายุราชการมาแล้วไม่ต่ำกว่า 20 ปี
- อายุ 55 ปี และมีอายุราชการมาแล้วไม่ต่ำกว่า 30 ปี

สำหรับข้าราชการที่ปฏิบัติงานเกี่ยวกับการควบคุมดูแลกาปฏิบัติงานให้เป็นไปตาม กฎหมายดับเพลิง และการควบคุมจราจรทางอากาศ สามารถออกจางานได้เร็วขึ้น โดยได้รับ บำเหน็จบำนาญเต็มที คือ เมื่ออายุครบ 50 ปี และได้ปฏิบัติงานแล้วไม่ต่ำกว่า 20 ปี

#### สหราชอาณาจักร

กำหนดด้วยเกษียณตั้งแต่ปี ค.ศ. 1949 (พ.ศ. 2492) เพศชายอยู่ที่อายุ 65 ปี หญิงอยู่ที่ 60 ปี แต่ในปี ค.ศ. 2020 (พ.ศ. 2563) มีนโยบายยืดด้วยเกษียณสำหรับแรงงานหญิงออกไปอีก 5 ปี เป็น 65 ปี เท่าแรงงานชาย และในระยะยาว จะมีการยืดด้วยเกษียณออกไปมากขึ้น โดยเพิ่มเป็นอายุ 66 ปี ในปี ค.ศ. 2030 (พ.ศ. 2573) อายุ 67 ปี ในปี ค.ศ. 2040 (พ.ศ. 2583) และอายุ 68 ปี ในปี ค.ศ. 2050 (พ.ศ. 2593)

#### ฝรั่งเศส

กฎหมายปี ค.ศ. 1982 (พ.ศ. 2525) กำหนดการเกษียณอายุที่ 65 ปี แต่ในปี ค.ศ. 1989 (พ.ศ. 2532) ลดลงเป็น 60 ปี เพราะมีกระแสต่อต้านจากประชาชน ยกเว้นหน่วยงานภาครัฐ สามารถจ้างได้ถึงอายุ 70 ปี ที่ต้องจับตามอง คือในฝรั่งเศสมีการเปลี่ยนแนวคิดในด้านนโยบายอายุเกษียณ โดยตลอดจากผลการศึกษา พบว่าปัจจัยสำคัญที่เป็นตัวแปรก่อนนโยบายการเกษียณของฝรั่งเศส คือ การถูกใช้เป็นเครื่องมือหาเสียงของพรรคการเมือง

#### สิงคโปร์

วางระบบไว้ดีมาก โดยออกแบบระบบการเงินและสังคมให้คนในประเทศไว้ในรูปที่ เรียกว่ากลไกหลักในระบบคุ้มครองทางสังคม (Social safety net) ได้แก่ กองทุน Central provident fund (CPF) ซึ่งจัดตั้งขึ้นตั้งแต่ปี ค.ศ. 1955 (พ.ศ. 2498) กองทุนดังกล่าว มีจุดประสงค์เพื่อเป็น หลักประกันทางการเงินให้แก่สมาชิกยามเกษียณอายุจากการทำงาน และเป็นการส่งเสริมการออม ด้วยตนเองภาคบังคับ ปัจจุบันครอบคลุมไปถึงการรักษาพยาบาล การซื้อบ้าน และลงทุน กองทุน ดังกล่าว มีจุดประสงค์เพื่อเป็นหลักประกันทางการเงินให้แก่สมาชิกยามเกษียณอายุจากการทำงาน และเป็นการส่งเสริมการออมด้วยตนเองภาคบังคับ ปัจจุบันครอบคลุมไปถึงการรักษาพยาบาล การซื้อบ้าน และการลงทุนในหลักทรัพย์ต่าง ๆ เดิมนั้นสมาชิกสามารถถอนเงินออมจากกองทุน CPF ได้ทั้งหมดเมื่ออายุ 55 ปี

#### เกาหลีใต้

ภาคเอกชนมีการเกษียณอายุที่ 55 ปี แต่กฎหมายที่เพิ่งออกในปี ค.ศ. 2013 (พ.ศ. 2556) เพิ่มเป็นเกษียณอายุที่ 60 ปี ซึ่งจะมีผลบังคับใช้เริ่มปี ค.ศ. 2016-2017 (พ.ศ. 2559-2560) โดย แนวทางการศึกษาเพื่อกำหนดมาตรการการขยายอายุเกษียณ ประกอบไปด้วการทำงาน คณะกรรมการ 3 ฝ่าย ประกอบด้วยผู้แทนภาครัฐที่เกี่ยวข้อง 4 คน ผู้แทนสหภาพแรงงาน 3 คน และ

ผู้แทนภาคประชาสังคมอีก 5 คน ใช้เวลาในการศึกษา 1 ปี ทรัพย์สินต่าง ๆ เดิมนั้นสมาชิกสามารถถอนเงินออกมาจากกองทุน CPF ได้ทั้งหมดเมื่ออายุ 55 ปี

### ประเทศญี่ปุ่น

แรกเริ่มชาวญี่ปุ่นเกษียณอายุที่ 55 ปี เฉพาะในบริษัทขนาดใหญ่และไม่มีกฎหมายบังคับ (หลังสงครามโลกครั้งที่สอง) แต่ปัจจุบันมีอายุเกษียณที่ 65 ปี บังคับโดยกฎหมายมาตั้งแต่เดือนเมษายน ค.ศ. 2013 ส่วนภาครัฐเริ่มต้นจากการแสดงความจำนงออกจากงานเองโดยความสมัครใจ (แต่ได้รับการแนะนำบอกกล่าวโดยผู้บังคับบัญชา) ปัจจุบัน อายุเกษียณ 60 ปี แต่บางสายงาน บางอาชีพอาจจะมีอายุเกษียณที่มากหรือน้อยกว่าก็ได้ตามความเหมาะสม (สวรัย บุญยฆานนท์ และปภัศร ชัยวัฒน์, 2556)

### ประเทศไทย

ตามพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญ พ.ศ. 2494 ข้าราชการ พนักงาน ลูกจ้าง และข้าราชการส่วนท้องถิ่น โดยรวมถูกกำหนดให้พ้นจากราชการเมื่ออายุครบ 60 ปี บริบูรณ์ และกลายเป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่ยึดถืออายุ 60 ปี เกษียณอายุราชการ ส่วนภาคเอกชน ประเทศไทย ยังไม่มีกฎหมายกำหนดอายุเกษียณอย่างเป็นทางการ ส่วนใหญ่จึงขึ้นอยู่กับตกลงกันระหว่างนายจ้างและลูกจ้าง โดยใช้วิธีกำหนดวันสิ้นสุดของสัญญาจ้างเอาไว้ล่วงหน้าในข้อบังคับการทำงาน แต่เพราะกฎหมายกำหนดเกณฑ์อายุในการรับสิทธิประโยชน์จากประกันสังคมกรณีชราภาพไว้ที่อายุ 55 ปี ดังนั้น จุดนี้จึงถูกนำมาใช้อ้างอิงเป็นอายุเกษียณสำหรับแรงงานในภาคเอกชน ซึ่งกลายเป็นข้อกำหนดที่ทำให้แรงงานภาคเอกชนขาดความเท่าเทียมกับภาครัฐที่ยุติการทำงานที่อายุ 60 ปี (ลัดดา คำริการเลิศ, 2554)

### แนวคิดระบบการออมหลังเกษียณตามหลักสากล และของประเทศไทย

ธนาคารโลก (World Bank, 2005 อ้างถึงใน วิภาวี เหมพรวิสาร และพุดติกุล อัครชลาณนท์, 2557, หน้า 1-3) ธนาคารโลกได้เสนอกรอบแนวคิดในการปฏิรูประบบบำนาญแก่ประเทศต่าง ๆ เพื่อลดปัญหาของ การที่ประชากรมีเงินไม่เพียงพอต่อการดำรงชีพหลังเกษียณ ซึ่งหากประชากรสามารถมีเงินออมพอใช้หลังเกษียณ จะเป็นการช่วยประเทศชาติลดภาระค่าใช้จ่ายด้านสวัสดิการในการดูแลผู้สูงอายุในอนาคตได้ และทำให้ภาครัฐสามารถนำเงินไปใช้ในการพัฒนาประเทศ โดยไม่ก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อปัญหาหนี้สาธารณะ

กรอบแนวคิดดังกล่าวเริ่มต้นจากการจัดให้มีการออมกองทุนทางสังคมในการรองรับผู้สูงอายุสำหรับการดำรงชีพพื้นฐานขั้นต่ำ ตามด้วยการออมในจำนวนขั้นต่ำสุดที่จะเพียงพอสำหรับการใช้ชีวิตหลังเกษียณแบบ ไม่ตกอยู่ใต้เส้นความยากจน (เส้นความยากจน หมายถึง เกณฑ์ชี้วัดความต้องการพื้นฐานขั้นต่ำของบุคคล) หรือภาวะขัดสนอันไม่อาจยอมรับได้ โดยการออมด้วย

จำนวนขั้นต่ำสุดดังกล่าว ไม่สามารถทำให้ประชากรดำรงชีวิตได้ใกล้เคียงกับความเป็นอยู่ในช่วงก่อนเกษียณ ทางธนาคารโลกจึงได้กำหนดรูปแบบการออมทั้งภาคบังคับและภาคสมัครใจเพิ่มเติม และการจัดให้มีระบบสวัสดิการต่าง ๆ เพื่อรองรับการใช้ชีวิตหลังเกษียณภายใต้ทฤษฎีเสาหลัก 5 ต้น ดังต่อไปนี้

<p>Pillar 0 เงินช่วยเหลือ แบบให้เปล่าแก่ ผู้สูงอายุ</p>	<p>Pillar 1 บำนาญภาค บังคับที่กำหนด ผลประโยชน์ที่ จะได้รับ หลังเกษียณ</p>	<p>Pillar2 บำนาญภาคบังคับ ที่กำหนดจำนวน เงินสะสมเพื่อ รองรับ การเกษียณ</p>	<p>Pillar 3 บำนาญภาค สมัครใจที่กำหนด จำนวนเงินสะสม เพื่อรองรับ การเกษียณ</p>	<p>Pillar 4 ทรัพย์สินอื่นและ การเข้าถึงสวัสดิการ ต่าง ๆ เพื่อรองรับ การใช้ชีวิต หลังเกษียณ</p>
---	---	--	--	--

ภาพที่ 2 ทฤษฎีเสาหลัก 5 ต้น ของธนาคารโลก (The five pillar framework)

Pillar 0: A non-contributory “Zero pillar” เป็นระบบหลักประกันทางสังคมแบบที่ไม่ต้องจ่ายเงินสะสมเข้ากองทุน ซึ่งเป็นการให้เงินช่วยเหลือแบบให้เปล่าแก่ผู้สูงอายุสำหรับการดำรงชีพพื้นฐานขั้นต่ำ โดยอาจให้ครอบคลุมผู้สูงอายุทุกราย (Universal) หรือให้เฉพาะผู้ยากไร้ ไม่มีที่พึ่ง (Meanstested) กรณีของไทย ได้แก่ เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ

Pillar 1: A mandatory “First pillar” เป็นระบบบำนาญภาคบังคับที่กำหนดผลประโยชน์ที่จะได้รับหลังเกษียณ โดยมีการจ่ายเงินเข้ากองทุน ซึ่งอาจมาจากนายจ้าง ลูกจ้าง หรือภาครัฐ โดยมีภาครัฐเป็นผู้บริหารเป็นระยะเวลาต่อเนื่องจนเกษียณ โดยผู้ส่งเงินสมทบจะได้รับผลประโยชน์ตามที่กำหนดไว้ล่วงหน้า เมื่อเกษียณ (Defined benefit system) สำหรับตัวอย่างระบบบำนาญภาคบังคับในรูปแบบเช่นนี้ในประเทศไทย ได้แก่ กองทุนประกันสังคม กรณีชราภาพ และระบบบำนาญข้าราชการ อย่างไรก็ตาม ระบบบำนาญภาคบังคับใน Pillar 1 เป็นระบบที่จัดสรรเงินให้ผู้สูงอายุในระดับที่เพียงพอสำหรับการดำรงชีวิตหลังเกษียณเพื่อที่จะได้ไม่ต้องตกอยู่ใต้เส้นความยากจนเท่านั้น ซึ่งคุณภาพชีวิตอาจไม่ได้ดีเท่ากับสมัยก่อนเกษียณ หากประชาชนไม่ได้มีรายรับจากการออมในรูปแบบอื่นเพิ่มเติม

Pillar 2: A mandatory “Second pillar” เป็นระบบบำนาญภาคบังคับที่กำหนดจำนวนเงินสะสมเข้ากองทุนเพื่อรองรับการเกษียณ (Defined contribution system) โดยมีการจ่ายเงินเข้ากองทุน ซึ่งเงินอาจมาจากนายจ้าง ลูกจ้าง หรือภาครัฐที่มีการบริหารจัดการ โดยองค์กรที่จัดตั้งขึ้นมา



เฉพาะ หรือว่าจ้าง มีอาชีพเข้ามาบริหาร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้มีการออมเพิ่มเติมจากการออมใน Pillar 1 โดยผู้ออมจะได้รับเงินสะสมพร้อมผลตอบแทนจากกองทุนเมื่อเกษียณ ซึ่งการออมในระบบนี้สามารถกำหนดรูปแบบให้ผู้ออมเลือกนโยบายการลงทุนเองได้ และสามารถเลือกรูปแบบการรับเงินเมื่อเกษียณได้ว่าเป็นแบบเงินก้อน เงินงวดรายเดือน หรือให้ซื้อประกันบำนาญด้วยก็ได้ สำหรับตัวอย่างในประเทศไทย ได้แก่ กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ ซึ่งจัดให้เฉพาะข้าราชการทุกประเภท ยกเว้นข้าราชการการเมือง

Pillar 3: A voluntary “Third pillar” เป็นระบบบำนาญภาคสมัครใจที่กำหนดจำนวนเงินสะสมเพื่อรองรับการเกษียณ (Defined contribution system) โดยผู้ออมจะได้รับเงินสะสมพร้อมผลตอบแทนเมื่อเกษียณ โดย Pillar 3 เป็นการออมส่วนบุคคลที่อาจมีได้หลายรูปแบบ โดยภาคเอกชนเป็นผู้จัดตั้ง และบริหารจัดการเงินออมเอง ตัวอย่างของการออมในรูปแบบนี้ในประเทศไทย ได้แก่ กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ และประกันชีวิตแบบบำนาญ เป็นต้น

Pillar 4: A non-financial “Fourth pillar” เป็นระบบที่ใช้ทรัพย์สินอื่น และการเข้าถึงสวัสดิการต่าง ๆ เพื่อรองรับการใช้ชีวิตหลังเกษียณ ซึ่งรวมถึงการเข้าถึงการสนับสนุนอย่างไม่เป็นทางการ เช่น การสนับสนุนจากครอบครัว โครงการทางสังคมอื่น ๆ เช่น การดูแลสุขภาพ ที่อยู่อาศัย และทรัพย์สินส่วนบุคคลอื่น ๆ เช่น บ้าน ซึ่งอาจนำมาใช้ขอสินเชื่อสำหรับผู้สูงอายุ หรือที่เรียกว่า Reverse mortgage ได้

กล่าวได้ว่าธนาคารโลกได้วางกรอบระบบบำนาญไว้เพื่อสนับสนุนความแข็งแกร่งของระบบการออมเพื่อเกษียณ เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับประเทศต่าง ๆ ในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ในสร้างความมั่นคงทางการเงินให้กับประชาชนโดยรวม โดยแต่ละประเทศสามารถนำกรอบแนวคิดนี้ไปประยุกต์ใช้ได้ตามความเหมาะสมของแต่ละประเทศ

จากที่กล่าวข้างต้นถึงทฤษฎีเสาหลัก 5 ต้นของธนาคารโลก สำหรับในประเทศไทยก็จะมีรายละเอียดในด้านระบบบำเหน็จบำนาญของไทย ดังนี้ (สุภาณี จันทรมาศ, นวพร วิริยานุพงศ์ และ เสรษฐกร ชำนาญการพิเศษ, 2553) ซึ่งมีอยู่หลายรูปแบบ ทั้งแบบถ่วงหน้า แบบบังคับ และแบบสมัครใจ โดยแบ่งออกเป็น 4 เสาหลัก (Pillar 0-Pillar 3)

เสาหลักที่ 0 (Pillar 0) คือ สวัสดิการขั้นพื้นฐาน เป็นระบบการคุ้มครองดูแลจากภาครัฐ ใช้เงินงบประมาณจากภาษีของประชาชน และผู้ที่ได้รับความคุ้มครองไม่ต้องมีส่วนร่วมในการออม เพื่อให้ได้รับสวัสดิการจากภาครัฐ ซึ่งสวัสดิการภายใต้เสาหลักนี้ประกอบด้วย บำเหน็จบำนาญข้าราชการแบบเดิม (Old civil service pensions) เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ (Old-age allowance)

เสาหลักที่ 1 (Pillar 1) เป็นหลักประกันทางสังคมที่รัฐจัดให้แก่แรงงานในระบบ เพื่อสร้างหลักประกันและความมั่นคงในการดำรงชีวิตหลังเกษียณในระดับพื้นฐาน เป็นการออมภาคบังคับ ซึ่งในประเทศไทยมีกองทุนประกันสังคม (Social security fund) อยู่ภายใต้ระบบบำเหน็จบำนาญ เสาหลักที่ 1 นี้ ซึ่งจัดตั้งขึ้นตามพระราชบัญญัติประกันสังคม พ.ศ. 2533 ครอบคลุมแรงงานในระบบตามมาตรา 33 และ 39 ของกฎหมายดังกล่าว ซึ่งประกอบด้วยลูกจ้างที่มีอายุ 15-60 ปี รวมถึงผู้ที่อายุเกิน 60 ปี แต่ยังคงได้รับการจ้างให้ทำงานต่อ และผู้ที่ออกจากงานก่อนอายุ 60 ปี แต่ยังคงส่งเงินเข้ากองทุนประกันสังคม โดยกำหนดให้มีการส่งเงินออมร่วมกัน 3 ฝ่าย คือ ลูกจ้าง นายจ้าง และรัฐบาล ซึ่งเงินทั้งหมดจะถูกนำมาบริหารรวมกันและ กำหนดผลประโยชน์ตอบแทนที่แน่นอน (Defined benefit) หรือเรียกว่าเป็นการออมเพื่อการชราภาพแบบเฉลี่ยทุกข์เฉลี่ยสุข กองทุนประกันสังคมมีการบริหารจัดการโดยสำนักงานประกันสังคม (Social security office: SSO) สังกัดกระทรวงแรงงาน และเงินที่ส่งเข้ากองทุนในส่วนที่มีวัตถุประสงค์เพื่อ การชราภาพมาจาก 3 ฝ่าย คือ ลูกจ้างซึ่งเป็นผู้ประกันตนส่งเงินเข้ากองทุนร้อยละ 3 ของค่าจ้าง นายจ้างสมทบร้อยละ 3 ของค่าจ้าง และรัฐบาลสมทบให้อีกร้อยละ 1 ของค่าจ้าง และสำหรับ ประโยชน์ตอบแทนด้านการชราภาพ ผู้ประกันตนจะได้รับเมื่ออายุครบ 55 ปีบริบูรณ์ (รวมถึงกรณี เสียชีวิตและทุพพลภาพ) โดยผู้ประกันตนที่ส่งเงินเข้ากองทุนเป็นระยะเวลาไม่ต่ำกว่า 180 เดือน หรือ 15 ปี จะได้รับบำนาญตลอดชีพ ซึ่งคำนวณโดยเงินเดือนเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย คูณด้วยร้อยละ 20 (บวกจำนวนร้อยละที่เพิ่มให้อีกร้อยละ 1.5 ต่อปี หากส่งเงินสมทบเกิน 180 เดือน) นอกเหนือจากนี้จะได้รับบำเหน็จ โดยหากผู้ประกันตนส่งเงินไม่ถึง 12 เดือน จะได้รับในส่วนที่เป็นเงินออมของตนเท่านั้น หากส่งเงินเกิน 12 เดือน จะได้รับเงินในส่วนของผู้ประกันตน ส่วนของนายจ้าง และผลประโยชน์ตอบแทนประจำปี เช่นเดียวกับดอกเบี้ยธนาคาร กองทุนประกันสังคมมีผู้ประกันตนจำนวนทั้งสิ้น 11.51 ล้านคน โดยมีจำนวนผู้ประกันตนที่เป็นแรงงานในระบบภายใต้เสาหลักที่ 1 นี้ จำนวน 10.26 ล้านคน มีขนาดเงินกองทุนทั้งสิ้น 946,375 ล้านบาท ซึ่งส่วนใหญ่เป็นเงินกรณีชราภาพและสงเคราะห์บุตรจำนวน 826,752 ล้านบาท และรัฐบาลกำหนดกรอบวงเงินงบประมาณปี พ.ศ. 2555 สำหรับเป็นเงินสมทบเข้ากองทุนประกันสังคม จำนวนทั้งสิ้น 11,165 ล้านบาท ในจำนวนนี้ใช้เป็นเงินสมทบแรงงานในระบบ จำนวน 10,747 ล้านบาท ผลประโยชน์ตอบแทนที่ผู้ประกันตนตามมาตรา 33 และ 39 ของพระราชบัญญัติประกันสังคม พ.ศ. 2533 จะได้รับ มีทั้งหมด 7 กรณี คือ กรณีประสบอันตรายหรือเจ็บป่วย/ กรณีทุพพลภาพ/ กรณีตาย/ กรณีคลอดบุตร/ กรณีสงเคราะห์บุตร/ กรณีชราภาพ และกรณีว่างงาน

เสาหลักที่ 2 (Pillar 2) เป็นการออมภาคบังคับ (Compulsory savings) เพื่อให้แรงงานได้มีรายได้หลังเกษียณ เมื่อรวมกับ Pillar 1 แล้ว อยู่ในระดับที่เพียงพอต่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ที่ร้อยละ 50-60 ของเงินเดือนเดือนสุดท้าย โดยมีระบบบัญชีรายบุคคล สมาชิกจะได้รับผลประโยชน์ตามความสามารถในการส่งเงินออม (Defined contribution) ในประเทศไทยมีกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.) และกองทุนสงเคราะห์ตามกฎหมายว่าด้วยโรงเรียนเอกชน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.) เป็นกองทุนการออมภาคบังคับ สำหรับข้าราชการที่เข้าทำงานตั้งแต่วันที่ 27 มีนาคม พ.ศ. 2540 และข้าราชการที่เข้าทำงานก่อนหน้านี้อันที่เลือกเข้าเป็นสมาชิก กบข. การส่งเงินเข้ากองทุนมาจาก 2 ฝ่าย คือ สมาชิกส่งเงินร้อยละ 3-15 ของเงินเดือน และรัฐบาลสมทบให้ร้อยละ 3 ของเงินเดือนในฐานะนายจ้าง และเมื่อข้าราชการที่เป็นสมาชิก กบข. เกษียณอายุ หรือพ้นสภาพการเป็นข้าราชการ จะได้รับเงินก้อนจาก กบข. เป็นจำนวนเงินทั้งหมดในบัญชีของสมาชิก ประกอบด้วย เงินจากสมาชิกและรัฐบาลที่ส่งเข้ากองทุน รวมถึงผลตอบแทนจากการที่ กบข. นำเงินดังกล่าวไปลงทุน ซึ่ง กบข. ได้กำหนดแผนการลงทุน 4 แผนแตกต่างกันตามความเสี่ยงให้สมาชิกเลือก ในขณะที่เดียวกันสมาชิกดังกล่าวจะได้รับเงินบำนาญจากงบประมาณแผ่นดินด้วย เป็นจำนวนเท่ากับเงินเดือนเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย คูณเวลาราชการ หัก 50 แต่ต้องไม่เกินร้อยละ 70 ของเงินเดือนเฉลี่ย 60 เดือน สุดท้าย ณ กันยายน พ.ศ. 2555 กบข. มีสมาชิก 1.19 ล้านคน มีเงินกองทุน 582,145 ล้านบาท และรัฐบาลตั้งกรอบวงเงินงบประมาณในปี พ.ศ. 2555 สำหรับเงินสมทบจำนวน 31,142 ล้านบาท

2. กองทุนสงเคราะห์ตามกฎหมายว่าด้วยโรงเรียนเอกชน เป็นกองทุนการออมภาคบังคับ สำหรับครู ผู้อำนวยการ และบุคลากรทางการศึกษาในโรงเรียนเอกชน เพื่อให้สมาชิกได้สะสมเงินออม มีทุนเพื่อการเลี้ยงชีพ และได้รับสวัสดิการอื่น ๆ โดยกำหนดให้สมาชิกส่งเงินสะสมร้อยละ 3 ของเงินเดือน นายจ้างสมทบให้ร้อยละ 3 ของเงินเดือน รัฐบาลสมทบให้ร้อยละ 6 ของเงินเดือน และสมาชิกจะได้รับบำเหน็จ รวมทั้งสวัสดิการต่าง ๆ เช่น ค่ารักษาพยาบาล และค่าการศึกษาบุตร เป็นต้น นอกจากนี้ การนำเงินกองทุนสงเคราะห์ไปลงทุนหรือหาประโยชน์ต้องได้รับความเห็นชอบจากกระทรวงการคลังก่อน ณ กันยายน พ.ศ. 2555 กองทุนสงเคราะห์ ฯ มีสมาชิกประมาณ 1 แสนคน และมีเงินกองทุนประมาณ 13,000 ล้านบาท

เสาหลักที่ 3 (Pillar 3) เป็นการออมภาคสมัครใจ (Voluntary savings) เพื่อให้แรงงานที่มีความสามารถออมเงินและต้องการเพิ่มรายได้หลังเกษียณเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นเพิ่มเติมจาก Pillar 1 และ Pillar 2 โดยมีนโยบายการลงทุนที่เปิดโอกาสให้สมาชิกมีหลายทางเลือกในการลงทุน (Employee's choices) มีการกำหนดอัตราการจัดสรรเงินสะสมเข้ากองทุน (Defined contribution) และบริหารจัดการลงทุนโดยภาคเอกชน ประชาชนทั่วไปสามารถออมเงินเพื่อการเกษียณอายุได้ผ่านช่องทางต่าง ๆ ดังนี้

1. กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ (Provident fund: PVD) เป็นกองทุนการออมแบบผูกพันระยะยาว (Contractual savings) เพื่อการเกษียณอายุสำหรับบุคคลทั่วไป รวมถึงพนักงาน รัฐวิสาหกิจ และลูกจ้างประจำ ส่วนราชการบริหารจัดการกองทุน โดยเอกชน ตามพระราชบัญญัติกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ พ.ศ. 2530 กำหนดให้มีการส่งเงินเข้ากองทุนจาก 2 ฝ่าย คือ ลูกจ้างส่งเงินสะสม ร้อยละ 2-15 ของเงินเดือน และนายจ้างสมทบให้ไม่น้อยกว่าที่ลูกจ้างสะสม ซึ่งลูกจ้างจะได้รับประโยชน์ตอบแทนเป็น เงินก้อนในจำนวนเท่ากับเงินสะสม เงินสมทบ และผลตอบแทนของเงินดังกล่าว นอกจากนี้ ลูกจ้างยังได้ 5 ประโยชน์จากการนำเงินสะสมมาหักลดหย่อนภาษีเงินได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด และนายจ้างสามารถนำเงินสมทบที่ส่งเข้ากองทุนมาคิดเป็นรายจ่ายในการคำนวณภาษีด้วย ณ สิงหาคม พ.ศ. 2555 มีกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ 480 กองทุน มีสมาชิกรวม 2.54 ล้านคน และมีเงินกองทุนทั้งสิ้น 670,671 ล้านบาท

2. กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ (Retirement mutual fund: RMF) เป็นกองทุนรวมประเภทหนึ่งที่มีวัตถุประสงค์ในการส่งเสริมการออมและการลงทุนระยะยาวเพื่อใช้ในยามเกษียณอายุ โดยผู้ลงทุนจะต้องซื้อหน่วยลงทุนไม่ต่ำกว่าร้อยละ 3 ของเงินได้ในแต่ละปี หรือไม่ต่ำกว่าปีละ 5,000 บาท (แล้วแต่จำนวนใดจะต่ำกว่า) อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง (ยกเว้นปีที่ไม่มีเงินได้) ซึ่งผู้ซื้อหน่วยลงทุนจะได้รับสิทธิประโยชน์ทางภาษี โดยกำหนดให้เงินลงทุนใน RMF ไม่ต้องนำไปรวมคำนวณภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาตามที่จ่ายจริง ไม่เกินร้อยละ 15 ของเงินได้ในแต่ละปี และเมื่อรวมกับเงินสะสมเข้า PVD หรือ กบข. แล้ว ต้องไม่เกิน 500,000 บาทต่อปี เมื่อครบกำหนดเงื่อนไขไถ่ถอนหน่วยลงทุน ซึ่งจะไถ่ถอนได้เมื่อผู้ลงทุนมีอายุไม่น้อยกว่า 55 ปี และลงทุนมาไม่น้อยกว่า 5 ปี นับตั้งแต่วันที่ลงทุนครั้งแรกเงินที่ได้รับจากการไถ่ถอนนี้จะได้รับยกเว้นภาษีทั้งจำนวน ณ กันยายน พ.ศ. 2555 มีกองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ 105 กองทุน และมีเงินกองทุนรวมทั้งสิ้น 105,281 ล้านบาท

3. กองทุนประกันสังคมสำหรับแรงงานนอกระบบตามมาตรา 40 แห่งพระราชบัญญัติประกันสังคม พ.ศ. 2533 ได้มีการปรับปรุงแก้ไขหลักเกณฑ์การส่งเงินเข้ากองทุน และประโยชน์ตอบแทน และเริ่มใช้หลักเกณฑ์ใหม่เมื่อเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2554 การประกันตนในกรณีนี้ ประกอบด้วยทางเลือกการออม 2 รูปแบบ คือ

แบบที่ 1 เป็นการออมที่มีการส่งเงินเข้ากองทุน 100 บาท และไม่มีการออมในส่วนของการชราภาพ โดยผู้ประกันตนส่งเงิน 70 บาท และรัฐสมทบให้ 30 บาท โดยจะได้รับสิทธิประโยชน์ 3 กรณี คือ เงินทดแทนการขาดรายได้เมื่อเจ็บป่วย (เมื่อนอนโรงพยาบาลเป็นผู้ป่วยในตั้งแต่ 2 วันขึ้นไป จะได้รับเงินชดเชย 200 บาทต่อวัน ไม่เกิน 20 วันต่อปี) เงินทดแทนเมื่อขาดรายได้เมื่อ

ทุพพลภาพ (รับเงินทดแทนการขาดรายได้ 500-1,000 บาท เป็นเวลานาน 15 ปี) และเงินค่าทำศพ (20,000 บาทต่อราย)

แบบที่ 2 เป็นการออมที่มีการส่งเงินเข้ากองทุน 150 บาท และมีการออมในส่วนของ การชราภาพ โดยผู้ประกันตนส่งเงิน 100 บาท และรัฐสมทบให้ 50 บาท ซึ่งผู้ประกันตนจะได้รับ สิทธิประโยชน์ 4 กรณี คือ สิทธิประโยชน์ 3 กรณีข้างต้น และบำเหน็จชราภาพ โดยเมื่อผู้ประกันตน อายุครบ 60 ปี จะได้รับเงินก้อนตามจำนวนเงินออมที่ส่งเข้ากองทุน รวมกับเงินที่รัฐสมทบให้ และ ดอกผลของเงินดังกล่าว ณ พุทธศักราช พ.ศ. 2555 มีแรงงานนอกระบบที่เป็นผู้ประกันตนทั้งสิ้น 1.253 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 5 ของแรงงานนอกระบบทั้งหมด โดยเข้าร่วมในแบบที่ 1 จำนวน 6,932 คน และแบบที่ 2 จำนวน 1.246 ล้านคน และมีเงินกองทุนรวมทั้งสิ้น 961 ล้านบาท ซึ่งแบ่งเป็นเงินในกรณีชราภาพ จำนวน 417 ล้านบาท และอีก 3 กรณีจำนวนรวม 544 ล้านบาท

4. กองทุนการออมแห่งชาติ (กocz.) เป็นกองทุนการออมเพื่อการชราภาพสำหรับแรงงาน นอกระบบ จัดตั้งขึ้นตามพระราชบัญญัติกองทุนการออมแห่งชาติ พ.ศ. 2554 มีวัตถุประสงค์เพื่อ ส่งเสริมการออมทรัพย์ของสมาชิกและเป็นหลักประกันการให้ประโยชน์ตอบแทนในรูปแบบบำนาญ เมื่อสมาชิก สิ้นสมาชิกภาพ ซึ่งปัจจุบันกระทรวงการคลังอยู่ระหว่างการพิจารณาปรับปรุงแก้ไข พระราชบัญญัติดังกล่าว เพื่อให้การบริหารจัดการกองทุนมีประสิทธิภาพมากขึ้น และประชาชน ได้รับประโยชน์มากขึ้นจากการออม เงินกับกองทุน จึงทำให้กองทุนยังไม่เปิดรับสมัครสมาชิก

จึงขอสรุปสาระสำคัญของกฎหมายที่บังคับใช้อยู่ในปัจจุบัน และประเด็นที่เกี่ยวข้อง ที่อยู่ระหว่างการพิจารณาปรับปรุงแก้ไขกฎหมายดังกล่าว ดังนี้ ผู้มีสิทธิเป็นสมาชิกของ กocz. เดิม จะต้องเป็นบุคคลสัญชาติไทย อายุ 15-60 ปี และไม่อยู่ในระบบบำเหน็จบำนาญใดที่ได้รับเงิน สมทบจากรัฐหรือนายจ้าง ได้มีการพิจารณาแก้ไขให้ผู้ที่มีอายุ เกิน 60 ปี สามารถสมัครเป็นสมาชิกได้ โดยจะต้องเป็นสมาชิกอย่างน้อย 5 ปี จึงจะได้รับประโยชน์ตอบแทน จากกองทุน ประโยชน์ ตอบแทน เดิมกำหนดให้สมาชิกที่อายุครบ 60 ปี ได้รับบำนาญเป็นรายเดือนตลอดชีวิต หรือหาก สมาชิกคนใดส่งเงินอมน้อยเกินไปจะได้รับเงินดำรงชีพเป็นรายเดือนตามจำนวนที่กำหนดจนกว่า เงินในบัญชีของสมาชิกผู้นั้นจะหมด ซึ่งได้มีการพิจารณาแก้ไขเพิ่มทางเลือกให้แก่สมาชิก โดย สามารถเลือกรับบำเหน็จแทนการรับบำนาญได้ การส่งเงินเข้ากองทุนมาจาก 2 ฝ่าย คือ สมาชิก ส่งเงินสะสมและรัฐสมทบให้ ซึ่งเดิมกำหนดให้สมาชิกส่งเงินสะสม 50-13,200 บาทต่อปี และ รัฐสมทบให้ในอัตราที่ต่างกันตามช่วงอายุของสมาชิก คือ ร้อยละ 50 ร้อยละ 80 และร้อยละ 100 ของเงินที่สมาชิกสะสมแต่ไม่เกินปีละ 600 บาท 960 บาท และ 1,200 บาท สำหรับสมาชิกอายุ 15-30 ปี อายุเกิน 30 ปีแต่ไม่เกิน 50 ปี และอายุเกิน 50 ปีขึ้นไป ตามลำดับ ซึ่งขณะนี้อยู่ระหว่างการพิจารณาแก้ไขโดยยกเลิกเพดานเงินสะสมให้สมาชิกส่งเงินสะสมได้มากตามกำลัง

ความสามารถ (แต่กำหนดจำนวนเงินที่จะนำมาคำนวณบำนาญเพื่อจำกัดความเสี่ยงของกองทุน และ ส่วนที่เหลือจะจ่ายคืนให้สมาชิกทั้งจำนวนพร้อมดอกเบี้ย) และในส่วนของเงินสมทบได้มี การพิจารณาแก้ไขหลักเกณฑ์โดยให้รัฐสมทบให้แก่สมาชิกทุกคนในอัตราเดียวกัน คือ ร้อยละ 100 ของเงินที่สมาชิกสะสมเข้ากองทุนในแต่ละปี แต่ไม่เกินจำนวนที่กำหนด (อาจเป็น 1,200 บาท) ซึ่งประชาชนจะได้รับประโยชน์มากขึ้น อย่างไรก็ตาม ภาครัฐจะต้องพิจารณาความเป็นไปได้ในส่วนของ งบประมาณที่จะต้องใช้จ่ายเพิ่มขึ้นด้วยการบริหารจัดการกองทุน อยู่ระหว่างการพิจารณาปรับ แนวทางการบริหาร โดยมอบหมายให้ผู้อำนวยการสำนักงานเศรษฐกิจการคลังซึ่งดูแลนโยบาย เศรษฐกิจการเงินการคลังของประเทศ ทำหน้าที่เลขานุการกองทุน โดยไม่มีการสรรหาอย่างเช่น ที่กำหนดตามกฎหมายปัจจุบัน และจะกำหนดนโยบายการลงทุนให้กองทุนนำเงินไปลงทุนแบบ ไม่เสี่ยง ซึ่งจะทำให้ไม่มีความจำเป็นที่รัฐจะต้องกำกับผลตอบแทนตามที่กำหนดตามกฎหมาย ปัจจุบัน นอกจากนี้ ผู้ที่มีรายได้ทั่วไปสามารถออมเงินเพื่อใช้ในยามเกษียณ ได้โดยการซื้อประกัน ชีวิตแบบบำนาญ โดยบริษัทประกันชีวิตมีการกำหนดแผนการส่งเงินและประโยชน์ตอบแทน ที่แตกต่างกันไป ซึ่งผู้เอาประกันสามารถเลือกแผนการออมที่เหมาะสมกับตนได้

#### **แนวคิดด้านปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ**

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุพอ สรุปได้ว่าปัจจัยที่คาดว่าจะมี ความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมประกอบด้วยตัวแปรที่นำมาศึกษา ซึ่งอธิบายรายละเอียด ดังนี้

1. เพศ เพศเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีความแตกต่างกันในบทบาทหน้าที่ ซึ่งสังคมไทยกำหนดให้เพศชาย เป็นผู้นำ เป็นหัวหน้าครอบครัว จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า มีผลการศึกษาก่อนข้างแตกต่างกัน คือ การศึกษาของ พัชราภา มนูญภัทรราชย์ (2544) พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุเฉพาะในด้านเศรษฐกิจ โดยเพศชายมี คะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านเศรษฐกิจสูงกว่าเพศหญิง และจากการศึกษา ของ ธาดา วิมลฉัตรเวที (2543) พบว่า เพศหญิงที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานระดับล่างมีการเตรียม ความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในระดับต่ำมาก อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาของ พิมพ์พิมุข โปธิ์ปักขีย์ (2550) พบว่า เพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าเพศชาย ในขณะที่ ทฤษฎี ชวน ไชยสิทธิ์ (2555) พบว่า เพศที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ไม่แตกต่างกัน

2. อายุ ทฤษฎีพัฒนาการในช่วงชีวิตของผู้ใหญ่ของอีริกสัน ค.ศ. 1902 (Erikson eight ages of life) และทฤษฎีพฤติกรรมตามวัย (Development task theory) กล่าวถึงความสำคัญของอายุ

และความแตกต่างของแต่ละบุคคลเมื่ออายุเพิ่มขึ้นว่า เมื่ออายุเพิ่มขึ้นหากบุคคลผ่านพัฒนาการในแต่ละวัยได้อย่างเหมาะสมย่อมมีการเตรียมพร้อมที่จะพัฒนาไปสู่วัยต่อไป ซึ่งวัยสูงอายุเป็นพัฒนาการขั้นสุดท้ายในชีวิตของมนุษย์ ดังนั้น ผู้ที่มีอายุมากกว่า ผ่านพัฒนาการตามวัยมาก่อน น่าจะเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุได้ดีกว่าผู้ที่อายุน้อยกว่า (ปิยรัตน์ เมืองไทย, 2541) นอกจากนี้ บุคคลที่มีอายุมาก จะมีระยะเวลาทำงานมานานย่อมมีรายได้ต่อเดือนสูง ทำให้มีความยืดหยุ่นในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมากกว่าคนที่อายุน้อยกว่า ธาดา วิมลฉัตรเวที (2543) ศึกษาพบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ผู้ที่มีอายุมากกว่า จะมีคะแนนเฉลี่ยด้านการเตรียมตัวสูงกว่าผู้ที่มีอายุน้อยกว่า สอดคล้องกับการศึกษาของ Evans et al. (1985 อ้างถึงใน ธาดา วิมลฉัตรเวที, 2543, หน้า 149; ปิยรัตน์ เมืองไทย, 2541, หน้า 140; ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์, 2555, หน้า 98) ที่พบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมีความสัมพันธ์กับบุคคลที่มีอายุใกล้เคียง นั่นคือ ผู้ที่มีอายุใกล้เคียงจะมีการปฏิบัติในการ เตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุมากกว่าผู้ที่มีอายุห่างไกลจากการเกษียณ

3. สถานภาพสมรส สถานภาพสมรสเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิต โดยเฉพาะในด้านความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ รวมถึงวิธีปฏิบัติตนตามพัฒนาการของชีวิต ผู้ที่สมรสแล้วจะมีการรับผิดชอบมากขึ้น โดยเฉพาะความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว จึงต้องเพิ่มความเชื่อมั่นและความมั่นคงในชีวิตให้มากขึ้นด้วย จึงมักมีความต้องการด้านวัตถุที่เป็นเครื่องหมายบ่งบอกสถานภาพทางสังคม เช่น บ้าน รถยนต์ ทรัพย์สิน (จรรยา ทองถาวร, 2530 อ้างถึงใน ศศิมา ทวีสิน, 2538, หน้า 31) จากการศึกษาของ สุขใจ น้ำผุด (2557; ศศิมา ทวีสิน, 2538) พบว่า ผู้ที่สมรสแล้วและยังอยู่กินกับคู่สมรสมีแนวโน้มที่จะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในระดับสูงกว่าผู้มีสถานภาพโสด หม้าย หย่า พังราภา มนูญภัทราชัย (2544) ศึกษาพบว่า สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับการเตรียมการ ก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยกลุ่มคนโสดมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมการด้านเศรษฐกิจและสุขภาพร่างกายสูงสุด ในขณะที่ผู้ที่สมรสแล้วมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมการด้านสุขภาพจิตใจสูงสุด ในขณะที่การศึกษาของ ดวงจันทร์ บุญรอดชู (2540) ที่พบว่า กลุ่มที่มีสถานภาพสมรสสูงจะมีการเกษียณดีกว่ากลุ่มที่มีสถานภาพโสด

4. ระดับการศึกษา การศึกษาเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ เพราะการศึกษาทำให้บุคคลมีความรู้และเกิดการเปลี่ยนพฤติกรรมได้ นอกจากนี้ ระดับการศึกษายังมีอิทธิพลต่อการประกอบอาชีพ ระดับรายได้ สุขภาพ ค่านิยม และทัศนคติต่าง ๆ (รัชนี ฝนทองมงคล, 2538) จากการศึกษาของ ศศิมา ทวีสิน (2538; Fillenbaum, 1971; McPherson & Guppy, 1979) พบสอดคล้องกันว่า ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และผลการศึกษาของ ธาดา วิมลฉัตรเวที (2543) และ สมฤดี ชัมภิตติคุณ (2550) ระบุชัดเจนว่า บุคคลการศึกษาที่มี

ระดับการศึกษาสูงกว่า มีการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มบุคลากรที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ในขณะที่ผลการศึกษาของ รสลิน วิทย์วงศ์กังวล (2550 อ้างถึงใน ทยณัฐ ชวนไชยสิทธิ์ (2555) พบว่า การศึกษาแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน

5. รายได้และความเพียงพอของรายได้ รายได้เป็นตัวบ่งชี้สถานการณ์ทางเศรษฐกิจและสังคมของบุคคล รวมทั้งยังช่วยประเมินความช่วยเหลือสนับสนุนกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว และสังคม รายได้เพียงพอเพียงในการดำรงชีวิตขั้นพื้นฐานย่อมทำให้บุคคลมีโอกาสในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การดูแลสุขภาพคุณภาพ การเก็บออมเงิน การนำเงินไปลงทุนในกิจการต่าง ๆ เพื่อเป็นการเพิ่มพูนรายได้ การเลือกกิจกรรมและงานอดิเรกที่สนใจ จากการศึกษาของ ธาดา วิมลฉัตรเวที (2543, หน้า 150-151) พบว่า รายได้ต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ สอดคล้องกับการศึกษาของ Fillenbaum (1971; McPherson & Guppy, 1979) ที่พบว่า ผู้มีรายได้สูงมีระดับการเตรียมความพร้อมสูงกว่าผู้มีรายได้ต่ำกว่า นอกจากนี้ พัชรภา มนูญภัทรราชย์ (2544) ยังศึกษาพบว่า รายได้ต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุในด้านเศรษฐกิจ สุขภาพร่างกายและจิตใจ

#### การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

Albert Bandura นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ได้เสนอทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Bandura, 1977 อ้างถึงใน ภทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ, 2547, หน้า 133-137) โดยกล่าวว่า กระบวนการการเรียนรู้ของมนุษย์ ประกอบด้วยกระบวนการที่ซับซ้อน โดยเฉพาะในเรื่องของพฤติกรรม ซึ่งส่วนใหญ่แล้วเกิดขึ้นด้วยการเรียนรู้ผ่านตัวแบบ (Learning through modeling) โดยตัวแบบจะแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ ตัวแบบที่มีชีวิต (Live model) เป็นตัวแบบที่ปรากฏในบุคคลหรือสิ่งมีชีวิต และตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic model) เป็นตัวแบบที่เป็นตัวอักษร คำพูด หรือภาพ หรือสิ่งอื่น ๆ นั่นคือ บุคคลมักเรียนรู้จากตัวแบบว่าควรทำอย่างไร แล้วจึงเลือกเอาแต่สิ่งที่ดี ๆ และเหมาะสมมาแสดงออก ซึ่งตัวแบบนี้มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้โดยทำหน้าที่เป็นการให้ข้อมูล การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุผ่านตัวแบบจะทำให้บุคคลสามารถเรียนรู้บทบาทของตนที่ต้องเปลี่ยนไปภายหลังเกษียณอายุได้ อันจะส่งผลต่อทัศนคติและพฤติกรรมที่ถูกต้อง ซึ่งสามารถกระทำได้โดย

1. ตัวผู้ที่เกษียณอายุเองควรมีการเตรียมความพร้อมโดยการศึกษาจากเอกสาร หนังสือพิมพ์ วารสาร นิตยสาร โทรทัศน์ วิทยุ เว็บไซต์ หรือแหล่งความรู้ต่าง ๆ หรือพูดคุย สอบถามจากผู้ที่เกษียณอายุไปก่อนตน



2. หน่วยงานของผู้ที่จะเกษียณ ควรจัดการอบรมให้ความรู้ เพื่อเป็นการกระตุ้นให้เกิดแนวคิดในเรื่อง การเตรียมความรู้เพื่อเกษียณอายุ

3. หน่วยงานต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนควรเปิดดำเนินการให้ความรู้ในเรื่อง การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ จากการศึกษาของ ศศิมา ทวีสิน (2538; ปิรรัตน์ เมืองไทย, 2541; ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์, 2555) ได้ผลสอดคล้องกันว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุ

4. ผู้ที่มีการรับรู้ข่าวสารในระดับสูงมีแนวโน้มที่จะมีการเตรียมความพร้อมมากกว่า ผู้ที่มีการรับรู้ข่าวสารระดับต่ำ

**ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ทัศนคติเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ**

Ajzen and Fishbein (1980, p. 13) ให้นิยามว่า ทัศนคติ คือ ภาวะความพร้อมที่มีอิทธิพล ความตั้งใจและการกระทำ พฤติกรรมของบุคคล สอดคล้องกับ Kendler (1974, p. 671) ที่ให้ความหมายของทัศนคติว่า หมายถึง ความพร้อมของแต่ละบุคคลที่จะแสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งเร้าในสังคม หรือแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมในทางที่จะสนับสนุนหรือต่อต้านประสบการณ์ หรือแนวคิดบางอย่าง ทัศนคติแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ

ส่วนที่เป็นความคิด (Cognitive component) เป็นความรู้ ความเข้าใจ และความคิดของบุคคล ซึ่งจะแตกต่างกันไปตามมโนทัศน์ของบุคคลต่อสิ่งนั้น ๆ

1. ส่วนที่เป็นความรู้สึกหรืออารมณ์ (Affective component) ซึ่งจะเป็นตัวเร้าความรู้ ความเข้าใจ และความคิดของบุคคล อีกต่อหนึ่ง ทิศทางของความรู้สึกมีสองด้านคือ ความรู้สึกที่ดีและความรู้สึกที่ไม่ดี หรือที่เรียกว่าความรู้สึกในด้านบวกและด้านลบ

2. ส่วนที่เป็นพฤติกรรม (Behavioral component) เป็นความโน้มเอียงหรือความพร้อมที่จะกระทำหรือปฏิบัติให้เป็นไปตามความคิดและความรู้สึก ในการวัดทัศนคติจะต้องวัดทั้ง 3 องค์ประกอบ และจะต้องวัดเป็นภาพรวม เนื่องจากทัศนคติเป็นตัวเชื่อมระหว่างความรู้หรือการรับรู้ที่ได้รับกับการปฏิบัติ ดังนั้น หากบุคคลมีทัศนคติที่ดี ร่วมกับองค์ประกอบอื่น ๆ ที่กระตุ้นให้ปฏิบัติแล้ว จะมีแนวโน้มที่จะปฏิบัติตามมากกว่าบุคคลที่มีทัศนคติไม่ดี ดังการศึกษาของ สุมนัส วงศ์กุญชร (2537, หน้า 100) ที่พบว่า ทัศนคติต่อชมรมผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ นอกจากนี้ ธาดา วิมลฉัตรเวที (2543, หน้า 170) ได้ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงานของบุคลากรสังกัดมหาวิทยาลัยของรัฐ พบว่า บุคลากรโดยรวมมีคะแนนเฉลี่ยด้านทัศนคติต่อการเกษียณและการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงาน ในระดับดี และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงาน อย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ  $p < .001$  นั่นคือ ถ้าบุคลากรมีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณและการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงาน ก็จะส่งเสริมให้เกิดการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุให้มากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ ยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นลูกจ้างประจำมักมีปัญหาในเรื่อง รายได้น้อย มีระดับการศึกษาต่ำ ไม่ได้รับเงินบำนาญหลังเกษียณอายุทำงาน ซึ่งส่งผลให้เกิดทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเกษียณอายุและส่งผลต่อการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงานด้วย สอดคล้องกับการศึกษาของ ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์ (2540, หน้า 91-92; พัชราภา มนูญภัทรราชย์, 2544, หน้า 142) ที่พบว่า ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

นอกจากการศึกษาตัวแปรที่เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุข้างต้นแล้ว ยังมีการศึกษาวิจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง หรือมีความสัมพันธ์และมีส่วนช่วยสนับสนุนในการศึกษาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ดังนี้

ปรินดา บุญชัย และศุภวัฒน์กร วงศ์ธนวุธ (2555) ศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพของประชาชนในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลคอนดั่ง อำเภอหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุ และส่งเสริมประชาชนวัยแรงงานในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลคอนดั่ง อำเภอหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น ได้เตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ตัวแทนจากภาครัฐ ภาคเอกชน และประชาชนทั่วไปจำนวน 40 คน

ผลการวิจัย พบว่า ประชาชนวัยแรงงานมีการเตรียมความพร้อมในการเป็นผู้สูงอายุ ในอนาคตด้านสุขภาพอนามัย ด้านการปรับตัวทางสังคมและจิตใจ และด้านที่อยู่อาศัย ไม่มากนัก ยกเว้นด้านพฤติกรรมกรรมการออมที่มีการเก็บออมเงินไว้เพื่อใช้จ่ายในยามจำเป็น แต่ก็เก็บได้ไม่นานก็ต้องนำเงินออกมาใช้จ่าย การส่งเสริมเพื่อให้ประชาชนวัยแรงงานในพื้นที่ได้เตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ คือ การจัดกิจกรรมรณรงค์ให้ประชาชนวัยแรงงานและสังคมเกิดจิตสำนึกและตระหนักถึงคุณค่าของการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ส่งเสริมบริการทางด้านการให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพอนามัยสำหรับประชาชนวัยแรงงาน โดยเน้นบริการที่เข้าถึงเชิงรุก ในระดับชุมชนและการดูแลต่อเนื่องที่บ้านแบบบูรณาการ โดยจัดหน่วยแพทย์พยาบาลเคลื่อนที่ เพื่อเยี่ยมชมให้ความรู้ในหมู่บ้านต่าง ๆ

วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (2550) ศึกษาเรื่อง การสำรวจความคิดเห็นของประชากรอายุระหว่าง 18-59 ปี เพื่อรวบรวมความคิดเห็นเกี่ยวกับความรู้และการเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่วัยชรา รวมทั้งทัศนคติต่อผู้สูงอายุ มีวัตถุประสงค์เพื่อ เป็นข้อมูลให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำไปใช้ประกอบเป็นแนวทางในการติดตาม และประเมินผลตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) กลุ่มตัวอย่าง ประชากรช่วงอายุระหว่าง 18-59 ปี

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 35) เห็นว่าควรเริ่มเตรียมการเพื่อวัยสูงอายุตั้งแต่อายุระหว่าง 40-49 ปี รองลงมาอายุ 50-59 ปี และก่อน 40 ปี ตามลำดับ สำหรับประเด็นการเตรียมการเพื่อวัยสูงอายุส่วนใหญ่ระบุว่า เคยคิดและได้เตรียมการมากที่สุดในเรื่องการออมหรือสะสมเงินทอง ทรัพย์สิน รองลงมาคือ การทำตัวเองให้มีสุขภาพกายที่แข็งแรง ส่วนเรื่องที่ไม่เคยคิดเตรียมการ คือ เรื่องการทำศพสำหรับตัวเอง และการทำงานให้ชุมชนหรือเป็นอาสาสมัครเมื่ออยู่ในวัยสูงอายุ และเมื่อสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเต็มใจและความสามารถในการจ่ายเงินสะสม เพื่อเป็นหลักประกันยามสูงอายุ หากต้องจ่ายเงินให้รัฐเดือนละ 200 บาท และเมื่ออายุครบ 60 ปี จะได้รับเงินบำนาญเดือนละ 2,000 บาท นั้น มีกลุ่มตัวอย่างประมาณครึ่งหนึ่งเท่านั้น (ร้อยละ 49.4) ที่ระบุว่าเต็มใจและสามารถจ่ายเงินให้รัฐได้

แสนคำนึ่ง ศรีฤกษ์ฤทธิ, ชีพสุมน รังสยาธร และอภิญา หิรัญวงษ์ (2557) ศึกษาเรื่อง คุณภาพชีวิตและการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี วัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาคุณภาพชีวิตของข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี 2) ศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี และ 3) ความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตและการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี ที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไป จำนวน 325 คน

ผลการวิจัย พบว่า ข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย 52.69 ปี และมีรายได้เฉลี่ย 33,794.34 บาทต่อเดือน เกือบสามในห้า ให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุอยู่ในระดับสูง ส่วนผลการศึกษาคูณภาพชีวิตรายบุคคล พบว่าประมาณครึ่งหนึ่งมีคุณภาพชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในระดับดี ส่วนการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ พบว่า มากกว่าสองในสามเล็กน้อย มีการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านทรัพย์สินและเงินทอง อยู่ในระดับดี ส่วนการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุด้านกิจกรรมและการใช้เวลาว่างอยู่ในระดับปานกลาง

วันชัย แก้วสุมาลี (2552) ศึกษาเรื่อง ความเชื่อ ทักษะคติ และพฤติกรรมกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อ

- 1) เปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงาน วัยผู้ใหญ่ในเขตจังหวัดกรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะ ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และรายได้
- 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะคติและพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
- 3) เปรียบเทียบความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่แตกต่างกันกลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มบุคคลวัยผู้ใหญ่ อายุระหว่าง 21-60 ปี ที่เป็นพนักงานบริษัทเอกชนหรือประกอบธุรกิจส่วนตัวในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน

ผลการวิจัย พบว่า

1. การเปรียบเทียบการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ ในเขตกรุงเทพมหานคร ตามตัวแปรตามปัจจัยทางชีวสังคม ที่ระดับนัยสำคัญ .05 พบว่า

- 1.1 เพศหญิงและเพศชายมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทางด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ไม่แตกต่างกัน แต่เพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าเพศชาย

- 1.2 กลุ่มที่มีระดับอายุมากกว่ามีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง มากกว่ากลุ่มที่มีระดับอายุน้อยกว่า โดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มอายุ 50 ปีขึ้นไป กับกลุ่มที่มีระดับอายุ 40 ปีลง

- 1.3 กลุ่มที่มีสถานภาพสมรสมีคู่หรืออยู่ด้วยกัน และสถานภาพหม้าย หย่าหรือแยกกันอยู่ มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่ากลุ่มที่มีสถานภาพโสด

- 1.4 กลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

- 1.5 กลุ่มที่มีระดับรายได้สูงกว่า มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้าน ร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับรายได้ต่ำกว่า โดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่มีรายได้ตั้งแต่ 20,000 บาทขึ้นไป กับกลุ่มที่มีรายได้ไม่เกิน 10,000 บาท

2. ทักษะคิดต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ พฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขต กรุงเทพมหานครแต่ละด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง

3. กลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน มีความเชื่อ เกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มที่มีทัศนคติไม่ดี ในแต่ละด้าน ดังนี้

3.1 ด้านร่างกาย มีความเชื่อคือ เชื่อว่าทำให้ ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพของตนเองได้ เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ช่วยป้องกันโรคร้ายไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้และสามารถที่จะได้รับความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่อง การดูแลสุขภาพสุขภาพของตนเอง

3.2 ด้านจิตใจ มีความเชื่อคือ ทำให้ตนเองปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ ที่จะเกิดขึ้นได้ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น มีสมาธิดีขึ้น มีผลทำให้สุขภาพร่างกายดีขึ้น เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพจิตของตนเอง เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เข้าใจตนเองและ เข้าใจผู้อื่นที่อยู่ร่วมกันในสังคมได้มากขึ้น

3.3 ด้านทรัพย์สินเงินทอง มีความเชื่อคือเป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผน ใน เรื่องของทรัพย์สินของตนเองในอนาคต ทำให้ได้รับข้อมูลที่ดีในการใช้เป็นช่องทาง ในการจัดการบริหารด้านการเงิน ทำให้เกิดความสะดวกสบายเมื่อก้าวสู่วัยชรา อีกทั้งยังช่วยให้ สามารถจัดสรรเรื่องทรัพย์สินมรดกให้กับลูกหลานของตนได้เป็นอย่างดี

ปิยะดา พิศาลบุตร และพิทักษ์ ศิริวงศ์ (2557) ศึกษาเรื่อง การเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุ ของบุคลากรสายสนับสนุนวิชาการของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ถึงความรู้ของบุคลากรสายสนับสนุนวิชาการของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราชที่มีต่อ การเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุ ศึกษาสภาวะการเตรียมตัวเกษียณอายุในเรื่องที่อยู่อาศัย เศรษฐกิจ สุขภาพ การใช้เวลาว่าง และการยอมรับของครอบครัว ตลอดจนเพื่อเสนอแนะแนวทางการเตรียม ตัวเกษียณอายุแก่มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช เพื่อจัดเตรียมแนวทางเตรียมตัวให้แก่บุคลากร ของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กลุ่มตัวอย่าง คือ พนักงานสายสนับสนุนวิชาการของ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

ผลการวิจัย พบว่า บุคลากรเกือบทั้งหมดมีความรู้ดีต่อการเตรียมตัวหลังเกษียณอายุ มีบุคลากรเพียงส่วนน้อยที่ครอบครัวมีฐานะดี ไม่เห็นความจำเป็นในการเตรียมตัว และบุคลากรที่มี สภาวะการเตรียมตัวค่อนข้างดีในทุก ๆ ด้าน คือ ด้านที่อยู่อาศัย งบประมาณ การใช้เวลาว่างและ ด้านสุขภาพ และได้มีการจัดระดับปัญหาในด้านต่าง ๆ พบว่า ด้านที่อยู่อาศัยมีปัญหาค่อนข้างน้อย

และมีปัญหาด้านสุขภาพค่อนข้างมาก ข้อเสนอแนะที่กลุ่มสนทนาเสนอให้มหาวิทยาลัย  
 สุขุโขทัยธรรมมาธิราชดำเนินการ คือ จัดทำคู่มือการเตรียมตัวเกษียณอายุ โครงการอบรมวิชาชีพเพื่อ  
 เป็นอาชีพเสริม โครงการจ้างงานบุคลากรหลังเกษียณอายุ โครงการกีฬาเพื่อสุขภาพและจัดตั้งชมรม  
 ผู้เกษียณอายุ

ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์ (2555) ศึกษาเรื่อง รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ  
 ราชการของข้าราชการครูสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบ  
 การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการของข้าราชการครูสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัด  
 นนทบุรี กลุ่มตัวอย่าง คือ ข้าราชการครูสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี จำนวน 450 คน  
 โดยแบ่งเป็น 3 ช่วงอายุ คือ อายุน้อย (อายุไม่เกิน 40 ปี) อายุปานกลาง (อายุ 41-50 ปี) และอายุมาก  
 (อายุ 51 ปีขึ้นไป)

ผลการวิจัยพบว่า ช่วงอายุที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ  
 ราชการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งข้าราชการครูทุกช่วงอายุมีคะแนนเฉลี่ย  
 การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการในระดับปานกลาง สำหรับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับ  
 การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ ในกลุ่มข้าราชการครูที่อายุน้อย พบว่า การรับรู้ข้อมูล  
 ข่าวสารผ่านตัวแบบเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการมีความสัมพันธ์ทางบวก  
 กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ กลุ่มข้าราชการครูที่อายุปานกลาง พบว่า การรับรู้  
 ข้อมูลข่าวสารผ่านตัวแบบเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการมีความสัมพันธ์  
 ทางบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ และปัญหา/อุปสรรคในการเตรียม  
 ความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ  
 ราชการ

ปฐมพร ธรรมวิษ (2555) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ  
 และความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในเทศบาลนครนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช  
 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ปัจจัยส่วนบุคคล การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุของผู้สูงอายุ  
 2) ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ 3) ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การเตรียมตัวเข้าสู่  
 วัยสูงอายุกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุในเทศบาลนคร  
 นครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช

ผลการวิจัยพบว่า เทศบาลนครนครศรีธรรมราชเป็นพื้นที่ที่มีความหลากหลายในแง่ของ  
 การประกอบอาชีพ อาทิ การเกษตรกรรม ธุรกิจส่วนตัว และรับราชการ เป็นต้น รวมทั้งเป็นเขต  
 พื้นที่ที่มีความเจริญมากที่สุด ในจังหวัด จากสภาพสังคมที่มีความเป็นเมืองเพิ่มมากขึ้น ได้ส่งผลให้  
 โครงสร้างครอบครัวของผู้คนเปลี่ยนแปลงไปหลายครอบครัวมากกว่าครึ่งหนึ่งที่มีโครงสร้างแบบ

ครอบครัวขยายได้เปลี่ยนแปลงโครงสร้างมาเป็นครอบครัวขยายได้เปลี่ยนแปลงโครงสร้างมาเป็นครอบครัวเดี่ยว ทำให้มีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันลดน้อยลง การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลกระทบต่อวิถีการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุเป็นอย่างมากเนื่องจากลูกหลานที่อยู่ในวัยแรงงานต่างก็ต้องออกไปทำงานนอกบ้าน ทำให้ไม่ค่อยมีเวลาดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุในเรื่องต่าง ๆ เท่าที่ควร เช่น การดูแลเรื่องความเป็นอยู่ การส่งเสริมในเรื่องของการออกกำลังกายและการดูแลในเรื่องสุขภาพของผู้สูงอายุ เป็นต้น ส่งผลให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องรับผิดชอบชีวิตตนเองตามความสามารถที่มีอยู่ ฉะนั้น ผู้สูงอายุจึงต้องมีการปรับตัวให้สอดคล้องกับสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ถ้าผู้สูงอายุมีการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุที่ดีก็必将มีความพึงพอใจในการดำรงชีวิตสูง แต่ในทางกลับกันถ้าผู้สูงอายุมีการเตรียมความพร้อมไม่ดีเท่าที่ควรจะส่งผลให้มีความพึงพอใจในชีวิตน้อยลง ซึ่งอาจจะต้องปรับตัวและใช้ความพยายามในการดำรงชีวิตเพิ่มมากขึ้น

ชารวี บุตรบำรุง (2555) ศึกษาเรื่อง รายได้และรูปแบบการออมเพื่อการเตรียมพร้อมผู้สูงอายุของประชาชนอายุระหว่าง 30-40 ปี ในเขตคูสิต กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและวิเคราะห์แบบแผนของรายได้และการใช้จ่ายรูปแบบการออมเพื่อการเตรียมพร้อมผู้สูงอายุของประชาชนวัยผู้ใหญ่ตอนต้น อายุ 30-40 ปี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ประชาชนอายุระหว่าง 30-40 ปี ในเขตคูสิต กรุงเทพมหานคร จำนวน 400 ตัวอย่าง

ผลการวิจัยพบว่า ความมั่นคงในวัยสูงอายุของประชาชนในเขตคูสิต มีมิติดังนี้ ประชาชนโดยส่วนใหญ่มีความต้องการออมเงิน เพื่อเตรียมพร้อมและเพิ่มความมั่นคงในวัยสูงอายุลดการพึ่งพิงจากภาครัฐ แต่เนื่องด้วยมีรายได้ไม่มาก แค่เพียงพอแก่การยังชีพ เมื่อเปรียบเทียบกับค่าใช้จ่ายแล้ว จะเห็นว่าเมื่อมีรายได้เข้ามาในแต่ละเดือนก็มีการใช้จ่ายออกไปเช่นกัน บางรายมีภาระหนี้สินเนื่องจากรายได้นับกับการใช้จ่ายไม่สมดุลกัน จึงทำให้มีการออมในจำนวนที่น้อยบางรายไม่มีพอสำหรับการออมเลย จึงเห็นได้ว่าความมั่นคงในวัยสูงอายุของประชาชน ในด้านของรายได้และการออมยังไม่มากนัก ดังนั้น จึงควรส่งเสริมการหารายได้เสริมอาชีพเสริม เพื่อสร้างงานเพิ่มรายได้ สร้างนิสัยประหยัด อุดหนุนให้กับประชาชน รวมทั้งมีการอบรมหรือให้ความรู้เกี่ยวกับด้านการเงิน การออม ฯลฯ ให้กับประชาชน เพื่อให้มีการใช้จ่ายที่ถูกหลัก คำนึงถึงการออมและมีการออมเพิ่มมากขึ้น เตรียมเข้าสู่วัยสูงอายุด้วยความมั่นคง

ถวัลย์ศรดา วลัยกมลลาศ และศุภวัฒน์นากร วงศ์ธนวิสุ (2556) ศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปากบาง อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหาแนวทางในการเตรียมการรองรับสถานการณ์ผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปากบาง อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปากบาง อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา

ผลการวิจัยพบว่า องค์การบริหารส่วนตำบลปากบาง สามารถปฏิบัติงานได้ตามตัวชี้วัดขั้นพื้นฐานและตามมาตรฐานผู้สูงอายุทั้ง 6 ด้าน ในส่วนของการดำเนินงานตามตัวชี้วัดขั้นพัฒนา ซึ่งเป็นตัวชี้วัดที่มีความสำคัญและเป็นภารกิจในการพัฒนาระดับการให้บริการ หรือสวัสดิการที่สูงขึ้น หรือก้าวหน้ามากกว่ามาตรฐานตัวชี้วัดขั้นพื้นฐาน และกำหนดให้มีการจัดทำหรือเลือกกระทำตามศักยภาพที่สามารถทำได้ แต่ก็พบว่ายังไม่สามารถดำเนินงานตามมาตรฐานตัวชี้วัดขั้นพัฒนาได้ทุกตัวชี้วัด ดังนั้น การดูแลผู้สูงอายุเหล่านี้จึงไม่ใช่เป็นการดำเนินงานของหน่วยงานเพียงหน่วยงานเดียว แต่ต้องมีการร่วมมือกันทุกภาคส่วนในพื้นที่ เพื่อให้การเตรียมความพร้อมในการก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปากบางให้ประสบผลสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

Marshall (1984) ศึกษาเรื่อง การประเมินการวางแผนก่อนเกษียณอายุของครูและผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษาในรัฐ โอกลาโฮมา มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินการวางแผนก่อนเกษียณอายุของครูและผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษาในรัฐ โอกลาโฮมา กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษาในรัฐ โอกลาโฮมาที่มีอายุ 45 ปีขึ้นไป จำนวน 300 คน

ผลการวิจัยพบว่า ร้อยละ 100 คิดว่า ควรวางแผนความเป็นอยู่หลังเกษียณ ร้อยละ 83 ได้เริ่มต้นวางแผนแล้ว โดยมีความเห็นว่าเงินเก็บสะสมควร เป็นร้อยละ 10-20 ของรายได้ประจำในแต่ละเดือน วิธีที่ผู้วางแผนนิยมมากที่สุด คือ การรับบำนาญรายปี ต้องการมีรายได้หลังเกษียณ ร้อยละ 80-100 ของรายได้ปัจจุบัน และมีเพียงร้อยละ 10 ที่ได้รับการศึกษา เกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ ซึ่งหัวข้อที่ได้รับความสนใจที่สุดคืองบประมาณและการจัดการบ้านเรือน การวางแผนการลงทุนด้านการเงิน การวางแผนเกี่ยวกับทรัพย์สิน การวางแผนเรื่องการพักผ่อนหย่อนใจและสันทนาการ

นิสารัตน์ กุลกษพร, นิรันดร์ จุลทรัพย์ และสุธาสิณี บุญญาพิทักษ์ (2554) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลกับการเตรียมพร้อมเกษียณอายุราชการของข้าราชการตำรวจ จังหวัดยะลา มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาการปฏิบัติตัวของข้าราชการตำรวจจังหวัดยะลา ในการเตรียมพร้อมเกษียณอายุราชการ และเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลกับการเตรียมพร้อมเกษียณอายุราชการของข้าราชการตำรวจ จังหวัดยะลา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ข้าราชการตำรวจ จังหวัดยะลา ที่มีอายุ 50-60 ปี จำนวน 154 คน

ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยการมีหนี้สิน ตำแหน่ง และการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ ไม่มีผลต่อการเตรียมพร้อมเกษียณอายุราชการของข้าราชการตำรวจ จังหวัดยะลา ส่วนสถานภาพทางสุขภาพความสัมพันธ์ภาพในครอบครัวสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การสนับสนุนจากหน่วยงาน มีความสัมพันธ์กับการเตรียมพร้อมเกษียณอายุ



ราชการของข้าราชการตำรวจ จังหวัดยะลา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 .01 และ .05 จึงสรุปได้ว่า ปัจจัยในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม สถานภาพทางสุขภาพ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพในครอบครัว และการสนับสนุนจากหน่วยงานมีผลต่อการเตรียมพร้อมเกษียณอายุ ราชการของข้าราชการตำรวจ จังหวัดยะลา

นุสรรา รัตนสมัย (2552) ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมตนเองก่อนเข้าสู่วัยเกษียณ: กรณีศึกษาข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมตนเองก่อนเข้าสู่วัยเกษียณของข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมตนเองก่อนเข้าสู่วัยเกษียณของข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งปฏิบัติงานในส่วนกลาง จำนวน 300 คน

ผลการวิจัยพบว่า ข้าราชการพลเรือนสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข มีพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมตนเองก่อนเข้าสู่วัยเกษียณ ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีความรู้ความเข้าใจในระดับสูง ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมตนเองของ ข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข สามารถสรุปได้ดังนี้ กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกันจะมีพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมตนเองก่อนเข้าสู่วัยเกษียณแตกต่างกัน กลุ่มตัวอย่างที่มีตำแหน่งต่างกัน จะมีพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมตนเองก่อนเข้าสู่วัยเกษียณแตกต่างกัน กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน จะมีพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมตนเองก่อนเข้าสู่วัยเกษียณแตกต่างกัน ส่วนปัจจัยที่ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมตนเองก่อนเข้าสู่วัยเกษียณ ได้แก่ อายุ ภูมิฐานะ รายได้ สถานภาพสมรส การเจ็บป่วย คดีเกี่ยวกับสุขภาพ

ปฐมพร ธรรมธวัช (2555) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในเทศบาลนครนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) เพื่อศึกษาการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ ของผู้สูงอายุในเทศบาลนครนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช 2) เพื่อศึกษาความแตกต่างของการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในเทศบาลนครนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ในเทศบาลนครนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในเทศบาลนครนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราชจำนวน 370 คน

ผลการวิจัยพบว่า 1) ปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุอยู่ในช่วง 60-69 ปี นับถือศาสนาพุทธ มีสถานภาพสมรส จบการศึกษาระดับประถมศึกษา

ประกอบอาชีพด้านเกษตรกรรม ไม่ได้อาศัยอยู่ลำพัง มีรายได้เฉลี่ย 9,091 บาทต่อเดือน โดยมีรายได้ระหว่าง 5,001-10,000 บาท มากที่สุด มีแหล่งรายได้หลักมาจากการประกอบอาชีพ ส่วนใหญ่มีรายได้เพียงพอกับรายจ่าย และส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว 2) การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ผู้สูงอายุ มีการเตรียมตัวด้านที่อยู่อาศัยมากที่สุด รองลงมา ได้แก่ การเตรียมตัวด้านการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น การเตรียมตัวด้านสุขภาพทางร่างกายและจิตใจ มีการเตรียมตัวด้านค่าใช้จ่ายและมีการเตรียมตัว ด้านการใช้เวลาว่าง ตามลำดับ 3) ระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตระดับปานกลาง เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตด้านการมีอารมณ์แจ่มใสมากที่สุด รองลงมา ได้แก่ ความรู้สึกที่ร่าเริงเบิกบานในการดำรงชีวิต ความตั้งใจและอดทนต่อชีวิตความสอดคล้องกัน ระหว่างความปรารถนาและการได้รับการตอบสนอง ตามเป้าหมายและความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง ในทางบวก ตามลำดับ 4) ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุและผู้สูงอายุที่มีระดับการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุต่างกัน จะมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน

ณภัสนันท์ นิธิเจริญพงษ์ และสุเมธ แก่นมณี (2558) ศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมทางการเงินเพื่อเกษียณอายุของผู้มีรายได้ประจำในอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการออมและทัศนคติต่อการเตรียมพร้อมทางการเงินเพื่อเกษียณอายุและปัจจัยที่มีผลต่อการเลือก ใช้ผลิตภัณฑ์ทางการเงินเพื่อเกษียณอายุกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ผู้มีรายได้ประจำ มีสถานที่ทำงานในอำเภอเมืองขอนแก่น จำนวน 400 คน

ผลการวิจัยพบว่า ผู้มีรายได้ประจำที่เตรียมพร้อมทางการเงินเพื่อเกษียณอายุกับผู้มีรายได้ประจำที่ยังไม่มีการเตรียมพร้อมทางการเงินเพื่อเกษียณอายุ ให้มีความสำคัญต่อปัจจัยด้านส่วนประสมทางการตลาดและปัจจัยด้านการลงทุนส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังนั้น ผู้มีรายได้ประจำที่ยังไม่มีการเตรียมพร้อมทางการเงินให้มีความสำคัญต่อปัจจัยผลตอบแทนที่ได้รับจากการออมการลงทุน การมีกิจกรรมอบรมให้ความรู้ด้านผลิตภัณฑ์ทางการเงิน การมีช่องทางการติดต่อกับธนาคารที่หลากหลาย ภาวการณ์ที่ตีความน่าเชื่อถือและความมั่นคงของธนาคาร อัตราผลตอบแทนที่ต้องการ อัตราแลกเปลี่ยน ความมั่นใจทางเศรษฐกิจภาวะเงินเฟ้อ ความรู้และความเข้าใจในผลิตภัณฑ์ของธนาคาร โดยเฉลี่ยมากกว่าผู้ที่มีการเตรียมพร้อมทางการเงินเพื่อเกษียณอายุ

ศิริไล ชยางกูร (2554) ศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมของครัวเรือนและชุมชน ในการก้าวสู่สังคมชราภาพ ศึกษาเทศบาลตำบลศาลาया จังหวัดนครปฐม มีวัตถุประสงค์เพื่อ ค้นหา ครอบครัวยุคใหม่และชุมชนมีการเตรียมความพร้อมในการก้าวสู่สังคมชราภาพเรื่องสังคม เศรษฐกิจ สุขภาพ การดูแล สภาพที่อยู่อาศัย การดำรงอยู่ในอนาคต และเพื่อค้นหาสภาพปัญหาของการเตรียมความพร้อมและแนวทางแก้ไข กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป

ผลการวิจัยพบว่า มีการเตรียมความพร้อมในระดับน้อย มีค่าเฉลี่ยรวม 1.5927 เนื่องจาก ในชุมชนศาลาयाผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีฐานะยากจน อาศัยอยู่กับบุตรหลานการดำเนินชีวิตในอนาคต ขึ้นอยู่กับบุตรหลานเป็นสำคัญ แนวทางแก้ไขทั้งชุมชนและภาครัฐต้องเร่งสร้างความตระหนักให้เห็นความสำคัญการเตรียมความพร้อมเพื่อผู้สูงอายุรุ่นต่อไป พร้อมทั้งปลูกฝังเรื่องความกตัญญูเลี้ยง บุตรหลานให้มีความมั่นคงเพื่ออุปการะดูแลผู้สูงอายุ สำหรับแบบสอบถามความคิดเห็น ในการเตรียมความพร้อมของผู้นำชุมชนในการก้าวสู่สังคมชราภาพ พบว่า ผู้นำชุมชนเห็นด้วย ในการเตรียมความพร้อม ในระดับมากมีค่าเฉลี่ย 3.8310 และความสามารถในการบริหารงาน เตรียมความพร้อมของชุมชนในการก้าวสู่สังคมชราภาพ มีค่าเฉลี่ย 3.5165 ผลการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยวิธีสัมภาษณ์เชิงลึก ปัจจุบัน ชุมชนมีชมรมผู้สูงอายุทำกิจกรรมเป็นประจำทุกเดือน ชุมชนยังไม่มีมีการเตรียมความพร้อมในการก้าวสู่สังคมชราภาพอย่างเป็นรูปธรรม ดังนั้น ชุมชน ควรตั้งคณะทำงานและทำงานให้ประสานกันระหว่างชุมชนและหน่วยงานภาครัฐในชุมชน ตลอดจนผู้ทำงานให้ชุมชนต้องมีจิตอาสาอย่างแท้จริง

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมของประชาชนก่อนเกษียณอายุทำงานในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสมีด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี เป็นการศึกษาวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยทางผู้วิจัยทำการรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม (Questionnaires) แล้วนำวิเคราะห์โดยใช้ค่าทางสถิติและอธิบายเชิงพรรณนา (Descriptive research) ซึ่งมีลำดับ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. การเก็บรวบรวมข้อมูล
3. ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ
4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชากรวัยทำงานที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่มี ช่วงอายุ 50-59 ปี ซึ่งมีประชากรทั้งชายและหญิง จำนวน 3,154 คน (กรมการปกครอง, 2558) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มาจากประชากรที่ทำงานทั้งในภาครัฐและภาคเอกชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ตำบลเสมีด จังหวัดชลบุรี โดยใช้สูตร Taro Yamane สูตรคำนวณ ดังนี้

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

โดยที่ n = จำนวนของขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ระดับความเชื่อมั่น 95%

N = จำนวนทั้งหมดของประชากรที่ใช้ในการศึกษา

e = ความคลาดเคลื่อนจากการประมาณค่า (เท่ากับ 0.5)

เมื่อแทนค่าจะได้ดังนี้

$$\begin{aligned} n &= \frac{3,154}{1 + 3,154(0.05)^2} \\ &= 354.9805 \end{aligned}$$

ดังนั้น ขนาดของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 355 ตัวอย่าง แต่เพื่อสะดวกในการคำนวณ ผู้วิจัย จะเก็บแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง จำนวนทั้งสิ้น 400 ชุด ในการเลือกกลุ่มตัวอย่างของงานวิจัยนี้ เลือกจากประชากรช่วงอายุ 50-59 ปี ที่ทำงานในภาครัฐและภาคเอกชน ในพื้นที่ตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ได้ใช้หลักการสุ่มตัวอย่างตามความสะดวก (Convenience sampling) โดยเลือกเก็บเฉพาะผู้ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามในการวิจัยครั้งนี้จนครบ 400 ชุด

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ข้อมูลที่ได้จากการศึกษามี 2 แหล่ง ดังนี้

1. แหล่งข้อมูลปฐมภูมิ (Primary data) เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลจากประชากร โดยตรงในเขตพื้นที่ตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี โดยแจกแบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่าง วัยทำงานช่วงอายุ 50-59 ปี จำนวน 400 ชุด และเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม
2. แหล่งข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary data) โดยค้นคว้าจากเอกสาร ตำรา วิชาการ วิทยานิพนธ์หรือรายงานการวิจัยที่นักศึกษา นักวิชาการอื่น ๆ เคยศึกษาไว้โดยใช้ข้อมูลเหล่านี้มาใช้ กำหนดแนวทางการศึกษา และข้อมูลจากเว็บไซต์เป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม โดยขอ คำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษา

### ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือตามลำดับ ดังนี้

1. ศึกษาเอกสาร บทความ แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องการเตรียมความพร้อม ของประชาชนก่อนเกษียณทำงาน เพื่อให้ได้ตัวแปรที่จะศึกษาและเป็นแนวทางในการสร้าง แบบสอบถาม
2. นำข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมมาสร้างแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Likert scale) 5 ระดับ ที่เกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมของประชาชนก่อน เกษียณอายุทำงานในเขตเทศบาลตำบลเสม็ด ประกอบด้วย ปัจจัยด้านเพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา
3. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ปรึกษา เพื่อตรวจสอบและปรับแก้ ตามคำแนะนำเพื่อความสมบูรณ์ของเนื้อหา รวมทั้งการใช้ภาษาที่เหมาะสม
4. นำแบบสอบถาม ฉบับที่อาจารย์ที่ปรึกษาแก้ไขแล้วสอบถามความคิดเห็น และ ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและเที่ยงตรงจำนวน 3 ท่าน ได้แก่

ดร.สุปราณี ธรรมพิทักษ์ ดร.เทียนแก้ว เลี่ยมสุวรรณ และดร.กาญจนา บุญยัง เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content validity) พร้อมทั้งพิจารณาความถูกต้องชัดเจนของภาษาที่ใช้

5. นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไข แล้วนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา พิจารณาความสมบูรณ์อีกครั้งก่อนนำไปทดลองใช้

6. นำแบบสอบถามไปทดลอง (Try-out) ใช้กับประชากรวัยทำงานช่วงอายุ 50-59 ปี ที่อยู่ในตำบลเสม็ด ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้วนำผลที่ได้ไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient) ของ Cronbach

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย ข้อคำถามเกี่ยวกับเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมเพศ ในเขตพื้นที่ตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเรื่องเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมของประชาชน ก่อนการเกษียณอายุทำงานในเขตตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี โดยใช้ลักษณะคำถามเป็นแบบ Likert scale และใช้ระดับการวัดข้อมูลประเภทอันตรภาคชั้น (Interval scale) มี 5 ระดับ คือ

ระดับคะแนน 5 หมายความว่า มากที่สุด

ระดับคะแนน 4 หมายความว่า มาก

ระดับคะแนน 3 หมายความว่า ปานกลาง

ระดับคะแนน 2 หมายความว่า น้อย

ระดับคะแนน 1 หมายความว่า น้อยที่สุด

การอภิปรายผลการวิจัยของลักษณะแบบสอบถามที่ใช้นี้ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์เฉลี่ย

ในการอภิปรายผล 5 ระดับ

$$\begin{aligned} \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{ระดับคะแนนที่มีค่าสูงสุด}-\text{ระดับคะแนนที่มีค่าต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{5-1}{5} \\ &= 0.80 \end{aligned}$$

คะแนนเฉลี่ย	ระดับการเตรียมความพร้อม
4.21-5.00	มากที่สุด
3.41-4.20	มาก
2.61-3.40	ปานกลาง
1.81-2.60	น้อย
1.00-1.80	น้อยที่สุด

### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ เพื่อให้เหมาะสมสอดคล้องกับข้อมูลที่รวบรวม การวิเคราะห์การเตรียมความพร้อมของประชาชนก่อนการเกษียณอายุทำงานในเขตตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าสถิติ ดังนี้

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) เพื่อจัดเป็นหมวดหมู่เพื่อให้ทราบถึงลักษณะข้อมูลทั่วไปของประชากรผู้ตอบแบบสอบถาม

1.1 ค่าร้อยละ (Percentage) ใช้ในการรายงานข้อมูลทั่วไปของกลุ่มประชากร

1.2 ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ใช้รายงานผลค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสำคัญต่อการเตรียมความพร้อมของวัยทำงานก่อนเกษียณอายุ

2. สถิติเชิงอ้างอิง (Inferential statistics) เพื่อทดสอบสมมติฐาน โดยการทดสอบสมมติฐาน ครั้งนี้ใช้สถิติ t-test กับกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่ม ได้แก่ เพศ วัตถุประสงค์ และ ใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way analysis of variance) กับกลุ่มตัวอย่างที่มากกว่าสองกลุ่มขึ้นไป ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน กรณีที่พบความแตกต่าง จะทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของเชฟเฟ้ (Scheff) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% จะปฏิเสธสมมติฐานหลัก ( $H_0$ ) ก็ต่อเมื่อค่า Sig. มีค่าน้อยกว่า 0.05

## บทที่ 4

### ผลการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสมีด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี” เก็บข้อมูลจากประชากรกลุ่มตัวอย่างภาครัฐและภาคเอกชนช่วงอายุ 50-59 ปี จำนวน 400 คน ได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

- ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง
- ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ
- ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐาน

#### ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่เป็นลักษณะประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพ รายได้ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ และทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อม โดยนำเสนอข้อมูลเป็นจำนวน และความถี่ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 3 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	152	38.00
หญิง	248	62.00
รวม	400	100

จากตารางที่ 3 แสดงจำนวน ร้อยละ เพศ ของผู้ตอบแบบสอบถามซึ่งมีจำนวน 400 คน พบว่า เป็นเพศหญิง จำนวน 248 คน คิดเป็นร้อยละ 62 และเพศชาย 152 คน คิดเป็นร้อยละ 38 ตามลำดับ



ตารางที่ 4 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 53 ปี	182	45.50
54-56 ปี	131	32.75
มากกว่า 56 ปี	87	21.75
รวม	400	100
อายุเฉลี่ย	54 ปี	
อายุน้อยสุด	50 ปี	
อายุมากที่สุด	59 ปี	
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	2.81	

จากตารางที่ 4 แสดงจำนวน ร้อยละ อายุของผู้ตอบแบบสอบถามพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้เตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุทำงานมีอายุเฉลี่ย 54 ปี อายุน้อยสุด 50 ปี และอายุมากที่สุดที่ตอบแบบสอบถาม 59 ปี กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุต่ำกว่า 53 ปี จำนวน 182 คน คิดเป็นร้อยละ 45.50 รองลงมาคือ อายุ 54-56 ปี จำนวน 131 คน คิดเป็นร้อยละ 32.75 ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุมากกว่า 56 ปี มีสัดส่วนน้อยที่สุด จำนวน 87 คน คิดเป็นร้อยละ 21.75

ตารางที่ 5 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกสถานภาพสมรส

สถานภาพสมรส	จำนวน	ร้อยละ
โสด	87	21.75
สมรส	250	62.50
หม้าย	34	8.50
หย่า/ แยก	29	7.25
รวม	400	100

จากตารางที่ 5 แสดงจำนวน ร้อยละ สถานภาพสมรสของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีสถานภาพสมรส จำนวน 250 คน คิดเป็นร้อยละ 62.50 เป็นผู้ตอบแบบสอบถาม

มากที่สุด รองลงมาคือ โสด จำนวน 87 คน คิดเป็นร้อยละ 21.75 ส่วนหม้ายและหย่า/ แยก มีสัดส่วนไม่ถึงร้อยละ 10 ตามลำดับ

ตารางที่ 6 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่าปริญญาตรี	84	21.00
ปริญญาตรี	219	54.75
สูงกว่าปริญญาตรี	97	24.25
รวม	400	100

จากตารางที่ 6 แสดงจำนวน ร้อยละ ระดับการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับการศึกษาในระดับปริญญาตรี จำนวน 219 คน คิดเป็นร้อยละ 54.75 มากที่สุด รองลงมาคือ การศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 24.25 ส่วนผู้ที่มีการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี มีสัดส่วนน้อยที่สุด จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 21.00

ตารางที่ 7 จำนวน ร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ

อาชีพ	จำนวน	ร้อยละ
ข้าราชการ	220	55.00
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	43	10.75
พนักงานบริษัท/ ลูกจ้าง	90	22.50
ธุรกิจส่วนตัว	47	11.75
รวม	400	100

จากตารางที่ 7 แสดงจำนวน ร้อยละ อาชีพของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นข้าราชการ จำนวน 220 คน คิดเป็นร้อยละ 55.00 รองลงมาคือ พนักงานบริษัท/ ลูกจ้าง จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 22.50 ส่วนประกอบธุรกิจส่วนตัวและพนักงานรัฐวิสาหกิจ มีสัดส่วนใกล้เคียงกัน จำนวน 47 คน และ 43 คน คิดเป็นร้อยละ 11.75 และ 10.75 ตามลำดับ

ตารางที่ 8 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้

รายได้	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 10,000 บาท	14	3.50
10,001-15,000 บาท	39	9.75
15,001-20,000 บาท	98	24.50
มากกว่า 20,000 บาท	249	62.25
รวม	400	100

จากตารางที่ 8 แสดงจำนวน ร้อยละ ระดับรายได้ของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับรายได้มากกว่า 20,000 บาท จำนวน 249 คน คิดเป็นร้อยละ 62.25 รองลงมาคือ 15,001-20,000 บาท จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 24.50 ส่วนกลุ่มตัวอย่างมีระดับรายได้ 10,001-15,000 บาท และน้อยกว่า 10,000 บาท มีจำนวน 39 คน และ 14 คน คิดเป็นร้อยละ 9.75 และ 3.50 ตามลำดับ

ตารางที่ 9 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการรับรู้ข้อมูลข่าวสารการเตรียมความพร้อม ก่อนเกษียณอายุ

การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร	จำนวน	ร้อยละ
บ่อยครั้ง	88	22.00
นาน ๆ ครั้ง	129	32.25
รับรู้ปานกลาง	129	32.25
ไม่เคยรับรู้	54	13.50
รวม	400	100

จากตารางที่ 9 แสดงจำนวน ร้อยละ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารการเตรียมความพร้อม ก่อนเกษียณอายุของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุนาน ๆ ครั้ง และรับรู้ปานกลาง มีสัดส่วนมากที่สุด จำนวน 129 คน คิดเป็นร้อยละ 32.25 รองลงมาคือ รับรู้แบบบ่อยครั้ง จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 22.00 ส่วนไม่เคยรับรู้ข้อมูลข่าวสารมีสัดส่วนน้อยสุด จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 13.50

ตารางที่ 10 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อม

ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อม	จำนวน	ร้อยละ
จำเป็นมาก	250	62.50
จำเป็นปานกลาง	119	29.75
จำเป็นน้อย	15	3.75
ไม่จำเป็นเลย	16	4.00
รวม	400	100

จากตารางที่ 10 แสดงจำนวน ร้อยละ ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุว่าเป็นสิ่งจำเป็นมากมีสัดส่วนมากที่สุด จำนวน 250 คน คิดเป็นร้อยละ 62.50 รองลงมาคือ จำเป็นปานกลาง จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 29.75 ส่วนคิดว่าการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุว่าเป็นสิ่งไม่จำเป็นเลยและจำเป็นน้อย มีสัดส่วนน้อยที่สุด จำนวน 16 คน และ 15 คน คิดเป็นร้อยละ 4.00 และ 3.75 ตามลำดับ

## ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ

ตารางที่ 11 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ในภาพรวม

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ	ค่าเฉลี่ย	SD	ความหมาย
1. การเตรียมความพร้อมด้านการเงิน	3.94	0.67	มาก
2. การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย	3.65	0.76	มาก
3. การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย	3.83	0.70	มาก
4. การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ	3.76	0.67	มาก
5. การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลา	3.63	0.80	มาก
รวม	3.76	0.59	มาก

จากตารางที่ 11 แสดงการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ในทุก ๆ ด้าน โดยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านการเงินมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 3.94) รองลงมาคือ การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย (ค่าเฉลี่ย 3.83) การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ (ค่าเฉลี่ย 3.76) การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย (ค่าเฉลี่ย 3.65) และการเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลา (ค่าเฉลี่ย 3.63) ตามลำดับ

ตารางที่ 12 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านการเงิน

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านการเงิน	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ค่าเฉลี่ย	SD	ความหมาย
1. มีการเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับการการปลดเปลื้อง หนี้สิน ให้หมดก่อนเกษียณอายุ	157 (39.25)	161 40.25)	65 (16.25)	10 2.50)	7 (1.75)	4.12	0.89	มาก
2. การทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายของครอบครัวเป็นสิ่งที่จำเป็น เพราะเป็นการเตือนให้เก็บเงินออมไว้หลังเกษียณ	141 (35.25)	172 43.00)	74 (18.50)	12 (3.00)	1 (0.25)	4.10	0.82	มาก
3. มีการเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับรายรับ-รายจ่ายไว้ใช้ ภายหลังเกษียณไว้ล่วงหน้า	121 (30.25)	155 38.75)	115 (28.75)	8 2.00)	1 (0.25)	3.96	0.83	มาก
4. มีการเตรียมหาความรู้เกี่ยวกับการลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ ที่มี ความเสี่ยงต่ำ เพื่อเพิ่มรายได้หลังเกษียณ เช่น การลงทุนในพันธบัตร หุ้นกู้ กองทุนตราสารตัวเงินคลัง, เงินฝากธนาคาร เป็นต้น	98 (24.50)	122 30.50)	141 (35.25)	28 7.00)	11 (2.75)	3.67	1.01	มาก
5. มีการวางแผนที่จะทำงานหารายได้เพิ่มเพื่อให้สามารถ ดำรงชีวิตภายหลังเกษียณอายุได้อย่างไม่เดือดร้อน	101 (25.25)	168 (42.00)	113 (28.25)	16 4.00)	2 (0.50)	3.87	0.85	มาก
6. มีการเตรียมสะสมทรัพย์สินในรูปแบบต่าง ๆ ก่อนเกษียณ เช่น เงินฝากธนาคาร หรือซื้อบ้าน/ ที่ดิน	114 (28.50)	160 40.00)	110 (27.50)	16 4.00)	0 (0.00)	3.93	0.85	มาก
รวม	3.94						0.67	มาก

จากตารางที่ 12 แสดงการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านการเงิน ด้านการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านการเงิน ในระดับมาก (3.94) โดยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านการเงิน อยู่ในระดับมากในทุก ๆ ด้าน คือ มีการเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับการการปลดเปลื้อง หนี้สินให้หมดก่อนเกษียณอายุ มีการเตรียมความพร้อมในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.12) รองลงมาคือ การทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายของครอบครัวเป็นสิ่งที่จำเป็น เพราะเป็นการเตือนให้เก็บเงินออมไว้หลังเกษียณ (ค่าเฉลี่ย 4.10) การเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับรายรับ-รายจ่ายไว้ใช้ภายหลังเกษียณไว้ล่วงหน้า (ค่าเฉลี่ย 3.96) การเตรียมสะสมทรัพย์สินในรูปแบบต่าง ๆ ก่อนเกษียณ เช่น เงินฝากธนาคาร หรือซื้อบ้าน/ ที่ดิน (ค่าเฉลี่ย 3.93) การวางแผนที่จะทำงานหารายได้เพิ่มเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตภายหลังเกษียณอายุได้อย่างไม่เดือดร้อน (ค่าเฉลี่ย 3.87) และการเตรียมหาความรู้เกี่ยวกับการลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ ที่มีความเสี่ยงต่ำ เพื่อเพิ่มรายได้หลังเกษียณ เช่น การลงทุนในพันธบัตร หุ้นกู้ กองทุนตราสารตัวเงินคลัง เงินฝากธนาคาร เป็นต้น (ค่าเฉลี่ย 3.67) ตามลำดับ

ตารางที่ 13 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านที่อยู่อาศัย

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านที่อยู่อาศัย	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ค่าเฉลี่ย	SD	ความหมาย
1. มีการเตรียม/ วางแผนมีบ้านเป็นของตนเองเพื่อพักอาศัย หลังเกษียณอายุ	160 (40.00)	154 (38.50)	66 (16.50)	12 (3.00)	8 (2.00)	4.11	0.92	มาก
2. มีการเตรียม/ วางแผนจัดสภาพภายในบ้านให้เหมาะสมกับ วัยผู้สูงอายุ เช่น ห้องนอนอยู่ชั้นล่าง วัสดุปูพื้นไม่ลื่น ราวจับ เพื่อพยุงและกันล้ม	128 (32.00)	145 (36.25)	94 (23.50)	25 (6.25)	8 (2.00)	3.90	0.99	มาก
3. มีการเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของชุมชน ที่จะพักอาศัยหลังเกษียณอายุ	84 (21.00)	151 (37.75)	124 (31.00)	29 (7.25)	12 (3.00)	3.66	0.98	มาก
4. มีการเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสถานสงเคราะห์ บ้านพัก คนชราของหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น ค่าใช้จ่าย ในการให้บริการ	46 (11.50)	84 (21.00)	112 (28.00)	85 (21.25)	73 (18.25)	2.86	1.26	ปานกลาง
5. มีการเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับบุคคลที่จะพักอาศัย ด้วยภายหลัง เกษียณอายุ	77 (19.25)	143 (35.75)	127 (31.75)	38 (9.50)	15 (3.75)	3.57	1.02	มาก
6. มีการเตรียม/ วางแผนในการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุเพื่อให้ เกิดสัมพันธภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกับครอบครัว	101 (25.25)	159 (39.75)	114 (28.50)	22 (5.50)	4 (1.00)	3.82	0.91	มาก
รวม	3.65						0.76	มาก



จากตารางที่ 13 แสดงการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านที่อยู่อาศัย ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.65) โดยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านที่อยู่อาศัย อยู่ในระดับมากในเกือบทุก ๆ ด้าน คือ มีการเตรียม/ วางแผน มีบ้านเป็นของตนเองเพื่อพักอาศัยหลังเกษียณอายุมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.11) รองลงมาคือ การเตรียม/ วางแผน จัดสภาพภายในบ้านให้เหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ เช่น ห้องนอน อยู่ชั้นล่าง วัสดุปูพื้น ไม่ลื่น ราวจับเพื่อพยุงและกันล้ม (ค่าเฉลี่ย 3.90) การเตรียม/ วางแผน ในการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกับครอบครัว (ค่าเฉลี่ย 3.82) การเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับบุคคลที่จะพักอาศัย ด้วยภายหลังเกษียณอายุ (ค่าเฉลี่ย 3.57) และการเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของชุมชนที่จะพักอาศัยหลังเกษียณอายุ (ค่าเฉลี่ย 3.66) ตามลำดับ ส่วนการเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสถานสงเคราะห์ บ้านพักคนชราของหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น ค่าใช้จ่ายในการให้บริการมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.86) ตามลำดับ

ตารางที่ 14 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านสุขภาพร่างกาย

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านสุขภาพร่างกาย	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ค่าเฉลี่ย	SD	ความหมาย
1. มีการเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ เช่น อ่าน เอกสาร/ บทความ/ เว็บไซต์ เกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพ ในวัยสูงอายุและวิธีปฏิบัติตนที่ถูกต้อง	127 (31.75)	161 (40.25)	90 (22.50)	18 (4.50)	4 (1.00)	3.97	0.90	มาก
2. มีการตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปีเพื่อเป็นการเตรียมพร้อม ด้านร่างกายในวัยเกษียณ	131 (32.75)	147 (36.75)	86 (21.50)	32 (8.00)	4 (1.00)	3.92	0.97	มาก
3. มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอเป็นประจำ เพื่อมีสุขภาพที่ดี ภายหลังเกษียณ	83 (20.75)	126 (31.50)	142 (35.50)	46 (11.50)	3 (0.75)	3.60	0.97	มาก
4. เลือกรับประทานอาหารถูกต้องตามหลักโภชนาการ และมี ประโยชน์ต่อสุขภาพเหมาะสมกับวัยเพื่อประโยชน์ด้านสุขภาพ ร่างกายที่ดีในวัยเกษียณ	91 (22.75)	163 (40.75)	132 (33.00)	14 (3.50)	0 (0.00)	3.82	0.82	มาก
5. นอนหลับเพียงพอต่อความต้องการในแต่ละวัน เพื่อผลที่ดีต่อ สุขภาพในวัยเกษียณ	92 (23.00)	140 (35.00)	143 (35.75)	24 (6.00)	1 (0.25)	3.74	0.89	มาก
6. หากมีปัญหาสุขภาพ เจ็บป่วย ท่านจะรีบรักษาทันที เช่น ไปพบแพทย์ เป็นต้น เพื่อมีสุขภาพที่ดีในวัยเกษียณ	117 (29.25)	171 (42.75)	92 (23.00)	18 (4.500)	2 (0.50)	3.95	0.86	มาก
รวม 3.83							0.70	มาก

จากตารางที่ 14 แสดงการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านสุขภาพร่างกาย ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.83) โดยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านสุขภาพร่างกาย อยู่ในระดับมากในทุก ๆ ด้าน คือ การเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ เช่น อ่าน เอกสาร/ บทความ/ เว็บไซต์ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพในวัยสูงอายุและวิธีปฏิบัติตนที่ถูกต้อง (ค่าเฉลี่ย 3.97) รองลงมาคือ หากมี ปัญหาสุขภาพ เจ็บป่วย ท่านจะรีบรักษาทันที เช่น ไปพบแพทย์ เป็นต้น เพื่อมีสุขภาพที่ดี ในวัยเกษียณ (ค่าเฉลี่ย 3.95) การตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปีเพื่อเป็นการเตรียมพร้อมด้านร่างกาย ในวัยเกษียณ (ค่าเฉลี่ย 3.92) เลือกรับประทานอาหารถูกต้องตามหลักโภชนาการและมีประโยชน์ต่อ สุขภาพเหมาะสมกับวัยเพื่อประโยชน์ด้านสุขภาพร่างกายที่ดีในวัยเกษียณ (ค่าเฉลี่ย 3.82) นอนหลับ เพียงพอต่อความต้องการในแต่ละวัน เพื่อผลที่ดีต่อสุขภาพในวัยเกษียณ (ค่าเฉลี่ย 3.74) และ การออกกำลังกายสม่ำเสมอเป็นประจำ เพื่อมีสุขภาพที่ดีภายหลังเกษียณ (ค่าเฉลี่ย 3.60) ตามลำดับ

ตารางที่ 15 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านจิตใจ

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านจิตใจ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ค่าเฉลี่ย	SD	ความหมาย
1. มีการเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ และด้านสังคมของผู้สูงอายุเพื่อเตรียมใจให้พร้อมเมื่อเกษียณอายุ	93 (23.25)	192 (48.00)	105 (26.25)	9 (2.25)	1 (0.25)	3.77	0.89	มาก
2. มีความรู้สึกว่าคุณค่าต่อสังคมและสามารถช่วยเหลือสังคมได้	100 (25.00)	173 (43.25)	108 (27.00)	15 (3.75)	4 (1.00)	3.91	0.78	มาก
3. มีการศึกษาธรรมชาติ หรือคำสอนทางศาสนาในการฝึกจิตใจให้เตรียมรับการเปลี่ยนแปลงหลังเกษียณอายุ	74 (18.50)	150 (37.50)	155 (38.75)	19 (4.75)	2 (0.50)	3.87	0.86	มาก
4. มีการเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ บทบาทหน้าที่ในสังคม รวมทั้งการยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดลง	96 (24.00)	152 (38.00)	131 (32.75)	17 (4.25)	4 (1.00)	3.68	0.84	มาก
5. มีการฝึกจิตใจเพื่อให้มีจิตใจที่สงบ เช่น การนั่งสมาธิ ทำบุญ ทำทาน เพื่อจิตเป็นกุศล	69 (17.25)	135 (33.75)	149 (37.25)	32 (8.00)	15 (3.75)	3.79	0.89	มาก
6. มีการพูดคุยกับเพื่อนรุ่นเดียวกันเพื่อเตรียมใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ	93 (23.25)	167 (41.75)	111 (27.75)	25 (6.25)	4 (1.00)	3.52	0.99	มาก
รวม	3.76						0.67	มาก

จากตารางที่ 15 แสดงการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านจิตใจ ด้านการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านจิตใจ ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.76) โดยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านจิตใจ อยู่ในระดับมากในทุก ๆ ด้าน คือ ความรู้สึกว่าตนยังมีคุณค่าต่อสังคม และสามารถช่วยเหลือสังคมได้ (ค่าเฉลี่ย 3.91) รองลงมาคือ การศึกษาธรรมะหรือคำสอนทางศาสนาในการฝึกจิตใจให้เตรียมรับการเปลี่ยนแปลงหลังเกษียณอายุ (ค่าเฉลี่ย 3.87) การฝึกจิตใจเพื่อให้มีจิตใจที่สงบ เช่น การนั่งสมาธิทำบุญ ทำทาน เพื่อจิตเป็นกุศล (ค่าเฉลี่ย 3.79) การเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุบทบาทหน้าที่ในสังคมรวมทั้งการยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดลง (ค่าเฉลี่ย 3.68) และการพูดคุยกับเพื่อนรุ่นเดียวกันเพื่อเตรียมใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ (ค่าเฉลี่ย 3.52) ตามลำดับ

ตารางที่ 16 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านการใช้เวลา

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านการใช้เวลา	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ค่าเฉลี่ย	SD	ความหมาย
1. มีการวางแผนการใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายและด้านการเงินของท่าน	93 (23.25)	167 (41.75)	111 (27.75)	25 (6.25)	4 (1.00)	3.80	0.90	มาก
2. มีการศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตรงกับความถนัดหรือความสนใจของตนเองและเหมาะสมกับวัยของท่าน	82 (20.50)	164 (41.00)	130 (32.50)	23 (5.75)	1 (0.25)	3.75	0.85	มาก
3. มีงานอดิเรกทำอยู่แล้ว และคาดว่าจะทำต่อไปแม้จะเกษียณอายุแล้วก็ตาม	85 (21.25)	143 (35.75)	137 (34.25)	30 (7.50)	5 (1.25)	3.68	0.93	มาก
4. มีการเตรียมหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจจะเข้าร่วมเมื่อท่านเกษียณอายุ	80 (20.00)	136 (34.00)	144 (36.00)	31 (7.75)	9 (2.25)	3.61	0.96	มาก
5. มีการวางแผนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่สังคมเมื่อท่านเกษียณอายุ	76 (19.00)	143 (35.75)	137 (34.25)	33 (8.25)	11 (2.75)	3.60	0.98	มาก
6. มีการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเกษียณอายุ เพื่อสร้างความคุ้นเคย และเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณ	58 (14.50)	135 (33.75)	132 (33.00)	46 (11.50)	29 (7.25)	3.36	1.09	มาก
รวม 3.63							0.80	มาก

จากตารางที่ 16 แสดงการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านการใช้เวลา ด้านการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านการใช้เวลา ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.63) โดยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านการใช้เวลา อยู่ในระดับมากในทุก ๆ ด้าน คือ การวางแผนการใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายและด้านการเงินของท่าน (ค่าเฉลี่ย 3.80) รองลงมาคือ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตรงกับความถนัดหรือความสนใจของตนเองและเหมาะสมกับวัยของท่าน (ค่าเฉลี่ย 3.75) งานอดิเรกทำอยู่แล้ว และคาดว่าจะทำต่อไปแม้จะเกษียณอายุแล้วก็ตาม (ค่าเฉลี่ย 3.68) การเตรียมหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจจะเข้าร่วมเมื่อท่านเกษียณอายุ (ค่าเฉลี่ย 3.61) การวางแผนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่สังคมเมื่อท่านเกษียณอายุ (ค่าเฉลี่ย 3.60) และการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเกษียณอายุ เพื่อสร้างความคุ้นเคย และเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณ (ค่าเฉลี่ย 3.36) ตามลำดับ

### ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐาน

#### สมมติฐานการวิจัย

1. ประชาชนที่มีเพศต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
2. ประชาชนที่มีอายุต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
3. ประชาชนที่มีสถานภาพต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
4. ประชาชนที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
5. ประชาชนที่มีอาชีพต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
6. ประชาชนที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
7. ประชาชนที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน
8. ประชาชนที่มีทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน

#### การทดสอบสมมติฐาน

การทดสอบสมมติฐานใช้การทดสอบด้วยค่าที (t-test Independent) และใช้การทดสอบแบบ ANOVA (One-way-analysis of variance) หรือค่าเอฟ (F-test) ระดับนัยสำคัญที่ 0.05

**สมมติฐานที่ 1** เพศ ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน

$H_0$  = เพศ ต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน

$H_1$  = เพศ ต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน

ตารางที่ 17 การทดสอบสมมติฐาน เพศมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน

เพศ	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย	SD	t	Sig.
ชาย	152	3.73	0.62	0.83	0.41
หญิง	258	3.78	0.57		

จากตารางที่ 17 ผลการทดสอบพบว่ามีความ Significance มากกว่า 0.05 ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ว่า เพศแตกต่างกัน การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน

**สมมติฐานที่ 2** อายุ ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน

$H_0$  = อายุ ต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน

$H_1$  = อายุ ต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน

ตารางที่ 18 การทดสอบสมมติฐาน อายุมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน

อายุ	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	2	0.56	0.28	0.79	0.45
ภายในกลุ่ม	397	140.23	0.35		

จากตารางที่ 18 ผลการทดสอบพบว่ามีความ Significance มากกว่า 0.05 ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ว่า อายุแตกต่างกัน การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน



**สมมติฐานที่ 3** สถานภาพสมรส ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน  
แตกต่างกัน

$H_0$  = สถานภาพสมรส ต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณเกษียณอายุ  
ทำงาน ไม่แตกต่างกัน

$H_1$  = สถานภาพสมรส ต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณเกษียณอายุ  
ทำงาน แตกต่างกัน

ตารางที่ 19 การทดสอบสมมติฐาน สถานภาพสมรสมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ  
ทำงาน

สถานภาพสมรส	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	3	2.62	0.87	2.50	0.06
ภายในกลุ่ม	396	138.17	0.35		

จากตารางที่ 19 ผลการทดสอบพบว่ามีความ Significance มากกว่า 0.05 ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า  
กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน  
ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ว่า สถานภาพสมรสแตกต่างกัน การเตรียมความ  
พร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน

**สมมติฐานที่ 4** ระดับการศึกษา ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน  
แตกต่างกัน

$H_0$  = ระดับการศึกษา ต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน  
ไม่แตกต่างกัน

$H_1$  = ระดับการศึกษา ต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน  
แตกต่างกัน

ตารางที่ 20 การทดสอบสมมติฐาน ระดับการศึกษาีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน

ระดับการศึกษา	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	3	2.23	0.74	2.12	0.09
ภายในกลุ่ม	396	138.56	0.35		

จากตารางที่ 20 ผลการทดสอบพบว่ามีความ Significance มากกว่า 0.05 ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ว่า ระดับการศึกษาแตกต่างกัน การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน

**สมมติฐานที่ 5** อาชีพ ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน

$H_0$  = อาชีพ แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน

$H_1$  = อาชีพ แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน

ตารางที่ 21 การทดสอบสมมติฐาน อาชีพีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน

อาชีพ	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	3	3.37	1.12	3.24	0.02*
ภายในกลุ่ม	396	137.42	0.35		

จากตารางที่ 21 ผลการทดสอบพบว่ามีความ Significance น้อยกว่า 0.05 ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ว่า อาชีพแตกต่างกัน การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน

**สมมติฐานที่ 6** ระดับรายได้ต่อเดือน ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน

$H_0$  = ระดับรายได้ต่อเดือน แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน

$H_1$  = ระดับรายได้ต่อเดือน แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน  
แตกต่างกัน

ตารางที่ 22 การทดสอบสมมติฐาน ระดับรายได้ต่อเดือนมีผลต่อการเตรียมความพร้อม  
ก่อนเกษียณอายุทำงาน

ระดับรายได้ต่อเดือน	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	3	2.48	0.83	2.37	0.07
ภายในกลุ่ม	396	138.31	0.35		

จากตารางที่ 22 ผลการทดสอบพบว่ามีความ Significance มากกว่า 0.05 ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า  
กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับรายได้แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน  
ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ว่า ระดับรายได้แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อม  
ก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน

**สมมติฐานที่ 7** การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ  
ทำงานแตกต่างกัน

$H_0$  = การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน  
ไม่แตกต่างกัน

$H_1$  = การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน  
แตกต่างกัน

ตารางที่ 23 การทดสอบสมมติฐาน การรับรู้ข้อมูลข่าวสารมีผลต่อการเตรียมความพร้อม  
ก่อนเกษียณอายุทำงาน

การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	3	10.97	3.66	11.15	0.00*
ภายในกลุ่ม	396	129.82	0.33		

จากตารางที่ 23 ผลการทดสอบพบว่ามีความ Significance น้อยกว่า 0.05 ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน

#### สมมติฐาน

$H_0$ : การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร 2 สื่อที่กำลังพิจารณาไม่แตกต่างกัน

$H_1$ : การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร 2 สื่อที่กำลังพิจารณาแตกต่างกัน

ตารางที่ 24 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของการรับรู้ข้อมูลข่าวสารมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณเกษียณอายุทำงาน โดยใช้สถิติ LSD

การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร	นาน ๆ ครั้ง	รับรู้ปานกลาง	ไม่เคยรับรู้
บ่อยครั้ง	0.000*	0.018*	0.000*
นาน ๆ ครั้ง	-	0.005*	0.399
รับรู้ปานกลาง	-	-	0.003*
ไม่เคยรับรู้	-	-	-

\* มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p < 0.05$ )

จากตารางที่ 24 เมื่อวิเคราะห์ความแตกต่างรายคู่ของการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร พบว่าการรับรู้ข้อมูลข่าวสารบ่อยครั้งแตกต่างกับการรับรู้ข้อมูลข่าวสารนาน ๆ ครั้ง รับรู้ปานกลาง และไม่เคยรับรู้

**สมมติฐานที่ 8** ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน

$H_0$  = ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อม แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน

$H_1$  = ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อม แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน

ตารางที่ 25 การทดสอบสมมติฐาน ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน

ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อม	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	4	15.53	3.88	12.24	0.00*
ภายในกลุ่ม	395	125.26	0.32		

จากตารางที่ 25 ผลการทดสอบพบว่ามีความ Significance น้อยกว่า 0.05 ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ว่า ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน

#### สมมติฐาน

$H_0$ : ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อม 2 ความจำเป็นที่กำลังพิจารณาไม่แตกต่างกัน

$H_1$ : ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อม 2 ความจำเป็นที่กำลังพิจารณาแตกต่างกัน

ตารางที่ 26 เปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณเกษียณอายุทำงาน โดยใช้สถิติ LSD

การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร	จำเป็นปานกลาง	จำเป็นน้อย	ไม่จำเป็นเลย
จำเป็นมาก	0.000*	0.000*	0.004*
จำเป็นปานกลาง	-	0.061	0.672
จำเป็นน้อย	-	-	0.263
ไม่จำเป็นเลย	-	-	-

\* มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $p < 0.05$ )

จากตารางที่ 26 เมื่อวิเคราะห์ความแตกต่างรายคู่ของทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมพบว่า ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมจำเป็นมากแตกต่างกับทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อมเป็นสิ่งจำเป็นปานกลาง จำเป็นน้อย และไม่จำเป็นเลย

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การเตรียมความพร้อมของประชาชนก่อนเกษียณอายุทำงานในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสมีด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี โดยมีวัตถุประสงค์ในการวิจัยดังต่อไปนี้

1. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสมีด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี อยู่ในระดับใด
2. เพื่อเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสมีด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ที่มีลักษณะประชากรศาสตร์ต่างกัน มีระดับการเตรียมความพร้อมต่างกัน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชากรวัยทำงานก่อนเกษียณอายุที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่มีช่วงอายุ 50-59 ปี จำนวนทั้งสิ้น 400 ตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้แบบสอบถาม

การวิเคราะห์หาค่าทางสถิติ ได้ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป สำหรับวิเคราะห์สถิติทางสังคมศาสตร์ (SPSS: Statistical package for social science for windows) ซึ่งวิเคราะห์หาค่าทางสถิติดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistic) ได้แก่ ความถี่ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) และจัดระดับความคิดเห็นจากค่าเฉลี่ย เพื่ออธิบายลักษณะข้อมูลทางลักษณะประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน การรับรู้ข้อมูลข่าวสารการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ และทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อม
2. วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน (Hypothesis testion) โดยใช้การทดสอบด้วยค่าที (t-test Independent) และใช้การทดสอบแบบ ANOVA (One-way analysis of variance) หรือค่าเอฟ (F-test) ระดับนัยสำคัญที่ 0.05

### สรุปผลการวิจัย

#### ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 248 คน คิดเป็นร้อยละ 62 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุต่ำกว่า 53 ปี

จำนวน 182 คน คิดเป็นร้อยละ 45.50 สถานภาพสมรสเป็นผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด  
 จำนวน 250 คน คิดเป็นร้อยละ 62.50 สำหรับระดับการศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับปริญญาตรี  
 จำนวน 219 คน คิดเป็นร้อยละ 54.75 อาชีพรับข้าราชการเป็นอาชีพที่ตอบแบบสอบถามมากที่สุด  
 จำนวน 220 คน คิดเป็นร้อยละ 55.00 ระบุว่ารายได้ มากกว่า 20,000 บาท จำนวน 249 คน คิดเป็น  
 ร้อยละ 62.25 กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุนาน ๆ  
 ครั้ง และรับรู้ปานกลาง มีสัดส่วนมากที่สุด จำนวน 129 คน คิดเป็นร้อยละ 32.25 สุดท้ายทัศนคติต่อ  
 การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุว่าเป็นสิ่งจำเป็นมากมีสัดส่วนมากที่สุด จำนวน 250 คน  
 คิดเป็นร้อยละ 62.50

## ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ แยกเป็น 5 ด้าน ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก  
 ในทุก ๆ ด้าน (ค่าเฉลี่ย = 3.76) โดยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านการเงินมากที่สุด  
 รองลงมาคือการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ การเตรียม  
 ความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย และการเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลา ตามลำดับ และเมื่อพิจารณา  
 เป็นรายด้านปรากฏผล ดังนี้

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านการเงิน พบว่า มีการเตรียมความพร้อมอยู่ใน  
 ระดับมากในทุก ๆ ด้านไม่ว่าจะเป็นการเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับการการปลดปล่อย หนี้สินให้หมด  
 ก่อนเกษียณอายุ มีการเตรียมความพร้อมในระดับมากที่สุด รองลงมาคือ การทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย  
 ของครอบครัวเป็นสิ่งที่จำเป็นเพราะเป็นการเตือนให้เก็บเงินออมไว้หลังเกษียณ การเตรียม/  
 วางแผนเกี่ยวกับรายรับ-รายจ่ายไว้ใช้ภายหลังเกษียณไว้ล่วงหน้า การเตรียมสะสมทรัพย์สิน  
 ในรูปแบบต่าง ๆ ก่อนเกษียณ การวางแผนที่จะทำงานหารายได้เพิ่มเพื่อให้สามารถดำรงชีวิต  
 ภายหลังเกษียณอายุได้อย่างไม่เดือดร้อน และการเตรียมหาความรู้เกี่ยวกับการลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ  
 ที่มีความเสี่ยงต่ำเพื่อเพิ่มรายได้หลังเกษียณ ตามลำดับ

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านที่อยู่อาศัย พบว่า มีการเตรียมความพร้อม  
 อยู่ในระดับมากในเกือบทุกด้าน มีการเตรียม/ วางแผนมีบ้านเป็นของตนเองเพื่อพักอาศัยหลัง  
 เกษียณอายุมากที่สุด รองลงมาคือ การเตรียม/ วางแผนจัดสภาพภายในบ้านให้ เหมาะสมกับวัย  
 ผู้สูงอายุ การเตรียม/ วางแผน ในการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี  
 ในการอยู่ร่วมกับครอบครัว การเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับบุคคลที่จะพักอาศัยด้วยภายหลัง  
 เกษียณอายุ และการเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของชุมชนที่จะพักอาศัย  
 ภายหลังเกษียณอายุ ตามลำดับ ยกเว้นการเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสถานสงเคราะห์ บ้านพัก  
 คนชราของหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน อยู่ในระดับปานกลาง

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านสุขภาพร่างกาย พบว่า มีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับมากในทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นการเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ เช่น อ่าน เอกสาร/ บทความ/ เว็บไซต์ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพในวัยสูงอายุและวิถีปฏิบัติที่ถูกต้อง รองลงมาคือ หากมีปัญหาสุขภาพ เจ็บป่วยท่านจะรีบรักษาทันที การดูแลสุขภาพเป็นประจำทุกปีเพื่อเป็นการเตรียมพร้อมด้านร่างกายในวัยเกษียณ การเลือกรับประทานอาหารถูกต้องตามหลักโภชนาการและมีประโยชน์ต่อสุขภาพเหมาะสมกับวัยเพื่อประโยชน์ด้านสุขภาพร่างกายที่ดีในวัยเกษียณ นอนหลับเพียงพอต่อความต้องการในแต่ละวันเพื่อผลที่ดีต่อสุขภาพในวัยเกษียณ และ การออกกำลังกายสม่ำเสมอเป็นประจำตามลำดับ

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านจิตใจ พบว่า มีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับมากในทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นความรู้ที่คิดว่าตนยังมีคุณค่าต่อสังคมและสามารถช่วยเหลือสังคมได้ รองลงมาคือ การศึกษาธรรมะ หรือคำสอนทางศาสนาในการฝึกจิตใจให้เตรียมรับการเปลี่ยนแปลงหลังเกษียณอายุ การฝึกจิตใจเพื่อให้มีจิตใจที่สงบ การเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ บทบาทหน้าที่ในสังคม รวมทั้งการยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดลง และการพูดคุยกับเพื่อนรุ่นเดียวกันเพื่อเตรียมใช้ชีวิตหลัง เกษียณอายุตามลำดับ

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านการใช้เวลา พบว่า มีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับมากในทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นการวางแผนการใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายและด้านการเงินของท่าน รองลงมาคือ การศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตรงกับความถนัดหรือความสนใจของตนเองและเหมาะสมกับวัยของท่าน งานอดิเรกทำอยู่แล้ว และ คาดว่าจะทำต่อไปแม้จะเกษียณอายุแล้วก็ตาม การเตรียมหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจจะเข้าร่วมเมื่อท่านเกษียณอายุ การวางแผนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่สังคมเมื่อท่านเกษียณอายุ และการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเกษียณอายุ เพื่อสร้างความคุ้นเคย และเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณตามลำดับ

### ส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐาน

ประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า เพศแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน

ประชาชนที่มีอายุต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า อายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน



ประชาชนที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า สถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน

ประชาชนที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า ระดับการศึกษาแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน

ประชาชนที่มีอาชีพ ต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า อาชีพแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน

ประชาชนที่มีระดับรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า ระดับรายได้แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน

ประชาชนที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน

ประชาชนที่มีทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า ทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อมต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน

### อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้าน คือ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลาของประชาชนก่อนเกษียณอายุทำงาน ในเขตพื้นที่ตำบลเทศบาลตำบลเสมีด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี วิเคราะห์เปรียบเทียบการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน โดยจำแนกตามลักษณะปัจจัยข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน การรับรู้ข้อมูล

ข่าวสาร และทัศนคติต่อการเตรียมความพร้อม ซึ่งผู้วิจัย อภิปรายผลตามลำดับของจุดมุ่งหมายของการวิจัย ดังนี้

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับมากในทุก ๆ ด้าน โดยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านการเงินมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 3.94) ซึ่งเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างที่นำมาวิจัยเป็นช่วงประชาชนอายุ 50-59 ปี ดังนั้น ช่วงการทำงานเป็นช่วงระยะเวลาอันสามารถเก็บเงินได้เพียงพอในการเตรียมสู่การเกษียณ สอดคล้องกับการศึกษาของ ธาดา วิมลฉัตรเวที (2543) บุคคลที่มีอายุมาก จะมีระยะเวลาทำงานมานานย่อมมีรายได้ต่อเดือนสูง ทำให้มีความยืดหยุ่นในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมากกว่าคนที่อายุน้อยกว่าระยะเวลาการทำงานที่น้อยกว่า รองลงมาคือ การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย (ค่าเฉลี่ย 3.83) เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างของคนในวัยนี้มีระดับการศึกษาใกล้เคียงกัน มีการรับรู้ต่อวัยที่สุขภาพกายย่อมมีความเสื่อมถอยเป็นธรรมดาเมื่อเกิดภาวะเจ็บไข้ได้ป่วยก็มีการรักษา และปัจจุบันก็มีการประกันในรูปแบบต่าง ๆ ที่จะให้มีการเข้าถึงการรักษาพยาบาล ได้มากยิ่งขึ้น การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ (ค่าเฉลี่ย 3.76) ผู้ที่มีอายุในวัยนี้ ผ่านประสบการณ์มามากมีการเตรียมจิตใจในการอยู่อย่างเกษียณมากกว่าในวัยอื่น เช่น การพบปะในหมู่เพื่อนร่วมงาน ร่วมรุ่น การเข้าถึงความสงบสุขจิตใจ การทำสมาธิ ทำบุญสุนทาน การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย (ค่าเฉลี่ย 3.65) เนื่องจากทำงานเก็บเงินมาเป็นระยะเวลาอันยาวนานย่อมต้องมีการพร้อมด้านที่อยู่อาศัยแล้ว และการเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลา (ค่าเฉลี่ย 3.63) เพื่อไม่ให้เกิดความเบื่อหน่ายยามเกษียณก็อาจมีงานอดิเรก ซึ่งเคยทำมา หรือทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นประโยชน์และมีคุณค่า

สมมติฐานที่ 1 เพศ ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า เพศแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะในปัจจุบันสภาพ สังคมมีการเปลี่ยนแปลงมากขึ้น รูปแบบการดำรงชีวิตของชาย หญิง ความรับผิดชอบต่อครอบครัว หน้าที่การงานที่ไม่แตกต่างกัน อีกทั้งเพศหญิงมีบทบาทและฐานะทางสังคมเพิ่มมากขึ้น ส่งผลให้เพศชายและเพศหญิงมีความเท่าเทียมกัน ตรงกับการศึกษาของ สมฤดี ชัมภิตติคุณ (2550) ที่ทำการศึกษาศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคลากรฝ่ายพยาบาลของโรงพยาบาลจุฬา พบว่า เพศชายและเพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 2 อายุ ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า อายุแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน ช่วงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเป็นช่วงอายุที่ใกล้เกษียณ อาจทำให้ไม่แตกต่างในด้านความคิดต่อการเตรียมความพร้อมที่จะเกษียณอายุและอาจตระหนักว่าการเตรียม

ความพร้อมต้องทำอย่างค่อยเป็นค่อยไป อาศัยระยะเวลา จึงทำให้ช่วงอายุที่แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมในด้านนี้ไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 3 สถานภาพสมรส ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า สถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่นำมาศึกษาครั้งนี้มีระดับการศึกษาใกล้เคียงกัน มีงานทำ มีอาชีพที่มั่นคง หาเลี้ยงตัวเองได้ มีศักยภาพในการเกษียณอายุด้วยตนเอง ไม่ต้องพึ่งผู้อื่น ตรงกับการศึกษาของ รสลิน วิทษ์วงศ์กมล (2550) ที่ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทาน พบว่า ข้าราชการวัยก่อนเกษียณสังกัดชลประทานที่มีสภาพสมรสแตกต่างกัน มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 4 ระดับการศึกษา ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า ระดับการศึกษาต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน เนื่องจากระดับการศึกษาอาจจะมีผลทำให้ความนึกคิดของคนแตกต่างกันออกไป หรือทำให้เห็นความสำคัญของการเตรียมความพร้อมแตกต่างกันออกไป ตรงกับการผลการศึกษาคำเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงานของครู โรงเรียนเอกชนในจังหวัดนนทบุรี ของ ทฤษฎ ชวนไชยสิทธิ์ (2555) พบว่า ระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 5 อาชีพ ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า อาชีพแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน อาจเป็นเพราะประชากรกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ มีอาชีพที่เป็นภาครัฐและเอกชน ทำให้มีความมั่นคงในงานที่ต่างกัน ผู้ที่ทำงานภาครัฐก็ถือมีความมั่นคงมากกว่าอาชีพอื่น มีรายได้เป็นของตนเอง ทำให้มีศักยภาพพอที่จะเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุได้ด้วยตัวเอง

สมมติฐานที่ 6 ระดับรายได้ต่อเดือน ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า ระดับรายได้แตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน อาจเป็นเพราะแม้มีรายได้ที่ต่างกัน แต่กลุ่มตัวอย่างที่มีวัยใกล้เคียงกัน ก็มีความกระตือรือร้นในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณตามอัธยาศัยของตนเอง และไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ ทิพาพร ทองสว่าง (2541) ที่พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจเป็นแปรที่สำคัญในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน โดยพบว่าผู้ใหญ่วัยกลางคนที่ฐานะทางเศรษฐกิจสูงมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุมากกว่าผู้ใหญ่วัยกลางคนที่ฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและต่ำกว่า

สมมติฐานที่ 7 การรับรู้ข้อมูลข่าวสารต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกันผลการทดสอบพบว่า การรับรู้ข้อมูลข่าวสารแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงาน แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน ในปัจจุบันการรับรู้ข่าวสารเป็นไปอย่างง่ายดายและรวดเร็ว ถ้ากลุ่มตัวอย่างที่มีการรับรู้มาก ย่อมมีความคิดในการเตรียมความพร้อมมากกว่า

สมมติฐานที่ 8 ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อม ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ผลการทดสอบพบว่า ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อม ต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน และสอดคล้องกับการศึกษาของ พิมพ์พิมุข โพธิ์ปักขีย์ (2550) ที่ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตรพบว่า ข้าราชการครูที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุการทำงานมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านทรัพย์สินเงินทองนั้น มีการเตรียมตัวที่มากกว่าข้าราชการครูที่มีทัศนคติไม่ดีต่อการเกษียณอายุ ดังนั้น การที่ข้าราชการครูมีทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานก็จะทำให้มีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากด้วยเช่นกัน

### ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยเรื่อง การเตรียมความพร้อมของประชาชนก่อนเกษียณอายุทำงานในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี พบว่า การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมและในแต่ละด้านอยู่ในระดับมาก จากข้อค้นพบดังกล่าว ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

#### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ผลการศึกษาพบว่าคะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมและแต่ละด้านอยู่ในระดับมาก ดังนั้น เสนอให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น ภาครัฐ เอกชน องค์กรต่าง ๆ ควรให้ความสนับสนุน ในนโยบายมาตรการ และกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนก่อนเกษียณอายุทำงานมีการวางแผนและการดำเนินกิจกรรมในการเตรียมความพร้อมอย่างต่อเนื่อง ส่งเสริม สนับสนุนสื่อทุกประเภทให้มีรายการในการเตรียมความพร้อมเข้าสู่ผู้สูงวัย สนับสนุนให้ผู้ที่เกษียณได้รับความรู้และสามารถเข้าถึงข่าวสารและสื่อ อีกทั้งสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้ที่เกษียณมีส่วนร่วมในฐานะบุคคลที่มีประโยชน์ต่อสังคมเช่น การมีจิตอาสา การนำเอาคุณค่าของตนมาสู่ประชากรทุกวัย โดยถือว่าการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นพันธกิจหลักที่สำคัญประการหนึ่ง ซึ่งจะ เป็นหลักประกันได้ว่าผู้ที่เกษียณอายุสามารถใช้ชีวิตในวัยสูงอายุได้อย่างมีความสุข มีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และมีคุณภาพชีวิตที่ดี

### ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

ผลการศึกษาพบว่า คณะนอญเลียการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมและแต่ละด้านอยู่ในระดับมาก ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน องค์กรต่าง ๆ ควรให้มีการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อผู้อยู่ในวัยใกล้เกษียณอายุร่วมกัน รวมถึงการสนับสนุนด้านวัสดุสิ่งของเพื่อช่วยให้การเตรียมความพร้อมเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ จัดระบบบริการและเครือข่ายการเกื้อหนุนให้ผู้เตรียมความพร้อมก่อนเกษียณเป็นประชากรผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีทั้งกายและจิต ครอบครัวยุ่่น มีสังคมที่ดี มีหลักประกันที่มั่นคง ได้รับสวัสดิการและบริการที่เหมาะสมอยู่อย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี พึ่งตนเองได้ มีส่วนร่วม มีโอกาสเข้าถึงข้อมูลและข่าวสารอย่างต่อเนื่อง

### ข้อเสนอแนะทางวิชาการ

ผลการศึกษาพบว่า คณะนอญเลียการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมและแต่ละด้านอยู่ในระดับมาก ดังนั้น เพื่อความต่อเนื่องและรักษาไว้ซึ่งระดับในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ เสนอให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น ภาครัฐ เอกชนและองค์กรต่าง ๆ มีการให้ความรู้ อบรมหรือสัมมนาเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุให้แก่ประชาชน โดยอาจประสานความร่วมมือกับหน่วยงานที่มีหน้าที่รับผิดชอบโดยตรง เช่น สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข กรมประชาสงเคราะห์ และควรเปิดโอกาสให้คู่สมรสหรือสมาชิกในครอบครัวเข้าร่วมสัมมนาหรือรับการอบรมด้วย เพื่อคนในครอบครัวจะได้ทราบความสำคัญ ช่วยกันในการวางแผนและดำเนินกิจกรรมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างเต็มที่ อีกทั้งควรมีการกระตุ้น และส่งเสริมการให้ความรู้อย่างต่อเนื่อง

## บรรณานุกรม

กรมการปกครอง. (2558). *ระบบสถิติทางการทะเบียน*. เข้าถึงได้จาก

[http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat\\_age\\_disp.php](http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age_disp.php)

เฉก ณะสิริ. (2550). *ทำอย่างไรชีวิตจะยืนยาวและมีความสุข*. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์.

ซารวี บุตรบำรุง. (2555). *รายได้และรูปแบบการออมเพื่อการเตรียมพร้อมผู้สูงอายุของประชาชนอายุระหว่าง 30-40 ปี ในเขตคูสิต กรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ: คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.

ดวงจันทร์ บุญรอดชู. (2540). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ: ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข*. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพัฒนาสังคม, บัณฑิตวิทยาลัย, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

ดารณี คำเจริญ. (2541). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับแบบแผนการดำเนินชีวิตของของข้าราชการบำนาญในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประชากรศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

ณภัสนันท์ นิธิเจริญพงษ์ และสุเมธ แก่นมณี. (2558). *การเตรียมความพร้อมทางการเงินเพื่อเกษียณอายุของผู้มีรายได้ประจำ ในอำเภอเมืองจังหวัดขอนแก่น*. งานนิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, สาขาวิชาเศรษฐศาสตร์, วิทยาลัยบัณฑิตศึกษาการจัดการ, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ทฤษฎ ชวน ไชยสิทธิ์. (2540). *การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการของข้าราชการตำรวจที่กำลังจะเกษียณอายุ สังกัดกองบัญชาการตำรวจนครบาล*. วิทยานิพนธ์สังคมศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสังคมศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

ทฤษฎ ชวน ไชยสิทธิ์. (2555). *รายงานการวิจัย รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ: กรณีศึกษาข้าราชการครูสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี*. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.

ทิพาพร ทองสว่าง. (2541). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของผู้ใหญ่วัยกลางคน*. งานนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- ธาดา วัฒนัตถ์เวที. (2543). รายงานการวิจัย การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงานของบุคลากรสังกัด มหาวิทยาลัยของรัฐ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธิดารัตน์ อติชาตนันท์ และแพรวพรรณ มังคลา. (2554). การวางแผนการเงินเพื่อเตรียมการเกษียณอายุ ของพนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรบัณฑิต, สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป, คณะวิทยาการจัดการ, มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- นฤมล สะอาดโณม. (2551). การบริหารความเสี่ยงองค์กร. กรุงเทพฯ: ฐานการพิมพ์.
- นิตยา ทวีชีพ, พิทักษ์ จันทรเจริญ และวรรณวิภา จตุชัย. (2559). รูปแบบกิจกรรมหลังเกษียณอายุ ตามความต้องการ ของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏ ในเขตกรุงเทพมหานคร. วารสารวิชาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 24(44), 235-251.
- นิสารัตน์ กุลกษพร, นิรันดร์ จุลทรัพย์ และสุชาสินี บุญญาพิทักษ์. (2554). ปัจจัยที่มีผลกับการเตรียมพร้อมเกษียณอายุราชการของข้าราชการตำรวจจังหวัดยะลา. วารสารมนุษยศาสตร์สังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ ฉบับพิเศษบัณฑิตศึกษา, 3(2), 109-127.
- นุสรารัตน์ สมชัย. (2552). พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมตนเองก่อนเข้าสู่วัยเกษียณ: กรณีศึกษาข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพัฒนาสังคม, คณะพัฒนาสังคมสิ่งแวดล้อม, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2550). คู่มือผู้สูงอายุฉบับสมบูรณ์ (พิมพ์ครั้งที่ 21). กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.
- บุญเทือง โพธิ์เจริญ. (2551). แผนชีวิตวัยเกษียณ. กรุงเทพฯ: ฐานบุ๊คส์.
- ปฐมพร ธรรมธวัช. (2555). ความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในเทศบาลนครนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสังคมวิทยาประยุกต์, คณะสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ประนอม โอทกานนท์. (2554). ชีวิตที่สุขสมบูรณ์ของผู้สูงอายุไทย หลักการ งานวิจัย และบทเรียนจากประสบการณ์. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประกาศรี มานิตย์. (2542). การปรับตัวหลังเกษียณของบุคลากรสายอาจารย์สถาบันอุดมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ปราโมทย์ ปราสาทกุล. (2556). สถานการณ์ผู้สูงอายุ แนวโน้ม และผลกระทบจากการเข้าสู่ประชาคมอาเซียน. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.

- ปรีณดา บุญชัย และศุภวัฒน์ นกร วงศ์ธนวุธ. (2555). การเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพของประชาชนในพื้นที่ท้องที่การบริหารส่วนตำบลคอนดั่ง อำเภอนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น. *วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์*, 2(2), 1-10.
- ปิยรัตน์ เมืองไทย. (2541). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวต่อการเข้าสู่วัยสูงอายุของข้าราชการสตรีโสด สังกัดราชการส่วนกลาง กระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาประชากรศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ปิยะดา พิศาลบุตร และพิทักษ์ ศิริวงศ์. (2557). การเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุของบุคลากรสายสนับสนุนวิชาการของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. *วารสารวิชาการ Veridian E-Journal*, 8(3), 202-214.
- พัชรภา มนูญภัทรราชย์. (2544). การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากรในชุมชนขนาดใหญ่พื้นที่เขตบางซื่อ. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พิมพ์พิมพ์ โพธิ์ปักขีย์. (2550). ปัจจัยทางชีวสังคม ที่ส่นคตต่อการเกษียณอายุ ความเครียดจากภาระหนี้สินกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตร. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เพ็ญประภา เบญจวรรณ. (2558). การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ. *วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 2(1), 82-92
- ภทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ. (2547). รูปแบบการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ตามแนวคิดของ ป.อ.ปยุตโต. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. (2557). *สังคมผู้สูงอายุ: ผลกระทบทางเศรษฐกิจและสังคม*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2554). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2554*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.
- เมธิยา กอสนาน. (2552). *สภาพทางการเงินของข้าราชการทหารบกประจำการ ณ ค่ายฝึกไพร่โยคจังหวัดกาญจนบุรี*. การค้นคว้าอิสระศิลปศาสตรบัณฑิต, สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป, คณะวิทยาการจัดการ, มหาวิทยาลัยนศิลป์ากร.



- รัชณี ฝนทองมงคล. (2538). *การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณอายุราชการ*.  
 วิทยานิพนธ์สงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสังคมสงเคราะห์ศาสตร์,  
 คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ลภัสรดา วลัยกมลลาศ และศุภวัฒน์นากร วงศ์ชนวสุ. (2556). *การเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับสังคม  
 ผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลปากบาง อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา*.  
 งานนิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการปกครองท้องถิ่น, วิทยาลัย  
 การปกครองท้องถิ่น, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ลัดดา คำริการเลิศ. (2554). *การพัฒนากรอบและแนวทางการพัฒนามาตรฐานบริการดูแลผู้สูงอายุ  
 ในสถานบริการ*. นนทบุรี: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- วันชัย แก้วสุมาลี. (2552). *ความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ  
 ทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร*. สารนิพนธ์การศึกษา  
 มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย,  
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิจิตร บุญยะโทตระ. (2537). *คู่มือเกษียณอายุ*. กรุงเทพฯ: ดอกหญ้า.
- วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2555). *รายงานการประเมินแผนผู้สูงอายุ  
 แห่งชาติ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2545-2564 ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ.2552 ระยะเวลาที่ 2  
 พ.ศ.2550-2554*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิภาวี เหมพรวิสาร และพุดทิกุล อัครชลาหนท์. (2557). *การสร้างความมั่นคงทางการเงินหลังเกษียณ  
 ให้คนไทย*. เข้าถึงได้จาก [http://www.sec.or.th/TH/Documents/Information/Researches  
 Studies/research\\_retirement.pdf](http://www.sec.or.th/TH/Documents/Information/Researches/Studies/research_retirement.pdf)
- ศศิมา ทวีสิน. (2538). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการเตรียมตัวในการดำรงชีวิตเมื่อ  
 เกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต,  
 สาขาวิชาประชากรศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2545). *จิตวิทยาเด็กที่มีลักษณะพิเศษ (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. กรุงเทพฯ:  
 หมอชาวบ้าน.
- ศิริไฉล ชยางกูร. (2554). *การเตรียมความพร้อมของครัวเรือนและชุมชนในการก้าวสู่สังคมชราภาพ  
 ศึกษาเทศบาลตำบลศาลายา จังหวัดนครปฐม*. เข้าถึงได้จาก  
<http://www.ssruir.ssru.ac.th/bitstream/ssruir/504/1/075-54.pdf>
- สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. (2548). *คู่มือการอบรมการเตรียมความรู้เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ*. นนทบุรี:  
 สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ.

- สมฤดี ชัมภิตติคุณ. (2550). *การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของบุคลากรฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์*. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สวรัย บุญขมานนท์ และปัทม ชัยวัฒน์. (2556). *การขยายอายุการทำงาน: บทเรียนจากต่างประเทศและบริบทสำหรับสังคมไทย*. เข้าถึงได้จาก <http://www.thaitgri.org/?tag=ขยายอายุเกษียณ>
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2550). *ผลสำรวจความต้องการพัฒนาขีดความสามารถของประชากร พ.ศ. 2547*. เข้าถึงได้จาก <http://service.nso.go.th/nso/news/sns/4709.pdf>
- สุโขใจ นำฟูด. (2557). *การบริหารการเงินบุคคล*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุปาณี จันทรมาศ, นวพร วิริยานุพงศ์ และเศรษฐกร ชำนาญการพิเศษ. (2553). *ระบบบำเหน็จบำนาญของไทย*. เข้าถึงได้จาก <http://www.fpo.go.th/S-I/Source/Article/Article146.pdf>
- สุนันต์ วงศ์กฤษกร (2537). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาชมรมผู้สูงอายุร่มเกล้า เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพยาบาลสาธารณสุข, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุรกุล เจนอบรม. (2541). *เอกสารการสอนวิชาวิทยาการผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษา นอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- แสนคำณิง ตรีฤกษ์ฤทธิ์, ชีพสุมน รังสยาธร และอภิญา หิรัญวงษ์. (2557). *คุณภาพชีวิตและการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี*. *วารสารเกษตรศาสตร์ (สังคม)*, 35, 460-471.
- โสร้งจ้ หงส์ถาดารมภ์. (2551). *โศลกมูลฐานว่าด้วยทางสายกลาง*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพันดารา.
- 7 BILLION *How your world will change*. (2011). Retrieved from <http://7billionspeople.weebly.com>
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1980). *Understanding attitudes and predicting social behavior*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall
- Atchley, R.C. (1994). *Social forces and aging: An introduction to social gerontology* (7<sup>th</sup> ed.). California: Wadsworth.
- Erber, J. T. (2005). *Aging and older adulthood*. Canada: Thomson Learning.
- Fillenbaum, G. G. (1971). Retirement planning. Programs-at what age and for whom. *The Gerontologist*, 11(1), 33-36.

- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Kendler, H. H. (1974). *Basic psychology*. California: W.A. Benjamin.
- Leedy, J. J., & Wynbrandt, J. (1987). *Executive retirement management*. New York: Facts on File.
- Marshall, J.R. (1984). *Critical care nursing of the surgical patient*. Philadelphia: W. B. Saunders.
- McPherson, B., & Guppy, N. (1979). Preretirement life-style and the degree of planning for retirement. *Journal of Gerontology*, 34(2), 254-263.
- Naumanen, M., & Tukiainen, M. (2008). K-60 Access to ICT granted but not taken for granted. In *World Conference on ELearning in Corporate, Government, Healthcare, & Higher Education*. November 17-21. Las Vegas, Nevada.
- Passuth, P. M., & Bengston, V. L. (1988). Sociological theories for aging: Current perspectives and future directions. In J. E. Birren, & V. L. Bengston (Eds.), *Emerging theories of aging* (pp.333-355). New York: Springer.
- Population Reference Bureau. (2011). *World population data sheet*. Retrieved from [http://www.prb.org/pdf11/2011population-data-sheet\\_eng.pdf](http://www.prb.org/pdf11/2011population-data-sheet_eng.pdf)
- Roy, S. C. (1986). *Introduction to nursing: An adaptation model* (2<sup>nd</sup> ed.). Englewood Cliffs NJ: Prentice Hall.
- United Nations. (2002). *World population*. Retrieved from <http://www.un.org/esa/population/publications/wpp2002/wpp2002wc.htm>
- United Nations. (2007). *World economic and social survey 2007, Development in an ageing world*. Retrieved from <http://www.un.org/esa/policy/wess/wess2007files/wess2007.pdf>
- World Bank. (2005). *World bank pension reform primer: The world bank pension conceptual framework*. Retrieved from [http://siteresources.worldbank.org/INTPENSIONS/Resources/395443-1121194657824/PRPNoteConcept\\_Sept2008.pdf](http://siteresources.worldbank.org/INTPENSIONS/Resources/395443-1121194657824/PRPNoteConcept_Sept2008.pdf)
- World Population Data Sheet. (2015). *2015 World population data sheet*. Retrieved from <http://www.prb.org/Publications/Datasheets/2015/2015-world-population-data-sheet.aspx>

ภาคผนวก

**แบบสอบถามโครงการวิจัย**  
**การเตรียมความพร้อมของประชาชนก่อนเกษียณอายุทำงาน**  
**ในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี**

คำชี้แจง แบบสอบถามชุดนี้แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 8 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านต่าง ๆ จำนวน 30 ข้อ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) ให้ตรงกับข้อเท็จจริงของตัวท่านมากที่สุด

1. เพศ

1 ( ) ชาย

2 ( ) หญิง

2. อายุ.....ปี

3. สถานภาพสมรส

1 ( ) โสด

2 ( ) สมรส

3 ( ) หม้าย

4 ( ) หย่า/ แยก

4. การศึกษาสูงสุด

1 ( ) ต่ำกว่าปริญญาตรี

2 ( ) ปริญญาตรี

3 ( ) สูงกว่าปริญญาตรี

5. อาชีพ

1 ( ) ข้าราชการ/ พนักงานราชการ

2 ( ) พนักงานรัฐวิสาหกิจ

3 ( ) พนักงานบริษัท/ ลูกจ้าง

4 ( ) ธุรกิจส่วนตัว

6. รายได้ต่อเดือน

1 ( ) น้อยกว่า 10,000 บาท

2 ( ) 10,000-15,000 บาท

3 ( ) 15,001-20,000 บาท

4 ( ) มากกว่า 20,000 บาท

7. การรับรู้ข้อมูลข่าวสารการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ (จากหนังสือพิมพ์ วารสาร นิตยสาร วิทยุ โทรทัศน์ เว็บไซต์ ฯลฯ)

1 ( ) บ่อยครั้ง

2 ( ) นาน ๆ ครั้ง

3 ( ) รับรู้ปานกลาง

4 ( ) ไม่เคยรับรู้

8. ทักษะคิดต่อการเตรียมความพร้อม ท่านคิดว่า การเตรียมความพร้อมล่วงหน้าก่อนเกษียณอายุ เป็นเรื่องที่

1 ( ) จำเป็นมาก

2 ( ) จำเป็นปานกลาง

3 ( ) จำเป็นน้อย

4 ( ) ไม่จำเป็นเลย

ตอนที่ 2 การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ..... ให้ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

	ข้อความ	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1	<b>การเตรียมความพร้อมด้านการเงิน</b> ท่านเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับการปลดเปลื้องหนี้สินให้หมดก่อนเกษียณอายุ					
2	ท่านเห็นว่าการทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายของครอบครัวเป็นสิ่ง					
3	ท่านเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับรายรับ-รายจ่ายไว้ใช้					
4	ท่านเตรียมหาความรู้เกี่ยวกับการลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ ที่มีความเสี่ยงต่ำเพื่อเพิ่มรายได้หลังเกษียณ เช่น การลงทุนในพันธบัตร หุ้นกู้ กองทุนตราสารตัวเงินคลัง เงินฝากธนาคาร เป็นต้น					
5	ท่านวางแผนที่จะทำงานหารายได้เพิ่มเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตภายหลังเกษียณอายุได้โดยไม่เดือดร้อน					
6	ท่านเตรียมสะสมทรัพย์สินในรูปแบบต่าง ๆ ก่อนเกษียณ					
7	<b>การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย</b> ท่านเตรียม/ วางแผนมีบ้านเป็นของตนเองเพื่อพักอาศัยหลังเกษียณอายุ					

	ข้อความ	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
8	ท่านเตรียม/ วางแผนจัดสภาพภายในบ้านให้เหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ เช่นห้องนอนอยู่ชั้นล่างวัสดุปูพื้นไม่ลื่น ราวจับเพื่อพยุงและกันล้ม					
9	ท่านเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อม ของชุมชนที่จะพักอาศัย หลังเกษียณอายุ					
10	ท่านเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสถานสงเคราะห์บ้านพักคนชราของหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น ค่าใช้จ่ายในการให้บริการ					
11	ท่านเตรียม/ วางแผนเกี่ยวกับบุคคลที่จะพักอาศัยด้วยภายหลังเกษียณอายุ					
12	ท่านเตรียม/ วางแผนในการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกับครอบครัว					
13	<u>การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย</u> ท่านเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ เช่น อ่านเอกสาร/ บทความ/ เว็บไซต์ เกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพในวัยสูงอายุและวิธีปฏิบัติตนที่ถูกต้อง					
14	ท่านได้ตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปีเพื่อเป็นการเตรียมพร้อมด้านร่างกายในวัยเกษียณ					
15	ท่านออกกำลังกายสม่ำเสมอเป็นประจำเพื่อมีสุขภาพที่ดีภายหลังเกษียณ					

	ข้อความ	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
16	ท่านเลือกรับประทานอาหารถูกต้องตามหลักโภชนาการและมีประโยชน์ต่อสุขภาพเหมาะสมกับวัยเพื่อประโยชน์ด้านสุขภาพร่างกายที่ดีในวัยเกษียณ					
17	ท่านนอนหลับเพียงพอต่อความต้องการในแต่ละวัน เพื่อผลที่ดีที่สุดต่อสุขภาพในวัยเกษียณ					
18	หากมีปัญหาสุขภาพ เจ็บป่วย ท่านจะรีบรักษาทันทีเช่น ไปพบแพทย์เป็นต้น เพื่อมีสุขภาพที่ดีในวัยเกษียณ					
19	<u>การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ</u> ท่านเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง ด้านจิตใจและด้านสังคมของผู้สูงอายุเพื่อเตรียมใจให้พร้อมเมื่อเกษียณอายุ					
20	ท่านมีความรู้สึกว่าคุณค่าต่อสังคมและสามารถช่วยเหลือสังคมได้					
21	ท่านศึกษาธรรมะหรือคำสอนทางศาสนาในการฝึกจิตใจให้เตรียมรับการเปลี่ยนแปลงหลังเกษียณอายุ					
22	ท่านได้เตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ บทบาทหน้าที่ในสังคมรวมทั้งการยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดลง					
23	ท่านฝึกจิตใจเพื่อให้มีจิตใจที่สงบ เช่น การนั่งสมาธิทำบุญ ทำทาน เพื่อจิตเป็นกุศล					
24	ท่านพูดคุยกับเพื่อนรุ่นเดียวกันเพื่อเตรียมใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ					



	ข้อความ	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
25	<u>การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลา</u> ท่านได้วางแผนการใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายและด้านการเงินของท่าน					
26	ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตรงกับความถนัดหรือความสนใจของตนเองและเหมาะสมกับวัยของท่าน					
27	ท่านมีงานอดิเรกทำอยู่แล้ว และคาดว่าจะทำ					
28	ท่านเตรียมหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ					
29	ท่านได้วางแผนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่สังคมเมื่อท่านเกษียณอายุ					
30	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเกษียณอายุเพื่อสร้างความคุ้นเคย และเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณ					

ขอขอบพระคุณในความร่วมมือจากทุกท่าน