

การศึกษาการเตรียมความพร้อมผู้เกี่ยวข้องของพนักงาน  
ในนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี

สุวิทย์ ขจรกล้า

งานนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต  
กลุ่มวิชาการจัดการภาครัฐและภาคเอกชน  
วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ มหาวิทยาลัยบูรพา  
พฤษภาคม 2559  
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

## กิตติกรรมประกาศ

งานนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีเพราะได้รับความกรุณาอย่างสูงจาก อาจารย์นันทวัน อินทชาติ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และอาจารย์เอกลักษณ์ ฌัณฤทธิ์ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วมที่ได้ให้คำแนะนำ คำปรึกษา ตรวจสอบแก้ไขงานวิจัยตลอดจนปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างดียิ่ง ผู้วิจัยตระหนักถึงความตั้งใจจริง และความทุ่มเทของอาจารย์ จึงส่งผลให้งานนิพนธ์เล่มนี้ถูกต้องและสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทวัน อินทชาติ อาจารย์ ดร.อุษณากร ทาวะรัมย์ และอาจารย์ ดร.เทียนแก้ว เลี่ยมสุวรรณ ซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้ความอนุเคราะห์ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัยอันเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้เครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

ขอขอบพระคุณคณาจารย์วิทยาลัยบริหารรัฐกิจ กลุ่มวิชาการจัดการภาครัฐและภาคเอกชนทุกท่านที่ให้ความรู้ คำแนะนำ และประสบการณ์อันมีค่ายิ่งแก่ผู้วิจัยและขอขอบพระคุณเจ้าของหนังสือ วารสาร เอกสาร สารนิพนธ์ และข้อมูลออนไลน์ทุกข้อมูลต่าง ๆ ที่ช่วยให้งานนิพนธ์นี้มีความสมบูรณ์ ขอขอบคุณเพื่อน ๆ พี่ ๆ น้อง ๆ กลุ่มวิชาการจัดการภาครัฐ และภาคเอกชนรุ่น 9 ทุกท่านที่ให้กำลังใจด้วยดีเสมอมา ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ของนิคมอุตสาหกรรมอมตะนครที่ได้ให้ข้อมูลต่าง ๆ รวมถึงให้ความอนุเคราะห์ในการช่วยเหลือในการเข้าแจกแบบสอบถามในพื้นที่นิคมอุตสาหกรรม ตลอดจนพนักงานในโรงงานต่าง ๆ ในนิคมอุตสาหกรรมอมตะนครทุกท่านที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ในการกรอกแบบสอบถาม

คุณค่าหรือประโยชน์อันเกิดจากงานนิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยขอน้อมบูชาแด่พระคุณบิดามารดา ครูอาจารย์ผู้อบรมสั่งสอน แนะนำ และให้การสนับสนุนด้วยดีเสมอมา

สุวิทย์ ขจรกล้า

57930235: กลุ่มวิชา: การจัดการภาครัฐและภาคเอกชน; ปร.ม. (การจัดการภาครัฐและภาคเอกชน)

คำสำคัญ: การเตรียมความพร้อม/ การเกษียณอายุงาน/ วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ

สุวิทย์ ขจรกล้า: การศึกษาการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณของพนักงานในนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี (A STUDY OF RETIREMENT PREPARATION EMPLOYEES WORKING IN AMATA NAKORN INDUSTRIAL ESTATE IN CHON BURI PROVINCE) อาจารย์ที่ปรึกษางานนิพนธ์: นันทวัน อินทชาติ, ปร.ด. 102 หน้า. ปี พ.ศ. 2559.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี 2) เปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมการเข้าสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ ต่อเดือน ภาวะด้านสุขภาพและการรับรู้ข่าวสารข้อมูล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีอายุระหว่าง 35-60 ปี จำนวนทั้งสิ้น 403 คน และทำการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนกันยายน 2559 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ แบบสอบถาม (Questionnaires) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) คือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistics) คือ การทดสอบค่าที (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA)

ผลการวิจัยพบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรีมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่าพนักงานมีการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยมากที่สุด รองลงมา คือ สุขภาพร่างกาย ส่วนด้านที่เตรียมความพร้อมน้อยที่สุด คือ การใช้เวลาว่างและสังคมและผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่าพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีเพศ อายุ รายได้ต่อเดือน และภาวะสุขภาพต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีระดับการศึกษา สถานภาพสมรส และการรับรู้ข่าวสารต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

57930235: MAJOR: PUBLIC AND PRIVATE MANAGEMENT; M.P.A. (PUBLIC AND PRIVATE MANAGEMENT)

KEYWORDS: PREPARATION/ WORK RETIREMENT/ COLLEGE OF PUBLIC ADMINISTRATION

SUWIT KHAJORNKLAM: A STUDY OF RETIREMENT PREPARATION EMPLOYEES WORKING IN AMATA NAKORN INDUSTRIAL ESTATE IN CHON BURI PROVINCE. ADVISOR: NANTAWAN INTACHAT, Ph.D. 102 P. 2016.

The purpose of this study was twofold. First, it aimed at examining retirement preparation among employees working in Amata Nakorn Industrial Estate, Chon Buri Province. Also, this study compared a level of retirement preparation of these employees as classified by personal factors, including gender, age, educational level, marital status, amount of monthly income, health condition, and amount of received information. The subjects participating in this study were 403 employees, aged 35-60, working in Amata Nakorn Industrial Estate, Chon Buri Province. The data collection was conducted in the month of September, 2016 via a questionnaire. The descriptive statistics used to analyze the collected data included percentage, means, and stand deviation. Also, the inferential statistics, including the tests of t-test and One-way ANOVA, was administered.

The results of this study revealed that the subjects demonstrated a moderate level of retirement preparation. When considering each aspect of preparation, the one in relation to accommodation was rated the highest, followed the aspects relating to health condition, leisure and social activities, respectively. In addition, based on the results of the comparisons, there were statistically significant differences in the level of retirement preparation among the subjects with different gender, age, amount of monthly income and health condition at a significant level of .05. Finally, no statistically significant differences were found in the level of retirement preparation among the subjects with different educational level, marital status, and amount of received information.

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
สารบัญ .....	ฉ
สารบัญตาราง .....	ช
สารบัญภาพ .....	ฉ
บทที่	
1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	3
ขอบเขตของการศึกษา .....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ .....	4
สมมติฐานการวิจัย .....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย .....	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	7
สถานการณ์การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ .....	7
แนวคิดพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับการเกษียณอายุ .....	10
แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ .....	17
สถานการณ์แรงงานจังหวัดชลบุรี .....	29
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	31
3 วิธีดำเนินการวิจัย .....	36
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	36
ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา .....	36
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	37
วิธีการสร้างเครื่องมือ .....	38
การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	39
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	39

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 การวิเคราะห์ข้อมูล .....	40
ตอนที่ 1 วิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามโดยใช้ค่าความถี่ และค่าร้อยละ.....	40
ตอนที่ 2 การเตรียมความพร้อมผู้วิจัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคม อุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี.....	45
ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐาน .....	56
ตอนที่ 4 ปัญหาและข้อเสนอแนะอื่น ๆ .....	66
5 สรุปและอภิปรายผล .....	69
สรุปผลการวิจัย.....	69
อภิปรายผล .....	71
ข้อเสนอแนะ.....	79
บรรณานุกรม.....	82
ภาคผนวก .....	88
ภาคผนวก ก .....	89
ภาคผนวก ข .....	97
ภาคผนวก ค .....	99
ประวัติย่อของผู้วิจัย .....	102

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	สถิติสะสมจำนวนโรงงานที่ได้รับอนุญาตให้ประกอบกิจการ ตามพระราชบัญญัติ โรงงาน พ.ศ. 2535 จำแนกตามจังหวัด รายจำพวก ณ สิ้นปี 2558 จังหวัดชลบุรี .....	30
2	ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม (n = 403).....	40
3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ในแต่ละด้าน.....	45
4	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเตรียมความพร้อมผู้วัย เกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ด้านเศรษฐกิจ .....	46
5	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเตรียมความพร้อม ผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ด้านที่อยู่อาศัย .....	48
6	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเตรียมความพร้อม ผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ด้านสุขภาพร่างกาย .....	50
7	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเตรียมความพร้อม ผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ด้านจิตใจ .....	52
8	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเตรียมความพร้อม ผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ด้านการใช้เวลาว่างและสังคม .....	54
9	การเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคม อุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามเพศ.....	56
10	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุ .....	56

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
11	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี เป็นรายด้านจำแนกตามอายุ..... 58
12	ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียม ความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุ..... 59
13	ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ ของค่าเฉลี่ยของการเตรียมความพร้อม ผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุ..... 60
14	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามระดับ การศึกษา..... 60
15	ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียม ความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามระดับการศึกษา..... 61
16	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามสถานภาพสมรส ..... 62
17	ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียม ความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามสถานภาพสมรส ..... 62
18	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามรายได้ต่อเดือน ..... 63
19	ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียม ความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามรายได้ต่อเดือน ..... 63



## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
20 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ ของค่าเฉลี่ยของการเตรียมความพร้อม ผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามรายได้ต่อเดือน .....	64
21 การเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคม อุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามสภาวะสุขภาพ.....	65
22 การเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณ ของพนักงานในเขตนิคม อุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามการรับรู้ข่าวสาร (การอบรม) .....	65
23 สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน .....	66
24 การวางแผนในการดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุงานที่เหมาะสมกับสถานะ ทางเศรษฐกิจ.....	66
25 ปัญหาในการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุ .....	67

## สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1	กรอบแนวคิดในการวิจัย .....
	6

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็นประเด็นที่กำลังได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก ทั้งในระดับชาติและในระดับโลก เพราะมีผลกระทบอย่างกว้างขวาง ทั้งในระดับมหภาค ได้แก่ ผลต่อผลผลิตมวลรวมของประเทศ (GDP) รายได้ต่อหัวของประชากร การออมและการลงทุน งบประมาณของรัฐบาล การจ้างงานและผลิตภาพของแรงงาน และในระดับจุลภาค ได้แก่ ผลต่อตลาดผลิตภัณฑ์และบริการด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะด้านการเงินและด้านสุขภาพ การเตรียมพร้อมเพื่อรับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ต้องเริ่มตั้งแต่บัดนี้ เพราะมาตรการเกือบทุกอย่างล้วนต้องใช้เวลาในการดำเนินการทั้งสิ้น สัดส่วนประชากรสูงอายุ เป็นตัวชี้วัดระดับการเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุของประเทศหรือการมีอายุสูงขึ้นของประชากรไทย ซึ่งมีทิศทางเพิ่มขึ้นตามลำดับ จากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรในประเทศไทยและผลสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ในปี พ.ศ. 2557 (กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน, 2558, หน้า 2) พบว่า ประชากรสูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) มีจำนวน 10,048,952 คน คิดเป็นร้อยละ 15 ของประชากรทั้งหมด มีสัดส่วนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องและรวดเร็ว อาจเป็นผลจากความสำเร็จในการพัฒนาเศรษฐกิจและความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี โดยเฉพาะสาขาการแพทย์ และการสาธารณสุขสถานการณดังกล่าวนี้เป็นลักษณะการเปลี่ยนผ่านทางประชากรของประเทศตามระดับการพัฒนาและคุณภาพชีวิตของประชาชนที่ดีขึ้น ซึ่งทำให้ประชาชนมีสุขภาพดีขึ้น อัตราตายลดลงและอายุคาดเฉลี่ยยืนยาวขึ้น ขณะที่อัตราการเกิดและภาวะเจริญพันธุ์มีแนวโน้มลดต่ำลงซึ่งอาจนำไปสู่ภาวะการสูงวัยของประชากรโดยรวม (Population ageing) การที่ประชากรสูงอายุในประเทศมีสัดส่วนเพิ่มขึ้น ประเด็นผลกระทบที่ต้องคำนึงถึงในการเตรียมความพร้อมมีอยู่หลายประเด็นด้วยกัน (Magnus, 2009; Clark, 2004; Schulz, 2001 อ้างถึงใน เฉลิมพล แจ่มจันทร์, 2556) ในที่นี้อาจจำแนกออกได้เป็นใน 3 เรื่องหลัก ได้แก่

1. ผลกระทบระดับมหภาค โดยเฉพาะต่อภาคการจ้างงาน และผลิตภาพของแรงงาน ในประเทศ การที่สัดส่วนของประชากรวัยแรงงานลดลง ในขณะที่ภาวะพึ่งพิงของประชากรสูงอายุเพิ่มสูงขึ้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ย่อมกระทบต่อขีดความสามารถในการผลิต ระดับการออม การลงทุน และการพัฒนาประเทศในภาพรวม

2. ผลกระทบต่อภาครัฐ เกี่ยวกับภาระทางการคลังในการดูแลด้านสิทธิ สวัสดิการ และบริการสาธารณะต่าง ๆ แก่ผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น โดยเฉพาะค่าใช้จ่ายในการบริการ

ทางสุขภาพ เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ รวมถึง บำเหน็จบำนาญข้าราชการเกษียณอายุที่มีจำนวนเพิ่มขึ้นทุกปี อีกทั้งมีชีวิตอยู่ต่อหลังเกษียณอายุราชการยืนยาวขึ้น

3. ผลกระทบระดับจุลภาค โดยเฉพาะในประเด็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและครัวเรือน ทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม และสุขภาพ เช่น ในเรื่องหลักประกันรายได้ยามชรา หลักประกันทางสุขภาพยามเจ็บป่วย การดูแลผู้สูงอายุและการเกื้อหนุนทางสังคม การดูแลระยะยาว การเฝ้าระวังทางสุขภาพของผู้สูงอายุ ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่อาจได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงสถานภาพของผู้สูงอายุในหลายด้าน ทั้งสถานภาพจากวัยทำงานเป็นวัยสูงอายุ สถานภาพจากทำงานเป็นไม่ทำงาน รวมถึงสถานภาพและบทบาททางสังคมที่เปลี่ยนแปลงในด้านอื่น ๆ โดยประเทศไทยจะมีอัตราการขยายตัวทางเศรษฐกิจเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ และจะเป็นแรงขับเคลื่อนสำคัญในการผลักดันประเทศไทยออกจากกับดักประเทศ รายได้ระดับปานกลาง อย่างไรก็ตาม หากส่งเสริมการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจด้วยการเร่งกระตุ้นการบริโภคเป็นหลักจะส่งผลให้ศักยภาพต่อการพึ่งตนเองของสังคมลดลง และเกิดความเหลื่อมล้ำมากขึ้น พร้อมทั้งขาดความมั่นคงในสังคมซึ่งจะนำมาสู่ปัญหาสังคม เช่น ปัญหาเยาวชน อาชญากรรม ความรุนแรง ยาเสพติด สถาบันครอบครัวอ่อนแอ ระบบคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่ดีเสื่อมลงตามมา (เฉลิมพล แจ่มจันทร์, 2556)

การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุถือเป็นการวางแผนชีวิตอย่างหนึ่ง และเพื่อลดผลกระทบระดับจุลภาค การคิดและการเตรียมการต่าง ๆ เป็นกระบวนการที่ควรต้องเริ่มตั้งแต่อยู่ในวัยทำงาน เนื่องจากเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่อง และเพื่อจะได้ค่อย ๆ ค่อยชินกับความคิดเรื่องการเกษียณ รวมถึงมีเวลาวางแผนใช้ชีวิตอย่างรัดกุม การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีประโยชน์ในการช่วยลดปัญหาของผู้เกษียณ ทำให้ผู้เกษียณอายุปรับตัวต่อบทบาทที่เปลี่ยนแปลงได้ และมีความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณ ดังนั้น การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเป็นวิธีการสำคัญที่จะช่วยให้ผู้เกษียณอายุสามารถใช้ชีวิตในวัยสูงอายุอยู่ร่วมกับครอบครัว ชุมชน และสังคมได้อย่างมีความสุข มีศักดิ์ศรี มีคุณค่า และมีคุณภาพชีวิตที่ดี รวมทั้งลดภาระของครอบครัว และของรัฐที่ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นการป้องกันปัญหาอันเกิดจากวัยสูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ รัฐบาลได้ตระหนักถึงข้อเท็จจริงนี้ จึงได้บรรจุยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมความพร้อมของประชากรวัยสูงอายุที่มีคุณภาพไว้ในแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2545-2564 (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2553) โดยมีมาตรการสำคัญ คือ การส่งเสริมหลักประกันรายได้เพื่อวัยสูงอายุ การส่งเสริม และจัดบริหารการศึกษาอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต ทั้งการศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย เพื่อความเข้าใจในชีวิตและพัฒนาการในแต่ละวัย และเพื่อการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุที่เหมาะสม รวมถึงรณรงค์

ให้ สังคมตระหนักถึงความจำเป็นของการเตรียมความพร้อมเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุ เพื่อเตรียมการเข้าสู่สังคมสูงอายุ อย่างไรก็ตาม จากรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2557 (กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน, 2558) พบว่า การดำเนินการเพื่อเตรียมความพร้อมให้แก่คนในวัยต้น ยังได้รับความสนใจและมีการพัฒนาที่ค่อนข้างต่ำ

จากความสำคัญของการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว ประกอบกับการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่ผ่านมา ผู้วิจัยพบว่า มีผู้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุเฉพาะกับบุคลากรภาคเอกชน ซึ่งบุคคลกลุ่มนี้เมื่อเกษียณอายุจะได้รับสวัสดิการในด้านต่าง ๆ ภายหลังเกษียณอายุน้อยกว่าระบบราชการ ทำให้อาจได้รับผลกระทบอย่างรุนแรงภายหลังเกษียณอายุได้ หากมิได้มีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างเหมาะสมไว้ล่วงหน้า ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของบุคลากรในภาคเอกชนว่า มีรูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุอย่างไร โดยจะทำการศึกษากับพนักงานในนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร ซึ่งเป็นนิคมอุตสาหกรรมใหญ่ในจังหวัดชลบุรี ที่ตั้งขึ้นมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2532 มีโรงงานอุตสาหกรรมมากกว่า 500 โรงงาน และคาดว่ามีบุคลากรซึ่งอยู่ในวัยก่อนเกษียณอายุมากกว่ากลุ่มอุตสาหกรรมอื่น ซึ่งผลการศึกษารั้งนี้จะนำไปสู่การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุสำหรับพนักงานเอกชน ซึ่งสามารถขยายผลไปยังผู้ประกอบการอาชีพในภาคเอกชนทั่วไปได้ รวมทั้งเป็นข้อมูลพื้นฐานให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้วางแผนจัดกิจกรรมส่งเสริมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุได้ตรงตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมายต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี
2. เพื่อเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมการเข้าสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบการเตรียมความพร้อมการสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี
2. เพื่อเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมการเข้าสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี

3. ผลการศึกษาอาจนำไปสู่กระบวนการวางแผนการเตรียมความพร้อมของประชาชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

### ขอบเขตของการศึกษา

การศึกษาการเตรียมความพร้อมการสู้ภัยภัยของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ด้านตัวแปร และด้านระยะเวลา ดังต่อไปนี้

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 กลุ่มประชากร คือ พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีอายุระหว่าง 35-60 ปี โดยไม่ทราบจำนวนกลุ่มประชากร

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี อายุระหว่าง 35-60 ปี การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง ได้จำนวน 400 คน

#### 1.3 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

1.3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ต่อเดือน ภาวะด้านสุขภาพ และการรับรู้ข่าวสารข้อมูล (อบรม)

1.3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การเตรียมความพร้อมสู้ภัยภัย ประกอบด้วย

1.3.2.1 การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ

1.3.2.2 การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย

1.3.2.3 การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย

1.3.2.4 การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ

1.3.2.5 การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาว่างและสังคม

1.4 ระยะเวลาการเก็บรวบรวมข้อมูล ระหว่างเดือนกันยายน พ.ศ. 2559

### นิยามศัพท์เฉพาะ

การเตรียมความพร้อมสู้ภัยภัย หมายถึง การเตรียมความพร้อมในด้านต่าง ๆ สำหรับวัยก่อนเกษียณอายุทำงาน ในการศึกษาครั้งนี้ได้ครอบคลุมถึงการเตรียมความพร้อมสำหรับวัยเกษียณอายุต่าง ๆ 5 ด้าน ได้แก่ การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาว่างและสังคม

การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ หมายถึง การเตรียมความพร้อมในการวางแผน ใช้จ่ายเงินและเตรียมสะสมเงินไว้ใช้ภายหลังเกษียณอายุ การประเมินรายรับ-รายจ่าย ภายหลังเกษียณอายุ ตลอดจนภาระหนี้สินต่าง ๆ การเตรียมสำรองเงินเพื่อไว้ใช้จ่ายยามเจ็บป่วยหรือฉุกเฉิน การเตรียมอาชีพสำรองหรือรายได้พิเศษ รวมทั้งการเตรียมทำพินัยกรรมหรือนิติกรรมต่าง ๆ

การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย หมายถึง การเตรียมความพร้อมในการเลือกสถานที่ สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยภายหลังเกษียณอายุ การวางแผนในการเลือกผู้อยู่ร่วมในที่พักอาศัย มีการปรับปรุงสภาพที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับสภาพในวัยหลังเกษียณอายุ

การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย หมายถึง การเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงและความเสื่อมถอยทางด้านสุขภาพร่างกาย การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย การดูแลร่างกายให้แข็งแรงเพื่อป้องกัน โรคภัยต่าง ๆ ในวัยเกษียณอายุทำงาน

การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ หมายถึง การเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของตนเองเมื่อถึงกำหนดเวลาเกษียณอายุทำงาน รวมทั้งการปรับตัวด้านจิตใจเพื่อให้มีสุขภาพจิตที่ดี

การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาว่างและสังคม หมายถึง การเตรียมความพร้อมในการวางแผนการใช้เวลาทำกิจกรรมประจำวัน ภายหลังเกษียณอายุทำงาน การเตรียมงานอดิเรกไว้ทำในยามว่างตั้งแต่ก่อนเกษียณอายุ เช่น การพบปะสังสรรค์กับเพื่อนหรือญาติมิตร การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ กับสมาชิกในครอบครัว การเข้าร่วมในชมรมต่าง ๆ การเป็นอาสาสมัครเพื่อสังคม การเข้ากลุ่มทางศาสนา กลุ่มการเมือง การทัศนศึกษา การออกกำลังกายเป็นกลุ่มหรือกิจกรรมที่ทำเพื่อความเพลิดเพลินเป็นต้น

พนักงาน หมายถึง บุคคลที่มีอายุระหว่าง 35-60 ปี ทำงานอยู่ในพื้นที่เขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี

การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร หมายถึง การได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยเกษียณ จากสื่อต่าง ๆ ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึงการอบรมเพื่อเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณ

ภาวะสุขภาพ หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่มีความสมบูรณ์ ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม ที่เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล

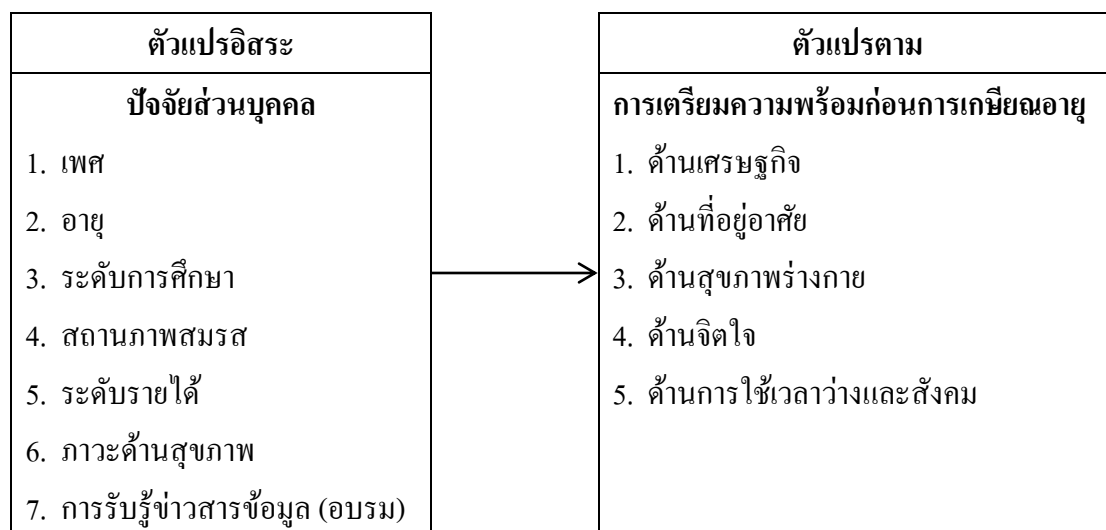
### สมมติฐานการวิจัย

1. พนักงานที่มีเพศแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณแตกต่างกัน
2. พนักงานที่มีอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณแตกต่างกัน

3. พนักงานที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน
4. พนักงานที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน
5. พนักงานที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน
6. พนักงานที่มีภาวะด้านสุขภาพแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน
7. พนักงานที่มีการรับรู้ข่าวสาร (อบรม) แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน

### กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรมในบทที่ 2 ผู้วิจัยได้นำแนวคิดของ ทฤษฎี ชวน ไชยสิทธิ์ (2552) จากงานวิจัยเรื่อง รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ: กรณีศึกษาข้าราชการครูสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี ในส่วนของปัจจัยส่วนบุคคล มากำหนดเป็นตัวแปรอิสระว่ามีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุใน 5 ด้าน



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การศึกษาการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ค้นคว้าเกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการเรียนรู้อย่างมีคุณภาพ และสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการทำวิจัย และนำมาใช้เพื่อเสนอกรอบความคิดทางทฤษฎีที่เป็นพื้นฐานของงานวิจัย จากข้อมูลสารสนเทศ เอกสารตำรา บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. สถานการณ์การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ
2. แนวคิดพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับการเกษียณอายุ
  - 2.1 ความหมายกับการเกษียณอายุ
  - 2.2 ประเภทของการเกษียณอายุ
  - 2.3 การแบ่งระยะและความต้องการของการเกษียณอายุ
  - 2.4 ผลกระทบของการเกษียณอายุ
3. แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ
  - 3.1 การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ
  - 3.2 การวางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ
  - 3.3 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ
4. สถานการณ์แรงงานจังหวัดชลบุรี
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### สถานการณ์การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจมาก ทั้งในระดับชาติและในระดับโลก เพราะมีผลกระทบอย่างกว้างขวาง ทั้งในระดับมหภาค ได้แก่ ผลต่อผลผลิตมวลรวมของประเทศ (GDP) รายได้ต่อหัวของประชากร การออม และการลงทุน งบประมาณของรัฐบาล การจ้างงาน และผลิตภาพของแรงงาน และในระดับจุลภาค ได้แก่ ผลต่อตลาดผลิตภัณฑ์และบริการด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะด้านการเงิน และด้านสุขภาพ การเตรียมพร้อมเพื่อรับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวต้องเริ่มตั้งแต่บัดนี้ เพราะมาตรการเกือบทุกอย่าง ล้วนต้องใช้เวลาในการดำเนินการทั้งสิ้น ภูมิภาคเอเชีย

จะมีความสำคัญต่อเศรษฐกิจโลกมากขึ้น การรวมกลุ่มประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน จะทำให้ประเทศสมาชิกอาเซียนก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว หากมีการปรับโครงสร้างทางการศึกษา สังคม เศรษฐกิจ และการเมือง อย่างเหมาะสม โดยประเทศไทยจะมีอัตราการขยายตัวทางเศรษฐกิจเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญ และจะเป็นแรงขับเคลื่อนสำคัญในการผลักดันประเทศไทยออกจากกับดักประเทศรายได้ระดับปานกลาง อย่างไรก็ตาม หากส่งเสริมการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจด้วยการเร่งกระตุ้นการบริโภคเป็นหลัก จะส่งผลให้ศักยภาพการพึ่งตนเองของสังคมลดลง และเกิดความเหลื่อมล้ำมากขึ้น พร้อมทั้งขาดความมั่นคงในสังคมซึ่งจะนำมาสู่ปัญหาสังคม เช่น ปัญหาเยาวชน อาชญากรรม ความรุนแรง ยาเสพติด สถาบันครอบครัวอ่อนแอ ระบบคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่ดีเสื่อมลงตามมา (กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน, 2558)

ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยคาดว่าอีก 20 ปีข้างหน้า ประเทศไทยจะเป็นสังคมสูงวัยระดับสุดยอด คือ มีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุ 65 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 20 ขึ้นไป หรืออาจกล่าวได้ว่า ในปี พ.ศ. 2564 ประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์: Age society และจากนั้นอีกเพียง 10 ปี ประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด”

จากข้อมูลของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ในปี พ.ศ. 2555 ผู้สูงอายุของประเทศไทยที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป มีมากถึงร้อยละ 12.59 ซึ่งถือว่ามากที่สุดในประเทศอาเซียนนอกจากนี้ยังพบว่า ความก้าวหน้าด้านการแพทย์ และสาธารณสุขของประเทศไทย ทำให้อัตราการเกิดน้อยลง ประชากรมีอายุยืนยาวมากขึ้นอีกด้วย การที่ประเทศไทยเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างรวดเร็ว โดยคาดว่าผู้สูงอายุจะมีสัดส่วนเป็น 1 ใน 4 ของประชากรทั้งหมดในปี พ.ศ. 2573 ในขณะที่ตลาดแรงงานมีขนาดเล็กลง ซึ่งส่งผลต่อกำลังการผลิตของประเทศ อีกทั้งยังเกิดภาระการดูแลผู้สูงอายุทั้งด้านสุขภาพและสังคม

สมประวิณ มันประเสริฐ (2554) ได้ศึกษาผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรที่มีต่อแบบแผนการบริโภคของครัวเรือนไทย พบว่า

1. ผลกระทบต่อภาครัฐบาลจะเป็นอย่างไร ถ้าจำนวนผู้สูงอายุมากขึ้น และมีช่วงอายุยาวนานขึ้น รัฐย่อมต้องมีภาระใช้จ่ายในเรื่องสวัสดิการสังคม เช่น การรักษาพยาบาล และการดูแลผู้สูงอายุมากขึ้นตามไปด้วย ดังนั้น รายได้ของรัฐซึ่งส่วนใหญ่มาจากการจัดเก็บภาษีก็ต้องมีจำนวนที่เพียงพอกับรายจ่ายภาครัฐที่เพิ่มขึ้นด้วย ในขณะที่ถ้าสัดส่วนของประชากรวัยทำงานลดลง ก็อาจส่งผลกระทบทำให้การจัดเก็บภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา ประเภทเงินเดือน และค่าจ้างลดลงด้วยซึ่งจะก่อให้เกิดความกดดันต่อฐานะการคลังภาครัฐมากยิ่งขึ้น

2. สัดส่วนผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ส่งผลให้ลักษณะการพึ่งพิงทางเศรษฐกิจระหว่างประชากรวัยต่าง ๆ เปลี่ยนไป เดิมมีประชากรวัยเด็กที่ต้องพึ่งพิงประชากรวัยแรงงานมากกว่าผู้สูงอายุ แต่ในอนาคตอันใกล้จะมีผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพิงประชากรวัยแรงงานมากกว่าเด็ก

3. ขณะที่แรงงานต้องรับภาระเลี้ยงดูผู้สูงอายุมากขึ้นจะส่งผลกระทบต่อการออมทั้งในระดับครัวเรือน และระดับประเทศ ผู้เกษียณอายุเองไม่มีรายได้ ต้องนำเงินออมออกมาใช้อีกประการหนึ่ง พ่อแม่รุ่นใหม่นิยมมีลูกน้อยลงหรือไม่มีเลย จึงไม่เห็นความจำเป็นต้องออมมาก ส่วนความต้องการลงทุนของประชาชนจะลดลงไปพร้อมกับการออมด้วย

ทั้งนี้ ยังมีแรงงานสูงอายุจำนวนไม่น้อยขาดวินัย ไม่ยอมวางแผนออมเงินตั้งแต่เนิ่น ๆ เมื่อเกษียณอายุแล้วจึงขาดรายได้เลี้ยงดูตนเอง ซึ่งหลายคนมีชีวิตบั้นปลายที่ลำบาก โดยสถาบันประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล วิจัย และแจ้งว่า มีสาเหตุมาจากผู้สูงอายุไทยเพียงร้อยละ 10 เท่านั้นที่ได้รับการศึกษา ขณะที่มียาได้เฉลี่ยประมาณ 3,013 บาทต่อเดือน ส่วนรายจ่ายเฉลี่ยอยู่ที่ 2,751 บาทต่อเดือน ร้อยละ 40 มีหนี้สินเฉลี่ยครัวเรือนละ 40,179 บาท ทำให้ผู้สูงวัยกว่าร้อยละ 58 ยังต้องทำงานเพื่อหาเลี้ยงชีพ และที่สำคัญผู้สูงวัย 2 ใน 3 ให้ความเห็นว่าเป็นคนแก่ยังควรทำงาน และเห็นว่าการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีงานทำอย่างเหมาะสมเป็นเรื่องจำเป็นอย่างมาก

4. ผลกระทบด้านแรงงานเกิดจากสมรรถนะทางกายภาพที่ลดลงเมื่ออายุมากขึ้น ทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง ผลผลิตแรงงานสามารถเพิ่มให้สูงขึ้นได้ โดยการพัฒนาคุณภาพแรงงาน ทั้งโดยตรงผ่านการศึกษา การฝึกอบรม การสร้างแรงจูงใจ และโดยผ่านการบริหารจัดการที่ดี รวมทั้งการปรับปรุงประสิทธิภาพ และความก้าวหน้าของเทคโนโลยี การนำเข้าแรงงานที่มีฝีมือจากต่างประเทศหรือขยายเกณฑ์การเกษียณอายุเป็น 65 ปี หรือ 70 ปี ก็ช่วยบรรเทาผลกระทบได้

จากการที่ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ จากการคาดประมาณประชากรของประเทศไทย ปี พ.ศ. 2553-2583 ของสำนักงานคณะกรรมการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) (2553) โดยใช้ข้อมูลสำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ. 2553 (สมประวิณ มันประเสริฐ, 2554) พบว่า ในปี พ.ศ. 2583 ประเทศไทยจะมีผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป สูงถึง 20.5 ล้านคน หรือคิดเป็นสัดส่วนร้อยละ 32 ของจำนวนประชากรไทยทั้งหมด แต่จะมีประชากรวัยแรงงานเพียง 35.18 ล้านคน เมื่อเปรียบเทียบกับปี พ.ศ. 2553 ที่มีประชากรวัยแรงงานจำนวน 42.74 ล้านคน หรือลดลง 7.6 ล้านคน ขณะที่ประชากรวัยเด็กจะมีจำนวนลดลงเช่นกัน จาก 12.6 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2553 เป็น 8.2 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2583 โครงสร้างประชากรไทยที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุจะส่งผลกระทบต่อพัฒนาประเทศ เนื่องจาก การลดลงของจำนวนและสัดส่วนของประชากรวัยแรงงานจะกระทบศักยภาพการผลิต นอกจากนี้ การเพิ่มขึ้นของประชากรสูงอายุยังสะท้อนการเพิ่มขึ้นของ

ภาระทางการคลังจากจำนวนประชากรที่อยู่ในวัยพึ่งพิงทั้งในเชิงเศรษฐกิจ สังคม และสุขภาพ ในขณะที่การลดลงของประชากรวัยเด็ก จะเป็นข้อจำกัดต่อการขยายตัวของสัดส่วนกำลังแรงงานในอนาคต

กล่าวโดยสรุป สถานการณ์การเข้าสังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย จะส่งผลกระทบต่อทั้งในด้านสังคม เศรษฐกิจ รวมถึงการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของบุคคลหลังวัยเกษียณจากการทำงาน ซึ่งของภาครัฐมีการเตรียมความพร้อมในด้านต่าง ๆ เพื่อรองรับกับการเข้าสู่สังคมของผู้สูงวัย

## แนวคิดพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับการเกษียณอายุ

### ความหมายของการเกษียณอายุ

ราชบัณฑิตสถาน (2538, หน้า 112) ให้คำจำกัดความ “เกษียณอายุ” หมายถึง ครบกำหนดอายุราชการ สิ้นกำหนดเวลารับราชการหรือการทำงานในขณะที่ วิจิตร บุญยะโทตระ (2537, หน้า 1) ให้ความหมายของคำว่า “เกษียณ” (Retirement) หมายถึง การยุติ การถอดออก การออกจากสังคม กลุ่มผู้ร่วมงาน และชีวิตที่เดินตามเวลาของงาน บรรลุ ศิริพานิช (2531, หน้า 1) ได้ให้ความหมายไว้ว่า การที่ต้องหยุดทำงานที่เคยทำอยู่เป็นประจำ เพราะเหตุอายุครบกำหนดตามที่หน่วยงานนั้น ๆ กำหนดไว้ สอดคล้องกับ Atchle (1994, p. 284) ให้ความหมายการเกษียณอายุว่า เป็นการถอดออก การออกจากอาชีพหรืองาน ซึ่งไม่ใช่การไม่ทำงานแต่เป็นการเปลี่ยนแปลงสถานะในงาน การเกษียณอายุนั้นยังเป็นช่วงวัยหนึ่งขงชีวิตในการจัดการเตรียมชีวิตเพื่อการเริ่มแสวงหา หรือมีกิจกรรมอื่น ๆ และ Burnside (1981, p. 603) กล่าวถึง การเกษียณอายุว่าเป็นวงจรชีวิตที่อยู่ในช่วงต่ำสุดของการจ้างงาน ความรับผิดชอบต่ออาชีพและ โอกาสในการทำงานต่าง ๆ จะลดต่ำลงอย่างสุดขีด บุคคลที่เกษียณจะมีรายได้ในรูปแบบของบำเหน็จบำนาญโดยไม่ต้องทำงาน ดังนั้น การเกษียณอายุงานจึงเป็นบทบาททางสังคมที่กำหนดให้ระบบการแทนที่บุคคลตามสิทธิ หน้าที่ และความสัมพันธ์กับคนอื่น นอกจากนี้ การเกษียณอายุงานยังเป็นกระบวนการให้แต่ละบุคคลได้มีการจัดเตรียมชีวิต เพื่อการเริ่มแสวงหาสิ่งใหม่ เพื่อการปรับตัวหรือแม้แต่การปลีกตัวออกจากสังคมเมื่อเกษียณอายุแล้ว (ปิยะดา พิศาลบุตร และพิทักษ์ ศิริวงศ์, 2558)

การเกษียณอายุเป็นกระบวนการทางสังคม ในการประกอบอาชีพที่กำหนดให้บุคคลที่ได้รับการจ้างงานต้องออกจากงานเมื่อถึงช่วงอายุที่กำหนดไว้ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง จากสิ่งแวดล้อมหนึ่ง ไปสู่สิ่งแวดล้อมใหม่ เช่น การถอนตัวออกจากสถานะการเป็นลูกจ้างของการเป็นอิสระ หมดภาระหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติ เป็นต้น (ทยณฐ ชวนไชยสิทธิ์, 2555)

จากการทบทวนวรรณกรรมสามารถสรุปได้ว่า การเกษียณอายุเป็นการยุติหรือ

สิ้นกำหนดระยะเวลาทำงานของบุคคลที่ได้รับการจ้างงานออกจากงาน เมื่อถึงคราวอายุที่กำหนด ตามแต่ข้อตกลงระหว่างผู้จ้างงาน

### ประเภทของการเกษียณอายุ

บุคคลที่ประกอบอาชีพในหน่วยงานภาครัฐหรือภาคเอกชนเมื่อถึงช่วงอายุที่หน่วยงาน กำหนดไว้ บุคคลเหล่านั้นจำเป็นต้องออกจากงาน เกณฑ์การเกษียณอายุของแต่ละหน่วยงาน อาจแตกต่างกันไปตามลักษณะงาน สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม แต่ส่วนใหญ่มักอยู่ในช่วงอายุ 55-65 ปี งานลักษณะบริหารหรืองานที่จำเป็นต้องใช้ความรู้ ทักษะและประสบการณ์ มักจะกำหนด อายุเกษียณสูงกว่างานที่ใช้กำลังกาย การเกษียณอายุจะแตกต่างกันไปตามระดับ การพัฒนา ของแต่ละประเทศ สำหรับประเทศไทยถือเอาอายุ 60 ปี เป็นเกณฑ์ในการปลดเกษียณ เนื่องจาก ประเทศไทยถือเกณฑ์กำหนดที่บุคคล จะเป็นตามเกณฑ์ที่ประชุมสมัชชาโลกว่าด้วย ผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นเกณฑ์สากลที่กำหนดให้ชายและหญิงที่มีอายุครบ 60 ปีขึ้นไป เป็นผู้สูงอายุ อย่างไรก็ตาม การเกษียณอายุยังขึ้นอยู่กับอาชีพและระเบียบข้อบังคับของแต่ละหน่วยงานด้วย บุคคลที่เกษียณอายุ จะมีรายได้อยู่ในรูปบำนาญ บำนาญโดยไม่ต้องทำงาน สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน (2551 อ้างถึงใน ปิยะดา พิศาลบุตร และพิทักษ์ ศิริวงศ์, 2558) ได้แบ่งการเกษียณอายุออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

1. การเกษียณอายุแบบตายตัว หมายถึง การบังคับเกษียณ เช่น การกำหนดอายุเกษียณ 60 ปีทุกคนหรือการกำหนดอายุเกษียณสำหรับผู้ปฏิบัติงานในสายวิชาการ 65 ปี และบุคคล ผู้ปฏิบัติงานในสายงานบริหาร 60 ปี เป็นต้น

2. การเกษียณอายุแบบยืดหยุ่น หมายถึง การไม่กำหนดอายุเกษียณไว้แน่นอนว่าจะ เป็นอายุเท่าไร จะเลือกอายุเกษียณใดก็ได้และเป็นการเปิดโอกาสให้เกษียณก่อนอายุเกษียณที่เรียกว่า Early retirement

จากรายงานการศึกษาวิจัย เรื่องการปรับปรุงระบบการเกษียณอายุราชการ พ.ศ. 2533 ของ สำนักงาน ก.พ. (2533, หน้า 7 อ้างถึงใน มธุริน วรศักดิ์, 2550, หน้า 18) ได้กล่าวถึง การเกษียณอายุของไทยไว้ว่า ข้าราชการ พนักงานรัฐวิสาหกิจ พนักงานของหน่วยงานเอกชน ต่างมีระบบการเกษียณอายุตามกฎหมาย และระเบียบข้อบังคับของตนเอง วิธีการเกษียณอายุ ของข้าราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจ มีลักษณะคล้ายกัน แตกต่างกันที่การคำนวณบำนาญ บำนาญ ในขณะที่เอกชนบางแห่งมีการเกษียณอายุอย่างเป็นระบบ บางแห่งไม่มีการกำหนดชัดเจน การเกษียณอายุของภาคเอกชนของไทยยังไม่มียุทธวิธีหรือหลักเกณฑ์เหมือนภาครัฐ ยกเว้น กิจการ ขนาดใหญ่ที่มีระบบการบริหารงานบุคคลที่เป็นมาตรฐาน จึงมีการกำหนดหลักเกณฑ์ การเกษียณอายุแบบบังคับเท่ากันทุกลักษณะงาน เช่น บริษัท เครือซิเมนต์ไทย จำกัด เป็นต้น

จากบทความเรื่อง การเกษียณอายุการทำงานของคน การเกษียณก่อนกำหนด และการต่ออายุหลังเกษียณ โดยพบว่า การทำงานในภาคเอกชนมักจะกำหนดการเกษียณอายุเมื่อครบ 55 ปีบริบูรณ์ ดังนั้น การบริหารงานบุคคล จะต้องมีการวางแผนเรื่องอัตรากำลังคน เพื่อทดแทนพนักงานที่จะเกษียณ ตลอดจนการถ่ายทอดความรู้ งานที่อยู่ในความรับผิดชอบของพนักงานที่จะเกษียณ และสร้างความรู้ความเข้าใจ สิ่งที่ต้องปฏิบัติกับพนักงานที่จะเกษียณอายุการทำงาน การเกษียณก่อนกำหนดและการต่ออายุหลังเกษียณ ดังนี้

1. การเกษียณอายุการทำงาน ถือว่าเป็นเงื่อนไขหนึ่งของการฟื้นฟูสภาพการเป็นพนักงานของบริษัท หรือเป็นการสิ้นสุดสัญญาจ้าง ดังนั้น สิ่งที่บริษัทต้องปฏิบัติมีดังนี้

1.1 ข้อบังคับเกี่ยวกับการทำงานของบริษัท จะต้องระบุว่า พนักงานจะเกษียณอายุเมื่อใด และมีผลในวันใด เช่น “พนักงานที่มีอายุครบ 55 ปีบริบูรณ์ ในปีใดให้เกษียณอายุในวันที่ 31 ธันวาคมของปีนั้น”

1.2 สิทธิประโยชน์ที่พนักงานจะได้รับคือ ค่าชดเชยตามพระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน มาตรา 118 ซึ่งจะได้ตามอายุการทำงาน of พนักงาน เช่น ทำงานครบ 10 ปีขึ้นไป จะได้ค่าชดเชยเท่ากับอัตรากำลังสุดท้าย 300 วัน หรือ 10 เดือน แต่จะไม่มีค่าบอกกล่าวล่วงหน้า เนื่องจากการเกษียณอายุมีข้อบังคับ ๆ กำหนดวันสิ้นสุดสัญญาจ้างชัดเจน จึงไม่ต้องจ่ายค่าบอกกล่าวล่วงหน้า ค่าชดเชยพิเศษหรือเงินช่วยเหลืออื่น ๆ ให้เป็นไปตามที่นายจ้างและลูกจ้างตกลงกัน ไม่มีกฎหมายระบุหรือบังคับให้นายจ้างจ่ายเงินช่วยเหลือเพิ่ม

1.3 การเปลี่ยนแปลงข้อบังคับ ๆ จากที่กำหนดเกษียณอายุ 60 ปี เป็น 55 ปี หรือจะเปลี่ยนการเกษียณอายุจาก 55 ปี เป็น 60 ปี จะต้องได้รับความยินยอมจากลูกจ้าง เพราะมีทั้งลูกจ้างที่ได้รับประโยชน์และเสียผลประโยชน์ บางคนชอบจะได้ค่าชดเชยที่เร็ว บางคนชอบที่จะได้การทำงานที่ยาวนานขึ้น ดังนั้น ต้องพิจารณาอย่างรอบคอบ หากจะดำเนินการอาจจะต้องมีบทเฉพาะกาล ให้ลูกจ้างได้เลือกวิธีการใดวิธีการหนึ่ง ในช่วงเวลา 5 ปี ก่อนที่จะเปลี่ยนแปลงข้อบังคับ ๆ ถาวร

2. การเกษียณอายุก่อนกำหนด (Early retirement) ในช่วงที่เกิดวิกฤติเศรษฐกิจ บริษัทที่ต้องการลดค่าใช้จ่าย มักจะเปิดโครงการ “ร่วมใจจาก” ซึ่งหมายถึง การหาอาสาสมัครที่จะขอลาออกก่อนกำหนดการเกษียณอายุ ทั้งนี้บริษัทก็ต้องพิจารณาอนุมัติเป็นกรณี ๆ ไป แต่ในปัจจุบันลูกจ้างสูงอายุมักมีการขอเกษียณอายุก่อนกำหนด เนื่องจาก มีปัญหาด้านสุขภาพ ลูกจ้างต้องการจะพักหยุดการทำงาน (ไม่ใช่กรณีเจ็บป่วยหนักที่ทำงานไม่ได้เลย กรณีนี้บริษัทอาจจะพิจารณาเรื่องการเลิกจ้าง) หรือต้องการเดินทางกลับภูมิลำเนาเดิม เนื่องจาก เหตุผลทางด้านครอบครัวต้องกลับไปดูแลพ่อแม่หรือลูกบ้่าง การเกษียณอายุก่อนกำหนดทั้ง 2 สาเหตุ สิ่งที่บริษัทต้องปฏิบัติมีดังนี้

2.1 มีการประกาศรับสมัคร โดยระบุรายละเอียดให้ครบถ้วน เช่น พนักงานจะต้องมีอายุ 50 ปีขึ้นไป มีอายุการทำงานมากกว่า 10 ปีขึ้นไป ให้ยื่นความจำนงขอเกษียณอายุก่อนกำหนด โดยยื่นใบแจ้งความจำนงได้ภายในวันที่..... ทั้งนี้ ฝ่ายบริหารได้แต่งตั้งให้มีคณะกรรมการกลั่นกรอง และพิจารณาอนุมัติ โดยจะแจ้งให้พนักงานทราบภายในวันที่..... และจะมีผลในการเกษียณอายุตั้งแต่วันที่..... เป็นต้น

2.2 สิทธิประโยชน์ที่พนักงานจะได้รับ ถ้าเป็นการเปิดโครงการที่มีสาเหตุมาจากปัญหาเศรษฐกิจ บริษัทมักกำหนดให้มีการจ่ายค่าชดเชย ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงานมาตรา 118 และเงินช่วยเหลือเพิ่มเติม เพื่อจูงใจให้ผู้สมัครครบตามเป้าหมาย ในการลดค่าใช้จ่าย แต่หากการเกษียณก่อนกำหนดที่มีสาเหตุมาจากปัญหาด้านสุขภาพหรือเหตุผลส่วนตัวข้างต้น บริษัทมักกำหนดเงินช่วยเหลือในอัตราที่ต่ำกว่าค่าชดเชยถือว่าเป็นการช่วยเหลือพนักงานได้มีเงินเพิ่ม เพื่อนำไปใช้ในการลงทุนหรือประกอบอาชีพใหม่

3. การต่ออายุหลังเกษียณ เมื่อบริษัทมีพนักงานเกษียณอายุ และบริษัทยังต้องการให้พนักงานช่วยเหลือในการทำงานต่อไป บริษัทควรดำเนินการตามข้อ 1 เรื่อง กรณีการเกษียณอายุการทำงานค่าชดเชยให้เสร็จสิ้นเรียบร้อย และจัดทำสัญญาจ้างฉบับใหม่ โดยยึดถือตามพระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน มาตรา 118 วรรคท้าย ความว่าการจ้างที่มีกำหนดระยะเวลาตามวรรคสาม จะกระทำได้สำหรับการจ้างงานในโครงการเฉพาะที่มีโรงงานปกติของธุรกิจหรือการค้าของนายจ้าง ซึ่งต้องมีระยะเวลาเริ่มต้นและสิ้นสุดของงานที่แน่นอน หรือในงานอันมีลักษณะเป็นครั้งคราวที่มีกำหนดการสิ้นสุดหรือความสำเร็จของงานหรือในงานที่เป็นไปตามฤดูกาล และได้จ้างในช่วงเวลาของฤดูกาลนั้น ซึ่งงานนั้นจะต้องแล้วเสร็จภายในเวลาไม่เกินสองปี โดยนายจ้างและลูกจ้างได้ทำสัญญาเป็นหนังสือไว้ตั้งแต่เมื่อเริ่มจ้าง จากข้อความข้างต้นสิ่งที่บริษัทต้องกำหนดในสัญญามีดังนี้

3.1 ควรกำหนดอายุสัญญาจ้าง 1 ปีก่อน เมื่อครบกำหนดสัญญาแล้ว จึงต่อสัญญาอีกครั้ง แต่รวมแล้วต้องไม่เกิน 2 ปี

3.2 ควรระบุรายละเอียดของงานว่า ให้ทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาหรือผู้ชำนาญการ ให้คำแนะนำ ปรับปรุงระบบการทำงานหรือเป็นงานโครงการที่มีกำหนดวันเสร็จงานหรือส่งมอบงาน ไม่ควรมอบหมายงานเดิม ๆ ที่เคยทำก่อนหน้านี้ โดยการบรรยายลักษณะงานใหม่ เหมือนการว่าจ้างชาวต่างชาติที่ต้องขออนุมัติตำแหน่งจาก BOI

3.3 ควรกำหนดวันเวลาการทำงานใหม่ ไม่ใช่งานประจำแบบเดิม ๆ เช่น ทำงานสัปดาห์ละ 3 วัน ได้แก่ วันจันทร์ วันพุธ วันศุกร์ ซึ่งหลักเกณฑ์ข้อนี้ไม่ได้เข้มงวด

3.4 ระบุในข้อสุดท้ายของสัญญาว่า “เมื่อครบกำหนดสัญญาจ้าง นายจ้าง

“ไม่จำเป็นต้องแจ้งบอกกล่าวล่วงหน้า และไม่ต้องจ่ายค่าชดเชยใด ๆ”

ดังนั้น ภาคเอกชนในประเทศไทย ยังไม่มีกฎหมายกำหนดอายุเกษียณอย่างเป็นทางการ ส่วนใหญ่ขึ้นอยู่กับข้อตกลงกันระหว่างนายจ้างและลูกจ้าง แต่เพราะกฎหมายกำหนดเกณฑ์อายุในการรับสิทธิประโยชน์จากประกันสังคม กรณีชราภาพไว้ที่ 55 ปี ประเด็นนี้จึงมักถูกนำมาใช้อ้างอิงเป็นอายุเกษียณสำหรับแรงงานในภาคเอกชน ซึ่งกลายเป็นข้อกำหนดที่ทำให้แรงงานภาคเอกชนขาดความเท่าเทียมเมื่อเทียบกับภาครัฐที่ยุติการทำงาน สำหรับการเกษียณอายุของต่างประเทศนั้น ใช้หลักการเกษียณอายุแบบบังคับเป็นส่วนใหญ่ และเกณฑ์ที่ใช้ในการกำหนดอายุเกษียณยังหลากหลาย สำหรับอายุเกษียณส่วนใหญ่จะอยู่ในช่วง 60-65 ปี

จากการทบทวนวรรณกรรมสามารถสรุปได้ว่า ประเภทการเกษียณอายุเป็นไปตามข้อตกลงระหว่างผู้จ้างงาน ในประเทศไทยสำหรับภาคเอกชนไม่มีการกำหนดอายุการเกษียณขึ้นอยู่กับสัญญาระหว่างนายจ้าง และลูกจ้าง ส่วนใหญ่เป็นไปตามเกณฑ์สิทธิประโยชน์จากประกันสังคมที่กำหนดชราภาพไว้ที่อายุ 55 ปี

#### การแบ่งระยะและความต้องการของการเกษียณอายุ

Atchley (1994 อ้างถึงใน ทฤษฎี ไซชชานสิทธิ, 2555) อธิบายว่า การเกษียณอายุเป็นกระบวนการที่บุคคลต้องพบกับการเปลี่ยนแปลง โดยแบ่งเป็น 6 ระยะดังนี้

1. ระยะก่อนการเกษียณ (Pre-retirement phase) แบ่งออกเป็น 2 ช่วง คือ ระยะก่อนการเกษียณนาน ๆ (Remote phase) ผู้ที่จะเกษียณอายุยังไม่รู้สึกวิตกกังวลต่อการเกษียณ และระยะใกล้เกษียณ (Near phase) ผู้ที่จะเกษียณอายุเริ่มวิตกกังวล ที่จะต้องก้าวเข้าสู่บทบาทของผู้สูงอายุโดยจะวิตกเกี่ยวกับรายได้ สุขภาพและการสูญเสียงาน ในระยะนี้หากบุคคลได้มีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุก็จะไม่วิตกกังวล หรือมีความวิตกกังวลเพียงเล็กน้อย และจะมีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุ
2. ระยะหลังเกษียณใหม่ ๆ (Honeymoon phase) ผู้เกษียณอายุจะมีความสุขที่ได้พักผ่อนจากการทำงาน รู้สึกหลุดพ้นจากหน้าที่ มีเวลาที่เป็นอิสระ ได้ทำในสิ่งที่ต้องการ ระยะนี้แต่ละบุคคลจะอยู่ในช่วงเวลาที่แตกต่างกันไป อาจเป็น 1-5 ปี หรือน้อยกว่า 1 ปี ก็ได้
3. ระยะเริ่มเบื่อหน่าย (Disenchantment phase) ผู้เกษียณอายุจะมีความเครียดสูง รู้สึกเหงา ขาดเพื่อน หงุดหงิดง่าย ไม่พอใจในสภาพทั่วไป ปรับตัวไม่ได้กับการเปลี่ยนแปลง
4. ระยะเริ่มปรับตัว (Reorientation phase) เป็นระยะของการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงแบบแผนการดำเนินชีวิตประจำวันหลังเกษียณ
5. ระยะปรับตัวได้ (Stabilization phase) เป็นระยะที่มีความเข้าใจในบทบาทของตน สามารถปรับตัวได้แล้ว และมีความเคยชินต่อการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ



6. ระยะเวลาสุดท้ายของชีวิต (Termination phase) เป็นระยะที่ผู้เกษียณอายุต้องพึ่งพาผู้อื่น ไม่สามารถช่วยตนเองได้ ระยะนี้จะรวมไปถึงวาระสุดท้ายของการมีชีวิตด้วย

วิไลวรรณ ทองเจริญ และมลิวรรณ อุณนาภิรักษ์ (2543) ศึกษาความต้องการของบุคคล ก่อนวัยเกษียณ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความต้องการด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ความต้องการด้านสุขภาพ ได้แก่ ต้องการความรู้ด้านสุขภาพจากแพทย์ พยาบาล ต้องการตรวจสุขภาพประจำปีฟรีปีละ 1 ครั้ง โดยต้องการคลินิกตรวจรักษาเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุ มากที่สุดและต้องการให้รับจัดบริการส่งเสริมสุขภาพฟรี
2. ความต้องการด้านสังคม ได้แก่ ต้องการสถานที่พักผ่อนและออกกำลังกาย ต้องการให้ชุมชนมีหน่วยงานดูแลผู้สูงอายุโดยเฉพาะ และต้องการลดหย่อนภาษีเงินได้ส่วนบุคคล
3. ความต้องการด้านจิตใจ ได้แก่ ความต้องการความเคารพนับถือยกย่องจากครอบครัว และสังคม ต้องการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา และต้องการเข้าร่วมกิจกรรมทางขนบธรรมเนียม ประเพณี
4. ความต้องการด้านการเงินและการทำงาน ได้แก่ ต้องการให้รัฐจัดหางานให้ ต้องการเงินช่วยเหลือสำหรับผู้สูงอายุที่ยากจน และต้องการการเกื้อหนุนทางการเงินจากลูกหลาน

ซึ่งคุณภาพชีวิตทั้งทางด้านสุขภาพกาย จิต อารมณ์ สังคม และฐานะของผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับปัจจัยหลัก 6 ประการ คือ ระดับการศึกษา รายได้ การมีอาชีพก่อนวัย 60 ปี การมีอาชีพในปัจจุบัน จำนวนบุตรหลาน/ญาติพี่น้องที่ช่วยเหลือเกื้อกูล และเพศ (ศรีจิตรา บุนนาค, 2549, หน้า 97-99)

จากการทบทวนวรรณกรรมสามารถสรุปได้ว่า กระบวนการเกษียณอายุของแต่ละบุคคลต้องพบกับการเปลี่ยนแปลงเป็นช่วงระยะเวลา ทั้งระยะก่อนการเกษียณ และระยะหลังเกษียณ ซึ่งในแต่ละบุคคลอาจใช้เวลาไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับการเตรียมความพร้อมในระยะก่อนการเกษียณ ผู้ที่มีการเตรียมความพร้อมล่วงหน้ามาอย่างดี จะสามารถปรับตัวผ่านระยะที่ก่อให้เกิดความเครียด เข้าสู่ระยะที่ปรับตัวได้อย่างรวดเร็ว

#### ผลกระทบจากการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุเป็นภาวะที่เกิดควบคู่กับการเข้าสู่วัยสูงอายุ จึงทำให้ผู้เกษียณอายุมีการเปลี่ยนแปลงสภาพในขณะเดียวกันถึง 2 อย่าง คือ สภาพภาพเป็นผู้เกษียณอายุ กับสภาพเป็นผู้สูงอายุ จึงก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้เกษียณในหลายด้าน ซึ่งล้วนแต่มีผลต่อการดำเนินชีวิต (สมประสงค์ ศิริวงศ์, 2539 อ้างถึงใน ประภาศรี มานิตย์, 2542, หน้า 11) ได้แก่

1. ผลกระทบด้านร่างกาย ผู้เกษียณอายุต้องเผชิญกับปัญหาความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ เช่น ระบบประสาทต่าง ๆ เสื่อมลง ตามองไม่ชัด หูตึง ระบบกระดูกเสื่อม นอกจากนี้ ทฤษฎีเกี่ยวกับ

ความสูงอายุด้านชีววิทยา ได้แก่ ทฤษฎีทำลายตนเอง (Autoimmunity theory) และทฤษฎีระบบคุ้มกัน (Immune system theory) กล่าวว่า เมื่ออายุมากขึ้นร่างกายจะสร้างภูมิคุ้มกันปกติน้อยลงพร้อมกับสร้างภูมิคุ้มกันชนิดทำลายตัวเองมากขึ้น ทำให้ร่างกายต่อสู้กับเชื้อโรคไม่ดี เจ็บป่วยง่าย และเป็นรุนแรง ยิ่งหากผู้เกษียณอายุ ขาดความรู้ในด้านการดูแลสุขภาพก็จะยิ่งทำให้สุขภาพเสื่อมลงอย่างรวดเร็ว

2. ผลกระทบด้านจิตใจ การเกษียณอายุ ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลันต่อกิจวัตรประจำวัน ผู้เกษียณอายุต้องละทิ้งบทบาททางสังคมที่เคยปฏิบัติมายาวนาน สูญเสียตำแหน่งหน้าที่ อำนาจและเกียรติยศ ในขณะเดียวกัน การเกษียณอายุทำให้ผู้เกษียณถูกตีตราว่าเป็นผู้สูงอายุอาจถูกมองว่าไร้ความสามารถ นอกจากนี้ ในวัยนี้ผู้สูงอายุยังต้องเผชิญกับสภาวะการสูญเสียบุคคลใกล้ชิด เช่น การเสียชีวิตของกลุ่มสมรส เพื่อนและญาติวัยเดียวกัน รวมถึงการสูญเสียสัมพันธภาพในครอบครัว เนื่องจากในวัยนี้ลูก ๆ มักจะมีครอบครัวและแยกย้ายไปอยู่ต่างหากทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกลดถอยลง ต่างคนต่างอยู่ การติดต่อสัมพันธ์หรือมีกิจกรรมร่วมกันลดลงกว่าแต่ก่อน หากผู้เกษียณอายุไม่สามารถปรับตัวต่อสภาพเช่นนี้ได้จะเกิดความรู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่า ไร้ความหมาย นำไปสู่การมีอารมณ์หงุดหงิด ซึมเศร้า ระวัง อดคิดหวัง โดดเดี่ยว ขาดความพึงพอใจต่อสภาพชีวิตในปัจจุบันจนอาจถึงกับฆ่าตัวตายได้

3. ผลกระทบด้านสังคม การเกษียณอายุเป็นการถอนบทบาททางสังคมภายนอก ทำให้ผู้เกษียณอายุจะมีสังคมแต่ภายในบ้าน ขาดการพบปะกับเพื่อนร่วมงาน บทบาททางสังคมลดลง อำนาจต่าง ๆ ที่เคยมีก็หมดไป ส่งผลให้ผู้เกษียณเกิดความรู้สึกตัวเองหมดคุณค่า ขาดคนเคารพ ยกย่อง รู้สึกเหงา และว้าเหว ซึ่งหากไม่มีบทบาทใหม่มาทดแทนจะก่อให้เกิดปัญหาทางจิตใจได้

4. ผลกระทบด้านเศรษฐกิจ เมื่อผู้เกษียณอายุต้องออกจากงานทำให้รายได้ลดน้อยลง ในช่วงนี้ถ้าภาระรับผิดชอบของผู้เกษียณเสร็จสิ้นไปแล้วก็จะไม่เป็นปัญหามากนัก เพราะค่าใช้จ่ายโดยทั่วไปจะลดลง เนื่องจาก ส่วนใหญ่ใช้เวลาอยู่กับบ้าน อย่างไรก็ตาม จะมีค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นบ้าง ได้แก่ รายจ่ายเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่เสื่อมลง

กล่าวโดยสรุป ผลกระทบจากการเกษียณอายุ ซึ่งอยู่ในช่วงของการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต และการดำรงชีวิตของบุคคล อาจส่งผลกระทบทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม เศรษฐกิจ รวมถึงการยอมรับจากสังคม ดังนั้น การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุจึงมีความสำคัญที่จะทำให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุข และมีคุณค่า

## แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุ

### การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ

Atchley (1994 อ้างถึงใน ทยन्छู ไชยชวนสิทธิ (2555); ปิยะดา พิศาลบุตร และพิทักษ์ ศิริวงศ์ (2558) แบ่งการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณออกเป็น 2 ระยะ คือ

1. ระยะก่อนการเกษียณนาน ๆ (Remote phase) ระยะนี้ความคิดเรื่องการเกษียณอายุยังอยู่ห่างไกลมาก การเตรียมความพร้อมในระยะนี้สามารถเริ่มได้ตั้งแต่ก่อนวัยทำงานหรือเริ่มเมื่อวัยทำงาน สิ่งที่เหมาะสมควรเตรียมในระยะนี้ได้แก่

- 1.1 การเงิน ซึ่งต้องมีการเตรียมในระยะยาว บุคคลที่ต้องการมีชีวิตหลังเกษียณที่สบาย ต้องมีการวางแผนด้านการเงินให้มาก
- 1.2 การใช้เวลาว่าง การพัฒนาทักษะการใช้เวลาว่าง จะทำได้ง่ายในวัยหนุ่มสาว เนื่องจาก การศึกษาวิชาการต่าง ๆ เปิดกว้างสำหรับวัยนี้
- 1.3 การดูแลรักษาสุขภาพ สุขภาพวัยเกษียณอายุจะดีได้ต้องได้รับการดูแลอย่างดี ตั้งแต่วัยหนุ่มสาว บุคคลที่ไม่ดูแลสุขภาพของตนมาแต่ต้น สุขภาพในวัยเกษียณอายุก็จะไม่ดีตามไปด้วย

2. ระยะใกล้เกษียณ (Near phase) ระยะนี้บุคคลเริ่มรู้สึกว่าการเกษียณอายุใกล้เข้ามาถึงตนเองแล้ว เช่น อาจเห็นคู่สมรส หรือเพื่อนร่วมงานวัยใกล้เคียงกันเกษียณอายุ สิ่งที่ต้องเตรียมในระยะนี้ได้แก่

- 2.1 ด้านจิตใจ พยายามยอมรับเกณฑ์ของสังคมที่ถูกระบุไว้ ไม่วิตกกังวลกับการเกษียณอายุจนเกินไป
- 2.2 ด้านทัศนคติต่อการเกษียณอายุ หากบุคคลได้มีการเตรียมความพร้อมในระยะก่อนการเกษียณนาน ๆ มาอย่างดี จะไม่เกิดทัศนคติด้านลบต่อการเกษียณอายุ

การเตรียมความพร้อม เพื่อเกษียณอายุถือเป็นการวางแผนชีวิตอย่างหนึ่ง ที่มีเป้าหมายอยู่ที่การประสบความสำเร็จและความสุขในชีวิต (Kimmel, 1980, p. 107 อ้างถึงใน สุพรรณิรัตน์านนท์ และเมธี จันทชาติ, 2557, หน้า 12) หรือที่ ประพนอม โอทกานนท์ (2554, หน้า 39) ใช้คำว่า ความสุขสมบูรณ์ในชีวิต (Wellness) และ วิจิตร บุญยะโทตระ (2537, หน้า 19) ที่แบ่งช่วงชีวิตของบุคคลออกเป็น 3 ช่วง คือ วัยเด็ก วัยผู้ใหญ่ และวัยสูงอายุ ซึ่งช่วงวัยสูงอายุนี้จะเป็นยุคทองของชีวิต หากบุคคลได้มีการวางแผน และเตรียมความพร้อมมาอย่างดีและรัดกุม การวางแผนชีวิตในการใช้ชีวิตหลังเกษียณ จึงมีความสำคัญมากเท่ากับการวางแผนการศึกษาในวัยเด็ก และการวางแผนในการประกอบอาชีพในวัยผู้ใหญ่

การวางแผนเพื่อใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพ บุคคลต้องพิจารณาตนเอง

และสิ่งแวดล้อมทางกายภาพและสังคม ได้แก่ สุขภาพร่างกาย สุขภาพจิต สัมพันธภาพกับบุคคลอื่น การใช้เวลา สถานที่ที่อยู่อาศัย วิถีชีวิตใหม่ และฐานะการเงินที่เปลี่ยนไป (Kiler & Myers, 1990, p. 53 อ้างถึงใน วรรณรา ชื่นวัฒนา, 2556, หน้า 25) เพื่อให้กระบวนการนี้ต่อเนื่องเป็นการป้องกันภาวะวิกฤติในช่วงสุดท้ายของชีวิต

สำหรับช่วงระยะเวลาความพร้อมเพื่อเกษียณอายุที่เหมาะสมนั้น นักวิชาการหลายท่านได้กำหนดไว้แตกต่างกัน วิจิตร บุญยโสธร (2537, หน้า 10) แนะนำว่าควรเตรียมล่วงหน้าประมาณ 10 ปี ก่อนเกษียณอายุ ธันย โสภากย์ เกษมสันต์ (2542, หน้า 1) แนะนำว่า บุคคลควรเริ่มเตรียมตัว 10-20 ปี ก่อนเกษียณอายุ ใกล้เคียงกับ ประสบ รัตนากร (2530, หน้า 78) ที่สนับสนุนให้ข้าราชการเตรียมความพร้อมตั้งแต่อายุ 40 ปี ในขณะที่ Leedy and Wynbrandt (1987, pp. 96-97 อ้างถึงใน ทฤษฎี ไชยชวนสิทธิ, 2555, หน้า 14) แนะนำให้บุคคลมีการเตรียมความพร้อมให้เร็วที่สุด โดยให้เริ่มวางแผนเตรียมการไว้ตั้งแต่อายุ 30 ปี

ศรีจิตรา บุณนาค (2549) ให้ข้อคิดว่า การเตรียมความพร้อมตั้งแต่วัยเยาว์โดยมีพฤติกรรมที่เหมาะสม เพื่อให้ตนเป็นที่พึ่งแก่ตนเองในทุก ๆ ด้าน (Self support, Self reliance, Self sufficiency) มีความสำคัญยิ่ง เพื่อจะเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีอิสระ และมีศักดิ์ศรี คงสถานภาพช่วยเหลือตนเอง ครอบครัวและสังคมให้ได้นานที่สุด ก่อนจะเข้าสู่ภาวะพึ่งพาและภาวะทุพพลภาพ ทั้งนี้ ควรมีการเตรียมการตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดาเป็นต้นไป (ศรีจิตรา บุณนาค, 2549, หน้า 99) สอดคล้องกับ บุญเรือง โพธิ์เจริญ (2551, หน้า 122-123) ที่ให้ข้อแนะนำว่า เมื่ออยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียนต้องตั้งใจเรียน หมั่นขวนขวายหาความรู้ เพื่อจะมีโอกาสได้งานที่ดี เมื่อถึงวัยทำงานต้องตั้งใจทำงานอย่างมุ่งมั่น ซื่อสัตย์สุจริต สร้างผลงานให้เป็นที่ยอมรับ เพื่อความภาคภูมิใจของตนเอง รู้จักเก็บออมเงินเพื่อสร้างฐานะและความมั่นคงของชีวิต ไม่ใช่ชีวิตหรูหรา ฟุ่มเฟือย ดิ้นในยศ อำนาจ ตำแหน่ง ดูแลรักษาสุขภาพร่างกาย และจิตใจให้แข็งแรง เพื่อที่เมื่อถึงวัยเกษียณจะสามารถปรับตัว ปรับใจให้กับการที่ต้องออกจากงาน ยอมรับความชราที่มาเยือน และเริ่มต้นชีวิตใหม่ในวัยเกษียณ ได้อย่างมีความสุข

กล่าวโดยสรุป การเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุถือเป็นการวางแผนชีวิตอย่างหนึ่งที่มีเป้าหมายอยู่ที่การประสบความสำเร็จ และความสุขในชีวิต และนำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีมีอิสระและมีศักดิ์ศรี คงสถานภาพช่วยเหลือตนเอง ครอบครัวและสังคมให้ได้นานที่สุด ก่อนจะเข้าสู่ภาวะพึ่งพาและภาวะทุพพลภาพ สำหรับช่วงเวลาของการเตรียมความพร้อมขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการทั้งในด้านชีวิตส่วนตัว ด้านสังคม อาชีพ และทัศนคติของแต่ละบุคคลว่าจะสามารถปรับตัว และเตรียมความพร้อมในช่วงเวลาใด

### การวางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

จากการศึกษาแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุการทำงาน สามารถสรุปแนวคิดในการวางแผนการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุได้เป็น 5 ด้าน (บรรลุ ศิริพานิช, 2551, หน้า 39-92; วิจิตร บุญยะ โหตระ, 2537, หน้า 39-157; ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2545, หน้า 525-527) ดังนี้

1. การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ
2. การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย
3. การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย
4. การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ
5. การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลา

#### การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ

การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ มีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจาก เมื่อเกษียณอายุแล้ว รายได้ที่เคยได้รับจะลดน้อยลง หากไม่มีการเตรียมความพร้อมด้านการเงินไว้ล่วงหน้า จะประสบกับปัญหาด้านเศรษฐกิจ ศรีเรือน แก้วกังวาน (2545, หน้า 525) กล่าวว่า ผู้เกษียณอายุควรมีการเตรียมความพร้อมเรื่องทรัพย์สินเงินทองไว้ล่วงหน้าตั้งแต่วัยกลางคน เพราะเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุแล้วโอกาสที่จะหางานที่มีรายได้สูงเป็นไปได้ยาก การหวังพึ่งลูกหลานในสภาพเศรษฐกิจปัจจุบันเป็นเรื่องค่อนข้างลำบาก การมีฐานะการเงินที่มั่นคงเป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยให้ผู้เกษียณอายุมีความสุขในบั้นปลายชีวิตไม่เป็นภาระของลูกหลาน รายงานการศึกษาวิจัยทั้งในและต่างประเทศได้ข้อสรุปตรงกันว่า ความรู้สึกมั่นคงเกี่ยวกับการเงินเป็นปัจจัยสำคัญของความสุข และความพึงพอใจ

ในตัวเอง (Papalia & Olds, 1995 อ้างถึงใน ปิยรัตน์ เมืองไทย, 2541, หน้า 39; ดารณี คาเจริญ, 2541, หน้า 106) สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ (2548, หน้า 103) ได้จัดทำคู่มือการอบรมการเตรียมความรู้เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยได้แนะนำขั้นตอนการมีเงินใช้อย่างพอเพียงในวัยสูงอายุ 6 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 ต้องมีเงินออมประมาณ 6 เท่าของค่าใช้จ่ายประจำเดือน เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับช่วงเวลาที่ต้องใช้จ่ายอย่างฉุกเฉิน

ขั้นที่ 2 จ่ายหนี้ที่มีอัตราดอกเบี้ยแพงที่สุด และหนี้ที่เกิดจากการใช้บัตรเครดิตก่อน

ขั้นที่ 3 ทำประกันชีวิตเพื่อป้องกันความเสี่ยง

ขั้นที่ 4 ร่วมออมทรัพย์กับกองทุนสำรองเลี้ยงชีพต่าง ๆ สำหรับวัยเกษียณหรือทำ

ประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์

ขั้นที่ 5 ทำประกันสุขภาพและประกันอุบัติเหตุ

ขั้นที่ 6 นำเงินที่เหลือจาก 5 ขั้นแรก และจากค่าใช้จ่ายประจำไปลงทุนเพื่อให้รายได้

## เพิ่มสูงขึ้น

การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจสามารถกระทำได้ดังนี้ (วิจิตร บุญยะ โหตระ, 2537, หน้า 39; บรรลุ ศิริพานิช, 2551, หน้า 77-82; Leedy & Wynbrandt, 1987, pp. 85-86 อ้างถึงใน ทฤษฎี ไซยชนวนสิทธิ, 2555, หน้า 20)

1. ประมาณการรายรับในแต่ละเดือนและวิเคราะห์แหล่งที่มาของรายรับ เช่น เงินบำเหน็จ บำนาญ รายได้จากเงินกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ รายได้จากดอกเบี้ย/ ค่าเช่า รายได้ที่ได้รับจากบุตรหลาน และแหล่งต่าง ๆ รวมทั้งจากการทำงานหลังเกษียณอายุ

2. ประมาณการรายจ่ายในแต่ละเดือนและวิเคราะห์รายจ่ายที่คาดว่าจะต้องใช้ภายหลังเกษียณอายุ เช่น ค่าสาธารณูปโภค ค่ารักษาพยาบาล ค่าอาหาร เงินสำหรับทำบุญ-บริจาค เพื่อสาธารณกุศล และเบ็ดเตล็ดอื่น ๆ

3. ควบคุมค่าใช้จ่ายให้สอดคล้องกับรายรับ ตัดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นออกไป

4. เตรียมหางานสำรองเพื่อเพิ่มรายได้หลังเกษียณ ซึ่ง Schoenfeld, 1993, p. 25 อ้างถึงใน ธาดา วิมลฉัตรเทวี, 2543, หน้า 18) แนะนำว่าในกรณีที่จำเป็นต้องหารายได้เพิ่มควรเตรียมหางานสำรองไว้ตั้งแต่ขณะยังคงดำรงตำแหน่งหน้าที่ในงานประจำอยู่ ซึ่งจะทำได้งานที่ดีและเงินเดือนสูงกว่าการหางานใหม่ หลังจากเกษียณอายุแล้ว การทำงานหลังเกษียณอายุนอกจากจะทำให้มีรายได้เพิ่มขึ้นแล้ว ยังมีผลทางด้านจิตใจ คือทำให้มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองด้วย

5. เตรียมสะสมเงินสำรองไว้ใช้จ่ายภายหลังเกษียณอายุ ซึ่งควรเริ่มต้นสะสมตั้งแต่วัยหนุ่มสาวในการสะสมอาจแบ่งเงินบางส่วนสะสมในรูปอสังหาริมทรัพย์ เช่น บ้าน ที่ดิน บางส่วนสะสมในรูปทองคำ พันธบัตร และบางส่วนสะสมในรูปตัวเงิน การประกันชีวิต และสุขภาพ

6. หากความรู้ในเรื่องการลงทุนเพื่อให้ทรัพย์สินงอกเงย และเตรียมตัวทำพินัยกรรม หรือนิติกรรมอื่น

นอกจากนี้ นฤมล สะอาดโหม (2551, หน้า 103-105) ได้แนะนำการออมเงินและการลงทุนตามช่วงวัยดังนี้

อายุ 20-30 ปี เป็นวัยเริ่มต้นทำงาน ยังไม่มีภาระรับผิดชอบมากนัก ควรออมเงินประมาณร้อยละ 10-15 ของรายได้ ในด้านการลงทุนสามารถลงที่ที่มีความเสี่ยงระดับสูงได้มากกว่าวัยอื่น ถัดส่วนการลงทุนในหุ้น ตราสารหนี้ และเงินฝากที่เหมาะสมโดยเฉลี่ย คือ 50 : 25 : 25

อายุ 30-40 ปี เป็นวัยสร้างครอบครัว หน้าที่การงานเริ่มมั่นคง แต่ภาระค่าใช้จ่ายก็เพิ่มขึ้น มีการลงทุนซื้อทรัพย์สินต่าง ๆ ควรออมเงินประมาณร้อยละ 15-20 ของรายได้ และควรเริ่ม

ให้ความสำคัญกับการวางแผนเพื่อการเกษียณอายุ ในด้านการลงทุนควรลดระดับความเสี่ยงลง สัดส่วนการลงทุนในหุ้น ตราสารหนี้ และเงินฝากที่เหมาะสมโดยเฉลี่ย คือ 40 : 40 : 20

อายุ 40-50 ปี เริ่มเข้าสู่วัยกลางคน ครอบครัวเริ่มมั่นคง ภาระการเงิน/ การผ่อนชำระหนี้สินต่าง ๆ เริ่มผ่อนคลาย ควรออมเงินประมาณร้อยละ 30 ของรายได้ วัยนี้ควรเริ่มลงทุนในอสังหาริมทรัพย์ เพื่อสร้างรายได้เพิ่มที่มีความเสี่ยงน้อย สัดส่วนการลงทุนในหุ้น ตราสารหนี้ เงินฝาก และอสังหาริมทรัพย์ที่เหมาะสมโดยเฉลี่ยคือ 30 : 30 : 20 : 20

อายุ 50-60 ปี เป็นวัยที่มีความมั่นคงที่สุด ควรเริ่มคิดถึงการใช้เวลาว่าง แต่คนส่วนใหญ่เมื่อถึงวัยนี้เพิ่งเริ่มนึกถึงการวางแผนเพื่อเกษียณอายุ สัดส่วนการลงทุนในหุ้น ตราสารหนี้ เงินฝาก และอสังหาริมทรัพย์ที่เหมาะสมโดยเฉลี่ยคือ 20 : 30 : 30 : 20 และควรซื้อประกันชีวิตแบบออมทรัพย์ไว้ด้วย

### การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย

การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย เป็นสิ่งสำคัญ และมีความจำเป็นอย่างยิ่งผู้ที่อยู่ในวัยทำงานควรวางแผนเรื่องที่อยู่อาศัยแต่เนิ่น ๆ เพื่อให้เกิดความพร้อมและความมั่นคงในวัยสูงอายุ การเตรียมความพร้อมเรื่องที่อยู่อาศัยมีสิ่งที่ต้องคำนึงถึง คือ

1. ลักษณะการอยู่อาศัย ควรวางแผนล่วงหน้าว่าจะใช้ชีวิตหลังเกษียณอยู่กับใคร อยู่กับคู่สมรส อยู่กับลูกหลาน อยู่กับญาติพี่น้องหรืออยู่ตามลำพังคนเดียว หากไม่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองต้องอาศัยอยู่ร่วมกับผู้อื่น เช่น วัด สถานสงเคราะห์ทั้งของรัฐบาล และเอกชนจะต้องพิจารณาถึงความสะดวกสบาย และการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ด้วย

2. สถานที่ตั้งอาศัย ต้องสะดวกในการเดินทาง อยู่ใกล้แหล่งชุมชน หากอาศัยอยู่ตามลำพังหรือกับคู่สมรส ต้องสามารถติดต่อกับบุตรหลานหรือญาติสนิทได้สะดวก เมื่อต้องการความช่วยเหลือสามารถทำได้ง่าย

3. สภาพที่อยู่อาศัย ต้องจัดบ้าน และสิ่งแวดลอมให้เหมาะสมกับสภาพร่างกาย และข้อจำกัดของวัยสูงอายุ เพื่อลดอันตรายและอุบัติเหตุต่าง ๆ เช่น เป็นบ้านชั้นเดียว หรือมีห้องนอนอยู่บนชั้นล่างของบ้าน พื้นบ้านใช้วัสดุกันลื่น ห้องน้ำมีโถส้วมแบบนั่ง และติดตั้งราวเกาะยึดเพื่อพยุงตัว มีไฟฟ้าให้แสงสว่างเพียงพอ มีระบบตัดไฟช็อต และไฟฉุกเฉิน มีบริเวณบ้านที่สามารถทำสวน หรือทำกิจกรรมเบา ๆ ได้อยู่ในรั้วที่สามารถเดินไปมาได้ง่าย เป็นต้น

การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย ควรเริ่มทำตั้งแต่วัยกลางคน ผู้ที่มีบ้านพักอาศัยของตนเองหรือสามารถเลือกที่อยู่อาศัยได้เอง จะมีความสุขภายหลังเกษียณมากกว่าผู้ที่ไม่มีโอกาสเลือก ในกรณีที่ผู้เกษียณอายุไม่สามารถจัดหาที่อยู่อาศัยของตนเองได้ ควรมีการวางแผนล่วงหน้าว่าจะใช้ชีวิตร่วมกับบุตรหลานคนใดหรือเช่าที่อยู่อาศัยหรือใช้บริการสถานสงเคราะห์ของรัฐ

และเอกชน

### การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย

สุขภาพร่างกาย เป็นสิ่งที่ทุกคนต้องเอาใจใส่อย่างสม่ำเสมอมาตั้งแต่วัยหนุ่มสาว และวัยกลางคน เพื่อที่ว่าเมื่อถึงวัยเกษียณอายุแล้ว สุขภาพจะไม่ทรุดโทรมเร็วกว่าที่ควรจะเป็น (Burnside, 1981, p. 606) เพราะในวัยนี้ระบบต่าง ๆ ของร่างกายจะมีการเสื่อมลงอย่างชัดเจนโอกาสเกิดโรคจึงเป็นไปได้ง่าย และเมื่อเป็นแล้วต้องใช้เวลารักษานาน รายงานการวิจัยการศึกษา สถานการณ์ความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันความต้องการและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ปัญหาสุขภาพเป็นปัญหาหลักที่พบมากในวัยสูงอายุ ผู้สูงอายุที่ศึกษาส่วนใหญ่มีปัญหาสุขภาพ อย่างน้อย 1 ปัญหา โดยมีจำนวน โรคเฉลี่ย 2 โรค ปัญหาสุขภาพที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ มากที่สุด คือ โรคความดันโลหิตสูง โรคข้อเสื่อม โรคเบาหวาน ไชมันในเลือดสูง และโรคหัวใจ (อุทัย สุตสุข, 2552, หน้า 29-30)

การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย สามารถกระทำได้ดังนี้ (บรรลู่ ศิริพานิช, 2531, หน้า 39-72; ชูทิศย์ ปานปรีชา, 2540, หน้า 17)

1. ตรวจสอบสุขภาพเป็นประจำทุก 6 เดือน หรืออย่างน้อยทุก 1 ปี
  2. รับประทานอาหารที่สะอาด ปลอดภัย มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วนทุกมื้อ ไม่รับประทานอาหารรสจัดและเครื่องดื่มน้ำหวาน ควบคุมน้ำหนักรักษาให้อยู่ในมาตรฐาน
  3. ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 10 แก้ว
  4. อยู่ในที่อากาศถ่ายเท หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่แออัด มีฝุ่นละออง ควันพิษ
  5. นอนหลับอย่างน้อยวันละ 8 ชั่วโมง หากนอนไม่หลับก็ต้องหาสาเหตุว่ามีอะไร เป็นสิ่งรบกวน เช่น อุณหภูมิ หรือมีความวิตกกังวล เมื่อรู้สาเหตุแล้วต้องรีบแก้ไข หากแก้ไขไม่ได้ ต้องรีบปรึกษาแพทย์
  6. การจับถ่าย ถ่ายอุจจาระทุกวัน โดยไม่มีอาการท้องผูกหรือท้องร่วง
  7. ออกกำลังกายหรือบริหารร่างกายทุกวัน อย่างน้อยวันละ 30 นาที
- สุรศักดิ์ วงศ์รัตนชีวิน, รศนา วงศ์รัตนชีวิน และวิชัย บุญแสง (2548, หน้า 9)

กล่าวว่า การป้องกันไม่ให้เจ็บป่วยเป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายที่ดีที่สุด ในวัยสูงอายุ และคุณภาพชีวิต ที่ผู้สูงอายุทุกคนต้องการก็คือ ตาดี หูดี เคลื่อนไหวช่วยเหลือตัวเองได้ ความจำดี กินได้ นอนหลับ ขับถ่ายปกติ สุขภาพจิตดี

### การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ

การเกษียณอายุ เป็นการเปลี่ยนแปลงบทบาท และสถานภาพทางสังคมอย่างเฉียบพลัน ถือเป็นภาวะวิกฤตของชีวิต เพราะเป็นความสูญเสียมากที่สุด ในชีวิตอย่างหนึ่ง ผู้เกษียณอายุมักจะ



ประสบปัญหาความเครียด และการปรับตัว ผู้ที่ปรับตัวเข้ากับสภาพการเปลี่ยนแปลงนี้ไม่ได้จะเกิดปัญหาทางด้านจิตใจ มีอารมณ์หงุดหงิด เหนงา หดหู่ เมื่อหน่ายชีวิต ซึ่งสภาพจิตใจดังกล่าวจะมีผลกระทบถึงสภาพร่างกายด้วย (สุรกุล เจนอบรม, 2534, หน้า 71) นอกจากนี้ บุญเทือง โปธิ์เจริญ (2551, หน้า 92-94) ยังกล่าวว่า จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีทัศนคติเชิงบวกต่อความชรา ทำใจยอมรับกับความเปลี่ยนแปลงได้ ไม่หวนคืนคิดถึงอดีตที่ผ่านมา อย่างอาลัยอาวรณ์ พอใจกับชีวิตปัจจุบัน มีจิตใจร่าเริงแจ่มใส จะมีอายุยืนยาว ดังนั้น การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ เพื่อรับสภาพการเกษียณอายุจะช่วยทำให้การปรับตัวภายหลังเกษียณเป็นไปด้วยดี

การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจสามารถกระทำได้ดังนี้ (เลก ธนะสิริ, 2536, หน้า 70; ชูทิพย์ ปานปรีชา, 2540, หน้า 17; บุญเทือง โปธิ์เจริญ, 2551, หน้า 94-98)

1. มองโลกในแง่ดี ยอมรับความเป็นจริง มีชีวิตอยู่กับปัจจุบัน ยอมรับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม โดยใช้หลักธรรมะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยว ทำจิตใจให้สงบ ไม่เคร่งเครียด มีการปฏิบัติทางจิต เช่น การนั่งสมาธิ ภาวนา

2. ศึกษาหาความรู้ในเรื่องการเกษียณอายุ และพูดคุยกับบุคคลที่เกษียณอายุแล้ว รวมทั้งร่วมกิจกรรมเพื่อเตรียมตัวเกษียณอายุ

3. สร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว ญาติพี่น้อง และเพื่อนฝูง ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารำคาญแก่ลูกหลานหรือผู้ใกล้ชิด ไม่แยกตัวอยู่ตามลำพังเพียงคนเดียว

4. ดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง ออกกำลังกาย ทานอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ

5. มีงานอดิเรกหรือกิจกรรมที่สนใจทำ

**การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลา**

การปลดเกษียณ เป็นภาวะที่กระทบกระเทือนจิตใจของผู้เกษียณอายุ เนื่องจากภายหลังเกษียณบุคคลจะมีเวลาว่างมาก ถ้าปล่อยเวลาว่างนั้นไปเฉย ๆ จะเป็นสิ่งที่ทำลายชีวิตของผู้เกษียณอายุอย่างมาก ดังคำกล่าวที่ว่า “Leisure is even more dangerous for the old than the young” วิธีป้องกันปัญหาดังกล่าว คือ ผู้เกษียณอายุต้องไม่ปล่อยให้ตัวเองมีเวลาว่าง ดังนั้น การมีกิจกรรมจะช่วยให้ผู้เกษียณอายุมีความพึงพอใจในชีวิต (จารุรัตน์ สมบูรณ์สิทธิ์, 2535; ทองสุข คารณะ, 2542) และมีความสุขทางใจ (ปัญญภัทร ภัทรกัณหากุล, 2544) นอกจากนี้ การร่วมในกิจกรรมบางประเภทยังเป็นการทดแทนบทบาทหน้าที่ที่สูญเสียไปจากการเกษียณอายุด้วย (Hooyman, 1991, p. 66)

ซึ่งทฤษฎีกิจกรรมทางสังคม (Activity theory) ให้ความสำคัญทางกิจกรรมทางสังคมว่าเป็นหลักของชีวิตบุคคล กล่าวคือ การปรับตัวของบุคคลมีความสัมพันธ์อย่างสูงกับกิจกรรมที่ทำ

ยังมีกิจกรรมมากขึ้นเท่าใดก็จะปรับตัวได้มากขึ้นเท่านั้น กิจกรรมแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. กิจกรรมที่ไม่มีรูปแบบ (Informal activity) ได้แก่ การพบปะสังสรรค์กับเพื่อนหรือญาติมิตร การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ กับสมาชิกในครอบครัว การช่วยเหลืองานในครอบครัว

2. กิจกรรมที่มีรูปแบบ (Formal activity) ได้แก่ การเข้าร่วมในชมรมต่าง ๆ การเป็นอาสาสมัครเพื่อสังคม การเข้ากลุ่มทางศาสนา กลุ่มการเมือง การทัศนศึกษา และการออกกำลังกายเป็นกลุ่ม ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้เป็นกิจกรรมภายในครอบครัว

3. กิจกรรมเพื่อการพักผ่อนและงานอดิเรก (Solitary or leisure activity and hobby) เป็นกิจกรรมที่ทำเพื่อความเพลิดเพลิน โดยทั่วไปแล้ว งานอดิเรกมักจะเป็นงานที่ทำในยามว่าง จากงานประจำ งานอดิเรกมีคุณค่าต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจ สร้างมิตรภาพที่ดีต่อกัน ให้ความรู้ ฝึกทักษะ และช่วยให้เกิดความคิดสร้างสรรค์อย่างอิสระ เหมาะสมกับทุกเพศทุกวัย งานอดิเรกที่นิยมกันทั่วไปสามารถจัดเป็นประเภทต่าง ๆ เช่น ประเภทงานสะสม ประเภทงานประดิษฐ์ ประเภทงานศิลปะ ประเภทงานวิชาการ ประเภทงานกลางแจ้ง ประเภทงานเลี้ยงสัตว์ ประเภทการกีฬา การออกกำลังกาย ประเภทการท่องเที่ยวไปตามสถานที่ต่าง ๆ และประเภทศาสนา (ธาดาวิมลฉัตรเวที, 2543, หน้า 24)

การทำกิจกรรมจะช่วยให้ผู้เกษียณอายุรู้สึกว่ามีคุณค่า และเวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว ไม่รู้สึกเฉื่อยเหงา นอกจากนี้ยังช่วยให้มีความปรารถนาเรื่อง คล่องแคล่วอยู่ตลอดเวลา ผู้เกษียณอายุจะเลิกใช้เวลาไปกับกิจกรรมประเภทใดขึ้นอยู่กับความตั้งใจ ความสนใจ ความรู้สึกสนุก และพื้นความรู้ของบุคคลนั้น ๆ ซึ่งแต่ละบุคคลควรเลือกให้เหมาะสมกับตนเอง โดยคำนึงถึงฐานะทางการเงินและสุขภาพร่วมด้วย

นอกจากนี้จากผลงานวิจัยต่าง ๆ พบว่า กิจกรรมมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดี เช่น ผู้สูงอายุที่ใช้เวลาในการทำกิจกรรมบ่อยครั้งกว่าจะมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุที่ใช้เวลาในการทำกิจกรรมน้อยครั้งกว่า ผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมกิจกรรมทางสังคมสูง มีงานอดิเรกหรืองานยามว่าง จะมีสุขภาพจิตดีกว่า และผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมในสังคมมากจะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง และมีความซึมเศร้าน้อย จากการที่กิจกรรมต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตผู้สูงอายุนั้น นักวิชาการแบ่งประเภทของกิจกรรมออกเป็น การมีส่วนร่วมในสังคม การมีงานอดิเรก และการทำงานที่มีรายได้ (วรรณรา ชื่นวัฒนา, 2556)

1. การมีส่วนร่วมในสังคม (Social participation) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ขององค์กรที่ตนเป็นสมาชิก ซึ่งแบ่งเป็นการมีส่วนร่วมทางสังคมภายในครอบครัว ได้แก่ การมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับสมาชิกในครอบครัวตน และการมีส่วนร่วมทางสังคมภายนอกครอบครัว ได้แก่ การมีกิจกรรมร่วมกับองค์กรอื่น ๆ นอกครอบครัว เช่น

กลุ่มเพื่อน เพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง ศาสนา การเมือง และสมาชิกต่าง ๆ ที่ตนเป็นสมาชิก

2. การมีงานอดิเรก (Hobby) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมของตนในเวลาว่าง หรือกิจกรรมที่เป็นการพักผ่อน ทำเพื่อความเพลิดเพลินทำให้รู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองมีค่าควรแก่การมีชีวิตอยู่ เป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุสามารถทำได้โดยลำพังคนเดียว

3. การทำงานที่มีรายได้ (Work) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมที่ก่อให้เกิดรายได้ ไม่ว่าจะเป็นงานประจำ งานพิเศษหรืองานชั่วคราว

กล่าวโดยสรุป การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ บุคคลควรมีการเตรียมความพร้อมอย่างน้อย 5 ด้าน ได้แก่ การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ เพื่อลดปัญหาการพึ่งพาบุตรหลาน การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย เพื่อความมั่นคงในชีวิต การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกายเพื่อให้การดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ เพื่อรองรับต่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นภายหลังเกษียณอายุ และการเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาเพื่อให้บุคคลสามารถใช้ระยะเวลาที่มีอย่างคุ้มค่า และมีคุณค่า ดังนั้น การเกษียณอายุของพนักงาน ควรมีการวางแผนล่วงหน้า เพื่อให้บริษัทสามารถดำเนินกิจการงานได้โดยไม่สะดุด เพื่อให้พนักงานสามารถวางแผนการดำเนินชีวิตหลังเกษียณได้อย่างราบรื่น บริษัทอาจจัดให้มีการฝึกอบรมเสริมล่วงหน้าก่อนเกษียณ ฝ่ายบริหารงานบุคคล ควรจะได้แนะนำสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ ให้พนักงาน เช่น เงินบำเหน็จบำนาญจากกองทุนประกันสังคม เป็นต้น การวางแผนอนาคตที่ดีจะนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่ไม่ต้องมีภาระหรือความวิตกกังวลมากนัก

#### **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ**

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ พบสรุปได้ว่า ปัจจัยที่คาดว่าจะมีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อม ประกอบด้วยตัวแปรที่นำมาศึกษา (ทฤษฎี ไชยชวนสิทธิ, 2555, หน้า 18-20) ซึ่งอธิบายรายละเอียดดังนี้

#### **เพศ**

เพศ เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีความแตกต่างกันในบทบาทหน้าที่ ซึ่งในสังคมไทย กำหนดให้เพศชายเป็นผู้นำ เป็นหัวหน้าครอบครัว จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า มีผลการศึกษาที่ค่อนข้างแตกต่างกัน คือ การศึกษาของ พัชรภา มนูญภัทรราชย์ (2544, หน้า 139) พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยเกษียณสูงอายุ เฉพาะในด้านเศรษฐกิจ โดยเพศชายมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านเศรษฐกิจสูงกว่าเพศหญิง และจากการศึกษาของ ธาดา วิมลฉัตรเวที (2543, หน้า 172) พบว่า เพศหญิงที่มีตำแหน่งหน้าที่ การงานระดับล่างมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในระดับต่ำมาก อย่างไรก็ตาม

ผลการศึกษาของ พิมพ์พิมุข โปธิ์ปักขีย์ (2550, หน้า 100) พบว่า เพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าเพศชาย ในขณะที่ ทยณัฐ ชวนไชยสิทธิ์ (2552, หน้า 100-102) พบว่า เพศที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

### อายุ

ทฤษฎีพัฒนาการในช่วงชีวิตของผู้ใหญ่ของ Erikson eight ages of life (Erikson, 2000) และทฤษฎีพฤติกรรมตามวัย (Development task theory) กล่าวถึงความสำคัญของอายุและความแตกต่างของแต่ละบุคคลเมื่ออายุเพิ่มขึ้นว่า เมื่ออายุเพิ่มขึ้น หากบุคคลผ่านพัฒนาการในแต่ละวัยได้อย่างเหมาะสมย่อมมีการเตรียมพร้อมที่จะพัฒนาไปสู่วัยต่อไป ซึ่งวัยสูงอายุเป็นพัฒนาการขั้นสุดท้ายในชีวิตของมนุษย์ ดังนั้น ผู้ที่มีอายุมากกว่า ผ่านพัฒนาการตามวัยมาก่อน น่าจะเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุได้ดีกว่าผู้ที่อายุน้อยกว่า (ปิยรัตน์ เมืองไทย, 2541, หน้า 52-53) นอกจากนั้นบุคคลที่มีอายุมาก จะมีระยะเวลาทำงานมานาน ย่อมมีรายได้ต่อเดือนสูง ทำให้มีความยืดหยุ่นในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมากกว่าคนที่อายุน้อยกว่า

### สถานภาพสมรส

สถานภาพสมรสเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิต โดยเฉพาะในด้านความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ รวมถึงวิถีปฏิบัติตนตามพัฒนาการของชีวิต ผู้ที่สมรสแล้วจะมีภาระรับผิดชอบมากขึ้น โดยเฉพาะความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว จึงต้องเพิ่มความเชื่อมั่น และความมั่นคงในชีวิตให้มากขึ้นด้วย จึงมักมีความต้องการด้านวัตถุที่เป็นเครื่องบ่งบอกสถานภาพทางสังคม เช่น บ้าน รถยนต์ ทรัพย์สิน (จรรยา ทองถาวร, 2530 อ้างถึงใน ศศิมา ทวีสิน, 2538, หน้า 31) จากการศึกษาของ สุดใจ น้าผูด (2536, หน้า 73-75) และศศิมา ทวีสิน (2538, หน้า 84) พบว่า ผู้ที่สมรสแล้วและยังอยู่กับคู่สมรสมีแนวโน้มที่จะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในระดับสูงกว่าผู้มาสถานภาพโสด หม้าย หย่า

ในขณะที่ พัชรภา มนูญภัทรราชย์ (2544, หน้า 140) ศึกษาพบว่า สถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยกลุ่มคนโสดมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมการด้านเศรษฐกิจและสุขภาพร่างกายสูงสุด ในขณะที่ผู้สมรสแล้ว มีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมการด้านสุขภาพจิตใจสูงสุด และการศึกษาของ ดวงจันทร์ บุญรอดชู (2540, หน้า 135) ที่พบว่า กลุ่มที่มีสถานภาพคู่สมรสจะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุดีกว่ากลุ่มที่มีสถานภาพโสด

### ภาวะสุขภาพ

ภาวะสุขภาพ หมายถึง ภาวะที่มีความสมบูรณ์ไม่บกพร่อง ผู้ที่มีภาวะสุขภาพดีจะต้องเป็นบุคคลที่ไม่มีอาการของการเป็นโรค สามารถดำรงชีวิตในสิ่งแวดล้อมตามศักยภาพของตน (Orem, 1985 อ้างถึงใน นิรนาท วิทโยชกิติคุณ, 2534, หน้า 43) การรับรู้ภาวะสุขภาพ

มีความสัมพันธ์กับการทำพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีมีแนวโน้มจะทำกิจกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพมากกว่าผู้สูงอายุที่มีสุขภาพไม่ดี (ขวัญใจ ตันติวัฒน์เสถียร, 2534, หน้า 115; Weitzel, 1989, pp. 99-104) ซึ่ง พัชรภา มนูญภัทรราชย์ (2544, หน้า 139) ศึกษาพบว่า ภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุในด้านเศรษฐกิจ สุขภาพร่างกาย และจิตใจ สอดคล้องกับการศึกษาของ บรรลุ ศิริพานิช (2531, หน้า 80-90) และ Randall, Philip, and Melvin (1987, p. 1089) ที่พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพแข็งแรง จะมีการเตรียมตัวสูงกว่ากลุ่มที่สุขภาพไม่แข็งแรงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### ระดับการศึกษา

การศึกษาเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์เพราะการศึกษาทำให้บุคคลมีความรู้ และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ นอกจากนี้ระดับการศึกษายังมีอิทธิพลต่อการประกอบอาชีพ ระดับรายได้ สุขภาพ ค่านิยม และทัศนคติต่าง ๆ (รัชนี ฝนทองมงคล, 2538, หน้า 34) จากการศึกษาของ ศศิมา ทวีสิน (2538, หน้า 84), Fillenbaum (1971, p. 33) และ McPherson and Guppy (1979, pp. 254-263) พบว่า สอดคล้องกันว่าระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และผลการศึกษาของ ธาดา วิมลวัตรเวที (2543, หน้า 144) และสมฤดี ชัมภิตติคุณ (2550, หน้า 138) ระบุชัดเจนว่า บุคลากรที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า มีการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานมากกว่า กลุ่มบุคลากรที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ในขณะที่ผลการศึกษาของ รสลิน วิทย์วงษ์กังวาน (2550, หน้า 71) และทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์ (2552, หน้า 98) พบว่า การศึกษาแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน

### รายได้และความเพียงพอของรายได้

รายได้เป็นตัวบ่งชี้สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของบุคคล รวมทั้ง ยังช่วยประเมินความช่วยเหลือสนับสนุนกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว และสังคม รายได้ที่พอเพียงในการดำรงชีวิตขั้นพื้นฐาน ย่อมทำให้บุคคลมีโอกาสในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การดูแลรักษาสุขภาพ การเก็บออมเงิน การนำเงินไปลงทุนในกิจการต่าง ๆ เพื่อเป็นการเพิ่มพูนรายได้ การเลือกกิจกรรมและงานอดิเรกที่สนใจ จากการศึกษาของ ธาดา วิมลวัตรเวที (2543, หน้า 150-151) พบว่า รายได้ต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ สอดคล้องกับการศึกษาของ Fillenbaum (1971, pp. 33-36) และ McPherson and Guppy (1979, pp. 252-263) ที่พบว่า ผู้มีรายได้สูงมีระดับการเตรียมความพร้อมสูงกว่าผู้มีรายได้ต่ำกว่า นอกจากนี้ พัชรภา มนูญภัทรราชย์ (2544, หน้า 139) ยังศึกษาพบว่า รายได้ต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับการเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุในด้านเศรษฐกิจ สุขภาพร่างกายและจิตใจ

### การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

Bandura (1977 อ้างถึงใน ทฤษฎี ไซยชวนสิทธิ, 2555, หน้า 21) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ได้เสนอทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Bandura, 1977, pp. 22-29 อ้างถึงใน ภทรพร ยูทธาภรณ์พิณีจ, 2547, หน้า 133-137) โดยกล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์ประกอบด้วยกระบวนการที่ซับซ้อน โดยเฉพาะในเรื่องของพฤติกรรมซึ่งส่วนใหญ่แล้วเกิดขึ้นด้วยการเรียนรู้ผ่านตัวแบบ (Learning through modeling) โดยตัวแบบจะแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ ตัวแบบที่มีชีวิต (Live model) เป็นตัวแบบที่ปรากฏในบุคคลหรือสิ่งที่มีชีวิต และตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic model) เป็นตัวแบบที่เป็นตัวอักษร คำพูดหรือภาพ หรือสิ่งอื่น ๆ นั่นคือ บุคคลมักเรียนรู้จากตัวแบบว่าควรทำอะไร แล้วจึงเลือกเอาแต่สิ่งที่ดี ๆ และเหมาะสมมาแสดงออก ซึ่งตัวแบบนี้มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ โดยทำหน้าที่เป็นการให้ข้อมูล การรับรู้ข้อมูล ข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุผ่านตัวแบบ จะทำให้บุคคลสามารถเรียนรู้บทบาทของตน ที่ต้องเปลี่ยนไปภายหลังเกษียณอายุได้ อันจะส่งผลต่อทัศนคติและพฤติกรรมที่ถูกต้อง ซึ่งสามารถกระทำได้โดย

1. ตัวผู้ที่เกษียณอายุเอง ควรมีการเตรียมความพร้อม โดยการศึกษาจาก เอกสาร หนังสือ โทรทัศน์ วิทยุ หรือแหล่งความรู้ต่าง ๆ หรือพูดคุยสอบถามจากผู้ที่เกษียณอายุไปก่อนตน
2. หน่วยงานของผู้ที่จะเกษียณ ควรจัดอบรมให้ความรู้เพื่อเป็นการกระตุ้นให้เกิดแนวคิดในเรื่องการเตรียมความรู้เพื่อเกษียณอายุ
3. หน่วยงานต่าง ๆ ทั้งภาครัฐ และเอกชน ควรเปิดดำเนินการให้ความรู้ในเรื่องการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

ดังนั้น ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ มีหลายปัจจัยประกอบด้วย เพศ ที่ทำให้บุคคลมีความแตกต่างกันในบทบาทหน้าที่ สถานภาพสมรสเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิต โดยเฉพาะในด้านความรู้สึกรู้สึก ความคิด ความเชื่อ รวมถึงวิถีปฏิบัติตนตามพัฒนาการของชีวิต การศึกษา เป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ เพราะการศึกษาทำให้บุคคลมีความรู้ และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ นอกจากนี้ระดับการศึกษา ยังมีอิทธิพลต่อการประกอบอาชีพ ระบายรายได้ สุขภาพ ค่านิยม และทัศนคติต่าง ๆ ระบายได้เป็นตัวบ่งชี้สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของบุคคล รวมทั้งยังช่วยประเมินความช่วยเหลือสนับสนุนกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวและสังคม ระบายได้ที่พอเพียง ในการดำรงชีวิตขั้นพื้นฐาน ย่อมทำให้บุคคลมีโอกาสในการทำกิจกรรมต่าง ๆ และการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุผ่านตัวแบบ จะทำให้บุคคลสามารถเรียนรู้บทบาทของตน ที่ต้องเปลี่ยนไปภายหลังเกษียณอายุได้ อันจะส่งผลต่อทัศนคติและพฤติกรรมที่ถูกต้อง

## สถานการณ์แรงงานจังหวัดชลบุรี

จังหวัดชลบุรีเป็นจังหวัดที่ตั้งอยู่ทางทิศตะวันออกของประเทศไทย ริมฝั่งทะเลด้านตะวันออกของอ่าวไทย ตามประวัติเป็นเมืองเก่า อยู่ในราวสมัยทวารวดี และสมัยของเขตจังหวัดชลบุรี มีเมืองที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น 3 เมืองด้วยกัน คือ เมืองพญาเร่ ในเขตอำเภอบ่อทอง เมืองพระรถ ในเขตอำเภอนันทนิคม และเมืองศรีพะโล ในเขตอำเภอเมืองชลบุรี เมือง 3 เมืองนี้มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน คือ เมืองพญาเร่ ติดต่อกับเมืองพระรถ โดยคลองหลวง ปัจจุบันคลองยังคงอยู่ และเป็นคลองสายที่สำคัญ และยาวที่สุดของจังหวัดชลบุรี การทำนาในอำเภอนันทนิคม และอำเภอพานทอง อาศัยน้ำจากคลองนี้ ซึ่งมีแควหลายแคว แควใหญ่ที่สุด คือ แควที่เกิดจากทิวเขาป่าแดง ไหลผ่านตลาดอมพูนม และเมืองพระรถติดต่อกับเมืองศรีพะโลทางถนน (ปัจจุบันแนวถนนยังมีอยู่) จากการสันนิษฐานโดยอาศัยหลักฐานทางโบราณสถานหรือลักษณะทางภูมิศาสตร์ ประกอบกัน เมืองโบราณทั้งสามเมืองนี้ น่าจะเกิดขึ้นก่อนหลังกัน ไม่นานนัก กล่าวคือ เมืองพญาเร่เกิดขึ้นก่อนจากนั้นเมืองพระรถเกิดขึ้น และเมืองศรีพะโล เกิดขึ้นในระยะต่อมา ซึ่งอาณาเขตของเมืองโบราณทั้งสามรวมกันเป็นพื้นที่ของจังหวัดชลบุรีในปัจจุบัน

### การอุตสาหกรรมและแรงงานในภาคอุตสาหกรรม

จังหวัดชลบุรี เป็นพื้นที่เป้าหมายของ โครงการพัฒนาพื้นที่ชายฝั่งทะเลภาคตะวันออก มีโรงงานอุตสาหกรรมทั้งในและนอกนิคมอุตสาหกรรม จำนวนทั้งสิ้น 5,027 แห่ง มีจำนวนคนงานทั้งสิ้น 269,751 คน เงินทุนจำนวน 562,133,850,000 บาท และมีโรงงานอุตสาหกรรมที่อยู่ในนิคมอุตสาหกรรม 4 นิคม ได้แก่ นิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร นิคมอุตสาหกรรมแหลมฉบัง นิคมอุตสาหกรรมปิ่นทอง และนิคมอุตสาหกรรมเหมราช 1 สวนอุตสาหกรรม ได้แก่ สวนอุตสาหกรรมเครือสหพัฒน์ ฯ และ 2 กลุ่มอุตสาหกรรม ได้แก่ กลุ่มอุตสาหกรรมทองโกรว์ และกลุ่มอุตสาหกรรมเจริญสิน (ศูนย์สารสนเทศโรงงานอุตสาหกรรม, 2559) เป็นโรงงานจำพวกที่ 1 ได้แก่ โรงงานประเภท ชนิด และขนาดที่สามารถประกอบกิจการโรงงานได้ทันที จำนวน 181 แห่ง โรงงานจำพวกที่ 2 ได้แก่ โรงงานประเภท ชนิด และขนาด ที่เมื่อจะประกอบกิจการโรงงานต้องแจ้งให้ผู้อนุญาตทราบก่อน จำนวน 261 แห่ง และโรงงานจำพวกที่ 3 ได้แก่ โรงงานประเภท ชนิด และขนาด ที่การตั้งจะต้องได้รับใบอนุญาตก่อนจึงจะดำเนินการ จำนวน 4,585 แห่ง

ตารางที่ 1 สถิติสะสมจำนวนโรงงานที่ได้รับอนุญาตให้ประกอบกิจการ ตามพระราชบัญญัติ  
โรงงาน พ.ศ. 2535 จำแนกตามจังหวัด รายจำพวก ณ สิ้นปี 2558 จังหวัดชลบุรี

ประเภทโรงงาน (จำพวก)	จำนวนโรงงาน	เงินลงทุน (ล้านบาท)	คนงานรวม
จำพวก 1	181	73.74	1,118
จำพวก 2	261	2,805.61	3,772
จำพวก 3	4,585	559,254.51	264,861
รวมทั้งหมด	5,027	562,133.85	269,751

#### นิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร ชลบุรี (Amata Nakorn Chonburi)

นิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร ประเทศไทย เดิมชื่อ บางปะกง 2 คือ นิคมอุตสาหกรรมที่เป็นที่หนึ่งของบริษัท ตั้งอยู่บนทำเลที่ดี ห่างจากกรุงเทพมหานคร เป็นระยะทาง 57 กิโลเมตร (35 ไมล์) ระหว่างทางพิเศษยกระดับบางนา-ตราด และมอเตอร์เวย์ กรุงเทพ-ชลบุรี โรงงานที่ตั้งอยู่ในนิคมอุตสาหกรรมนี้สามารถเข้าถึงกรุงเทพมหานคร และบริเวณชายฝั่งด้านตะวันออกได้โดยง่าย และได้ประโยชน์จากการที่อยู่ใจกลางย่านอุตสาหกรรม ชายฝั่งด้านตะวันออก และโครงสร้างพื้นฐานที่สนับสนุน มีเนื้อที่ทั้งหมด 8,226 ไร่ 3 งาน 84 ตารางวา เป็นเขตอุตสาหกรรมทั่วไป 5,351 ไร่ 42 ตารางวา เขตพาณิชย์กรรม 727 ไร่ 76 ตารางวา โรงงานที่เปิดดำเนินการทั้งสิ้น 454 โรงงาน ประเภทอุตสาหกรรมในโรงงานนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร ประกอบด้วย

1. ยานยนต์ (32.64%)
2. เหล็ก โลหะ พลาสติก (25.52%)
3. เครื่องใช้ไฟฟ้า (14.02%)
4. สินค้าอุปโภค บริโภค (10.25%)
5. เคมีภัณฑ์ (9.83%)
6. บริการและสาธารณูปโภค (7.53%)
7. อื่น ๆ (0.21%)



## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พรชัย เอี่ยมขจรชัย (2554) ได้ศึกษารูปแบบการทำกิจกรรมหลังเกษียณอายุ ตามความต้องการของพนักงานธนาคารออมสินภาค 5 ผลการวิจัยพบว่า ระดับปัจจัยที่มีผลต่อ รูปแบบการทำกิจกรรมหลังเกษียณอายุโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า พนักงานธนาคารออมสินภาค 5 ให้ความสำคัญในด้านอนามัยมากที่สุด รองลงมา ได้แก่ ด้านเศรษฐกิจ และให้ความสำคัญในด้านที่อยู่อาศัยน้อยที่สุด ระดับรูปแบบการทำกิจกรรม หลังเกษียณอายุโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า พนักงานธนาคารออมสิน ภาค 5 ให้ความสำคัญในด้านนันทนาการมากที่สุด รองลงมา ได้แก่ ด้านการบริการผู้อื่น และ ให้ความสำคัญในด้านการทำงานที่ได้รับค่าตอบแทนน้อยที่สุด

ปฐมพร ธรรมวัช (2555) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และความพึงพอใจในชีวิต ของผู้สูงอายุในเทศบาลนครศรีธรรมราชนคร ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุอยู่ในช่วง 60-69 ปี นับถือศาสนาพุทธ มีสถานภาพสมรสแล้ว จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ประกอบอาชีพด้านเกษตรกรรม พักอาศัยกับคนในครอบครัว มีรายได้เฉลี่ย 9,091 บาทต่อเดือน แหล่งรายได้หลักมาจากการประกอบอาชีพมีรายได้เพียงพอกับ รายจ่าย ไม่มีโรคประจำตัว และมีความพึงพอใจในชีวิต ระดับปานกลางผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ แหล่งที่มาของรายได้ ความพอเพียง ของรายได้ โรคประจำตัวมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ การเตรียมตัว ด้านค่าใช้จ่าย การเตรียมตัวด้านที่อยู่อาศัย การเตรียมตัวด้านสุขภาพทางร่างกายและจิตใจ การเตรียมตัวด้านการใช้เวลาว่าง และการเตรียมตัวด้านการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่มีระดับการเตรียมตัว ก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุต่างกัน จะมีความ พึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน

วีระชาติ กิเลนทอง (2555) ได้ศึกษาการเตรียมความพร้อมสำหรับการวางแผนทางการเงิน เพื่อวัยเกษียณของกลุ่มแรงงานในระบบ ช่วงอายุ 40-60 ปี ผลการวิจัย พบว่า พนักงาน บริษัทเอกชน พนักงานรัฐวิสาหกิจ และข้าราชการ/ พนักงานราชการที่มีอายุระหว่าง 40-60 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ให้ความสำคัญของการออมเพื่อเกษียณ ที่มีวัตถุประสงค์ เพื่อการศึกษาของบุตรและมรดกของลูกหลานเป็นสำคัญ โดยผู้ที่มีอายุใกล้เกษียณมีแนวโน้ม ให้ความสำคัญกับการออมเพื่อเกษียณมากกว่าผู้ที่มีอายุน้อยกว่า

แสนคำนึ่ง ศรีฤกษ์ฤทธิ (2557) ได้ทำการวิจัย เรื่อง คุณภาพชีวิตและการเตรียม ความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี ซึ่งผลการวิจัย พบว่า ข้าราชการครู จังหวัดชลบุรีส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย 52.69 ปี และมีรายได้เฉลี่ย 33,794.34 บาทต่อเดือน

เกือบสามในห้าให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณ อายุอยู่ในระดับสูง ส่วนผลการศึกษาคคุณภาพชีวิตรายบุคคล พบว่า ประมาณครึ่งหนึ่งมีคุณภาพชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า คุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านสัมพันธภาพทางสังคมอยู่ในระดับดี ส่วนการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ พบว่า มากกว่าสองในสามเล็กน้อย มีการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณารายได้ พบว่า การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านทรัพย์สิน และเงินทองอยู่ในระดับดี ส่วนการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ ด้านกิจกรรม และการใช้เวลาว่างอยู่ในระดับปานกลาง ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิต และการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี พบว่า การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ โดยภาพรวมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพชีวิต โดยภาพรวมการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ พบว่า การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุด้านจิตใจ และด้านร่างกาย มีอิทธิพลเชิงบวกต่อคุณภาพชีวิต โดยภาพรวมของข้าราชการครูจังหวัดชลบุรี

วรวรรณ ชัยเชื้อ (2556) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการทหารประจำการ ณ กรมการทหารสื่อสาร กรุงเทพมหานคร” ได้เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ กับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของข้าราชการทหารบกประจำการ ณ กรมการทหารสื่อสาร กรุงเทพมหานคร ในด้านการเตรียมความพร้อมด้านการเงิน การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ และการเตรียมความพร้อมด้านเวลา ทำให้รู้ระดับความสำคัญในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของข้าราชการทหารประจำการ ณ กรมการสื่อสาร กรุงเทพมหานคร ซึ่งแม้ข้าราชการจะมีระบบการออมเพื่อการเกษียณ หรือกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ แต่ก็ไม่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้ตอบแบบสอบถามได้ เพราะผู้ตอบแบบสอบถามยังคงให้ความสำคัญในด้านการเตรียมความพร้อมด้านการเงิน และการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย โดยให้ความสำคัญอยู่ในระดับแรก รองลงมาคือ การเตรียมความพร้อมด้านเวลา การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ และการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย ตามลำดับ

อรจรจ ดิพนิจ (2556) ได้ศึกษาความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน พบว่า ความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการพลเรือนทุกด้านอยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับการศึกษา พบว่า ไม่แตกต่างกัน ยกเว้น เมื่อจำแนกตามรายได้ พบว่า

ด้านร่างกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สุพรรณิ รัตนานนท์ และเมธิ จันทชาติ (2557) ได้ศึกษารูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงานกรณีศึกษาคูโรงเรียนเอกชนจังหวัดนนทบุรี พบว่า

1. ในภาพรวม ครูโรงเรียนเอกชนมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในระดับปานกลาง โดยผู้ที่อยู่ในช่วงอายุก่อนใกล้เกษียณมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในระดับปานกลาง ส่วนช่วงอายุใกล้เกษียณมีคะแนนเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในระดับสูง

2. ปัจจัยด้านอายุ สถานภาพสมรส และระดับรายได้ แตกต่างกัน ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกัน ในขณะที่ เพศ ภาวะสุขภาพ และความเพียงพอของรายได้ที่ แตกต่างกัน ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมไม่แตกต่างกัน

3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ในภาพรวมของครูโรงเรียนเอกชน คือ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ทักษะคิดเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

ส่วนปัญหา/อุปสรรคในการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ

4. รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ ของครูโรงเรียนเอกชนในแต่ละช่วงอายุมีความคล้ายคลึงกัน คือ ผู้ที่จะเกษียณอายุทุกช่วงอายุ ต้องเตรียมความพร้อม ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลา โดยครอบครัว ต้องสนับสนุน การเตรียมความพร้อม เพื่อเกษียณอายุทุกด้าน ในเรื่องอารมณ์/ ความรู้สึกด้านข้อมูลข่าวสารและด้านวัตถุ/ สิ่งของ ในขณะที่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุทุกด้าน ในเรื่องการให้ความรู้ คำแนะนำ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และการจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุน/ส่งเสริมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

อรุณรัศมี ป่าเจือ (2557) ได้ทำการศึกษาการเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ตำบลโนนสมบูรณ์ อำเภอบ้านแฮด จังหวัดขอนแก่น ผลการศึกษาพบว่า ในด้านการดำเนินชีวิตของวัยแรงงานส่วนใหญ่เรียบง่าย ไม่ยุ่งเหยิง สนใจเกี่ยวกับความบันเทิง ออกกำลังกายทุกสัปดาห์ ส่วนการเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ มีการเตรียมความพร้อมหลักประกันด้านสุขภาพ หลักประกันด้านความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อม หลักประกันด้านความรู้และการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นปัญหาสุขภาพ จะรีบแก้ไขทันที

เมื่อเจ็บป่วยไปพบแพทย์ และรับประทานยา ระวังการเกิดอุบัติเหตุ อย่างไรก็ตาม หลักประกันด้านที่อยู่อาศัย หลักประกันด้านรายได้ หลักประกันด้านผู้ดูแล มีหลายองค์ประกอบที่แสดงให้เห็นถึงการไม่เตรียมความพร้อม เช่น วางแผนที่จะไปอยู่สถานสงเคราะห์เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ หากความรู้เกี่ยวกับสถานสงเคราะห์ บ้านพักคนชรา ของหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน หากคนดูแลหากไม่มีบุตร ไม่มีครอบครัว ไม่มีญาติพี่น้อง ดังนั้นองค์การบริหารส่วนตำบลควรมีโครงการรณรงค์เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในเรื่องการลดรายจ่าย-เพิ่มรายได้ และวางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ

เนษพร นาคสีเหลือง (2557) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการออมเพื่อเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุของพนักงานธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความถี่ในการออมต่อปี 4 ครั้งขึ้นไป มีออมเงินเฉลี่ยเดือนละ 5,000 บาทขึ้นไป ระยะเวลาการออม 1-6 ปี มีการออมในรูปแบบเงินฝากประจำ และการออมประเภทอื่น เช่น กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ ปัจจัยที่มีผลต่อการออมมากที่สุด คือ ทักษะคิดการออม รองลงมา คือ อัตราผลตอบแทน การยอมรับความเสี่ยง และปัจจัยด้านเศรษฐกิจตามลำดับ ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ สถานภาพสมรส มีผลต่อรูปแบบการออมประเภทอื่น ๆ อายุ สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครอบครัวมีผลต่อรูปแบบการออมประเภทเงินฝาก อายุ ระดับการศึกษา รายได้ และจำนวนสมาชิกในครอบครัว มีผลต่อรูปแบบการออมประเภทตราสารหนี้ และอายุ ระดับการศึกษา รายได้ สถานภาพสมรส มีผลต่อรูปแบบการออมประเภทอสังหาริมทรัพย์ ความถี่ในการออมมีผลต่อรูปแบบการออมประเภทเงินฝาก และตราสารทุน จำนวนเงินออม และระยะเวลาการออม มีผลต่อรูปแบบการออมทุกประเภท อัตราผลตอบแทนมีผลต่อรูปแบบการออมประเภทเงินฝากและการออมรูปแบบอื่น ปัจจัยด้านเศรษฐกิจมีผลต่อการออมรูปแบบอื่น ทักษะคิดการออมมีผลต่อการออมประเภทเงินฝาก ตราสารทุน และการออมรูปแบบอื่น และการยอมรับความเสี่ยง มีผลต่อรูปแบบการออม ประเภทตราสารหนี้ ตราสารทุน และการออมรูปแบบอื่น

ปิยะดา พิศาลบุตร และพิทักษ์ ศิริวงศ์ (2558) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุของบุคลากร สายสนับสนุนวิชาการของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ซึ่งผลการวิจัยพบว่า

1. บุคลากรเกือบทั้งหมดมีความรู้ดีต่อการเตรียมตัวหลังเกษียณอายุ มีบุคลากรเพียงส่วนน้อยที่ครอบครัวมีฐานะดี ไม่เห็นความจำเป็นในการเตรียมตัว
2. บุคลากรมีสถานะการเตรียมตัวก่อนข้างดีในทุก ๆ ด้าน คือ ด้านที่อยู่อาศัย งบประมาณ การใช้เวลาว่าง และด้านสุขภาพ โดยได้มีการจัดระดับปัญหาในด้านต่าง ๆ พบว่า

ด้านที่อยู่อาศัยมีปัญหาค่อนข้างน้อย และมีปัญหาด้านสุขภาพค่อนข้างมาก

3. ข้อเสนอแนะที่กลุ่มสนทนาเสนอให้ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชดำเนินการ คือ จัดทำคู่มือการเตรียมตัวเกษียณอายุ โครงการอบรมวิชาชีพเพื่อเป็นอาชีพเสริม โครงการจ้างงาน บุคลากรหลังเกษียณอายุ โครงการกีฬาเพื่อสุขภาพ และจัดตั้งชมรมผู้เกษียณอายุ

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบ การเตรียมความพร้อมเพื่อการเข้าสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี โดยทำการเก็บข้อมูล โดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaires) เป็นเครื่องมือในการเก็บ ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย และนำมาวิเคราะห์ เพื่อสรุปผลการศึกษา

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. กลุ่มประชากร คือ พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีอายุระหว่าง 35-60 ปี โดยไม่ทราบจำนวนกลุ่มตัวอย่าง
2. กลุ่มตัวอย่าง คือ พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี อายุระหว่าง 35-60 ปี การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบกรณีไม่ทราบ จำนวนประชากรที่แน่นอน (Indefinite population) จากประชากรในเขตนิคมอุตสาหกรรม อมตะนคร จังหวัดชลบุรี โดยใช้สูตรการคำนวณ (Poscoe, 1975, p. 183 อ้างถึงใน วิจิต อุ่ออัน, 2546, หน้า 112)

$$n = \left\{ \frac{Z^2}{4e^2} \right\}$$

โดยที่  $n$  = ขนาดกลุ่มตัวอย่าง

$Z$  = ระดับความเชื่อมั่นกำหนดที่ 95 % แทนค่า = 1.96

$E$  = ค่าความผิดพลาดที่ยอมรับได้ โดยกำหนดที่  $\pm 5$  % แทนค่า = 0.05

จากสูตรคำนวณจำนวนตัวอย่างได้ 384.16 คน และทำการสุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่ม แบบบังเอิญ แต่ผู้ทำการวิจัยเก็บข้อมูลได้ทั้งหมดจำนวน 403 คน ซึ่งถือเป็นตัวอย่างของประชากร ทั้งหมดได้

#### ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ต่อเดือน ภาวะด้านสุขภาพ และการรับรู้ข่าวสารข้อมูล (อบรม)
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การเตรียมความพร้อมการเข้าสู่วัยเกษียณ ประกอบด้วย
  - 2.1 การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ

- 2.2 การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย
- 2.3 การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย
- 2.4 การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ
- 2.5 การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาว่างและสังคม

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือในการศึกษาครั้งนี้เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 15 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check list)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับ การเตรียมความพร้อมของประชาชนวัยก่อนเกษียณ จำนวน 26 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) มีทั้งหมด 4 ระดับ โดยมีระดับการใช้คะแนนเฉลี่ย ที่ใช้การจัดแบบอัตรภาคชั้น 4 ระดับ โดยการหาความกว้างของอัตรภาคชั้น ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{ช่วงกว้างของอัตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{4 - 1}{4} \\ &= .75 \end{aligned}$$

เกณฑ์การแปลผล

คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.75	ไม่มีการเตรียมความพร้อม
คะแนนเฉลี่ย 1.76-2.50	มีการเตรียมความพร้อมในระดับน้อย
คะแนนเฉลี่ย 2.51-3.25	มีการเตรียมความพร้อมในระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 3.26-4.00	มีการเตรียมความพร้อมในระดับมาก

ตอนที่ 3 ปัญหา และข้อเสนอแนะอื่น ๆ สำหรับการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุ มีลักษณะเป็นคำถามปลายเปิด

## วิธีการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาค้นคว้าตำรา เอกสารทางวิชาการ แนวคิดจากบุคคลที่เกี่ยวข้อง รวมถึงเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและใช้แบบสอบถามของ ทฤษฎี ชวน ไชยสิทธิ์ (2552) จากงานวิจัยเรื่อง รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ: กรณีศึกษาข้าราชการครูสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี เป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม โดยปรับให้สอดคล้องกับงานวิจัยครั้งนี้

2. นำข้อมูลที่ศึกษามาสร้างแบบสอบถามฉบับร่างให้ครอบคลุมเนื้อหาสาระและจุดมุ่งหมายที่วางไว้ นำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา ตรวจสอบความถูกต้อง และให้คำแนะนำเพิ่มเติม

3. นำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไข ตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิ

4. ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ โดยการตรวจสอบคุณภาพความเที่ยงตรง (Validity) โดยนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี ตลอดจนข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ไปเสนอผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเชิงเนื้อหาของข้อคำถามในแต่ละข้อว่า ตรงตามจุดมุ่งหมาย และสอดคล้องกับการวิจัยครั้งนี้หรือไม่ โดยการวิเคราะห์ค่า IOC โดยผู้เชี่ยวชาญ ประกอบด้วย

- |   |  |
|---|--|
| 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทวัน อินทชาติ | อาจารย์ประจำวิทยาลัย<br>การบริหารรัฐกิจ มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 2. ดร.อุษณากร ทาวะรัมย์                   | อาจารย์ประจำวิทยาลัย<br>การบริหารรัฐกิจ มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 3. ดร.เทียนแก้ว เลี่ยมสุวรรณ              | อาจารย์ประจำวิทยาลัย<br>การบริหารรัฐกิจ มหาวิทยาลัยบูรพา |

5. นำเครื่องมือในการวิจัยจากผู้เชี่ยวชาญคืนแล้วนำมาคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC ของคำถามในแต่ละข้อ ถ้ามี IOC น้อยกว่า 0.5 แสดงว่าข้อคำถามนั้นเนื้อหาไม่ตรงตามที่ต้องการวัด ถ้าค่า IOC มีค่ามากกว่า .05 ถือว่าข้อคำถามสามารถนำไปใช้ได้ มีจำนวนข้อคำถามที่ต้องปรับปรุง จำนวน 4 ข้อ และไม่สอดคล้องกับเนื้อหาจำนวน 1 ข้อ (ภาคผนวก ข) หลังจากนั้น นำมาแก้ไขปรับปรุงเพื่อดำเนินการในขั้นต่อไป

6. นำแบบสอบถามไปลองใช้ (Try out) กับพนักงานที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ชุด แล้วนำแบบสอบถามไปวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์อัลฟา ครอนบราช ซึ่งผลปรากฏว่าได้ค่าความเชื่อมั่นรวมแบบสอบถามเท่ากับ .956 (ภาคผนวก ค)

7. นำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้



### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยแจกและเก็บแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยเก็บแบบสอบถามกับพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรมอมตะนคร
2. ทำการเก็บแบบสอบถามจนครบจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนของแบบสอบถามทุกฉบับ ได้จำนวนแบบสอบถามทั้งสิ้น 403 ชุด
3. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์ โดยวิธีการทางสถิติต่อไป

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS และใช้สถิติ ดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยใช้ค่าความถี่ และค่าร้อยละ (Frequency and percentage)
2. วิเคราะห์การเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ โดยใช้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation: SD) ใช้อธิบายค่าเฉลี่ยของข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 เป็นรายรายข้อและวิเคราะห์ระดับของการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ เป็นรายด้านโดยใช้ผลรวมค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ของรายข้อหารด้วยจำนวนข้อคำถามในแต่ละด้านแล้วนำไปจัดระดับแปรผล เช่นเดียวกับค่าเฉลี่ยรายข้อ
3. การทดสอบสมมติฐาน โดยวิเคราะห์เปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุด้วย t-test, F-test เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง โดยได้กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และทดสอบสมมติฐานด้วยการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวน (One-way ANOVA) กรณีพบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติจะทำการทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีการ LSD

## บทที่ 4

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบ การเตรียมความพร้อมเพื่อการเข้าสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ซึ่งดำเนินการและนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

การวิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้  
ตอนที่ 1 วิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามโดยใช้ค่าความถี่ และค่าร้อยละ

ตอนที่ 2 วิเคราะห์การเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ โดยใช้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation: SD) ใช้อธิบายค่าเฉลี่ยของข้อมูลที่ได้ จากแบบสอบถามตอนที่ 2 เป็นรายรายชื่อ และวิเคราะห์ระดับของการเตรียมความพร้อมสู่วัย เกษียณอายุ เป็นรายด้านโดยใช้ผลรวมค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ของรายข้อหารด้วยจำนวนข้อคำถาม ในแต่ละด้านแล้วนำไปจัดระดับแปรผลเช่นเดียวกับค่าเฉลี่ยรายข้อ

ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐาน โดยวิเคราะห์เปรียบเทียบการเตรียมความพร้อม สู่วัยเกษียณอายุด้วย t-test, F-test เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง โดยได้กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติ ที่ 0.05 และทดสอบสมมติฐานด้วยการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวน (One-way ANOVA) หากพบ ความแตกต่างให้ทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธีการของ LSD)

ตอนที่ 4 ปัญหาและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามโดยใช้ค่าความถี่ และค่าร้อยละ

ตารางที่ 2 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ( $n = 403$ )

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	180	44.67
หญิง	223	55.33

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
อายุ		
35-40 ปี	226	56.08
41-45 ปี	140	34.74
46-50 ปี	24	5.96
51 ปีขึ้นไป	13	3.22
สถานภาพ		
โสด	114	28.29
สมรส	253	62.77
หม้าย	11	2.73
หย่า/ แยกกันอยู่	23	5.71
ไม่ระบุ	2	0.50
ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	253	62.78
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	99	24.57
สูงกว่าปริญญาตรี	13	3.23
อื่น ๆ	20	4.96
ไม่ระบุ	18	4.46
ระยะเวลาที่ประกอบอาชีพ		
1-10 ปี	209	51.86
11-20 ปี	157	38.96
21-30 ปี	34	8.44
มากกว่า 30 ปี	3	0.74
รายได้ต่อเดือน โดยประมาณ		
ต่ำกว่า 15,000 บาท	91	22.58
15,000-30,000 บาท	270	67.00
30,001-45,000 บาท	31	7.69

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
45,001-60,000 บาท	5	1.24
สูงกว่า 60,000 บาท	6	1.49
ความเพียงพอของรายได้		
เพียงพอจนเหลือเก็บ	44	10.92
เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ	140	34.74
ไม่แน่นอน	164	40.69
ไม่เพียงพอจนมีหนี้สิน	53	13.15
ไม่ระบุ	2	0.50
ภาระหนี้สิน		
ไม่มีภาระหนี้สิน	60	14.89
มีภาระหนี้สินจาก (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)	343	85.11
การเช่า/ ซื้อบ้าน ที่ดิน	108	26.80
การเช่า/ ซื้อยานพาหนะ/ สิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ	167	41.44
บัตรเครดิต/ สินเชื่อธนาคาร	182	45.16
ค่าใช้จ่ายในครอบครัว	198	49.13
หนี้นอกระบบ	26	6.45
การทำงานหลังเกษียณอายุ		
ไม่ทำงานต่อเพราะ(ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)	70	17.37
มีปัญหาสุขภาพ	18	4.47
ต้องการพักผ่อน	50	12.41
บุตรหลานต้องการให้พักผ่อน	13	3.23
ทำงานต่อ เพราะ (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)	245	60.79
สุขภาพยังแข็งแรง สามารถทำงานได้	167	41.44
คลายความเหงา	37	9.18

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เป็นงานหรือธุรกิจที่ทำอยู่แล้ว	27	6.70
อื่น ๆ	13	3.23
ไม่แน่ใจ/ ยังไม่ได้ตัดสินใจ	83	20.60
ไม่ระบุ	5	1.24
ลักษณะที่พักอาศัยในปัจจุบัน		
เป็นของตนเอง/ คู่สมรส	240	59.55
เป็นของญาติพี่น้อง	29	7.20
บ้านเช่า	113	28.04
อื่น ๆ	15	3.72
ไม่ระบุ	6	1.49
ภาวะสุขภาพในปัจจุบัน		
สุขภาพแข็งแรงดี	274	67.99
เจ็บป่วยบ้างเล็กน้อย	129	32.01
โรคประจำตัว		
ไม่มีโรคประจำตัว	371	92.06
มีโรคประจำตัว	28	6.95
ไม่ระบุ	4	0.99
การรับรู้ข่าวสาร (การอบรม) เกี่ยวกับ การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงาน		
ไม่เคย	387	96.03
เคย	7	1.74
ไม่ระบุ	9	2.23
ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อม เพื่อเกษียณอายุงานหรือไม่		
ไม่เห็นด้วย	20	4.96

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เห็นด้วย	372	92.31
ไม่ระบุ	11	2.73
วางแผนจะเกษียณอายุเมื่ออายุ		
น้อยกว่า 50 ปี	96	23.82
50-55 ปี	110	27.30
56-60 ปี	166	41.19
สูงกว่า 60 ปี	31	7.69

จากตารางที่ 2 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 55.33 เพศชายคิดเป็นร้อยละ 44.67 ส่วนใหญ่อายุระหว่าง 35-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 56.08 รองลงมาอายุระหว่าง 41-45 ปี คิดเป็นร้อยละ 34.74 มีสถานภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 62.78 ระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 62.78 รองลงมาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 24.57

ในด้านเศรษฐกิจพนักงานส่วนใหญ่มีระยะเวลาในการประกอบอาชีพ 1-10 ปี คิดเป็นร้อยละ 51.86 รองลงมาระยะเวลา 11-20 ปี คิดเป็นร้อยละ 38.96 มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,000-30,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 67.00 รองลงมามีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 15,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 22.58 ความเพียงพอของรายได้ไม่แน่นอน คิดเป็นร้อยละ 40.69 เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ ร้อยละ 34.74 และมีภาระหนี้สิน ร้อยละ 85.11 ซึ่งภาระหนี้สินเป็นค่าใช้จ่ายในครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 49.13 รองลงมาภาระหนี้สินเกี่ยวกับบัตรเครดิต/สินเชื่อธนาคาร คิดเป็นร้อยละ 45.16 การทำงานหลังการเกษียณอายุ พนักงานส่วนใหญ่มีความประสงค์จะทำงานต่อ คิดเป็นร้อยละ 60.79 เหตุผลที่ต้องการทำงานต่อเนื่องจากสุขภาพยังแข็งแรงสามารถทำงานได้

ในด้านที่อยู่อาศัย พนักงานส่วนใหญ่มีที่พักเป็นของตนเองหรือคู่สมรส คิดเป็นร้อยละ 59.55 ในด้านภาวะสุขภาพพนักงานส่วนใหญ่มีสุขภาพแข็งแรงดี คิดเป็นร้อยละ 67.99 และไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 92.06

ในด้านการรับรู้ข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ จากการอบรม พนักงานส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับรู้ข่าวสาร (การอบรม) คิดเป็นร้อยละ 96.03 สำหรับความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงาน พนักงานเห็นด้วยที่จะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงาน คิดเป็นร้อยละ 92.31 และวางแผนที่จะเกษียณอายุงานระหว่างอายุ 56-60 ปี

คิดเป็นร้อยละ 41.19

## ตอนที่ 2 การเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรม อมตะนคร จังหวัดชลบุรี

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงาน  
ในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ในแต่ละด้าน

ด้าน	การเตรียมความพร้อม	$\bar{X}$	SD	แปลผล	ลำดับ
1	ด้านเศรษฐกิจ	2.64	0.71	ปานกลาง	3
2	ด้านที่อยู่อาศัย	2.79	0.76	ปานกลาง	1
3	ด้านสุขภาพร่างกาย	2.76	0.72	ปานกลาง	2
4	ด้านจิตใจ	2.57	0.72	ปานกลาง	4
5	ด้านการใช้เวลาว่างและสังคม	2.54	0.71	ปานกลาง	5
รวมเฉลี่ยทุกด้าน		2.65	0.65	ปานกลาง	

จากตารางที่ 3 พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุในทุกด้าน ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 2.65 (SD = 0.65) เมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า

พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในด้านที่อยู่อาศัยมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.79 (SD = 0.76) อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา คือ ด้านสุขภาพร่างกาย มีค่าเฉลี่ย 2.76 (SD = 0.76) อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านที่น้อยที่สุดพบว่า ด้านการใช้เวลาว่างและสังคม มีค่าเฉลี่ย 2.54 (SD = 0.71) อยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 4 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเตรียมความพร้อมผู้วัย  
เกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี  
ด้านเศรษฐกิจ

การเตรียมความพร้อม ด้านเศรษฐกิจ	จำนวนและร้อยละของระดับ การเตรียมความพร้อม				$\bar{X}$	SD	แปล ผล	ลำดับ
	มาก	ปาน กลาง	น้อย	ไม่มี				
	1. ท่านเตรียมหรือมี การวางแผนจำนวน และแหล่งที่มาของรายได้ สำหรับการใช้จ่ายหลัง เกษียณอายุ	65 (16.17)	172 (42.79)	122 (30.35)				
2. ท่านเตรียมหรือ วางแผน ประมาณการ รายจ่าย และวิเคราะห์ รายจ่ายที่คาดว่าจะต้องใช้ ในแต่ละเดือนหลัง เกษียณอายุ	65 (16.17)	171 (42.54)	128 (31.84)	38 (9.45)	2.65	0.86	ปาน กลาง	4
3. ท่านเตรียมหรือ วางแผนเกี่ยวกับ การประกอบอาชีพ หลังเกษียณอายุ	67 (16.92)	178 (44.95)	114 (28.79)	37 (9.34)	2.69	0.86	ปาน กลาง	3
4. ท่านเตรียม หรือวางแผนเกี่ยวกับ การลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ เพื่อเพิ่มรายได้ เช่น การลงทุนในตลาด หลักทรัพย์ การลงทุน ในพันธบัตรรัฐบาล ตราสารหนี้ เป็นต้น	42 (10.45)	135 (33.58)	148 (36.82)	77 (19.15)	2.35	0.91	น้อย	8



ตารางที่ 4 (ต่อ)

การเตรียมความพร้อม ด้านเศรษฐกิจ	จำนวนและร้อยละของระดับ				$\bar{X}$	SD	แปล ผล	ลำดับ
	การเตรียมความพร้อม							
	มาก	ปาน กลาง	น้อย	ไม่มี				
5. ท่านเตรียมหรือ วางแผนในด้านการออม หรือสะสมทรัพย์สิน เช่น การฝากเงินกับธนาคาร หรือการลงทุนซื้อ อสังหาริมทรัพย์	57 (14.21)	150 (37.41)	146 (36.41)	48 (11.97)	2.54	0.88	ปาน กลาง	7
6. ท่านเตรียมหรือ วางแผนเกี่ยวกับ การทำประกันชีวิต หรือการประกันสุขภาพ	82 (20.45)	143 (35.66)	129 (32.17)	47 (11.72)	2.65	0.94	ปาน กลาง	5
7. ท่านเตรียมหรือ วางแผนเกี่ยวกับ การลงทุนในกองทุน สำรองเลี้ยงชีพ	86 (21.66)	168 (42.32)	96 (24.18)	47 (11.84)	2.74	0.93	ปาน กลาง	2
8. ท่านเตรียมหรือ วางแผนเกี่ยวกับ การปลดปล่อยภาระ และหนี้สินให้หมด ก่อนเกษียณอายุที่ไม่ใช่ ค่าใช้จ่ายในการดำรงชีพ	95 (23.93)	180 (45.34)	88 (22.17)	34 (8.56)	2.85	0.88	ปาน กลาง	1
ภาพรวม					2.64	0.71	ปาน กลาง	

จากตารางที่ 4 พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ด้านเศรษฐกิจในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 2.64 (SD = 0.71) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า

พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในข้อ 8 การเตรียมหรือวางแผน เกี่ยวกับการปลดเปลื้องภาระและหนี้สินให้หมดก่อนเกษียณอายุ ที่ไม่ใช่ค่าใช้จ่ายในการดำรงชีพ เป็นลำดับแรก มีค่าเฉลี่ย 2.85 (SD = 0.88) อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา คือ ข้อ 7 การเตรียม หรือวางแผนเกี่ยวกับการลงทุนในกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ มีค่าเฉลี่ย 2.74 (SD = 0.93) อยู่ในระดับ ปานกลาง ส่วนลำดับสุดท้าย คือ ข้อ 4 การเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ เพื่อเพิ่มรายได้ เช่น การลงทุนในตลาดหลักทรัพย์ การลงทุนในพันธบัตรรัฐบาล ตราสารหนี้ เป็นต้น มีค่าเฉลี่ย 2.35 (SD = 0.91) อยู่ในระดับน้อย

ตารางที่ 5 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเตรียมความพร้อม ผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ด้านที่อยู่อาศัย

การเตรียมความพร้อม ด้านที่อยู่อาศัย	จำนวนและร้อยละของระดับ การเตรียมความพร้อม				$\bar{X}$	SD	แปล ผล	ลำดับ
	มาก	ปาน กลาง	น้อย	ไม่มี				
9. ท่านเตรียมหรือ วางแผนมีบ้านเป็นของ ตนเองเพื่อพักอาศัย หลังเกษียณ	132 (33.17)	164 (41.21)	70 (17.59)	32 (8.04)	2.99	0.91	ปาน กลาง	1
10. ท่านเตรียม หรือวางแผนปรับปรุง บ้านให้เหมาะสมกับ วัยสูงอายุ เช่น ห้องนอน อยู่ชั้นล่าง วัสดุปูพื้น ไม่ลื่น	89 (22.47)	145 (36.62)	122 (30.81)	40 (10.10)	2.71	0.93	ปาน กลาง	4
11. ท่านเตรียมหรือ ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับ สภาพแวดล้อมของ ชุมชนแหล่งที่ตั้งของ	73 (18.48)	146 (36.96)	141 (35.70)	35 (8.86)	2.65	0.88	ปาน กลาง	5

ตารางที่ 5 (ต่อ)

การเตรียมความพร้อม ด้านที่อยู่อาศัย	จำนวนและร้อยละของระดับ การเตรียมความพร้อม				$\bar{X}$	SD	แปล ผล	ลำดับ
	มาก	ปาน กลาง	น้อย	ไม่มี				
	บ้านที่จะพักอาศัยหลัง เกษียณอายุ							
12. ท่านเตรียมหรือ วางแผนเกี่ยวกับบุคคล ที่จะพักอาศัยด้วย ภายหลังเกษียณอายุ เช่น อยู่กับครอบครัวหรือ บุตรหลานเป็นต้น	91 (22.98)	169 (42.68)	100 (25.25)	36 (9.09)	2.80	0.90	ปาน กลาง	3
13. ท่านเตรียมหรือ วางแผนในการปฏิบัติ ตนเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณ เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพ ที่ดีในการอยู่ร่วมกับ ครอบครัว เช่น การไม่ข้องเกี่ยวกับ อบายมุข (การพนัน/ สุรา หรือยาเสพติด)								
รวมเฉลี่ย					2.79	0.76	ปาน กลาง	

จากตารางที่ 5 พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ ด้านที่อยู่อาศัยในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 2.79 (SD = 0.76) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า

พนักงานมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ ในข้อ 9 การเตรียมหรือวางแผนมีบ้าน

เป็นของตนเองเพื่อพักอาศัยหลังเกษียณเป็นลำดับแรก มีค่าเฉลี่ย 2.99 (SD = 0.91) อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา คือ ข้อ 13 การเตรียมหรือวางแผนในการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณ เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกับครอบครัว เช่น การไม่ข้องเกี่ยวกับอบายมุข (การพนัน/สุราหรือยาเสพติด) มีค่าเฉลี่ย 2.80 (SD = 0.90) อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนลำดับสุดท้าย คือ ข้อ 11 การเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของชุมชนแหล่งที่ตั้งของบ้านที่จะพักอาศัยหลังเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ย 2.65 (SD = 0.88) อยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 6 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเตรียมความพร้อม  
ผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี  
ด้านสุขภาพร่างกาย

การเตรียมความพร้อม ด้านสุขภาพร่างกาย	จำนวนและร้อยละของระดับ				$\bar{X}$	SD	แปล ผล	ลำดับ
	การเตรียมความพร้อม (n = 403)							
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่มี				
14. ท่านเตรียมหรือศึกษาหาความรู้ เพื่อให้ทราบถึงการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในวัยสูงอายุ	63 (15.83)	183 (45.98)	115 (28.89)	37 (9.30)	2.68	0.85	ปานกลาง	4
15. ท่านได้เข้ารับ การตรวจสุขภาพ ประจำปีหรือทุก 6 เดือน เพื่อให้ทราบถึงสถานะของสุขภาพตัวเอง เพื่อป้องกันหรือแก้ไขอาการที่เกิดขึ้นก่อนเกษียณ	72 (18.09)	179 (44.97)	116 (29.15)	31 (7.79)	2.73	0.85	ปานกลาง	2

ตารางที่ 6 (ต่อ)

การเตรียมความพร้อม ด้านสุขภาพร่างกาย	จำนวนและร้อยละของระดับ				$\bar{X}$	SD	แปล ผล	ลำดับ
	การเตรียมความพร้อม (n = 403)							
	มาก	ปาน กลาง	น้อย	ไม่มี				
16. ท่านเตรียมตัวดูแล รักษาสุขภาพเพื่อเตรียม ตัวรับวัยเกษียณ เช่น เลือกรับประทานอาหาร ที่มีประโยชน์หลัก โภชนาการและ เหมาะสมกับวัย การออกกำลังกาย และนอนหลับ ให้เพียงพอเพื่อให้เกิด ความเคยชินก่อนวัย เกษียณ	73 (18.34)	175 (43.97)	116 (29.15)	34 (8.54)	2.72	0.86	ปาน กลาง	3
17. ท่านเตรียม ความพร้อมอื่น ๆ เกี่ยวกับป้องกันดูแล ปัญหาสุขภาพ ที่อาจเกิดขึ้นในวัย หลังเกษียณอายุงาน เช่น การลดเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ การลด การสูบบุหรี่ เป็นต้น	115 (28.89)	162 (40.70)	86 (21.61)	35 (8.79)	2.90	0.92	ปาน กลาง	1
รวมเฉลี่ย					2.76	0.72	ปาน กลาง	

จากตารางที่ 6 พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ด้านสุขภาพร่างกายในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 2.76 (SD = 0.72) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า

พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในข้อ 17 การเตรียมความพร้อมอื่น ๆ เกี่ยวกับป้องกันดูแลปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นในวัยหลังเกษียณอายุงาน เช่น การลดเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ การลดการสูบบุหรี่ เป็นต้นเป็นลำดับแรก มีค่าเฉลี่ย 2.90 (SD = 0.92) อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ ข้อ 15 การได้เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีหรือทุก 6 เดือน เพื่อให้ทราบถึงสถานะของสุขภาพตัวเอง เพื่อป้องกันหรือแก้ไขอาการที่เกิดขึ้นก่อนเกษียณ มีค่าเฉลี่ย 2.73 (SD = 0.85) อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนลำดับสุดท้าย คือ ข้อ 14 การเตรียมหรือศึกษาหาความรู้ เพื่อให้ทราบถึงการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในวัยสูงอายุ มีค่าเฉลี่ย 2.68 (SD = 0.85) อยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 7 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ด้านจิตใจ

การเตรียมความพร้อม ด้านจิตใจ	จำนวนและร้อยละของระดับ				$\bar{X}$	SD	แปล ผล	ลำดับ
	การเตรียมความพร้อม (n = 403)							
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่มี				
18. ท่านเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อเตรียมใจให้พร้อมเมื่อเกษียณอายุ	60 (15.08)	173 (43.47)	130 (32.66)	35 (8.79)	2.65	0.84	ปานกลาง	1
19. ท่านมีการเตรียมใจไว้แล้วว่า หลังจาก	53 (13.38)	169 (42.68)	136 (34.34)	38 (9.60)	2.60	0.84	ปานกลาง	2

ตารางที่ 7 (ต่อ)

การเตรียมความพร้อม ด้านจิตใจ	จำนวนและร้อยละของระดับ				$\bar{X}$	SD	แปล ผล	ลำ ดับ
	การเตรียมความพร้อม (n = 403)							
	มาก	ปาน กลาง	น้อย	ไม่มี				
เกษียณอายุ บทบาท หน้าที่ในสังคมจะลดลง								
20. ท่านมีการเตรียมใจ ไว้แล้วว่า หลังจาก	41 (10.35)	162 (40.91)	146 (36.87)	47 (11.87)	2.50	0.83	น้อย	4
เกษียณอายุ การยอมรับ นับถือจากผู้อื่นจะลดลง								
21. ท่านมีการพูดคุยกับ เพื่อนรุ่นเดียวกัน เพื่อเตรียมใช้ชีวิต หลังเกษียณอายุ	52 (13.16)	167 (42.28)	124 (31.39)	52 (13.16)	2.55	0.88	ปาน กลาง	3
รวมเฉลี่ย					2.57	0.72	ปาน กลาง	

จากตารางที่ 7 พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุด้านจิตใจ ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 2.57 (SD = 0.72) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า

พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในข้อ 18 การเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อเตรียมใจให้พร้อม เมื่อเกษียณอายุเป็นลำดับแรก มีค่าเฉลี่ย 2.65 (SD = 0.84) อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา คือ ข้อ 19 การเตรียมใจไว้แล้วว่า หลังจากเกษียณอายุ บทบาทหน้าที่ในสังคมจะลดลง มีค่าเฉลี่ย 2.60 (SD = 0.84) อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนลำดับสุดท้าย คือ ข้อ 20 การเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ การยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดลงมีค่าเฉลี่ย 2.50 (SD = 0.83) อยู่ในระดับน้อย

ตารางที่ 8 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการเตรียมความพร้อม  
ผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี  
ด้านการใช้เวลาว่างและสังคม

การเตรียมความพร้อม ด้านการใช้เวลาว่าง และสังคม	จำนวนและร้อยละของระดับ				$\bar{X}$	SD	แปล ผล	ลำดับ
	การเตรียมความพร้อม (n = 403)							
	มาก	ปาน กลาง	น้อย	ไม่มี				
22. ท่านได้วางแผน การใช้เวลาว่าง หลังเกษียณอายุ ที่เหมาะสมกับสภาพ ร่างกายและเศรษฐกิจ ของท่าน	55 (13.89)	172 (43.43)	130 (32.83)	39 (9.85)	2.61	0.85	ปาน กลาง	2
23. ท่านเตรียมหรือ ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับ งานอดิเรกที่ตรงกับ ความสนใจของตนเอง และเหมาะสมกับ วัยเกษียณ	51 (12.85)	185 (46.60)	130 (32.75)	31 (7.81)	2.64	0.80	ปาน กลาง	1
24. ท่านเตรียมหรือ/ ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับ กิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจ จะเข้าร่วมภายหลัง จากเกษียณอายุ	46 (11.59)	160 (40.30)	146 (36.78)	45 (11.34)	2.52	0.84	ปาน กลาง	3
25. ท่านวางแผน ที่จะเข้าร่วมกิจกรรม ที่เป็นประโยชน์ แก่สังคมเมื่อเกษียณอายุ	42 (10.61)	154 (38.89)	149 (37.63)	51 (12.88)	2.47	0.85	น้อย	4



ตารางที่ 8 (ต่อ)

การเตรียมความพร้อม ด้านการใช้เวลาว่าง และสังคม	จำนวนและร้อยละของระดับ				$\bar{X}$	SD	แปล ผล	ลำ ดับ
	การเตรียมความพร้อม (n = 403)							
	มาก	ปาน กลาง	น้อย	ไม่มี				
26. ท่านเข้าร่วม กิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเกษียณอายุ เพื่อสร้างความเคยชิน เพื่อเป็นแบบแผน ในการดำเนินชีวิต ภายหลังเกษียณอายุ	36 (9.05)	155 (38.94)	149 (37.44)	58 (14.57)	2.42	0.85	น้อย	5
รวมเฉลี่ย					2.54	0.71	ปาน กลาง	

จากตารางที่ 8 พบว่า พนักงานในเทคนิคอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ด้านการใช้เวลาว่าง และสังคมในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 2.54 (SD = 0.71) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า

พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในข้อ 23 การเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตรงกับความสนใจของตนเองและเหมาะสมกับวัยเกษียณเป็นลำดับแรก มีค่าเฉลี่ย 2.64 (SD = 0.80) อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา คือ ข้อ 22 ท่านได้วางแผนการใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายและเศรษฐกิจของท่านมีค่าเฉลี่ย 2.61 (SD = 0.85) อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนลำดับสุดท้าย คือ ข้อ 26 การเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเกษียณอายุ เพื่อสร้างความเคยชิน เพื่อเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ย 2.47 (SD = 0.85) อยู่ในระดับน้อย

### ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 พนักงานที่มีเพศแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณแตกต่างกัน

ตารางที่ 9 การเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน	$\bar{X}$	SD	t	Sig.
ชาย	169	2.66	0.73	14.83	.00*
หญิง	212	2.65	0.59		

\*  $p \leq .05$

จากตารางที่ 9 พบว่า การเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามเพศ พบว่า ค่า sig. เท่ากับ .00 แสดงว่า พนักงานเพศชายและเพศหญิงมีการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมมติฐานที่ 2 พนักงานที่มีอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณแตกต่างกัน

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุ

อายุ	$\bar{X}$	SD
35-40 ปี	2.59	0.64
41-45 ปี	2.70	0.65
46-50 ปี	3.03	0.62
51 ปีขึ้นไป	2.60	0.80

จากตารางที่ 10 การเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุ พบว่า พนักงานที่มีอายุระหว่าง 46-50 ปี มีการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุมากที่สุดมีค่าเฉลี่ย 3.03 (SD = 0.62) ส่วนพนักงานที่มีอายุระหว่าง 35-40 ปี มีการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุน้อยที่สุดมีค่าเฉลี่ย 2.59 (SD = 0.64)

ซึ่งจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตารางที่ 10 ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของการเตรียมพร้อมสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุเป็นรายด้าน ดังตารางที่ 11

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมความพร้อมผู้เกี่ยวข้องของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี เป็นรายด้าน จำแนกตามอายุ

การเตรียมความพร้อม	การเตรียมความพร้อมผู้เกี่ยวข้องของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุ														
	35-40 ปี			41-45 ปี			46-50 ปี			51 ปี ขึ้นไป			รวม		
	$\bar{X}$	SD	แปลผล	$\bar{X}$	SD	แปลผล	$\bar{X}$	SD	แปลผล	$\bar{X}$	SD	แปลผล	$\bar{X}$	SD	แปลผล
ด้านเศรษฐกิจ	2.58	0.68	ปานกลาง	2.69	0.74	ปานกลาง	2.89	0.65	ปานกลาง	2.50	0.92	น้อย	2.64	0.71	ปานกลาง
ด้านที่อยู่อาศัย	2.71	0.74	ปานกลาง	2.85	0.76	ปานกลาง	3.18	0.73	ปานกลาง	2.97	0.93	ปานกลาง	2.79	0.76	ปานกลาง
ด้านสุขภาพร่างกาย	2.64	0.71	ปานกลาง	2.83	0.71	ปานกลาง	3.18	0.73	ปานกลาง	3.06	0.81	ปานกลาง	2.76	0.72	ปานกลาง
ด้านจิตใจ	2.51	0.69	ปานกลาง	2.61	0.75	ปานกลาง	3.04	0.64	ปานกลาง	2.38	0.78	น้อย	2.57	0.72	ปานกลาง
ด้านการใช้เวลาว่างและสังคม	2.51	0.70	ปานกลาง	2.53	0.70	ปานกลาง	2.93	0.81	ปานกลาง	2.31	0.74	น้อย	2.54	0.72	ปานกลาง
รวม	2.59	0.64	ปานกลาง	2.70	0.65	ปานกลาง	3.03	0.62	ปานกลาง	2.60	0.80	ปานกลาง	2.66	0.65	ปานกลาง

จากตารางที่ 11 การเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี เป็นรายด้านจำแนกตามอายุ พบว่า ในภาพรวมพนักงานที่มีอายุระหว่าง 46-50 ปี มีการเตรียมความพร้อมมากกว่าพนักงานในช่วงอายุอื่น ๆ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า

พนักงานที่มีอายุระหว่าง 46-50 ปี มีการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจมากที่สุด และพนักงานที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไป มีการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจน้อยที่สุด

พนักงานที่มีอายุระหว่าง 46-50 ปี มีการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยมากที่สุด และพนักงานที่มีอายุระหว่าง 35-40 ปี มีการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยน้อยที่สุด

พนักงานที่มีอายุระหว่าง 46-50 ปี มีการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกายมากที่สุด และพนักงานที่มีอายุระหว่าง 35-40 ปี มีการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกายน้อยที่สุด

พนักงานที่มีอายุระหว่าง 46-50 ปี มีการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจมากที่สุด และพนักงานที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไป มีการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจน้อยที่สุด

พนักงานที่มีอายุระหว่าง 46-50 ปี มีการเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาว่างและสังคมมากที่สุด และพนักงานที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไป มีการเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาว่างและสังคมน้อยที่สุด

ตารางที่ 12 ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุ

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	3	4.56	1.52	3.64	0.01*
ภายในกลุ่ม	377	157.40	0.42		
รวม	380	161.96			

\*  $p \leq .05$

จากตารางที่ 12 พบว่า ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร

จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุ พบว่า พนักงานที่มีอายุต่างกันการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และได้ทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ ด้วยวิธีการ LSD ได้ผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 13

ตารางที่ 13 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ ของค่าเฉลี่ยของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุ

อายุ	$\bar{X}$	35-40 ปี	41-45 ปี	46-50 ปี	51 ปีขึ้นไป
35-40 ปี	2.59		0.11	0.44*	0.01
41-45 ปี	2.70			0.33*	0.10
46-50 ปี	3.03				0.43
51 ปีขึ้นไป	2.60				

\*  $p \leq .05$

จากตารางที่ 13 พบว่า เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ LSD พบว่า พนักงานที่มีอายุระหว่าง 46-50 ปี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุแตกต่างจากพนักงานที่มีอายุระหว่าง 35-40 ปี และพนักงานที่มีอายุระหว่าง 41-45 ปี โดยพบว่า พนักงานที่มีอายุระหว่าง 46-50 ปี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุสูงกว่าจากพนักงานที่มีอายุระหว่าง 35-40 ปี และพนักงานที่มีอายุระหว่าง 41-45 ปี

**สมมติฐานที่ 3 พนักงานที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน**

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	$\bar{X}$	SD
ต่ำกว่าปริญญาตรี	2.62	.67

ตารางที่ 14 (ต่อ)

ระดับการศึกษา	$\bar{X}$	SD
ปริญญาตรี/ เทียบเท่า	2.62	.65
สูงกว่าปริญญาตรี	3.10	.61
อื่น ๆ	2.74	.48

จากตารางที่ 14 การเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า พนักงานที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี มีการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 3.10 (SD = 0.61) ส่วนพนักงานที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี มีการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุน้อยที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.62 (SD = 0.67)

ตารางที่ 15 ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามระดับการศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	3	3.11	1.04	2.43	.07
ภายในกลุ่ม	361	154.97	.43		
รวม	364	157.18			

\*  $p \leq .05$

จากตารางที่ 15 พบว่า ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า พนักงานที่มีระดับการศึกษาต่างกันการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 4 พนักงานที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้  
วัยเกษียณแตกต่างกัน

ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณ  
ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี  
จำแนกตามสถานภาพสมรส

สถานภาพ	$\bar{X}$	SD
โสด	2.77	.60
สมรส	2.61	.68
หม้าย	2.43	.68
หย่าร้าง/ แยกกันอยู่	2.72	.59

จากตารางที่ 16 การเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคม  
อุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามสถานภาพสมรส พบว่า พนักงานที่มีสถานภาพ  
โสด มีการเตรียมความพร้อมผู้การเกษียณอายุมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.77 (SD = 0.64) ส่วนพนักงาน  
ที่มีสถานภาพหม้าย มีการเตรียมความพร้อมผู้การเกษียณอายุน้อยที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.43 (SD = 0.68)

ตารางที่ 17 ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียม  
ความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร  
จังหวัดชลบุรี จำแนกตามสถานภาพสมรส

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	3	2.33	.78	1.83	.14
ภายในกลุ่ม	375	159.62	.43		
รวม	378	161.96			

\*  $p \leq .05$

จากตารางที่ 17 พบว่า ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง  
ของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร



จังหวัดชลบุรี จำแนกตามอายุ พบว่า พนักงานที่มีสถานภาพสมรสต่างกันเตรียมความพร้อมผู้  
วัยเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

**สมมติฐานที่ 5 พนักงานที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อม  
ผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน**

ตารางที่ 18 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณของพนักงาน  
ในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	$\bar{X}$	SD
ต่ำกว่า 15,000 บาท	2.66	0.60
15,000-30,000 บาท	2.62	0.68
30,001-45,000 บาท	2.79	0.47
45,001-60,000 บาท	2.92	0.91
สูงกว่า 60,000 บาท	3.53	0.23

จากตารางที่ 18 การเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคม  
อุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า พนักงานที่มีรายได้  
ต่อเดือนสูงกว่า 60,000 บาท มีการเตรียมความพร้อมผู้การเกษียณอายุมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 3.53  
(SD = 0.64) ส่วนพนักงานที่มีรายได้ระหว่าง 15,000-30,000 บาท มีการเตรียมความพร้อมผู้  
การเกษียณอายุน้อยที่สุด ค่าเฉลี่ย 2.62 (SD = 0.64)

ตารางที่ 19 ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียม  
ความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร  
จังหวัดชลบุรี จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	4	3.84	1.46	3.52	0.01*
ภายในกลุ่ม	376	156.119	0.42		

ตารางที่ 19 (ต่อ)

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
รวม	380	161.96			

\*  $p \leq .05$ 

จากตารางที่ 19 พบว่า ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า พนักงานที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกับการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และได้ทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ด้วยวิธีการ LSD ได้ผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 20

ตารางที่ 20 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ ของค่าเฉลี่ยของการเตรียมความพร้อม

ผู้วัยเกษียณอายุ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี  
จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	$\bar{X}$	ต่ำกว่า 15,000	15,000- 30,000	30,001- 45,000	45,001- 60,000	สูงกว่า 60,000
ต่ำกว่า 15,000 บาท	2.66		0.04	-0.13	-0.26	-0.87*
15,000-30,000 บาท	2.62			-0.17	-0.31	-0.92*
30,001-45,000 บาท	2.79				-0.14	-0.74*
45,001-60,000 บาท	2.92					-0.61
สูงกว่า 60,000 บาท	3.53					

\*  $p \leq .05$ 

จากตารางที่ 20 พบว่า เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ LSD พบว่า พนักงานที่มีรายได้ต่อเดือนสูงกว่า 60,000 บาท มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุแตกต่างจากพนักงานที่มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 15,000 บาท และพนักงานที่มีรายได้ต่อเดือน 15,000-30,000 บาท และพนักงานที่มีรายได้ต่อเดือน 30,001-45,000 บาท โดยพบว่า

พนักงานที่มีรายได้ต่อเดือนสูงกว่า 60,000 บาท มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุสูงกว่า พนักงานที่มีรายได้ต่อเดือน 15,000-30,000 บาท พนักงานที่มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 15,000 บาท และพนักงานที่มีรายได้ต่อเดือน 30,001-45,000 บาท ตามลำดับ

**สมมติฐานที่ 6 พนักงานที่มีภาวะด้านสุขภาพแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน**

ตารางที่ 21 การเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามสภาวะสุขภาพ

ภาวะสุขภาพ	จำนวน	$\bar{X}$	SD	t	Sig.
สุขภาพแข็งแรง	262	2.65	.69	8.92	.00*
เจ็บป่วยบ้าง	119	2.67	.56		

\*  $p \leq .05$

จากตารางที่ 21 พบว่า การเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามสภาวะสุขภาพ พบว่า ค่า Sig. เท่ากับ .00 แสดงว่า พนักงานที่มีภาวะด้านสุขภาพต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้การเกษียณอายุ แตกต่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**สมมติฐานที่ 7 พนักงานที่มีการรับรู้ข่าวสารแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน**

ตารางที่ 22 การเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามการรับรู้ข่าวสาร (การอบรม)

การรับรู้ข่าวสาร (อบรม)	จำนวน	$\bar{X}$	SD	t	Sig.
ไม่เคย	366	2.65	.66	.96	.32
เคย	7	2.70	.57		

\*  $p \leq .05$

จากตารางที่ 22 พบว่า การเปรียบเทียบการเตรียมผู้วัยเกษียณ ของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามการรับรู้ข่าวสาร (การอบรม) พบว่า ค่า Sig. เท่ากับ .32 แสดงว่า พนักงานที่มีการรับรู้ข่าวสารต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 23 สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐาน	ผลการทดสอบสมมติฐาน
1. พนักงานที่เป็นเพศแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน	ยอมรับสมมติฐาน
2. พนักงานที่มีอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน	ยอมรับสมมติฐาน
3. พนักงานที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน	ปฏิเสธสมมติฐาน
4. พนักงานที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน	ปฏิเสธสมมติฐาน
5. พนักงานที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน	ยอมรับสมมติฐาน
6. พนักงานที่มีภาวะด้านสุขภาพแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน	ยอมรับสมมติฐาน
7. พนักงานที่มีการรับรู้ข่าวสารแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณแตกต่างกัน	ปฏิเสธสมมติฐาน

#### ตอนที่ 4 ปัญหาและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

ตารางที่ 24 การวางแผนในการดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุงานที่เหมาะสมกับสถานะทางเศรษฐกิจ

ประเด็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
	(n = 403)	
1. นำเงินไปลงทุน เพื่อสร้างรายได้ เช่น ทำธุรกิจส่วนตัว ลงทุนในการซื้อหุ้น ซื้อประกันออมทรัพย์ ฯลฯ	17	4.22

## ตารางที่ 24 (ต่อ)

ประเด็น	จำนวน (คน) (n = 403)	ร้อยละ
2. ลงทุนในการทำการเกษตร แบบพอเพียง	20	4.96
3. กลับภูมิลำเนา อยู่กับครอบครัว หางานอดิเรกหรืออาชีพเสริมเล็กน้อย เพื่อเป็นรายได้ และไม่ให้อว่างเกินไป	20	4.96
4. อยู่กับครอบครัว พักผ่อน และดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ดูแลสุขภาพตนเอง	46	11.42
5. ยังไม่ได้เตรียมวางแผน	21	5.21
6. ไม่ตอบ	279	69.23

จากตารางที่ 24 พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่ตอบแบบสอบถาม มีการวางแผนในการดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุงานที่เหมาะสมกับสถานะทางเศรษฐกิจเป็นลำดับแรกในประเด็นอยู่กับครอบครัว พักผ่อน และดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงรวมถึงดูแลสุขภาพตนเอง รองลงมา คือ ยังไม่ได้เตรียมวางแผนในการดำรงชีวิต ลงทุนทำการเกษตรแบบพอเพียงและกลับภูมิลำเนา อยู่กับครอบครัว หางานอดิเรกหรืออาชีพเสริมเล็กน้อย เพื่อเป็นรายได้และไม่ให้อว่างเกินไป ตามลำดับ

## ตารางที่ 25 ปัญหาในการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุ

ประเด็น	จำนวน (คน) (n = 403)	ร้อยละ
1. ไม่มีปัญหา	5	1.24
2. ปัญหาด้านจิตใจ รู้สึกว่าว่าง ไม่รู้จะทำอะไร กลัวไม่มีเพื่อน ยังไม่ทราบอนาคต ความกังวลใจ	12	2.98
3. ปัญหาด้านเศรษฐกิจ รายได้ไม่เพียงพอ/ กลัวไม่มีเงินลงทุน/ มีภาระหนี้สิน	44	10.92
4. ปัญหาเรื่องสุขภาพร่างกาย	10	2.48

ตารางที่ 25 (ต่อ)

ประเด็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
(n = 403)		
5. ไม่มีข้อมูลเกี่ยวกับการวางแผนการเกษียณอายุ/ ข้อมูลเกี่ยวกับการลงทุน/ อาชีพเสริม	17	4.22
6. ไม่ตอบ	315	78.16

จากตารางที่ 25 พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่ตอบแบบสอบถามมีปัญหาด้านการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุเป็นลำดับแรก คือ ปัญหาด้านเศรษฐกิจ รายได้ไม่เพียงพอ กลัวว่าไม่มีเงินลงทุน รวมถึงมีภาระหนี้สิน รองลงมา คือ ปัญหาไม่มีข้อมูลเกี่ยวกับการวางแผนการเกษียณอายุ ข้อมูลเกี่ยวกับการลงทุน/ การทำอาชีพเสริม ปัญหาด้านจิตใจ รู้สึกว่าว่าง ไม่รู้จะทำอะไร กลัวไม่มีเพื่อน ยังไม่ทราบอนาคตเกิดความกังวลใจตามลำดับ

## บทที่ 5

### สรุปและอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบ การเตรียมความพร้อมเพื่อการเข้าสู่วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ต่อเดือน ภาวะด้านสุขภาพ และการรับรู้ข่าวสารข้อมูล กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ พนักงาน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี อายุระหว่าง 35-60 ปี การกำหนดขนาด กลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบกรณีไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน (Indefinite population) จากประชากรในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 403 คน และทำการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนกันยายน พ.ศ. 2559 โดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaires) เป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง

#### สรุปผลการวิจัย

##### 1. ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงอายุระหว่าง 35-40 ปี มีสถานภาพสมรส โดยส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี มีระยะเวลาในการประกอบอาชีพ 1-10 ปี มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,000-30,000 บาท ความเพียงพอของรายได้ไม่แน่นอน และส่วนใหญ่มีภาระหนี้สิน ซึ่งภาระหนี้สินเป็นค่าใช้จ่ายในครอบครัว และหนี้สินเกี่ยวกับ บัตรเครดิต/ สินเชื่อธนาคาร พนักงานส่วนใหญ่มีความประสงค์จะทำงานต่อหลังเกษียณอายุ เหตุผลที่ต้องการทำงานต่อเนื่องจากสุขภาพยังแข็งแรง สามารถทำงานได้ พนักงานส่วนใหญ่มีที่พัก เป็นของตนเองหรือคู่สมรส มีสุขภาพแข็งแรงดีและไม่มีโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับรู้ ข่าวสาร (อบรม) และเห็นด้วยที่จะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงาน โดยมีการวางแผน ที่จะเกษียณอายุงานระหว่างอายุ 56-60 ปี

##### 2. การเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี

ผลการวิจัยพบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุด้านที่อยู่อาศัยมากที่สุด รองลงมา ได้แก่ สุขภาพร่างกาย ส่วนด้านที่น้อยที่สุด พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ

ในการใช้เวลาว่างและสังคมน้อยที่สุด เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า

ด้านเศรษฐกิจ พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการปลดปล่อยภาระและหนี้สินให้หมดก่อนเกษียณอายุ ที่ไม่ใช่ค่าใช้จ่ายในการดำรงชีพเป็นลำดับแรก รองลงมา ได้แก่ ประเด็นการเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการลงทุนในกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ ส่วนลำดับสุดท้าย พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ เพื่อเพิ่มรายได้ เช่น การลงทุนในตลาดหลักทรัพย์ การลงทุนในพันธบัตรรัฐบาล ตราสารหนี้ เป็นต้น

ด้านที่อยู่อาศัย พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือวางแผนมีบ้านเป็นของตนเองเพื่อพักอาศัยหลังเกษียณเป็นลำดับแรก รองลงมา ได้แก่ ประเด็นการเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับบุคคลที่จะพักอาศัยด้วยภายหลังเกษียณอายุ เช่น อยู่กับครอบครัวหรือบุตรหลาน เป็นต้น และประเด็นการเตรียมหรือวางแผนในการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่ผู้วัยเกษียณ เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกับครอบครัว เช่น การไม่ข้องเกี่ยวกับอบายมุข (การพนัน/สุรา หรือยาเสพติด) ส่วนลำดับสุดท้ายพบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของชุมชนแหล่งที่ตั้งของบ้านที่จะพักอาศัยหลังเกษียณอายุ

ด้านสุขภาพร่างกาย พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมความพร้อมอื่น ๆ เกี่ยวกับป้องกันดูแลปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นในวัยหลังเกษียณอายุงาน เช่น การลดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การลดการสูบบุหรี่ เป็นต้น เป็นลำดับแรก รองลงมา ได้แก่ ประเด็นการได้เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี หรือทุก 6 เดือน เพื่อให้ทราบถึงสภาวะของสุขภาพตัวเอง เพื่อป้องกันหรือแก้ไขอาการที่เกิดขึ้นก่อนเกษียณ คิดเป็นค่าเฉลี่ย ส่วนลำดับสุดท้าย พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เพื่อให้ทราบถึงการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในวัยสูงอายุ

ด้านจิตใจ พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า พนักงาน



มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อเตรียมใจให้พร้อมเมื่อเกษียณอายุเป็นลำดับแรก รองลงมา ได้แก่ ประเด็นการเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ บทบาทหน้าที่ในสังคมจะลดลง ส่วนลำดับสุดท้าย พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ การยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดลง

ด้านการใช้เวลาว่างและสังคม พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรีมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตรงกับความสนใจของตนเองและเหมาะสมกับวัยเกษียณเป็นลำดับแรก ส่วนลำดับสุดท้าย พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการวางแผนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่สังคมเมื่อเกษียณอายุ และประเด็นการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเกษียณอายุ เพื่อสร้างความความเคยชิน เพื่อเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิต ภายหลังจากเกษียณอายุ

### 3. การทดสอบสมมติฐาน

ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีเพศ อายุ รายได้ต่อเดือนและภาวะสุขภาพต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีระดับการศึกษา สถานภาพสมรส และการรับรู้ข่าวสาร ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ไม่แตกต่างกัน

## อภิปรายผล

ผู้วิจัยอภิปราย เรียงตามลำดับผลของวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี

ผลการวิจัยพบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในด้านที่อยู่อาศัย มากที่สุด รองลงมา คือ สุขภาพร่างกาย ส่วนด้านที่น้อยที่สุด พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในการใช้เวลาว่าง และสังคมน้อยที่สุด เมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านเศรษฐกิจ พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี

มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการปลดปล่อยภาระและหนี้สินให้หมดก่อนเกษียณอายุที่ไม่ใช่ค่าใช้จ่ายในการดำรงชีพเป็นลำดับแรก รองลงมา คือ ประเด็นการเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการลงทุนในกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ ส่วนลำดับสุดท้าย พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ เพื่อเพิ่มรายได้ เช่น การลงทุนในตลาดหลักทรัพย์ การลงทุนในพันธบัตรรัฐบาล ตราสารหนี้ เป็นต้น ซึ่งเป็นไปตามแนวทางของ สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ (2548, หน้า 103) ที่ได้จัดทำคู่มือการอบรมการเตรียมความรู้เมื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุ โดยได้แนะนำขั้นตอนการมีเงินใช้อย่างพอเพียงในวัยสูงอายุ 6 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 ต้องมีเงินออมประมาณ 6 เท่าของค่าใช้จ่ายประจำเดือน เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับช่วงเวลาที่ต้องใช้เงินอย่างฉุกเฉิน

ขั้นที่ 2 จ่ายหนี้ที่มีอัตราดอกเบี้ยแพงที่สุด และหนี้ที่เกิดจากการใช้บัตรเครดิตก่อน

ขั้นที่ 3 ทำประกันชีวิตเพื่อป้องกันความเสี่ยง

ขั้นที่ 4 รวมออมทรัพย์กับกองทุนสำรองเลี้ยงชีพต่าง ๆ สำหรับวัยเกษียณหรือทำ

ประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์

ขั้นที่ 5 ทำประกันสุขภาพและประกันอุบัติเหตุ

ขั้นที่ 6 นำเงินที่เหลือจาก 5 ขั้นแรก และจากค่าใช้จ่ายประจำไปลงทุนเพื่อให้รายได้

เพิ่มสูงขึ้น

ด้านที่อยู่อาศัย พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี

มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่าพนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือวางแผนมีบ้านเป็นของตนเองเพื่อพักอาศัยหลังเกษียณเป็นลำดับแรก รองลงมา คือ ประเด็นการเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับบุคคลที่จะพักอาศัยด้วยภายหลังเกษียณอายุ เช่น อยู่กับครอบครัวหรือบุตรหลาน เป็นต้น และประเด็นการเตรียมหรือวางแผนในการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่ผู้วัยเกษียณเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกับครอบครัว เช่น การไม่ข้องเกี่ยวกับอบายมุข (การพนัน/ สุรา หรือ ยาเสพติด) ส่วนลำดับสุดท้าย พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของชุมชนแหล่งที่ตั้งของบ้านที่จะพักอาศัยหลังเกษียณอายุ

ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วรวรรณ ชัยเชื้อ (2556) ที่ได้ทำการวิจัยเรื่อง การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการทหารประจำการ ณ กรมการทหารสื่อสาร กรุงเทพมหานคร พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามยังคงให้ความสำคัญในด้านการเตรียมความพร้อมด้านการเงิน และการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย โดยให้ความสำคัญอยู่ในระดับแรก รองลงมา คือ การเตรียมความพร้อมด้านเวลา การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ และการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพ ร่างกาย ตามลำดับ ในขณะที่ อรุณรักษ์ ป่าเจือ (2557) ได้ทำการศึกษาการเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ตำบลโนนสมบูรณ์ อำเภอบ้านแฮด จังหวัดขอนแก่น ผลการศึกษา พบว่า หลักประกันด้านที่อยู่อาศัย หลักประกันด้านรายได้ หลักประกันด้านผู้ดูแล มีหลายองค์ประกอบที่แสดงให้เห็นถึงการไม่เตรียมความพร้อม เช่น วางแผนที่จะไปอยู่สถานสงเคราะห์เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ หากความรู้เกี่ยวกับสถานสงเคราะห์ บ้านพักคนชรา ของหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน หากคนดูแลหากไม่มีบุตร ไม่มีครอบครัว ไม่มีญาติพี่น้อง ดังนั้นองค์การบริหารส่วนตำบล ควรมีโครงการรณรงค์เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในเรื่องการลดรายจ่าย-เพิ่มรายได้ และวางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ

ด้านสุขภาพร่างกาย พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปาน เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมความพร้อมอื่น ๆ เกี่ยวกับป้องกันดูแลปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นในวัยหลังเกษียณอายุงาน เช่นการลดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การลดการสูบบุหรี่ เป็นต้นเป็นลำดับแรก รองลงมา คือ ประเด็นการได้เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีหรือทุก 6 เดือน เพื่อให้ทราบถึงสภาวะของสุขภาพตัวเอง เพื่อป้องกันหรือแก้ไขอาการที่เกิดขึ้นก่อนเกษียณ ส่วนลำดับสุดท้าย พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เพื่อให้ทราบถึงการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในวัยสูงอายุ สอดคล้องกับงานวิจัยของ อรุณรักษ์ ป่าเจือ (2557) ได้ทำการศึกษาการเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ตำบลโนนสมบูรณ์ อำเภอบ้านแฮด จังหวัดขอนแก่น ผลการศึกษา พบว่า ในด้านการดำเนินชีวิตของวัยแรงงานส่วนใหญ่เรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อ สนใจเกี่ยวกับความบันเทิง ออกกำลังกายทุกสัปดาห์ ส่วนการเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ มีการเตรียมความพร้อมหลักประกันด้านสุขภาพ หลักประกันด้านความปลอดภัย และสิ่งแวดล้อม หลักประกันด้านความรู้และการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นปัญหาสุขภาพ จะรีบแก้ไขทันที เมื่อเจ็บป่วยไปพบแพทย์ และรับประทานยา ระวังระวังการเกิดอุบัติเหตุ

ด้านจิตใจ พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรีมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า พนักงาน

มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อเตรียมใจให้พร้อมเมื่อเกษียณอายุเป็นลำดับแรก รองลงมา คือ ประเด็นการเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ บทบาทหน้าที่ในสังคมจะลดลง ส่วนลำดับสุดท้าย พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ การยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดลงซึ่งการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจสามารถกระทำได้ดังนี้ (บุญเทือง โปธิ์เจริญ, 2551, หน้า 94-98)

1. มองโลกในแง่ดี ยอมรับความเป็นจริง มีชีวิตอยู่กับปัจจุบัน ยอมรับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม โดยใช้หลักธรรมะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยว ทำจิตใจให้สงบ ไม่เคร่งเครียด มีการปฏิบัติทางจิต เช่น การนั่งสมาธิ ภาวนา

2. ศึกษาหาความรู้ในเรื่องการเกษียณอายุ และพูดคุยกับบุคคลที่เกษียณอายุแล้ว รวมทั้ง ร่วมกิจกรรมเพื่อเตรียมตัวเกษียณอายุ

3. สร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว ญาติพี่น้อง และเพื่อนฝูง ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารำคาญแก่ลูกหลานหรือผู้ใกล้ชิด ไม่แยกตัวอยู่ตามลำพังเพียงคนเดียว

4. ดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง ออกกำลังกาย ทานอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ

5. มีงานอดิเรกหรือกิจกรรมที่สนใจทำ

และสอดคล้องกับงานวิจัยของ แสนคำนึ่ง ศรีฤกษ์ฤทธิ (2557) ที่ได้ทำการวิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตและการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี ซึ่งผลการวิจัย พบว่า การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ พบว่า มากกว่าสองในสามเล็กน้อย มีการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณารายได้ พบว่า การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านทรัพย์สิน และเงินทองอยู่ในระดับดี

ด้านการใช้เวลาว่างและสังคม พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตรงกับความสนใจของตนเองและเหมาะสมกับวัยเกษียณ เป็นลำดับแรก ส่วนลำดับสุดท้าย พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการวางแผนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่สังคมเมื่อเกษียณอายุ และประเด็นการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเกษียณอายุ เพื่อสร้างความความเคยชิน เพื่อเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุ ซึ่งทฤษฎีกิจกรรมทางสังคม (Activity theory)

ให้ความสำคัญทางกิจกรรมทางสังคมว่าเป็นหลักของชีวิตบุคคล กล่าวคือ การปรับตัวของบุคคล มีความสัมพันธ์อย่างสูงกับกิจกรรมที่ทำ ยิ่งมีกิจกรรมมากขึ้นเท่าใดก็จะปรับตัวได้มากขึ้นเท่านั้น กิจกรรมแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. กิจกรรมที่ไม่มีรูปแบบ (Informal activity) ได้แก่ การพบปะสังสรรค์กับเพื่อน หรือญาติมิตร การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ กับสมาชิกในครอบครัว การช่วยเหลืองานในครอบครัว

2. กิจกรรมที่มีรูปแบบ (Formal activity) ได้แก่ การเข้าร่วมในชมรมต่าง ๆ การเป็นอาสาสมัครเพื่อสังคม การเข้ากลุ่มทางศาสนา กลุ่มการเมือง การทัศนศึกษา และการออกกำลังกายเป็นกลุ่มซึ่งกิจกรรมเหล่านี้เป็นกิจกรรมภายในครอบครัว

3. กิจกรรมเพื่อการพักผ่อนและงานอดิเรก (Solitary or leisure activity and hobby) เป็นกิจกรรมที่ทำความเพลิดเพลิน (ธาดา วิมลจักรเวที, 2543, หน้า 24) สอดคล้องกับบทความของ วรณรา ชื่นวัฒนา (2556) ที่ได้เสนอการเตรียมตัวผู้สูงอายุว่าจากการที่กิจกรรมต่าง ๆ มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตผู้สูงอายุนั้น นักวิชาการแบ่งประเภทของกิจกรรมออกเป็นการมีส่วนร่วมในสังคม การมีงานอดิเรก และการทำงานที่มีรายได้ ได้แก่

3.1 การมีส่วนร่วมในสังคม (Social participation) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ขององค์การที่ตนเป็นสมาชิก ซึ่งแบ่งเป็นการมีส่วนร่วมทางสังคมภายในครอบครัว ได้แก่ การมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับสมาชิกในครอบครัวตน และการมีส่วนร่วมทางสังคมภายนอกครอบครัว ได้แก่ การมีกิจกรรมร่วมกับองค์กรอื่น ๆ นอกครอบครัว เช่น กลุ่มเพื่อน เพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง ศาสนา การเมือง และสมาชิกต่าง ๆ ที่ตนเป็นสมาชิก

3.2 การมีงานอดิเรก (Hobby) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมของตนในเวลาว่างหรือกิจกรรมที่เป็นการพักผ่อน ทำเพื่อความเพลิดเพลินทำให้รู้สึกที่ตนเองมีค่าควรแก่การมีชีวิตอยู่ เป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุสามารถทำได้โดยลำพังคนเดียว

3.3 การทำงานที่มีรายได้ (Work) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมที่ก่อให้เกิดรายได้ไม่ว่าจะเป็นงานประจำ งานพิเศษหรืองานชั่วคราว

2. เพื่อเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

2.1 จากผลการวิจัยพบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีเพศต่างกันมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุแตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พัชราภา มนูญภัทรราชย์ (2544, หน้า 139) เรื่อง การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุของประชากรในชุมชนขนาดใหญ่พื้นที่เขตบางซื่อ พบว่า เพศชายมีคะแนนเฉลี่ย

การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุด้านเศรษฐกิจสูงกว่าเพศหญิง ในขณะที่ ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์ (2552, หน้า 100-102) ได้ศึกษารูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณ อายุราชการ: กรณีศึกษาข้าราชการครูสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี พบว่า เพศที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับการวิจัยของ อรรถ ดิพนิจ (2556) เรื่อง ความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน พบว่า ความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการพลเรือนทุกด้านอยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามตัวแปรเพศ พบว่า ไม่แตกต่างกันและงานวิจัยของ สุพรรณิ รัตนานนท์ และเมธี จันทชาติ (2557) เรื่อง รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุงาน: กรณีศึกษาครูโรงเรียนเอกชน จังหวัดนนทบุรี พบว่า ปัจจัยด้านเพศส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมไม่แตกต่างกัน

2.2 จากผลการวิจัย พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีอายุต่างกันมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ แตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการในช่วงชีวิตของผู้ใหญ่ของ อีริกสัน (Erikson eight ages of life) และทฤษฎีพฤติกรรมตามวัย (Development task theory) กล่าวถึง ความสำคัญของอายุและความแตกต่างของแต่ละบุคคลเมื่ออายุเพิ่มขึ้นว่า เมื่ออายุเพิ่มขึ้น หากบุคคลผ่านพัฒนาการในแต่ละวัยได้อย่างเหมาะสมย่อมมีการเตรียมพร้อมที่จะพัฒนาไปสู่วัยต่อไป ซึ่งวัยสูงอายุเป็นพัฒนาการขั้นสุดท้ายในชีวิตของมนุษย์ ดังนั้น ผู้ที่มีอายุมากกว่า ผ่านพัฒนาการตามวัยมาก่อน น่าจะเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุได้ดีกว่าผู้ที่อายุน้อยกว่า (ปิยรัตน์ เมืองไทย, 2541, หน้า 52-53) นอกจากนี้บุคคลที่มีอายุมากจะมีระยะเวลาทำงานมานาน ย่อมมีรายได้ต่อเดือนสูง ทำให้มีความยืดหยุ่นในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมากกว่าคนที่อายุน้อยกว่า

2.3 จากผลการวิจัย พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ผลการวิจัยสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์ (2552, หน้า 98) เรื่อง รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ: กรณีศึกษาข้าราชการครูสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี และ อรรถ ดิพนิจ (2556) เรื่อง ความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน พบว่า การศึกษาแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน และไม่สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ธาดา วิมลวัตรเวที (2543, หน้า 144) เรื่อง การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงานของบุคลากรสังกัดมหาวิทยาลัยของรัฐ และ สมฤดี ชัมภิตดิคุณ (2550, หน้า 138) เรื่อง การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของบุคลากรฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ พบว่า บุคลากร

ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า มีการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานมากกว่า กลุ่มบุคลากรที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า

ซึ่งไม่สอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรม ด้านปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ในการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ พบว่า การศึกษาเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์เพราะการศึกษาทำให้บุคคลมีความรู้ และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ นอกจากนี้ระดับการศึกษายังมีอิทธิพลต่อการประกอบอาชีพ ระดับรายได้ สุขภาพ ค่านิยม และทัศนคติต่าง ๆ (รัชณี ฝนทองมงคล, 2538, หน้า 34)

2.4 จากผลการวิจัยพบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีสถานภาพสมรสต่างกัมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ผลการวิจัยดังกล่าวไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ สุพรรณิ รัตนานนท์ และเมธี จันทชาติ (2557) เรื่อง รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุงาน: กรณีศึกษาครูโรงเรียนเอกชน จังหวัดนนทบุรี พบว่า ปัจจัยด้านสถานภาพสมรส แตกต่างกัน ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกัน และไม่สอดคล้องกับจากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า สถานภาพสมรสเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิต โดยเฉพาะในด้านความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ รวมถึงวิถีปฏิบัติตนตามพัฒนาการของชีวิต ผู้ที่สมรสแล้วจะมีภาระรับผิดชอบมากขึ้น โดยเฉพาะความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว จึงต้องเพิ่มความเชื่อมั่นและความมั่นคงในชีวิตให้มากยิ่งขึ้นด้วย จึงมักมีความต้องการด้านวัตถุที่เป็นเครื่องบ่งบอกสถานภาพทางสังคม เช่น บ้าน รถยนต์ ทรัพย์สิน (จรรยา ทองถาวร, 2530 อ้างถึงใน ศศิมา ทวีสิน, 2538, หน้า 31)

2.5 จากผลการวิจัยพบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกันมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุแตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งสอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ พบว่า รายได้ เป็นตัวบ่งชี้สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของบุคคล รวมทั้งยังช่วยประเมินความช่วยเหลือสนับสนุนกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว และสังคมรายได้ที่พอเพียงในการดำรงชีวิตขั้นพื้นฐาน ย่อมทำให้บุคคลมีโอกาสในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การดูแลสุขภาพ การเก็บออมเงิน การนำเงินไปลงทุนในกิจการต่าง ๆ เพื่อเป็นการเพิ่มพูนรายได้ การเลือกกิจกรรมและงานอดิเรกที่สนใจและสอดคล้องกับการวิจัยของ อรรถ ติพิณิจ (2556) เรื่อง ความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน พบว่า ความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการพลเรือนทุกด้านอยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับการศึกษา พบว่า

ไม่แตกต่างกัน ยกเว้นเมื่อจำแนกตามรายได้ พบว่า ด้านร่างกายแตกต่างกัน และงานวิจัยของ สุพรรณิ รัตนานนท์ และเมธี จันทชาติ (2557) เรื่อง รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุงาน: กรณีศึกษาครูโรงเรียนเอกชน จังหวัดนนทบุรี พบว่า ปัจจัยด้านระดับรายได้ แตกต่างกัน ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกัน

2.6 จากผลการวิจัยพบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีภาวะสุขภาพต่างกันมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุแตกต่างกันที่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพรรณิ รัตนานนท์ และเมธี จันทชาติ (2557) เรื่อง รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุงาน: กรณีศึกษาครูโรงเรียนเอกชน จังหวัดนนทบุรี พบว่า ปัจจัยด้านภาวะสุขภาพที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมไม่แตกต่างกัน

แต่จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ภาวะสุขภาพ หมายถึง ภาวะที่มีความสมบูรณ์ไม่บกพร่อง ผู้ที่มีภาวะสุขภาพดีจะต้องเป็นบุคคลที่ไม่มีอาการของการเป็นโรค สามารถดำรงชีวิตในสิ่งแวดล้อมตามศักยภาพของตน (Orem, 1985 อ้างถึงใน นิรินาท วิทย์โชคกิตติคุณ, 2534, หน้า 43) ซึ่งจากการวิจัยของ บรรลุ ศิริพานิช (2531, หน้า 80-90) เรื่อง พฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุไทยที่อายุยืนและแข็งแรง พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพแข็งแรง จะมีการเตรียมตัวสูงกว่ากลุ่มที่สุขภาพไม่แข็งแรงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.7 จากผลการวิจัยพบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี ที่มีการรับรู้ข่าวสาร (อบรม) ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า Albert Bandura (อ้างถึงใน ทฤษฎี ไซยชวนสิทธิ, 2555, หน้า 21) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ได้เสนอทฤษฎีการเรียนรู้โดยกล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์ประกอบด้วยกระบวนการที่ซับซ้อน โดยเฉพาะในเรื่องของพฤติกรรมซึ่งส่วนใหญ่แล้วเกิดขึ้นด้วยการเรียนรู้ผ่านตัวแบบ (Learning through modeling) โดยตัวแบบจะแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ ตัวแบบที่มีชีวิต (Live model) เป็นตัวแบบที่ปรากฏในบุคคลหรือสิ่งที่มีชีวิต และตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic model) เป็นตัวแบบที่เป็นตัวอักษร คำพูดหรือภาพ หรือสิ่งอื่น ๆ นั่นคือ บุคคลมักเรียนรู้จากตัวแบบว่าควรทำอย่างไร แล้วจึงเลือกเอาแต่สิ่งที่ดี ๆ และเหมาะสมมาแสดงออก ซึ่งตัวแบบนี้มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ โดยทำหน้าที่เป็นการให้ข้อมูล การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุผ่านตัวแบบจะทำให้บุคคลสามารถเรียนรู้บทบาทของตนที่ต้องเปลี่ยนไปภายหลังเกษียณอายุได้ อันจะส่งผลต่อทัศนคติและพฤติกรรมที่ถูกต้อง ซึ่งสามารถกระทำได้โดย



2.7.1 ตัวผู้ที่จะเกษียณอายุเอง ควรมีการเตรียมความพร้อมโดยการศึกษาจากเอกสาร หนังสือ โทรทัศน์ วิทยุ หรือแหล่งความรู้ต่าง ๆ หรือพูดคุยสอบถามจากผู้ที่เกษียณอายุไปก่อนตน

2.7.2 หน่วยงานของผู้ที่จะเกษียณ ควรจัดอบรมให้ความรู้เพื่อเป็นการกระตุ้นให้เกิดแนวคิดในเรื่องการเตรียมความรู้เพื่อเกษียณอายุ

2.7.3 หน่วยงานต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนควรเปิดดำเนินการให้ความรู้ในเรื่องการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

ซึ่งจากงานวิจัยของ สุพรรณิ รัตนานนท์ และเมธิ จันทชาติ (2557) เรื่อง รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุงาน: กรณีศึกษาครู โรงเรียนเอกชน จังหวัดนนทบุรี พบว่าหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องสนับสนุนการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุทุกด้าน ในเรื่องการให้ความรู้ คำแนะนำ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ และการจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุน/ ส่งเสริมการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปิยะดา พิศาลบุตร (2558) เรื่อง การเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุของบุคลากรสายสนับสนุนวิชาการของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช พบว่า มีข้อเสนอแนะที่ให้หน่วยงานจัดทำคู่มือการเตรียมตัวเกษียณอายุ โครงการอบรมวิชาชีพเพื่อเป็นอาชีพเสริมหลังเกษียณอายุ เป็นต้น

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ จากผลการวิจัยพบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ เพื่อเพิ่มรายได้ เช่น การลงทุนในตลาดหลักทรัพย์ การลงทุนในพันธบัตรรัฐบาล ตราสารหนี้ เป็นต้น เป็นลำดับสุดท้ายและอยู่ในระดับน้อย เมื่อพิจารณาจากข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล พบว่าผู้ตอบแบบสอบถาม มีรายได้ต่อเดือนระหว่าง 15,000-30,000 บาท และส่วนใหญ่มีภาระหนี้สินในด้านค่าใช้จ่ายในครอบครัว และภาระหนี้สินจากบัตรเครดิตและสินเชื่อธนาคารที่ส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเกี่ยวกับการลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ เพื่อเพิ่มรายได้ และสอดคล้องกับปัญหาด้านการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุที่พบว่า มีปัญหาด้านเศรษฐกิจ รายได้ไม่เพียงพอ กล่าวว่ามีเงินลงทุน รวมถึงมีภาระหนี้สิน และปัญหาไม่มีข้อมูลเกี่ยวกับการวางแผนการเกษียณอายุ ข้อมูลเกี่ยวกับการลงทุน/ การทำอาชีพเสริม ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น กระทรวงแรงงาน สำนักงานประกันสังคม ควรมีการกำหนดมาตรการส่งเสริมการออมของแรงงาน ทั้งในและนอกระบบประกันสังคมให้มีความหลากหลาย และเหมาะสมกับความต้องการ

และศักยภาพของกลุ่มแรงงานในระดับต่าง ๆ เช่น การมีการกำหนดนโยบายระดับหรือวิธีการของการออม ได้แก่ ผลตอบแทนจากประกันสังคมให้จัดสรรเป็นสัดส่วน ของการออม เช่น การออมเพื่อสุขภาพการออมเพื่อการลงทุนหรือเพิ่มรายได้หรือการออมเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายอื่น ๆ หลังเกษียณอายุงาน เป็นต้น

2. การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย จากผลการวิจัย พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณ ในประเด็นการเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของชุมชนแหล่งที่ตั้งของบ้านที่จะพักอาศัย หลังเกษียณอายุ เป็นลำดับสุดท้าย เมื่อพิจารณาจากข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า พนักงานส่วนใหญ่มีบ้านหรือที่พักเป็นของตนเองอยู่แล้ว ทั้งนี้ พนักงานที่ยังไม่มีบ้านหรือที่พักเป็นของตนเอง ควรเริ่มทำตั้งแต่วัยกลางคน เพื่อที่จะสามารถเลือกที่อยู่อาศัยได้เองอย่างมีความสุขและควรมีการวางแผนล่วงหน้าว่าจะใช้ชีวิตอย่างไรหลังเกษียณอายุ ทั้งนี้ ภาครัฐ ควรมีนโยบายการสนับสนุนการจัดหาที่อยู่อาศัยของผู้มีรายได้น้อยและการเข้าถึงระบบสาธารณสุขโลก โดยกำหนดเป็นนโยบายที่อยู่อาศัยแห่งชาติและเมืองน่าอยู่ และดำเนินการร่วมกับภาครัฐกิจเอกชน หรือการกำหนดนโยบายการหาที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่มีศักยภาพในการหาที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง หรือไม่มีความสะดวกที่จะพักอาศัยกับครอบครัว โดยคำนึงถึงฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมที่แตกต่างกัน

#### ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1. การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรีมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ การยอมรับนับถือจากผู้อื่นจะลดลง เป็นลำดับสุดท้าย สอดคล้องกับปัญหาที่พบว่าพนักงานประสบปัญหาทางด้านจิตใจ รู้สึกว่าว่าง 'ไม่รู้จะทำอะไร' กลัวไม่มีเพื่อน ยังไม่ทราบอนาคตเกิดความกังวลใจ

ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่นสถานประกอบการ ควรมีการจัด โครงการ การเตรียมพร้อมก่อนการเกษียณอายุ โดยเฉพาะการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ เพื่อไม่ให้พนักงานมีความวิตกกังวลการดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุ นอกจากนี้ควรส่งเสริมและให้ความรู้ความเข้าใจพนักงานเกี่ยวกับการออม การวางแผนการลงทุน และการใช้จ่ายแบบพอเพียง เช่น โครงการรณรงค์เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในเรื่องการลดรายจ่าย-เพิ่มรายได้ และวางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ

2. การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย พบว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี มีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ส่วนลำดับสุดท้าย พบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณอายุ ในประเด็นการเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เพื่อให้ทราบถึง

การเปลี่ยนแปลงของร่างกายในวัยสูงอายุ เมื่อพิจารณาจากข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า พนักงานส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 35-40 ปี และมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง แต่อย่างไรก็ตามพนักงานควรมีการเตรียมความพร้อม เพื่อรองรับปัญหาสุขภาพที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เช่น การทำประกันสุขภาพ หรือประกันอุบัติเหตุ นอกจากนี้ พนักงานควรตระหนักถึงการป้องกันความเสี่ยงด้านสุขภาพ จะเกิดขึ้นในอนาคตด้วย เช่น การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การตรวจสุขภาพประจำปี เป็นต้น

3. การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาว่างและสังคม ผลการวิจัยพบว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมด้วยเกษียณอายุ ในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเกษียณอายุ เพื่อสร้างความความเคยชิน เพื่อเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุ และการวางแผนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่สังคมเมื่อเกษียณอายุ รวมถึงการเตรียมหรือ/ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจจะเข้าร่วมภายหลังเกษียณอายุอยู่ในระดับน้อย เมื่อพิจารณาจากข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า พนักงานส่วนใหญ่อายุระหว่าง 35-40 ปี อายุงาน 1-10 ปี ซึ่งเป็นวัยทำงานและสร้างครอบครัว หน้าที่การงานเริ่มมั่นคง แต่ภาระค่าใช้จ่ายก็เพิ่มขึ้น และยังไม่มีการวางแผนเกษียณอายุ ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น กระทรวงพัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงแรงงาน รวมถึงสถานประกอบการ ควรให้ข้อมูลเกี่ยวกับการวางแผนการเกษียณอายุงาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพนักงานภาคเอกชน ที่มีความมั่นคงทางอาชีพ น้อยกว่าภาครัฐ การวางแผนการเกษียณอายุจะเป็นการลดความเสี่ยงของชีวิตในอนาคตได้

### ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยในครั้งต่อไป

1. เนื่องจากการการวิจัยครั้งนี้ มีข้อจำกัดคือ ไม่ทราบกลุ่มประชากรที่แน่นอน และไม่สามารถเข้าถึงกลุ่มตัวอย่างได้อย่างทั่วถึง ประกอบกับระยะเวลาการเก็บรวบรวมข้อมูลน้อย และสถานประกอบการมีจำนวนมาก ทำให้ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับไม่ครอบคลุม ดังนั้นในการทำงานวิจัยครั้งต่อไปควรมีการจำกัดพื้นที่หรือสถานประกอบการและกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้ผลการวิจัยสามารถนำไปใช้ในการวางแผนและแก้ไขปัญหาอย่างแท้จริง

2. จากการวิจัยครั้งนี้พบประเด็นที่น่าสนใจคือพนักงานที่มีอายุ 51 ปีขึ้นไป มีการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุในด้านเศรษฐกิจ ด้านจิตใจและด้านการใช้เวลาว่างและสังคมอยู่ในระดับน้อย ซึ่งควรทำการวิจัยเพิ่มเติมในประเด็นดังกล่าว

3. จากการสอบถามปัญหาและข้อเสนอแนะ พบว่า ควรมีการทำงานวิจัยในประเด็นการวางแผนการดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุตามสถานภาพ เพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงวัย

## บรรณานุกรม

- กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน. (2558). รายงานการศึกษาวิเคราะห์สถานการณ์แรงงานผู้สูงอายุของประเทศไทย ปี 2557. กรุงเทพฯ: กระทรวงแรงงาน.
- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2553). แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564). กรุงเทพฯ: เทพเพ็ญวานิชย์.
- ขวัญใจ ต้นดีวัฒนเสถียร. (2534). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตามรายงานของผู้สูงอายุในชนบทภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จารุพันธ์ สมบูรณ์สิทธิ์. (2535). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร กิจกรรมดำเนินชีวิตประจำวันกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศาสตร์, คณะสาธารณสุขศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เอก ชนะสิริ. (2536). สมานกับคุณภาพชีวิต. กรุงเทพฯ: แปลนพับลิชชิง.
- เฉลิมพล แจ่มจันทร์. (2556). “นิยามผู้สูงอายุ” และ “อายุเกษียณ” ในประเทศไทย. เข้าถึงได้จาก [www.2.ipsr.mahidol.ac.th/ThaiPopulationJournal](http://www.2.ipsr.mahidol.ac.th/ThaiPopulationJournal)
- ชูศักดิ์ ปานปรีชา. (2540). ความเครียด จิตวิทยาทั่วไป. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ดวงจันทร์ บุญรอดชู. (2540). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการ: ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพัฒนสังคม, คณะพัฒนสังคม, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ดารณี กาเจริญ. (2541). ทฤษฎีการชูงใจ (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์. (2552). รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุราชการ: กรณีศึกษาข้าราชการครูสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์. (2555). รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุงานกรณีศึกษาครูโรงเรียนเอกชน. เข้าถึงได้จาก <http://ird.stou.ac.th/dbresearch/fDetail.php?fid=65>

- ทองสุข คาชนะ. (2542). *ผลของการเรียนการสอนแบบใช้ปัญหาเป็นหลักที่มีต่อความสามารถในการแก้ปัญหาทางการพยาบาลผู้สูงอายุของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาล, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- ธัญ โสภาคย์ เกษมสันต์. (2542). *ไขมันเลว กินมากไม่ดี ไขมันดี กินได้ไม่มาก. วารสารชีวิต, 1(12), 62-64.*
- ธาดา วิมลฉัตรเวที. (2543). *การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงานของบุคลากรสังกัดมหาวิทยาลัยของรัฐ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- ธิดารัตน์ อติชาตินันท์ และแพรวพรรณ มังกลา. (2554). *การวางแผนการเงินเพื่อเตรียมการเกษียณอายุของพนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาวิทยาการจัดการ, คณะวิทยาการจัดการ, มหาวิทยาลัยศิลปากร.*
- นฤมล สะอาดโหม. (2551). *การบริหารความเสี่ยง. กรุงเทพฯ: ฐานการพิมพ์.*
- นิรนาท วิทโยชกิติคุณ. (2534). *ความสามารถในการดูแลตนเองและภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาล, คณะวิทยาศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดล.*
- เนษพร นาคสีเหลือง. (2557). *ปัจจัยที่มีผลต่อการออมเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของพนักงานธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่. วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารธุรกิจ, คณะบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.*
- บรรลุ ศิริพานิช. (2531). *พฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุไทยที่อายุยืนและแข็งแรง. กรุงเทพฯ: สามดีการพิมพ์.*
- บรรลุ ศิริพานิช. (2549). *คู่มือผู้สูงอายุฉบับสมบูรณ์ (พิมพ์ครั้งที่ 21). กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.*
- บรรลุ ศิริพานิช. (2551). *คู่มือผู้สูงอายุ: ฉบับเตรียมตัวก่อนสูงอายุ (เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน). กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน*
- บุญเทือง โพธิ์เจริญ. (2551). *แผนที่ชีวิตวัยเกษียณ. กรุงเทพฯ: ฐานบุ๊ค.*
- ปฐมพร ธรรมธวัช. (2555). *ความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุและความพึงพอใจในชีวิต ของผู้สูงอายุในเทศบาลนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช. วารสารวิชาการศรีปทุม ชลบุรี, 23(1), 88-84.*
- ประนอม โอทกานนท์. (2554). *ชีวิตที่สมบูรณ์ของผู้สูงอายุไทย: หลักการงานวิจัยและบทเรียนจากประสบการณ์. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*

- ประภาศรี มานิตย์. (2542). *การปรับตัวหลังเกษียณของบุคลากรสายอาจารย์สถาบันอุดมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาล ผู้สูงอายุ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ประสพ รัตนากร. (2530). *บริการสาธารณสุขสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: ม.ป.ท.
- ปัญญาภัทร ภัทรกัณหากุล. (2544). *การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมและความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ปิยรัตน์ เมืองไทย. (2541). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวต่อการเข้าสู่วัยสูงอายุ ของข้าราชการสตรีโสด สังกัดราชการส่วนกลาง กระทรวงสาธารณสุข*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประชากรศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ปิยะดา พิศาลบุตร และพิทักษ์ ศิริวงศ์. (2558). *การเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุของบุคลากรสายสนับสนุนวิชาการของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช*. *Viridian E-Journal, Silpakorn University*, 8(3), 202-214.
- พรชัย เอี่ยมจรรย์ชัย. (2554). *รูปแบบการทำกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของพนักงานธนาคารออมสิน ภาค 5*. วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการประกอบการ, คณะวิทยาการจัดการ, มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- พัชรภา มนุญภัทรชัย. (2544). *การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากรในชุมชนขนาดใหญ่ พื้นที่เขตบางซื่อ*. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสังคมสงเคราะห์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พิมพ์พิมพ์ โพธิ์ปักขีย์. (2550). *ปัจจัยทางชีวสังคม ที่สนใจต่อการเกษียณอายุ ความเครียดจากภาระหนี้สินกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตร*. วิทยานิพนธ์การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ภทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ. (2547). *การพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ตามแนวคิดของ ป.อ.ปยุตโต*. กรุงเทพฯ: ดอกหญ้า.
- มธุริน วรศักดิ์. (2550). *ปัจจัยทางชีวสังคม ที่สนใจต่อการเกษียณอายุ และบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงาน: ศึกษาเฉพาะกรณีพนักงานสายปฏิบัติการธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่*. วิทยานิพนธ์การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- เมธิยา กอสนาน. (2553). *การศึกษาสุขภาพทางการเงินกรณีศึกษาข้าราชการทหารบกประจำค่ายฝึกไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรี*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารทั่วไป, คณะวิทยาการจัดการ, มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- รสลิน วิทย์วงษ์กังวาน. (2550). เวลา: ทรัพยากรที่สำคัญของการบริหารเวลา. *วารสารเพิ่มผลผลิต*, 33(2), 26-27.
- รัชนี ฝนทองมงคล. (2538). *การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณอายุราชการ*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ราชบัณฑิตสถาน. (2538). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525*. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.
- วรรณรา ชื่นวัฒนา. (2556). การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี*, 6(1), 197-202.
- วรวรรณ ชัยชื้อ. (2556). *การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุราชการทหารบกประจำกรมการทหารสื่อสารกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป, คณะวิทยาการจัดการ, มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- วันชัย แก้วสุมาลี. (2552). *ความเชื่อทัศนคติและพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร*. เข้าถึงได้จาก <http://dcms.thailis.or.th/dcms/basic.php>.
- วิจิตร บุญยะโหดระ. (2537). *คู่มือเกษียณอายุ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ชรรรมสาร.
- วิจิต อ้วน. (2546). *การวิจัยและการสืบค้นข้อมูลทางธุรกิจ*. กรุงเทพฯ: พรินท์แอมมี (ประเทศไทย).
- วิไลวรรณ ทองเจริญ และมลิวรรณ อุณาภิรัชย์. (2543). ความวิตกกังวล แรงสนับสนุนทางสังคม และความต้องการของบุคคลวัยก่อนเกษียณอายุการทำงาน. *วารสารพัฒนาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 4, 8.
- วีระชาติ กิเลนทอง. (2555). *การเตรียมความพร้อมสำหรับการวางแผนทางการเงินเพื่อวัยเกษียณของกลุ่มแรงงานในระบบ ช่วงอายุ 40-60 ปี*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยเพื่อการประเมินและออกแบบนโยบาย มหาวิทยาลัยหอการค้า.
- ศรีจิตรา บุนนาค. (2549). เหลียวหน้า แลหลังการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุบริบทเชิงรุกกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) ผู้สูงอายุในสังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้. ใน *การประชุมทางวิชาการประจำปี พ.ศ. 2549 ระหว่างวันที่ 1-3 พฤศจิกายน 2549* (หน้า 1-30). กรุงเทพฯ: สมาคมพัฒนาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุไทย.

- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2545). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย (เล่ม 2 วัยรุ่น-วัยสูงอายุ)* (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศศิมา ทวีสิน. (2538). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการเตรียมตัวในการดำรงชีวิตเมื่อเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย, สาขาวิชาประชากรศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศูนย์สารสนเทศโรงงานอุตสาหกรรม. (2559). *นโยบายในการรักษาความมั่นคงปลอดภัยด้านสารสนเทศของ กรอ*. เข้าถึงได้จาก <http://php.diw.go.th/inf/>
- สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. (2548). *การดูแลรักษาโรคผู้สูงอายุแบบสหสาขาวิชา*. กรุงเทพฯ: ชมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สมประวิณ มั่นประเสริฐ. (2554). *การศึกษาผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรที่มีต่อแบบแผนการบริโภคของครัวเรือนไทย*. กรุงเทพฯ: สถาบันพัฒนาบริหารศาสตร์.
- สมฤดี ชัมภิตติคุณ. (2550). *การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของบุคลากรฝ่ายการพยาบาลโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์*. วิทยานิพนธ์การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุดใจ น้ำผุด. (2536). *ค่าแห่งเวลา*. *วารสารข้าราชการ*, 38(7), 44-45.
- สุพรรณิ รัตนานนท์ และเมธี จันทชาติ. (2557). *รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุงาน: กรณีศึกษาคูโรงเรียนเอกชน จังหวัดนนทบุรี*. เข้าถึงได้จาก <http://e-jodil.stou.ac.th>
- สุรกุล เจนอบรม. (2534). *วิทยาการผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรศักดิ์ วงศ์รัตนชีวิน, รศนา วงศ์รัตนชีวิน และวิชัย บุญแสง. (2548). *กิน/แก่.....แก่*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิบัณฑิตยสถานวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย.
- สำนักงานคณะกรรมการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.). (2553). *การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย ปี พ.ศ. 2553-2583*. เข้าถึงได้จาก <http://www.thaifranchisecenter.com/links/show.php?id=718>
- แสนคำนึ่ง ตรีฤกษ์ฤทธิ. (2557). *คุณภาพชีวิตของการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการครู จังหวัดชลบุรี*. *วารสารเกษตรศาสตร์ (สังคม)*, 35(3), 1-10.
- อรจรจ ดิพินิจ. (2556). *ความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรสุขภาพมหาบัณฑิต, สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.



- อรุณรักษ์ ป่าเจือ. (2557). การเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ  
ตำบลโนนสมบูรณ์ อำเภอบ้านแฮด จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตร  
มหาบัณฑิต, สาขาวิชาการปกครองท้องถิ่น, วิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น,  
มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- อุทัย สุดสุข. (2552). ทีมงานสาธารณสุขเพื่อพัฒนาสาธารณสุขมูลฐาน: ศึกษาเฉพาะกรณี  
ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Atchle, R. C. (1994). Critical discourse and gerontology as process. *Contemporary Gerontology*,  
1, 2.
- Burnside, R. G. (1981). Optical observations of thermospheric dynamics at arecibo. *Journal of  
Geophysical Research*, 86(7), 5532-5540.
- Erikson, E. H. (2000). *His life, work, and significance*. Buckingham: Open University Press.
- Fillenbaum, S. (1971). On coping with ordered and unordered conjunctive sentences. *Journal of  
Experimental Psychology*, 87(1), 93.
- Hooyman, M. N. (1991). *Feminist social work practice in clinical setting*. Newbury Park:  
CA Sage.
- McPherson, B., & Guppy, N. (1979). Pre-retirement life-style and the degree of planning for  
retirement. *J Gerontol*, 34(2), 254-63.
- Randall, H. G., Philip, R., & Melvin, W. (1987). *Rational choice*. Chicago: University of Chicago  
Pree.
- Weitzel, W. (1989). Decline in organizations: A literature integration and extension.  
*Administrative Science Quarterly*, 34(1), 91-109.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก  
แบบสอบถามการวิจัย

**แบบสอบถามโครงการวิจัย**  
**เรื่อง การศึกษาการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณของพนักงาน**  
**ในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี**

**คำชี้แจง:** แบบสอบถามฉบับนี้เป็นแบบสอบถามเพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี แบ่งออกเป็น 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ จำนวนทั้งสิ้น 15 ข้อ

ตอนที่ 2 การเตรียมความพร้อมผู้วัยเกษียณของพนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวนทั้งสิ้น 26 ข้อ

ตอนที่ 3 ปัญหาและข้อเสนอแนะอื่น ๆ สำหรับการเตรียมความพร้อมผู้การเกษียณอายุ มีลักษณะเป็นคำถามปลายเปิด จำนวน 3 ข้อ

กรุณาตอบแบบสอบถามตามความคิดเห็นหรือเหตุผลของท่านตามความเป็นจริงมากที่สุด ทั้งนี้ผู้วิจัยขอรับรองว่าจะเก็บข้อมูลของท่านไว้เป็นความลับและนำไปใช้ในเชิงวิชาการเท่านั้น ซึ่งจะไม่มีผลกระทบต่อการทำงานของท่าน ผลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้จะนำเสนอในภาพรวม ผู้วิจัยขอขอบพระคุณท่านที่ได้กรุณาให้ความร่วมมือตอบแบบสอบถามเพื่อการวิจัยดังกล่าวนี้

ขอขอบพระคุณ

**ตอนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม**

**คำชี้แจง:** โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หรือเติมข้อความในช่องว่างให้ตรงกับข้อเท็จจริง  
ของตัวท่านมากที่สุด

1. เพศ

( ) ชาย ( ) หญิง

2. อายุ.....ปี

3. สถานภาพ

( ) โสด ( ) สมรส  
( ) หม้าย ( ) หย่า/ แยกกันอยู่

4. การศึกษาสูงสุด

( ) ต่ำกว่าปริญญาตรี ( ) ปริญญาตรี  
( ) สูงกว่าปริญญาตรี ( ) อื่น ๆ โปรดระบุ.....

5. ระยะเวลาที่ประกอบอาชีพ.....ปี

6. รายได้ต่อเดือน (ทั้งเงินเดือนและรายได้พิเศษ) โดยประมาณ

( ) ต่ำกว่า 15,000 บาท ( ) 15,000-30,000 บาท  
( ) 30,001-45,000 บาท ( ) 45,001-60,000 บาท  
( ) สูงกว่า 60,000 บาท

7. ความเพียงพอของรายได้

( ) เพียงพอจนเหลือเก็บ ( ) เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ  
( ) ไม่แน่นอน ( ) ไม่เพียงพอจนมีหนี้สิน

8. ปัจจุบันท่านมีภาระหนี้สิน หรือไม่

( ) ไม่มี  
( ) มี มีภาระหนี้สินจาก (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)  
( ) การเช่า/ ซื้อบ้าน ที่ดิน  
( ) การเช่า/ ซื้อยานพาหนะหรือสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ  
( ) บัตรเครดิต/ สินเชื่อธนาคาร  
( ) ค่าใช้จ่ายในครอบครัว  
( ) หนี้นอกระบบ

9. ท่านคิดว่าหลังจากเกษียณอายุงานแล้ว ท่านจะยังคงทำงานเพื่อหารายได้ต่อไปหรือไม่
- ( ) ไม่ทำงานต่อ เพราะ (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)
- ( ) มีปัญหาสุขภาพ ( ) ต้องการพักผ่อน
- ( ) บุตรหลานต้องการให้พักผ่อน ( ) อื่น ๆ โปรดระบุ.....
- ( ) ทำงานต่อ เพราะ (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)
- ( ) สุขภาพยังแข็งแรง สามารถทำงานได้ ( ) คลายความเหงา
- ( ) อยากใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ( ) เป็นงานหรือธุรกิจที่ทำอยู่แล้ว
- ( ) อื่น ๆ โปรดระบุ.....
- ( ) ไม่แน่ใจ/ ยังไม่ได้ตัดสินใจ
10. ลักษณะที่พักอาศัยในปัจจุบัน
- ( ) เป็นของตนเอง/ คู่สมรส ( ) เป็นของญาติพี่น้อง
- ( ) บ้านเช่า ( ) อื่น ๆ โปรดระบุ.....
11. ภาวะสุขภาพปัจจุบันของท่านเป็นอย่างไร
- ( ) สุขภาพแข็งแรงดี ( ) เจ็บป่วยบ้างเล็กน้อย
- ( ) สุขภาพไม่แข็งแรง ป่วยบ่อย ( ) อื่น ๆ โปรดระบุ.....
12. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่
- ( ) ไม่มีโรคประจำตัว ( ) มี โรค.....
13. ท่านเคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงานหรือไม่
- ( ) ไม่เคย ( ) เคย จาก.....
14. ท่านเห็นด้วยกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงานหรือไม่
- ( ) ไม่เห็นด้วย เพราะ.....
- ( ) เห็นด้วย เพราะ.....
15. ท่านวางแผนจะเกษียณอายุเมื่อท่านมีอายุ .....ปี

## ตอนที่ 2 การเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุ

คำชี้แจง: โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด

- 1 หมายถึง ไม่มีการเตรียมความพร้อม
- 2 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมในระดับน้อย
- 3 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมในระดับปานกลาง
- 4 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมในระดับมาก

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
		4	3	2	1
	<b>การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ</b>				
1	ท่านเตรียมหรือมีการวางแผนจำนวนและแหล่งที่มาของรายได้ สำหรับการใช้จ่ายหลังเกษียณอายุ				
2	ท่านเตรียมหรือวางแผน ประมาณการรายจ่ายและวิเคราะห์รายจ่ายที่คาดว่าจะต้องใช้ในแต่ละเดือนหลังเกษียณอายุ				
3	ท่านเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการประกอบอาชีพหลังเกษียณอายุ				
4	ท่านเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการลงทุนในธุรกิจต่าง ๆ เพื่อเพิ่มรายได้ เช่น การลงทุนในตลาดหลักทรัพย์ การลงทุนในพันธบัตรรัฐบาล ตราสารหนี้ เป็นต้น				
5	ท่านเตรียมหรือวางแผนในด้านการออมหรือสะสมทรัพย์สิน เช่นการฝากเงินกับธนาคารหรือการลงทุนซื้ออสังหาริมทรัพย์				
6	ท่านเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการทำประกันชีวิตหรือการประกันสุขภาพ				
7	ท่านเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการลงทุนในกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ				
8	ท่านเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับการปลดปล่อยภาระและหนี้สินให้หมดก่อนเกษียณอายุ ที่ไม่ใช่ค่าใช้จ่ายในการดำรงชีพ				
	<b>การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย</b>				
9	ท่านเตรียมหรือวางแผนมีบ้านเป็นของตนเองเพื่อพักอาศัยหลังเกษียณ				
10	ท่านเตรียมหรือวางแผนปรับปรุงบ้านให้เหมาะสมกับวัยสูงอายุ เช่น ห้องนอนอยู่ชั้นล่าง วัสดุปูพื้นไม่ลื่น				
11	ท่านเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของชุมชนแหล่งที่ตั้งของบ้านที่จะพักอาศัยหลังเกษียณอายุ				

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
		4	3	2	1
12	ท่านเตรียมหรือวางแผนเกี่ยวกับบุคคลที่จะพักอาศัยด้วย ภายหลังเกษียณอายุ เช่น อยู่กับครอบครัวหรือบุตรหลาน เป็นต้น				
13	ท่านเตรียมหรือวางแผนในการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณ เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกับครอบครัว เช่น การไม่ข้องเกี่ยวกับอบายมุข (การพนัน/ สุรา หรือยาเสพติด)				
	<b>การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย</b>				
14	ท่านเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เพื่อให้ทราบถึง การเปลี่ยนแปลงของร่างกายในวัยสูงอายุ				
15	ท่านได้เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีหรือทุก 6 เดือน เพื่อให้ทราบถึงสภาวะของสุขภาพตัวเอง เพื่อป้องกัน หรือแก้ไขอาการที่เกิดขึ้นก่อนเกษียณ				
16	ท่านเตรียมตัวดูแลรักษาสุขภาพเพื่อเตรียมตัวรับวัยเกษียณ เช่น เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์หลัก โภชนาการและเหมาะสมกับวัย การออกกำลังกายและ นอนหลับให้เพียงพอเพื่อให้เกิดความเคยชินก่อนวัยเกษียณ				
	<b>การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย</b>				
17	ท่านเตรียมความพร้อมอื่น ๆ เกี่ยวกับป้องกันดูแลปัญหา สุขภาพที่อาจเกิดขึ้นในวัยหลังเกษียณอายุงาน เช่น การลดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การลดการสูบบุหรี่ เป็นต้น				
	<b>การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ</b>				
18	ท่านเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง ด้านจิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อเตรียมใจให้พร้อม เมื่อเกษียณอายุ				
19	ท่านมีการเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ บทบาท หน้าที่ในสังคมจะลดลง				
20	ท่านมีการเตรียมใจไว้แล้วว่าหลังจากเกษียณอายุ การยอมรับ นับถือจากผู้อื่นจะลดลง				



ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น			
		4	3	2	1
21	ท่านมีการพูดคุยกับเพื่อนรุ่นเดียวกันเพื่อเตรียมใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ				
	<b>การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาว่างและสังคม</b>				
22	ท่านได้วางแผนการใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายและเศรษฐกิจของท่าน				
23	ท่านเตรียมหรือศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตรงกับความสนใจของตนเองและเหมาะสมกับวัยเกษียณ				
24	ท่านเตรียมหรือ/ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจจะเข้าร่วมภายหลังจากเกษียณอายุ				
25	ท่านวางแผนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่สังคมเมื่อเกษียณอายุ				
26	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนเกษียณอายุ เพื่อสร้างความเคยชิน เพื่อเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุ				

**ตอนที่ 3 ปัญหาและข้อเสนอแนะอื่น ๆ สำหรับการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุ**

1. ท่านมีการวางแผนในการดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุงานที่เหมาะสมกับสถานะทางเศรษฐกิจของท่านอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

2. ปัญหาในการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุของท่าน

.....

.....

.....

.....

3. ข้อเสนอแนะในการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุ

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบพระคุณในความร่วมมือจากทุกท่าน  
ผู้วิจัย

ภาคผนวก ข

ผลการตรวจพิจารณาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผลการตรวจพิจารณาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ข้อ	ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1	ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2	ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3	รวมคะแนน	ค่า IOC
1	1	1	1	3	1.00
2	1	1	1	3	1.00
3	1	1	1	3	1.00
4	0	1	1	2	0.67
5	0	1	1	2	0.67
6	1	1	1	3	1.00
7	0	1	1	2	0.67
8	0	1	1	2	0.67
9	0	1	1	2	0.67
10	1	1	1	3	1.00
11	-1	1	0	0	0.00
12	0	1	1	2	0.67
13	-1	0	0	-1	-0.33
14	0	1	1	2	0.67
15	0	0	0	0	0.00
16	0	0	1	1	0.33
17	0	0	1	1	0.33
18	1	1	0	2	0.67
19	0	1	0	1	0.33
20	1	1	1	3	1.00
21	1	1	1	3	1.00
22	1	1	1	3	1.00
23	1	1	1	3	1.00
24	1	1	1	3	1.00
25	1	1	1	3	1.00
26	1	1	1	3	1.00
27	1	1	1	3	1.00
					19.00
<b>ผลการคำนวณค่า IOC ทั้งฉบับ</b>					<b>0.70</b>

ภาคผนวก ค  
ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

**Reliability**

**Scale: ALL VARIABLES**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.956	26

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
B1	75.70	166.148	.702	.954
B2	75.73	171.030	.444	.957
B3	75.60	160.938	.833	.953
B4	76.00	163.655	.635	.955
B5	76.00	162.069	.777	.954
B6	75.73	164.409	.681	.955
B7	75.50	170.121	.488	.956
B8	75.47	166.189	.701	.954
B9	75.60	169.007	.585	.956
B10	75.80	168.510	.544	.956

B11	75.77	165.495	.644	.955
B12	75.67	168.989	.689	.955
B13	75.63	171.413	.502	.956
B14	75.83	164.764	.723	.954
B15	75.53	168.740	.626	.955
B16	75.93	163.306	.841	.953
B17	75.53	163.913	.796	.954
B18	75.90	166.024	.662	.955
B19	75.80	164.303	.684	.955
B20	75.97	163.413	.766	.954
B21	75.93	168.892	.628	.955
B22	75.90	167.403	.632	.955
B23	75.70	170.700	.486	.956
B24	75.83	166.695	.718	.954
B25	75.90	161.748	.840	.953
B26	76.03	165.620	.597	.956