

การวิเคราะห์องค์ประกอบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพของ
บุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
Factor Analysis of prepare for retirement quality of personnel
of Rajabhat Maha Sarakham University

ภักดี โพธิ์สิงห์*

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับการเตรียมพร้อมก่อนการเกษียณอายุงานอย่างมีคุณภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม และเพื่อศึกษาวิเคราะห์องค์ประกอบตัวบ่งชี้ การเตรียมพร้อมก่อนการเกษียณอายุงานอย่างมีคุณภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนี้ ได้แก่ บุคลากร ของมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุนวิชาการ ซึ่งเป็นตัวแทนที่ได้จากการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างทำการสุ่มแบบแบ่งชั้นภูมิ ได้แก่ หน่วยงานระดับคณะ และประเภทของบุคลากร แบ่งเป็นสายวิชาการและบุคลากรสายสนับสนุน ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๔๕๐ คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ๕ ระดับมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .๙๗๒

ผลการวิจัย

๑. ระดับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๕) จำแนกเป็นรายด้านพบอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ๑) การเตรียมพร้อมด้านจิตใจ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๙๙) ๒) การเตรียมพร้อมด้านที่อยู่ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๕) ๓) การเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๒) ๔) การเตรียมพร้อมด้านร่างกาย (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๒) ๕) การเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา (ค่าเฉลี่ย = ๓.๗๕)

๑.๑ การเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุกลุ่มเพศชาย ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๗) จำแนกรายด้านเป็น ๑) การเตรียมพร้อมด้านร่างกาย (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๒) ๒) การเตรียมพร้อมด้านจิตใจ (ค่าเฉลี่ย = ๔.๐๒) ๓) การเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๔) ๔) การเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๓) ๕) การเตรียมพร้อมด้านที่อยู่ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๓)

๑.๒ สรุปการเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุกลุ่มเพศหญิง ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๓) จำแนกรายด้านเป็น ๑) การเตรียมพร้อมด้านร่างกาย (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๒) ๒) การเตรียมพร้อมด้านจิตใจ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๙๘) ๓) การเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๐)

* คณะรัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

๔) การเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา (ค่าเฉลี่ย = ๓.๗๐) ๕) การเตรียมพร้อมด้านที่อยู่ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๖)

๒. สรุปรองค์ประกอบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ มี ๓๕ ตัวบ่งชี้ คำนวณหาค่าองค์ประกอบ อยู่ระหว่าง .๕๔๕ ถึง .๘๒๓ ร้อยละความสะสม ๖๓.๐๓๒ และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ จำนวน ๕ องค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ ๑) องค์ประกอบการเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา ๒) องค์ประกอบ การเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ ๓) องค์ประกอบการเตรียมพร้อมด้านร่างกาย ๔) องค์ประกอบการเตรียมพร้อมด้านจิตใจ และ ๕) องค์ประกอบการเตรียมพร้อมด้านที่อยู่ตามลำดับ

๓. องค์ประกอบเชิงยืนยันการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ มี ๕ องค์ประกอบ ๓๕ ตัวบ่งชี้ โดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (β) ของตัวแปรสังเกตได้ทั้ง ๓๕ ตัวบ่งชี้ อยู่ระหว่าง .๔๕ ถึง .๗๖ และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ การตรวจสอบความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ปรากฏว่า ค่าไคสแควร์ (χ^2) เท่ากับ ๓๙๐.๗๘ ที่องศาอิสระ (df) เท่ากับ ๓๖๖ มีค่าความน่าจะเป็น (p-value) เท่ากับ ๐.๑๗๘ ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) และค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ ๐.๙๕, ๐.๙๑, และ ๐.๙๐ ตามลำดับ ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือในรูปคะแนนมาตรฐาน (SRMR) เท่ากับ ๐.๐๒๘ และ ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ ๐.๐๑๓ แสดงว่า โมเดลการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุที่สร้างขึ้นสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์อยู่ในเกณฑ์ดี

คำสำคัญ : การวิเคราะห์องค์ประกอบ, การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพ

ABSTRACT

This research aimed to study level of preparation for retirement quality, to analyze the factor of preparation for retirement quality personnel of Rajabhat Maha Sarakham University. The sample was 450 personnel-all of academic and clerical-of Rajabhat Maha Sarakham University; they were selected by stratified random sampling with faculty and kind of personnel. The instrument was the rating scale questionnaire with .972 of reliability.

Findings;

1. The preparation for retirement quality, to analyze the factor of preparation for retirement quality personnel of Rajabhat Maha Sarakham University as overall was at high level (Mean=3.85), considering each aspect was high level as well; the mental preparation (Mean=3.99), the residence preparation (Mean=3.85), the economy preparation (Mean=3.82), the health preparation (Mean=3.82), the

time spending preparation (Mean=3.75) respectively. Considering each gender were that;

1.1 The preparation for retirement quality of male as overall was at high level, considering each aspect were; 1) the health preparation (Mean=3.82), 1) the mental preparation (Mean=4.02), 3) the economy preparation (Mean=3.84), 4) the time spending preparation (Mean=3.83), 5) the residence preparation (Mean=3.83).

1.2 The preparation for retirement quality of female as overall was at high level, considering each aspect were; 1) the health preparation (Mean=3.82), 2) the mental preparation (Mean= 3.98), 3) the economy preparation (Mean=3.80), 4) the time spending preparation (Mean=3.70), 5) the residence preparation (Mean=3.86).

2. The factor of preparation for retirement quality personnel has 35 indicators, the values weight of element between 0.545- 0.823, the cumulative percentage was 63.032 by statistical significant at .05 levels. The 5 important elements were; the time spending, the economy, the health, the mental , and the residence respectively.

3. The Confirmatory Factor of preparation for retirement quality personnel had 5 elements and 35 indicators; values weight of element (β) between 0.45- 0.76 by statistical significant at .05 levels.

To verified consonance of the model of prepare for retirement quality personnel found that the chi-square (χ^2)= 390.78, df =366, p-value= 0.178, GFI=0.95, AGFI=0.91, CFI=1.00, SRMR= 0.028 and RMSEA=0.013. These mean that the preparation Models for retirement consonance with the empirical data good level.

Keywords : Factor Analysis, Preparation for Retirement Quality

๑. บทนำ

แนวโน้มประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มสูงขึ้น รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคม ในช่วงหลายทศวรรษที่ผ่านมา ส่งผลกระทบให้สถาบันครอบครัวของไทยอ่อนแอลงการคาดหวังให้บุตรหรือครอบครัวเป็นหลักในการเกื้อหนุนผู้สูงอายุเป็นไปได้ยาก ประกอบกับการลดลงของภาวะเจริญพันธุ์ครอบครัวมีบุตรน้อยลง การย้ายถิ่นของบุตรในวัยแรงงาน การสูญเสียบุตรจากการ

ตายทำให้ผู้สูงอายุต้องพึ่งพาตนเอง ขณะที่สุขภาพร่างกายที่อ่อนแอลง ทำให้รายได้ลดลงผกผันกับอายุที่เพิ่มขึ้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ต่ำ มีทรัพย์สินไม่มากไม่มีหลักประกันรายได้ยามชรภาพรวมทั้งการที่ประชากรสูงอายุมีอายุยืนยาวขึ้น ต้องเผชิญปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังเพิ่มขึ้น แต่กลับต้องอยู่ในภาวะทุพพลภาพช่วยตนเองไม่ได้ต้องพึ่งพาผู้อื่นในการดำเนินชีวิตประจำวัน ผู้สูงอายุที่ตกอยู่ในภาวะยากลำบากจึงสมควรได้รับการคุ้มครอง^๑ อีกทั้งผู้สูงอายุทั่วไปก็ควรได้รับบริการสังคม เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมในด้านต่างๆ ในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการพัฒนา และการส่งเสริมความ ความมั่นคงทางสังคม เพื่อตอบสนองความจำเป็นขั้นพื้นฐานของชีวิตเป็น อย่างน้อย บริการทางสังคม ดังกล่าวครอบคลุม ๗ ด้าน คือ สุขภาพ การศึกษา ที่อยู่อาศัย การทำงานและการมีรายได้ นันทนาการ กระบวนการยุติธรรม และบริการสังคม^๒ และควรเร่งให้มีการ บัญญัติเป็นกฎหมายมารองรับองค์การอิสระด้านสิ่งแวดล้อมและสุขภาพของประชาชนในชุมชน รวมทั้งการพัฒนากระบวนการดูแลสุขภาพ ผู้สูงอายุอย่างมีส่วนร่วมในชุมชน มุ่งหมายให้เป็น โครงการที่ดูแลผู้สูงอายุแบบองค์รวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ครอบคลุมการสร้างเสริม สุขภาพ การป้องกันการเจ็บป่วย การดูแลรักษา และการฟื้นฟู สมรรถภาพ โดยคาดหวังให้ผู้สูงอายุ สามารถพึ่งพาตนเองได้ ทั้งยังสามารถสร้างประโยชน์แก่บุคคลรอบข้างและสังคมได้

ในช่วงเวลา ๔๐ ปี ที่ผ่านมา พบว่า จำนวน ผู้สูงอายุ (Elderly ๖๐+) ในประเทศไทย เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง คาดการณ์จำนวนของประชากรในประเทศไทย ปี ๒๕๐๓-๒๕๗๓ เห็นได้ว่า ทุก ๆ ๑๐ ปี อัตราการขยายตัวเฉลี่ยสูงถึงร้อยละ ๔๐.๒๙ หากเปรียบเทียบกับช่วงเดียวกันที่จำนวน ประชากรทั้งประเทศขยายตัวเฉลี่ยอยู่ที่ร้อยละ ๒๑.๐๓ เท่านั้น โดยเฉพาะปี ๒๕๑๓-๒๕๒๓ เป็น ช่วงที่อัตราการขยายตัวของผู้สูงอายุสูงที่สุด คือ เพิ่มขึ้นร้อยละ ๗๓.๒๔ จาก ๑.๘๖ ล้านคน ในปี ๒๕๑๓ เป็น ๒.๙๑ คน ในปี ๒๕๒๓^๓

ในปี ๒๕๕๕ พบว่า ประชากรที่มีอายุครบ ๖๐ ปีขึ้นไป ซึ่งเข้าเกณฑ์ผู้สูงอายุมี จำนวน ๙.๓๓ ล้านคน เพิ่มขึ้นร้อยละ ๑๙.๖๕ จากปีก่อนหน้า เปรียบเทียบกับประชากรทั้งประเทศเพิ่มขึ้น เพียงร้อยละ ๐.๙๕ เป็น ๖๔.๕๐ ล้านคน ส่งผลให้สัดส่วนผู้สูงอายุอยู่ที่ร้อยละ ๑๔.๔๖ ของจำนวน ประชากรทั้งประเทศ (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. ๔ มกราคม ๒๕๕๖) จำนวนผู้สูงอายุในประเทศไทยเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ในปี ๒๕๕๕ ประชากรที่มีอายุครบ ๖๐ ปีขึ้นไป มี

^๑ ทรงพล ชันธพัท, “การศึกษาสภาพ และปัญหาการดำเนินงานสวัสดิการสังคมแก่ผู้สูงอายุของ องค์การ บริหารส่วนตำบลท่าหลวง อำเภوتاเรือ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”, วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์, ปีที่ ๓ ฉบับ (มกราคม-เมษายน ๒๕๕๗):

^๒ สุขสันต์ คุ่มกลาง, “การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุต่อการพัฒนาชุมชนขององค์การบริหารส่วนตำบลเกาะ เรียนอำเภพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”, วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์, ปีที่ ๓ ฉบับ ๑ (มกราคม-เมษายน ๒๕๕๗):

^๓ สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ, นโยบายการบริหารราชการแผ่นดินของรัฐบาลด้านผู้สูงอายุในปี พ.ศ. ๒๕๕๔, (กรุงเทพมหานคร : สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ, ๒๕๕๕), หน้า ๖๗.

จำนวน ๙.๓๓ ล้านคน คิดเป็นสัดส่วนร้อยละ ๑๔.๔๖ ของจำนวนประชากรทั้งประเทศ จึงกล่าวได้ว่า ประเทศไทยก้าวเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society)” แล้ว ด้านการกระจายตัวของประชากรสูงอายุในประเทศไทย พบว่าภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีสัดส่วนประชากรสูงอายุมากที่สุด คือ ร้อยละ ๓๒.๑๔ ของประชากรสูงอายุทั้งประเทศหากพิจารณาจากพื้นที่เทศบาล พบว่า ประชากรสูงอายุอาศัยอยู่ในพื้นที่นอกเขตเทศบาล ร้อยละ ๖๕.๐๐ อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลร้อยละ ๓๕.๐๐ จังหวัดที่มีสัดส่วนประชากรสูงอายุสูงที่สุด ๓ อันดับแรก ได้แก่ สิงห์บุรี สมุทรสงคราม และชัยนาท^๔

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จึงมุ่งศึกษา ความหมาย วิธีการวัดความพร้อมการเตรียมการเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพจากเอกสาร งานวิจัย แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง แล้วนำไปสู่การสร้างและพัฒนาเครื่องมือวิจัยเพื่อการศึกษาวิจัยระดับความพร้อมการเตรียมการเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพและศึกษาสำรวจตัวบ่งชี้ความพร้อมการเตรียมการเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพ ทั้งนี้เป็นการมุ่งศึกษาบุคลากรที่อยู่ช่วงวัยทำงาน อายุยังไม่ถึง ๖๐ ปี โดยเป็นการศึกษาว่า ก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุมีการความพร้อมการเตรียมการเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพอย่างไร เป็นต้น

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษาระดับการเตรียมพร้อมก่อนการเกษียณอายุงานอย่างมีคุณภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

๒. เพื่อศึกษาวิเคราะห์องค์ประกอบ ตัวบ่งชี้ การเตรียมพร้อมก่อนการเกษียณอายุงานอย่างมีคุณภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

๓. วิธีดำเนินการวิจัย

๑. รูปแบบการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยมุ่งเน้นรูปแบบการศึกษาค้นคว้าเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis EFA) ความหมาย ตัวบ่งชี้ ที่สำคัญขององค์ประกอบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุงาน ซึ่งกำหนดวิธีการศึกษา คือ การศึกษาความหมาย เพื่อกำหนดตัวบ่งชี้ขององค์ประกอบ การวิพากษ์ตัวบ่งชี้ จากผู้เชี่ยวชาญ การวิเคราะห์ความสอดคล้องของเนื้อหาตามเรื่องและวัตถุประสงค์ ดำเนินการสร้างและพัฒนาตัวบ่งชี้ตามข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญ ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงประจักษ์ตามลำดับ

^๔ กระทรวงอุตสาหกรรม, รายงานภาวะเศรษฐกิจอุตสาหกรรมรายไตรมาส ๒ ปี ๒๕๕๖ (เมษายน-มิถุนายน ๒๕๕๖, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานเศรษฐกิจอุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม, ๒๕๕๖), หน้า ๔๒.

๒. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๒.๑ ขอบเขตประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๒.๑.๑ ประชากร ได้แก่ บุคลากร ของมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุนวิชาการ

๒.๑.๒ การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยใช้เกณฑ์พิจารณาเลือกขนาดกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยนี้ คือ หนึ่ง หน่วยงานในระดับคณะ จำนวน ๙ คณะ สอง กำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้ตัวแปรสำคัญ ประกอบด้วย ๕ ตัวแปรองค์ประกอบ โดยกำหนดสัดส่วน ๑ : ๑๐ ของตัวแปรสังเกตได้ หรือ ๑๐ คน ต่อการประมาณค่าหนึ่งพารามิเตอร์ เหมือนเช่น^๖ ดังนั้น จึงแทนค่า ขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยประมาณ $9 \times 5 \times 10$ ได้ขนาดตัวอย่าง ประมาณ ๔๕๐ ตัวอย่าง สามกำหนดโควตาบุคลากรทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุนวิชาการ โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Quota Random Sampling) คือ (๑) ผู้ที่สังกัดหน่วยงานในระดับคณะ (๒) ประเภทบุคลากร แบ่งเป็นสายวิชาการ และสายสนับสนุนวิชาการ โดยกำหนดโควตาจำนวนตัวอย่าง เพื่อเป็นการสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูล คณะละ ๕๐ คน แบ่งเป็น สายวิชาการ จำนวน ๒๕ คน สายสนับสนุนวิชาการ ๒๕ คน ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ 50×9 เท่ากับ ๔๕๐ ตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ตัวแทนที่ได้จากการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นของประชากร และทำการสุ่มแบบแบ่งชั้นภูมิ ได้แก่ หน่วยงานระดับคณะ (๙) และประเภทของบุคลากร แบ่งเป็น สายวิชาการ (๒๕) และบุคลากรสายสนับสนุน (๒๕) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๔๕๐ คน

๓. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษาสูงสุด ตำแหน่งบริหาร ตำแหน่งวิชาการ หรือตำแหน่งวิชาชีพ สังกัดหน่วยงาน จำนวนสมาชิกในครอบครัว รายได้ครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน รายจ่ายครอบครัวโดยเฉพาะต่อเดือน

ตอนที่ ๒ ได้แก่ องค์ประกอบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุงาน ประกอบด้วย การเตรียมพร้อมด้านร่างกาย การเตรียมพร้อมด้านจิตใจ การเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ การเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา การเตรียมพร้อมด้านที่อยู่ แต่ละข้อประกอบด้วย มาตราประเมิน ๕ หน่วย จาก “มากที่สุด” ถึง “น้อยที่สุด” มีค่าความเชื่อมั่น .๙๗๒

ตอนที่ ๓ ข้อเสนอแนะสำหรับการเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุงาน

๔. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยใช้เครื่องมือแบบสอบถาม ในการรวบรวมข้อมูล โดยแจกไปตามหน่วยงานระดับคณะ ๙ หน่วยงานของมหาวิทยาลัย จำนวน ๔๕๐ ชุด เจ้าหน้าที่แจก

^๖ วิภา บำเรอจิตร, “อัตราการตอบกลับขั้นต่ำของแบบสอบถามทางไปรษณีย์ซึ่งตอบด้วยความจริงใจที่ทำให้ตัวประมาณค่าไม่ลำเอียง”, *วิทยานพนธ์ ค.ม.* (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๒).

แบบสอบถามแก่กลุ่มตัวอย่าง หลังจากตอบแบบสอบถามเรียบร้อยแล้ว ทำการตรวจสอบความถูกต้อง รวบรวมแบบสอบถามส่งคืนผู้วิจัย เพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป โดยได้รับแบบสอบถามคืน จำนวน ๔๐๐ ฉบับ คิดเป็นร้อยละ ๘๘.๘๘๘

๕. การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

องค์ประกอบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุงาน ภาพรวม ค่าความเชื่อมั่น = .

๙๗๒

จำแนกเป็นรายได้ คุณภาพเครื่องมือแบบสอบในแต่ละด้านมี ดังนี้

การเตรียมพร้อมด้านร่างกาย	ค่าความเชื่อมั่น = .๘๗๘
การเตรียมพร้อมด้านจิตใจ	ค่าความเชื่อมั่น = .๙๐๘
การเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ	ค่าความเชื่อมั่น = .๙๓๘
การเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา	ค่าความเชื่อมั่น = .๙๒๙
การเตรียมพร้อมด้านที่อยู่	ค่าความเชื่อมั่น = .๙๔๔

เกณฑ์การแปล ความหมายเพื่อจัด ระดับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุงาน กำหนดเป็นช่วงคะแนนได้ ดังต่อไปนี้^๗

ระดับการเตรียมพร้อมน้อยที่สุด	คะแนนเฉลี่ย ๑.๐๐ – ๑.๔๙
ระดับการเตรียมพร้อมน้อย	คะแนนเฉลี่ย ๑.๕๐ – ๒.๔๙
ระดับการเตรียมพร้อมปานกลาง	คะแนนเฉลี่ย ๒.๕๐ – ๓.๔๙
ระดับการเตรียมพร้อมมาก	คะแนนเฉลี่ย ๓.๕๐ – ๔.๔๙
ระดับการเตรียมพร้อมมากที่สุด	คะแนนเฉลี่ย ๔.๕๐ – ๕.๐๐

๖. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลและเกณฑ์ที่ใช้ในการอภิปรายผล

การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติในครั้งนี้ คำนวณโดยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลทางสังคมศาสตร์ การวิเคราะห์โดย

ขั้นที่ ๑ ใช้สถิติสำหรับวิเคราะห์หาค่า t-test, r-Item total (Corrected Item-Total Correlation) และ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Coefficient Alpha) เพื่อรายงานคุณภาพการวัดเครื่องมือแบบสอบถาม และพิจารณาคัดออก

ขั้นที่ ๒ ใช้สถิติสำหรับ การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis : EFA) โดยวิธีแบบหมุนแกน (Rotation Method : Varimax with Kaiser Normalization) ทำการสกัดองค์ประกอบด้วยวิธีวิเคราะห์ส่วนหลักสำคัญ (Principal Component Method) และหมุนแกนแบบแปรผันแม็กซ์ เพื่อรวบรวมหรือลดกลุ่มตัวแปรที่สังเกตได้

^๗Best. John W, Research in Skills for Executive Action, (New York. American Management Association, 1977), p.68.

๒) การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน อันดับที่หนึ่งและอันดับที่สอง (Confirmatory Factor Analysis : First & Second Order)

๖.๑ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษานี้ ผู้วิจัยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ช่วยในการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์เพื่อช่วยในการประมวลผลข้อมูล โดยใช้สถิติเพื่อประมวลผล ดังนี้

๖.๑.๑ สถิติวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) เพื่อสกัดตัวแปรรายการข้อคำถาม เพื่อให้ได้องค์ประกอบ โดยวิธีแบบหมุนแกน (Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization) โดยผ่านกระบวนการตามข้อตกลงเบื้องต้นของค่าสถิติทดสอบ (Assumptions) และเพื่อวิเคราะห์ ตัวบ่งชี้ความเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

๖.๑.๒ สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เพื่อบรรยายข้อมูลทั่วไปของประชากร หน่วยตัวอย่าง และเพื่ออธิบายระดับการเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

๔. ผลการวิจัย

๑. ระดับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๕) จำแนกเป็นรายด้านพบอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ๑) การเตรียมพร้อมด้านจิตใจ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๙๙) ๒) การเตรียมพร้อมด้านที่อยู่ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๕) ๓) การเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๒) ๔) การเตรียมพร้อมด้านร่างกาย (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๒) ๕) การเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา (ค่าเฉลี่ย = ๓.๗๕)

๑.๑ การเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุกลุ่มเพศชาย ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๗) จำแนกรายด้านเป็น ๑) การเตรียมพร้อมด้านร่างกาย (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๒) ๒) การเตรียมพร้อมด้านจิตใจ (ค่าเฉลี่ย = ๔.๐๒) ๓) การเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๔) ๔) การเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๓) ๕) การเตรียมพร้อมด้านที่อยู่ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๓)

๑.๒ สรุปการเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุกลุ่มเพศหญิง ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๓) จำแนกรายด้านเป็น ๑) การเตรียมพร้อมด้านร่างกาย (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๒) ๒) การเตรียมพร้อมด้านจิตใจ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๙๘) ๓) การเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๐) ๔) การเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา (ค่าเฉลี่ย = ๓.๗๐) ๕) การเตรียมพร้อมด้านที่อยู่ (ค่าเฉลี่ย = ๓.๘๖)

๒. สรุปองค์ประกอบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ มี ๓๕ ตัวบ่งชี้ คำนวณหาค่าองค์ประกอบ อยู่ระหว่าง .๕๔๕ ถึง .๘๒๓ ร้อยละความสะสม ๖๓.๐๓๒ และมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .๐๕ จำนวน ๕ องค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ ๑) องค์ประกอบเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา ๒) องค์ประกอบ การเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ ๓) องค์ประกอบเตรียมพร้อมด้านร่างกาย ๔) องค์ประกอบเตรียมพร้อมด้านจิตใจ และ ๕) องค์ประกอบเตรียมพร้อมด้านที่อยู่ตามลำดับ

๓. องค์ประกอบเชิงยืนยันการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ มี ๕ องค์ประกอบ ๓๕ ตัวบ่งชี้ โดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (β) ของตัวแปรสังเกตได้ทั้ง ๓๕ ตัวบ่งชี้ อยู่ระหว่าง .๔๕ ถึง .๗๖ และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕

การตรวจสอบความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ปรากฏว่า ค่าไคสแควร์ (χ^2) เท่ากับ ๓๙๐.๗๘ ที่องศาอิสระ (df) เท่ากับ ๓๖๖ มีค่าความน่าจะเป็น (p-value) เท่ากับ ๐.๑๗๘ ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) และค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ ๐.๙๕, ๐.๙๑, และ ๐.๙๐ ตามลำดับ ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของเศษเหลือในรูปคะแนนมาตรฐาน (SRMR) เท่ากับ ๐.๐๒๘ และ ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ ๐.๐๑๓ แสดงว่า โมเดลการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุที่สร้างขึ้นสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์อยู่ในเกณฑ์ดี

๕. อภิปรายผล

การอภิปรายผลการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ กำหนดประเด็นอภิปราย ดังนี้

อภิปรายผลจากการศึกษาโดยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (EFA) ประเด็นอภิปรายองค์ประกอบที่มีความสำคัญเป็นอันดับแรก คือ องค์ประกอบเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา สอดคล้องกับแนวคิดของ Brcuh lemon, Vern Bengtson และ James Peterson ได้ศึกษาปัญหาและแยกปัญหาพื้นฐานของทฤษฎีกิจกรรมที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุไว้ ๒ ประการ คือ (๑) ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมทางสังคมกับความพึงพอใจในชีวิตวัยชรา

(๒) บทบาทที่สูญหายไป เช่น การเป็นหม้าย การปลดเกษียณ ซึ่งเป็นผลตรงกันข้ามกับความพึงพอใจในชีวิต และยังพบว่าบุคคลที่เกษียณอายุที่มีการทำกิจกรรมทางสังคมกับเพื่อนทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิต และจากการศึกษาของ Havighurst^๔ พบว่า การเข้าไปมีส่วนร่วมในสมาคม การปรับตัวของแต่ละบุคคล และระดับของกิจกรรม มีผลต่อการสร้างขวัญและกำลังใจให้บุคคล

อภิปรายผลจากการศึกษาโดยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสอง (CFA)

ประเด็นที่ ๑ อภิปรายองค์ประกอบเตรียมพร้อมด้านการใช้เวลา ตัวบ่งชี้สำคัญ ๓ ลำดับ คือ ๑) การออกไปพบปะสังสรรค์กับเพื่อนฝูง ๒) การวางแผนเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม และ

^๔ Havighurst, R. J. and B. L. Neugarten, *Society and Education*, (Boston : Allyn and Becon, Inc, 1969), p.73.

๓) การสมัครเป็นสมาชิกชมรมต่าง ๆ ว่างล่วงหน้า ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า การพบปะสังสรรค์ ร่วมกิจกรรมในสังคม และการเป็นสมาชิกชมรมต่าง ๆ นั้น เป็น

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุที่จะต้องทำในวัยเกษียณ สอดคล้องกับแนวคิดของ (สุรกุล เจนอบรม. ๒๕๓๔) กล่าวว่า หลังเกษียณอายุราชการเวลาว่างจะมีมากขึ้น กิจกรรมยามว่างไม่ว่าจะเป็นงานอดิเรก การเรียนรู้สิ่งใหม่หรือให้บริการผู้อื่นจึงเป็นเรื่องสำคัญ ซึ่งนำความพึงพอใจมาให้ การที่จะสร้างนิสัยให้มีกิจกรรมในยามว่างไว้ตั้งแต่ช่วงชีวิตก่อนเกษียณจึงเป็นเรื่องจำเป็น และสำคัญเพราะการจะสร้างนิสัยใหม่ทันทีหลังเกษียณย่อมทำได้ยาก เพื่อให้แน่ใจว่าหลังเกษียณจะอยู่

อย่างมีชีวิตชีวาและสร้างสรรค์ผู้สูงอายุควรเตรียมตัวว่างล่วงหน้าสำหรับตนเองขณะที่ยังไม่เกษียณว่างานอดิเรกที่ตนชอบ

ทำคืออะไรเพราะการมีงานอดิเรกจะช่วยให้ชีวิตผ่อนคลาย มีสุขภาพแข็งแรงและยังทำให้เกิดความสมดุลในชีวิตของผู้เกษียณด้วย

ประเด็นที่ ๒ อภิปรายองค์ประกอบการเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจ ตัวบ่งชี้สำคัญ ๓ ลำดับ คือ ๑) การประเมินรายรับ - จ่ายหลังเกษียณอายุ ๒) การวางแผนการใช้จ่ายเงิน และ ๓) การวางแผนเพิ่มรายรับหรือลดรายจ่ายหลังเกษียณ สอดคล้องกับแนวคิดของ ศรีเรือน แก้วกังวาน (๒๕๒๑) มีความเห็นว่า การเตรียมตัวเตรียมใจเพื่อเผชิญภาวะเกษียณอายุการงาน เป็นเหตุการณ์ที่สำคัญมากของคนที่มีอาชีพ ซึ่งควรจะเตรียม (๑) ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ โดยการหางานพิเศษหรือกิจกรรมอดิเรกทำเพื่อชดเชยอาชีพเดิม (๒) การวางแผนการใช้ชีวิตและการใช้เวลาว่างภายหลังเกษียณอายุการงาน

ประเด็นที่ ๓ อภิปรายองค์ประกอบการเตรียมพร้อมด้านร่างกาย ตัวบ่งชี้สำคัญ ๓ ลำดับ คือ ๑) การพักผ่อน การนอนหลับ ๒) การรับประทานอาหารผัก ผลไม้มากขึ้นกว่าเดิม และ ๓) การรับประทานอาหารได้สัดส่วนที่เหมาะสมกับวัยสอดคล้องกับแนวคิดของ จรรยา เสียงสนาะ ได้กล่าวว่า การเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีสุขภาพกายและจิตใจดี ควรเตรียมในด้านต่างๆ ดังนี้ (๑) ด้านร่างกาย เช่น การรับประทานอาหารถูกส่วน การออกกำลังกายที่เหมาะสม การปฏิบัติสุขวิทยาส่วนบุคคลถูกต้อง เป็นต้น (๒) เตรียมสะสมเงิน เงินเป็นปัจจัยที่สำคัญมากในการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน ขณะที่ยังมีกำลังใจควรสะสมเงินไว้ใช้จ่ายในยาม บั้นปลายของชีวิต (๓) เตรียมที่อยู่อาศัย ควรวางแผนล่วงหน้าว่าจะอยู่ที่ไหนกับใคร (๔) เตรียมงานอดิเรก งานอดิเรกจะช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์ไม่ปล่อยเวลาให้สูญเปล่าโดยไร้ค่า (๕) เตรียมด้านจิตใจ มีการเตรียมจิตใจให้พร้อมที่จะเผชิญการเปลี่ยนแปลง มีการมองโลกในแง่ดี ซึ่งความพร้อมทางด้านจิตใจนี้เป็นสิ่งสำคัญที่จะนำไปสู่ความคิดอ่านที่ดีในการเตรียมปัจจัยด้านอื่นๆ ให้เพียงพอแก่การดำรงชีวิตในสังคมโดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น

ประเด็นที่ ๔ อภิปรายองค์ประกอบการเตรียมพร้อมด้านจิตใจ ตัวบ่งชี้สำคัญ ๓ ลำดับ คือ ๑) การมองโลกในแง่ดีมีธรรมะประจำใจ ๒) การแสวงหาความสงบให้แก่จิตใจ และ ๓) การ

ยอมรับสภาพความเป็นจริงสอดคล้องกับแนวคิดของ ปราณี จาติเกตุ^๙ ได้กล่าวถึง การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุไว้ว่า ๑) ผู้สูงอายุต้องทำตัวให้ไร้อารมณ์ คือ ทำใจให้สงบและยอมรับสภาพความจริงในชีวิต ตัดสินใจด้วยความมีเหตุผล ขจัดภาวะอารมณ์การขึงคับใจหรืออารมณ์ขุ่นมัวจากโลก โกรธ หลง หรือ วิตกกังวลต่างๆ ควรทำให้สงบว่างจากกิเลส ตัณหา เสมอต้นเสมอปลาย ยิ้มแย้มแจ่มใส เมตตากรรณากับบุคคลทุกคน มองทุกอย่างแต่ในแง่บวกจะทำให้จิตใจไม่ขุ่นมัว เพราะทุกอย่างในโลกนี้ไม่มี อะไรจะบวกหรือลบอยู่เพียงอย่างเดียว แต่ในบวกก็มีลบ และในลบก็มีบวก มิใช่มีแต่ผลดีหรือผลเสียอย่างเดียวเท่านั้น จึงพยายามค้นหาสิ่งที่ดีจากสิ่งที่ไม่ดี การมองในแง่บวกจึงทำให้จิตใจยอมรับความจริงและจิตใจไม่ขุ่นมัว จิตก็เป็นสุขได้ แต่ต้องปฏิบัติได้จริงด้วยตนเอง ๒) ชื่นชมชีวิตตนเอง บุตรหลานหรือสิ่งแวดล้อมในสังคม แต่ในสิ่งที่ติงาม และวางเฉยต่อสิ่งที่ไม่ถูกใจ ไม่พอใจ ไม่สบายใจได้ และยอมรับในการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของคนและสังคมในยุคใหม่ๆ ถ้าสิ่งนั้นมีไขความชั่ว หรือความเลวร้าย อย่าหวังว่าจะเปลี่ยนพฤติกรรมของคนอื่นให้มาเหมือนสิ่งที่ตนชอบ บุคคลจะมีความสุขได้ถ้าปฏิบัติตัวโดยยึดหลักพรหมวิหาร ๔ เป็น กิจวัตรประจำวัน และจำตัว คือ (๑) เมตตา การให้ความรัก ความสงสารแก่บุคคลอื่น จะเกิดความสุขทั้งสองฝ่าย ทั้งผู้ให้และผู้รับ เพราะเมตตาเป็นเครื่องค้าจุนโลกโดยแท้จริง (๒) กรุณา การให้ด้วยความจริงใจ อาจให้ในรูปแบบต่างๆ ทางทางแสดงออกทางกาย โดยการช่วยเหลือในการเล็กๆ น้อย มีความจริงใจและความหวังดี ผู้รับจะรู้สึกรัก เคารพเลื่อมใส ศรัทธา เชื่อฟัง เป็นบ่อเกิดของความสุข ความภาคภูมิใจด้วยกันทั้งสองฝ่าย (๓) มุทิตา การแสดงความชื่นชม ยินดี เมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จในโอกาสต่างๆ วันปีใหม่ สงกรานต์ และอื่นๆ การแสดงออกกระทำได้หลายรูปแบบเพื่อให้ผู้อื่นรับรู้ด้วยความภาคภูมิใจ และเป็นกำลังใจให้ทำดีต่อไป ตามฐานะและเศรษฐกิจที่ตนเองพึงให้ได้ (๔) อุเบกขา การวางเฉยเมื่อการสูญเสีย หรือไม่สามารถแก้ไขทุกข์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นทั้งของตนเองและผู้อื่น โดยเฉพาะการเกิด แก่ เจ็บ ตาย หรือการพลัดพรากจากสิ่งที่รักที่ชอบ ก็สามารถวางเฉยได้ ไม่วิตกในปัญหาที่เกิดขึ้นจนเกินเหตุ ทำให้เกิดความทุกข์ทรมานมากขึ้น การวางเฉยเป็นการส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิตของตนเองได้เป็นอย่างดี

ประเด็นที่ ๕ อภิปรายองค์ประกอบการเตรียมพร้อมด้านที่อยู่ ตัวบ่งชี้สำคัญ ๓ ลำดับ คือ ๑) การแต่งงานให้มีอากาศถ่ายเทใกล้ชีวิตธรรมชาติ ๒) การศึกษาวิธีแต่งงานให้น่าอยู่อาศัยท่ามกลางธรรมชาติ และ ๓) การศึกษาเตรียมออกแบบบ้านให้เหมาะกับวัยหลังเกษียณสอดคล้องกับแนวคิดของ เบญจมา เลาหพูนรังสี^{๑๐} การตัดสินใจในเรื่องที่อยู่อาศัยเป็นสิ่งที่มีความสำคัญยิ่งสำหรับบุคคลที่เกษียณอายุแล้วเพราะปัญหานี้จะพบมากในผู้เกษียณอายุหรือผู้สูงอายุที่มีฐานะปานกลางจนถึงระดับต่ำ เพราะมักจะไม่มีที่อยู่อาศัย ต้องพึ่งพาลูกหลานหรือสถานสงเคราะห์ การ

^๙ ปราณี จาติเกตุ, กฎหมายวิชาชีพการพยาบาล, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๕) หน้า ๕๘.

^{๑๐} เบญจมา เลาหพูนรังสี, “ความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการกับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน จังหวัดนครราชสีมา”, วิทยานิพนธ์ ว.ม., (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๔).

วางแผนที่อยู่อาศัยจะช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดความพร้อมและความมั่นคงในชีวิตบั้นปลาย การเตรียม
 ควรพิจารณาใน ๒ ลักษณะ คือ ๑) สถานที่ ต้องกำหนดในแผนที่ว่าจะอยู่ไหน กับใคร ผู้ให้อาศัย
 ยอมรับหรือไม่ (๑) ถ้าอยู่คนเดียว ควรเลือกสถานที่ให้เหมาะสม ง่ายต่อการติดต่อกับญาติสนิทมิตร
 สหาย สามารถเรียกพบเมื่อต้องการความช่วยเหลือได้ (๒) ถ้าอยู่กับบุตรหลานต้องมั่นใจว่าไม่เป็น
 การรบกวน และบุตรหลานยอมรับนอกจากนี้ตนเองควรสามารถทำตนให้เกิดประโยชน์ต่อครอบครัว
 อีกด้วย (๓) ถ้าอยู่ที่อื่น เช่น วัด สถานสงเคราะห์คนชรา หรือบ้านเช่า ต้องพิจารณาถึงรายจ่าย
 ความสะดวก และความพึงพอใจเป็นหลัก (๔) ถ้าอยู่บ้านตนเองซึ่งเป็นบ้านเก่าที่เคยอยู่ ท่านควรมี
 การปรับปรุงซ่อมแซมบ้านเพื่อให้เหมาะสมกับสภาพผู้สูงอายุหรือไม่ อย่างไร (๕) ถ้าท่านต้องการหา
 ที่อยู่ใหม่ควรเตรียมไว้เน้น ๆ โดยคำนึงถึงความเหมาะสมต่อสุขภาพ ไม่ไกลจากแหล่งชุมชนและ
 แหล่งให้บริการต่าง ๆ สามารถพบแพทย์ได้สะดวก ๒) สภาพที่อยู่หมายถึงลักษณะบ้าน การจัดบ้าน
 และสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะต้องมีลักษณะเฉพาะเหมาะสมกับสภาพและข้อจำกัดของผู้สูงอายุ (๑) พื้นบ้าน
 ไม่ควรขัดเงาให้ลื่นมากเกินไป เพราะจะทำให้ผู้สูงอายุพลัดหกล้มได้ง่าย (๒) เครื่องเฟอร์นิเจอร์
 ควรมั่นคงปลอดภัย (๓) แสงสว่าง ผู้สูงอายุต้องการแสงสว่างถึง ๑.๕ เท่าของคนอายุ ๒๐ ปี เพราะ
 การมองเห็นที่แสงสว่างน้อยจะทำให้ตาเมื่อยล้า การปรับสายตาในที่มืดทำได้ยาก ดังนั้น ภายในบ้าน
 จึงควรมีโคมไฟที่ให้แสงสว่างมากพอสำหรับผู้สูงอายุ (๔) ห้องน้ำ โดยเฉพาะโถส้วมควรเป็นโถนั่งจะ
 เหมาะกว่านั่งยอง ๆ เพราะผู้สูงอายุจะมีปัญหาข้อเข่าลุกนั่งลำบาก และควรมีราวยึดเกาะในห้องน้ำ
 เพื่อพยุงตัวเวลาลุกยืน ทั้งนี้เพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นได้ (๕) สำหรับผู้ที่อยู่อาศัยบ้านของ
 ตนเองแล้ว ควรสำรวจดูว่ามีสภาพเหมาะสมที่จะอยู่อาศัยภายหลังเกษียณ มีความสะดวกเพียง
 พอที่จะทำกิจกรรมในอนาคต และตนเองอาศัยอยู่ได้อย่างมีความสุขก็ไม่จำเป็นต้องย้าย แต่ถ้ามี
 ความจำเป็นต้องย้ายก็ต้องเตรียมงานทั้งด้านการเงิน ทำเลบ้านพักอาศัยต่างๆ ชนิดหรือลักษณะของ
 บ้าน และที่สำคัญบ้านใหม่จะต้องช่วยทำให้ชีวิตมีความสุขกว่าบ้านเดิม

๖. ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุมี ข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนา
 ปรับเปลี่ยนตัวเอง การกำหนดแนวทางการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ตามองค์ประกอบ
 ตัวบ่งชี้ ดังนี้

ประการที่ ๑ ควรเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุด้านการใช้เวลา โดยการออกไปพบปะ
 สังสรรค์กับเพื่อนฝูง การวางแผนเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม และการสมัครเป็นสมาชิกชมรมต่างๆ ไว้
 ล่วงหน้า

ประการที่ ๒ ควรเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านเศรษฐกิจ โดยการประเมินรายรับ-
 จ่ายหลังเกษียณอายุ การวางแผนการใช้จ่ายเงิน และการวางแผนเพิ่มรายรับหรือลดรายจ่ายหลัง
 เกษียณ

ประการที่ ๓ ควรเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านร่างกาย โดยการพักผ่อน การนอนหลับ การรับประทานผัก ผลไม้มากขึ้นกว่าเดิม และการรับประทานอาหารได้สัดส่วนที่เหมาะสมกับวัย

ประการที่ ๔ ควรเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านจิตใจ โดยการมองโลกในแง่ดี มีธรรมะประจำใจ การแสวงหาความสงบให้แก่จิตใจ และการยอมรับสภาพความเป็นจริง

ประการที่ ๕ ควรเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุ ด้านที่อยู่ โดยการการแต่งงานให้มีอากาศถ่ายเทใกล้ชิดธรรมชาติ การศึกษาวิธีแต่งงานให้น่าอยู่อาศัยท่ามกลางธรรมชาติและ การศึกษาเตรียมออกแบบบ้าน

ให้เหมาะกับวัยหลังเกษียณ

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

ควรทำการศึกษาวิจัยเชิงทดลอง โดยกำหนดกิจกรรม เพื่อพัฒนาเสริมสร้างการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ ตามองค์ประกอบตัวบ่งชี้ เช่น กิจกรรมเตรียมพร้อมก่อนเกษียณอายุด้าน การใช้เวลาโดยมีการพัฒนากิจกรรมสันทนาการ เพื่อให้มีการพบปะสังสรรค์กับเพื่อนฝูง หรือ กระบวนการกลุ่ม ซึ่งคาดว่าจะเป็นตัวทำนายสำคัญของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพ เป็นต้น

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

(๑) หนังสือ:

กระทรวงอุตสาหกรรม. รายงานภาวะเศรษฐกิจอุตสาหกรรมรายไตรมาส ๒ ปี ๒๕๕๖ (เมษายน -มิถุนายน ๒๕๕๖). กรุงเทพมหานคร : สำนักงานเศรษฐกิจอุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม, ๒๕๕๖.

ปราณี จาติเกตุ. กฎหมายวิชาชีพการพยาบาล. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๕.

สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. นโยบายการบริหารราชการแผ่นดินของรัฐบาลด้านผู้สูงอายุ ในปี พ.ศ. ๒๕๕๕. กรุงเทพมหานคร : สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ, ๒๕๕๕.

(๒) วารสาร:

ทรงพล ชันธพัท. “การศึกษาสภาพ และปัญหาการดำเนินงานสวัสดิการสังคมแก่ผู้สูงอายุ ของ องค์การบริหารส่วนตำบลท่าหลวง อำเภอท่าเรือ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”.

วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์. ปีที่ ๓ ฉบับ มกราคม-เมษายน ๒๕๕๗.

สุขสันต์ คุ่มกลาง. “การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุต่อการพัฒนาชุมชนขององค์การบริหารส่วนตำบล เกาะเรียนอำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”. **วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์**. ปีที่ ๓ ฉบับ ๑ มกราคม-เมษายน ๒๕๕๗.

(๓) วิทยานิพนธ์/รายงานการวิจัย:

เบญจมา เลาหพูนรังสี. “ความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการกับการปรับตัว ภายหลังเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน จังหวัดนครราชสีมา”.

วิทยานิพนธ์ ว.ม. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๔.

วิภา บำเรอจิตร. “อัตราการตอบกลับขั้นต่ำของแบบสอบถามทางไปรษณีย์ซึ่งตอบด้วยความ จริงใจที่ทำให้ตัวประมาณค่าไม่ลำเอียง”. **วิทยานิพนธ์ ค.ม.** กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๒.

๒. ภาษาอังกฤษ**(I) Books:**

Best. John W. **Research in Skills for Executive Action**. New York. American Management Association, 1977.

Havighurst, R. J. and B. L. Neugarten. **Society and Education**. Boston : Allyn and Becon, Inc, 1969.