

ความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
วันชัย แก้วสุมาลี

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
พฤษภาคม 2552

ความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
วันชัย แก้วสุมาลี

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
พฤษภาคม 2552
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
วันชัย แก้วสุมาลี

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
พฤษภาคม 2552

วันชัย แก้วสุมาลี. (2552). *ความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ*

ทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม.

(จิตวิทยาพัฒนาการ) . กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์: อาจารย์ ดร. นิยะดา จิตต์จรัส.

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อ 1) เปรียบเทียบพฤติกรรม การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงาน วัยผู้ใหญ่ในเขตจังหวัดกรุงเทพมหานครจำแนกตามลักษณะปัจจัยทางชีวสังคมได้แก่เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้ 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทศนคติและพฤติกรรม ในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน 3) เปรียบเทียบความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่แตกต่างกัน

กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มบุคคลวัยผู้ใหญ่ อายุระหว่าง21–60 ปี ที่เป็นพนักงานบริษัทเอกชนหรือประกอบธุรกิจส่วนตัวในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน ได้มาด้วยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลปัจจัยชีวสังคม แบบสอบถามการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน แบบสอบถาม ทศนคติต่อการ เตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน และแบบสอบถามวัดความเชื่อต่อการ เตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งแยกเป็น 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า t การทดสอบค่าเอฟ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่โดยใช้วิธีของ Scheffe และค่าความสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการวิจัยมีดังนี้

1. การเปรียบเทียบการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครตามตัวแปรตามปัจจัยทางชีวสังคม ที่ระดับนัยสำคัญ.05 พบว่า

1.1 เพศหญิงและเพศชายมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ทางด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ไม่แตกต่างกัน แต่เพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ด้านร่างกายมากกว่าเพศชาย

1.2 กลุ่มที่มีระดับอายุมากกว่ามีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานแต่ละด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง มากกว่ากลุ่มที่มีระดับอายุน้อยกว่าโดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มอายุ 50 ปีขึ้นไป กับกลุ่มที่มีระดับอายุ 40 ปี ลงมา

1.3 กลุ่มที่มีสถานภาพสมรสมีคู่หรืออยู่ด้วยกัน และสถานภาพหม้าย หย่าหรือแยกกันอยู่ มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง มากกว่ากลุ่มที่มีสถานภาพโสด

1.4 กลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

1.5 กลุ่มที่มีระดับรายได้สูงกว่า มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง มากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ต่ำกว่า โดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่มีรายได้ตั้งแต่ 20,000 บาทขึ้นไป กับกลุ่มที่มีรายได้ไม่เกิน 10,000 บาท

2. ทักษะต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครแต่ละด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง

3. กลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน มีความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มที่มีทัศนคติไม่ดี ในแต่ละด้านดังนี้

3.1 ด้านร่างกาย มี 5 ความเชื่อคือ เชื่อว่าทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพของตนเองได้ เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ช่วยป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้และสามารถที่จะได้รับความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องการดูแลสุขภาพของตนเอง

3.2 ด้านจิตใจ มี 8 ความเชื่อคือ ทำให้ตนเองปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่จะเกิดขึ้นได้ ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นอารมณ์ดีขึ้น มีสมาธิขึ้น มีผลทำให้สุขภาพร่างกายดีขึ้น เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพจิตของตนเอง เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นที่อยู่ร่วมกันในสังคมได้มากขึ้น

3.3 ด้านทรัพย์สินเงินทอง มี 4 ความเชื่อคือ เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องของทรัพย์สินของตนเองในอนาคต ทำให้ได้รับข้อมูลที่ดีในการใช้เป็นช่องทางในการจัดการบริหารด้านการเงิน ทำให้เกิดความสะดวกสบายเมื่อก้าวสู่วัยชรา อีกทั้งยังช่วยให้ สามารถจัดสรรเรื่องทรัพย์สินมรดกให้กับลูกหลานของตนได้เป็นอย่างดี

BELIEFS, ATTITUDES, AND BEHAVIORS TOWARD PRE- RETIREMENT
PREPARATION OF ADULT WORKERS IN BANGKOK METROPOLITAN AREA

AN ABSTRACT
BY
WANCHAI KAEWSUMALEE

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Developmental Psychology
at Srinakharinwirot University

May 2009

Wanchai Kaewsumalee. (2009). *Beliefs, Attitudes, and Behaviors Toward Pre-retirement Preparation of Adult Workers In Bangkok Metropolitan Area*, Master 's Project, M.Ed. (Developmental Psychology) Bangkok: Graduated School, Srinakharinwirot University. Project Advisor : Dr.Niyada Chittcharat.

The objectives of this research were 1) to compare the pre-retirement preparation of Adult Workers In Bangkok Metropolitan Area according to variables (Sex, age level, education level, marital status and income). 2) to study the relationship between attitude and pre-retirement behavior. 3) to compare beliefs about the outcome of pre-retirement preparation with different levels of attitude toward pre-retirement preparation.

The samples of this study were 400 adult workers, 21-60 years old , from Bangkok Metropolitan Area . They were selected by multistage random sampling technique.

The instruments used in this study were biosocial factors, pre-retirement preparation (measuring 3 aspects of preparation: physical, psychological and economic), attitudes toward pre - retirement preparation and beliefs about the outcome of pre – retirement preparation questionnaires.

The statistics for analyzing data were percentage, arithmetic mean, standard deviation, t-test, F-test, Scheffe test of paired comparison and Pearson 's Product Moment Correlation Coefficient .

The results were as follows:

1. Comparing pre-retirement preparation of adult workers according to biosocial variables, at the significant level of .05, the result showed that:

1.1 Groups differentiated by sex had no different pre-retirement in physical and economic preparation. However female had higher psychological preparation than male.

1.2 Older groups had higher pre-retirement in physical, psychological and economic preparation than younger groups especially when comparing between more than 50 years old group with less than 40 years old group.

1.3 Groups with married and divorce / separate marital status had higher pre-retirement in physical, psychological and economic preparation than the group with single marital status.

1.4 Groups differentiated by education level had no different in each aspect of pre-retirement preparation.

1.5 Groups with higher income level had higher pre-retirement in physical psychological and economic preparation than those with lower income level, especially when comparing between income more than 20,000 baht group with not more than 10,000 baht group.

2. Attitudes toward pre - retirement preparation had positive relation with pre - retirement preparation behavior of adult workers in Bangkok Metropolitan Area in all three aspects of preparation.

3. The good attitude group toward pre – retirement preparation had stronger beliefs about the outcome of pre – retirement preparation than the bad attitude group in each aspect of preparations as follows:

3.1 Physical preparation: There were 5 outcome of beliefs; having good health; having readiness for healthy life; having opportunity to have useful leisure time; protecting disease which might happen and gaining the knowledge of health care.

3.2 Psychological preparation: There were 8 outcome of beliefs; accommodating oneself for the change of emotion; having good emotional and mental health; having good concentration; having a good physical health; having readiness for mental health; having opportunity to have useful leisure time; understanding and accepting one ownself; and gaining more understanding of others in the society.

3.3 Economic preparation: There were 4 outcome of beliefs; preparing and planning for your property in the future; gaining the information to manage the finance; being comfortable when reaching elderly age and enabling to allocate heritage for descendant.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตรและคณะกรรมการสอบ
ได้พิจารณาสารนิพนธ์เรื่อง ความเชื่อ ทศนคติและพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการ
ทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ของ วันชัย แก้วสุมาลี ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชา
จิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....

(อาจารย์ ดร. นิยะดา จิตต์จรัส)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....

(รองศาสตราจารย์ประณต คำฉิม)

คณะกรรมการสอบ

.....ประธาน

(รองศาสตราจารย์ประณต คำฉิม)

.....กรรมการสอบสารนิพนธ์

(อาจารย์ ดร. นิยะดา จิตต์จรัส)

.....กรรมการสอบสารนิพนธ์

(รองศาสตราจารย์ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร)

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีคณะมนุษยศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ เฉลียวศรี พิบูลชล)

วันที่ 21 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2552

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์สำเร็จได้ด้วยดีเนื่องด้วยผู้วิจัยได้รับความกรุณาจากอาจารย์ ดร. นิยะดา จิตต์จรัส อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ที่เสียสละเวลาในการให้ความรู้ คำแนะนำ คำปรึกษา แก้ไขข้อบกพร่องทุกขั้นตอนในการทำวิจัยจนเสร็จสมบูรณ์ได้ด้วยดี ตั้งแต่เริ่มต้นทำสารนิพนธ์ จนกระทั่งสารนิพนธ์นี้เสร็จสิ้นลง

นอกจากนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ประณต เค้านิม และ รองศาสตราจารย์ ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร ที่เสียสละเวลาในการเป็นกรรมการควบคุมสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณ คณาจารย์และในภาคจิตวิทยาพัฒนาการทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้แก่ผู้วิจัย

ท้ายสุดผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ครอบครัวและเพื่อนๆ ทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยเสมอมา ตลอดระยะเวลาที่ศึกษาและทำงานวิจัย

วันชัย แก้วสุมาลี

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	5
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	7
นิยามปฏิบัติการ	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
บุคคลวัยทำงานวัยผู้ใหญ่.....	11
ความหมายของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่.....	11
พัฒนาการวัยผู้ใหญ่.....	13
ทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการเป็นผู้สูงอายุ	20
การเกษียณอายุการทำงาน.....	23
ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับการเกษียณอายุการทำงาน.....	23
กระบวนการการเกษียณอายุการทำงาน	24
การเกษียณอายุการทำงานในประเทศต่างๆ.....	25
ผลกระทบที่เกี่ยวข้องจากการเกษียณอายุการทำงาน	27
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเกษียณอายุการทำงาน	28
การเตรียมตัวเข้าสู่การเกษียณอายุการทำงาน.....	30
ความสำคัญประโยชน์ของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน	30
ระยะเวลาในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน	32
ประเภทของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน	33
การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในประเทศไทย	45

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
พฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานกับปัจจัยทางชีวสังคม ผลการวิจัย	48
พฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานกับทัศนคติและความเชื่อ ต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน	53
ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล	54
ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงาน	61
ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติกับความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงาน	62
กรอบแนวคิดในการวิจัย	64
สมมุติฐานในการศึกษาค้นคว้า	64
3 วิธีการดำเนินการวิจัย	65
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	65
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	68
การเก็บรวบรวมข้อมูล	74
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล	75
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	76
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล และการแปลความหมาย	77
ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง	78
การเปรียบเทียบพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคล ทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร	79
การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ การทำงานและพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน	100
การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพ มหานครที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่าง กันโดยวิเคราะห์โดยวิเคราะห์เฉพาะตัวแปรเกี่ยวกับความสัมพันธ์กัน	102

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	110
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	110
สมมุติฐานในการวิจัย.....	110
วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	111
สรุปผลการวิจัย.....	113
อภิปรายผล	116
ข้อเสนอแนะจากการวิจัย	125
 บรรณานุกรม	 126
 ภาคผนวก	 134
ภาคผนวก ก.....	135
ภาคผนวก ข.....	153
 ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์.....	 225

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนร้อยละของประชากรตามเรื่องที่เกิดและหรือเตรียมการเพื่อวัยเกษียณ	46
2 การให้คะแนนของแบบวัดทัศนคติ และความเชื่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ.....	69
3 แสดงตัวอย่าง แบบวัดการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน	72
4 จำนวนและร้อยละของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครจำแนกตาม ตัวแปรที่ศึกษา.....	78
5 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของบุคคลทำงาน จำแนกตามเพศ	80
6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานแต่ละด้าน ของบุคคลทำงานจำแนกตามอายุ	81
7 วิเคราะห์ความแปรปรวนของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน แต่ละด้านของบุคคลวัยทำงาน จำแนกตามอายุ.....	82
8 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ	83
9 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ	84
10 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สิน ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ.....	85
11 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของบุคคลทำงาน จำแนกตามสถานภาพ.....	86
12 วิเคราะห์ความแปรปรวนของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน แต่ละด้านของบุคคลวัยทำงาน จำแนกตามสถานภาพ	87
13 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามสถานภาพ.....	88
14 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามสถานภาพ	88
15 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สิน ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามสถานภาพ	89

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
16 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของบุคคลทำงาน จำแนกตามระดับการศึกษา	90
17 วิเคราะห์ความแปรปรวนของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน แต่ละด้านของบุคคลวัยทำงาน จำแนกตามระดับการศึกษา	91
18 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของบุคคลทำงาน จำแนกตามรายได้	92
19 วิเคราะห์ความแปรปรวนของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน แต่ละด้านของบุคคลวัยทำงาน จำแนกตามรายได้	93
20 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามรายได้	94
21 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามรายได้	95
22 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สิน ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามรายได้	96
23 สรุปการเปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน แต่ละด้านของบุคคลทำงาน จำแนกตามปัจจัยทางชีวสังคม	97
24 ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ การทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตาม ตัวแปรตามปัจจัยทางชีวสังคม	101
25 กลุ่มต่างๆ ซึ่งพบความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อน การเกษียณอายุการทำงาน ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง	103
26 การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขต กรุงเทพมหานครที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้าน ร่างกายแตกต่างกัน วิเคราะห์ตามกลุ่มตามตัวแปรทางชีวสังคมรวม 11 กลุ่ม	106
27 การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขต กรุงเทพมหานครที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้าน จิตใจแตกต่างกัน วิเคราะห์ตามกลุ่มตามตัวแปรทางชีวสังคมรวม 11 กลุ่ม	108

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
28 การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขต กรุงเทพมหานครที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้าน ด้านทรัพย์สินแตกต่างกัน วิเคราะห์ตามกลุ่มตามตัวแปรทางชีวสังคมรวม 11 กลุ่ม	105
29 ระดับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของบุคคลวัยทำงาน วัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครแต่ละด้าน	154
30 ระดับทัศนคติการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของกลุ่มคนวัยทำงาน วัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครแต่ละด้าน	154
31 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดี ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มเพศชาย	155
32 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดี ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มเพศหญิง	157
33 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดี ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มอายุ 41-50 ปี	159
34 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติไม่ดี ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มอายุ 51-60 ปี	161
35 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดี ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มโสด	163
36 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มสมรส	165
37 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี	167

บัญชีตาราง (ต่อ)

[illegible]

บัญชีตาราง (ต่อ)

[illegible]

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
54 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดี ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างในช่วง รายได้ระหว่าง 30,001 – 40,000 บาท	200
55 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดี ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างในช่วง รายได้ระหว่าง 40,000 บาทขึ้นไป	202
56 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านทรัพย์สินระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดี เพศชาย	204
57 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านทรัพย์สินระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดี ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่ม เพศหญิง	205
58 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านทรัพย์สินระหว่างกลุ่มที่ทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดี ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่ม ที่มีสถานภาพโสด	207
59 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ อายุการทำงานด้านทรัพย์สินระหว่างกลุ่มที่ทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดี ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่ม ที่มีสถานภาพหย่าร้าง	209
60 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการ ทำงานด้านทรัพย์สินระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่ทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเตรียมตัว ก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มที่มีอายุระหว่าง 51-60 ปี.....	211

บัญชีตาราง (ต่อ)

[illegible]

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

จำนวนประชากรผู้สูงอายุทั่วโลกมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น สำหรับประเทศไทย ในปี พ.ศ. 2543 มีจำนวนผู้สูงอายุทั่วประเทศ 4.9 ล้านคนจากประชากรทั้งหมด 65 ล้านคน (องค์การสหประชาชาติ: ออนไลน์) และจากรายงานการสำรวจจำนวนประชากรสูงอายุไทยในปัจจุบันโดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อเดือน มกราคม พ.ศ. 2548 พบว่ามีประชากรผู้สูงอายุจำนวน 7.1 ล้านคน และได้มีการคาดว่าในปี พ.ศ.2553 จะมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็น 13.4 ล้านคน (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล: ออนไลน์) เมื่อทำการตรวจสอบข้อมูลจากรายงานการวิจัยของวิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยรายงานดังกล่าวก็ได้มีการแจ้งข้อมูลไว้ว่าในอนาคตคาดว่าจำนวนผู้สูงอายุในโลกโดยรวมจะเพิ่มจำนวนสูงขึ้น คือในปี พ.ศ. 2566 จะมีประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็นประมาณ 1,100 ล้านคน หากพิจารณาร้อยละของผู้สูงอายุจากประชากรทั้งหมดในโลกก็จะเห็นได้ว่าอัตราร้อยละของประชากรผู้สูงอายุเพศหญิงมีสูงกว่าเพศชาย และอัตราร้อยละของผู้สูงอายุต่อประชากรทั้งโลกจะเพิ่มสูงขึ้นในอนาคต คือในปี พ.ศ. 2566 อัตราร้อยละของผู้สูงอายุเพศหญิงของโลกจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 21.4 และสำหรับเพศชายเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 18.6 (วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย: ออนไลน์) สำหรับสาเหตุของการเพิ่มขึ้นของจำนวนประชากรผู้สูงอายุนั้นเป็นผลอันเนื่องมาจากวิวัฒนาการด้านการแพทย์และการสาธารณสุขในปัจจุบันมีการพัฒนาเพิ่มมากขึ้นมีประสิทธิภาพซึ่งเป็นสาเหตุให้ประชากรโลกในปัจจุบันมีช่วงอายุที่ยืนยาวขึ้นกว่าในอดีต

ช่วงระยะเวลาหลังการเกษียณอายุการทำงานถือเป็นช่วงเวลาที่มีความสำคัญสำหรับบุคคลทั่วไป เพราะช่วงระยะเวลาดังกล่าวถือว่าเป็นช่วงเวลาช่วงสุดท้ายของชีวิตเป็นช่วงเวลาที่ต้องหยุดพักจากการทำงานและเกษียณตัวเองออกจากการทำงาน ทำให้บุคคลเหล่านี้ประสบปัญหาต่างๆ หลายด้าน ทั้ง ปัญหาสุขภาพ เศรษฐกิจ การขาดเพื่อน ที่อยู่อาศัย และปัญหาการปรับตัว โดยปัญหาที่เกิดขึ้นมีทั้งเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในลักษณะของการเสื่อมถอยลงไปตามธรรมชาติ ทำให้สถานภาพและบทบาทที่มีเปลี่ยนแปลงไปไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการมีรายได้ลดลงและยังมีรายจ่ายที่ต้องใช้ในชีวิตประจำวันและในการดูแลสุขภาพจึงต้องเผชิญกับปัญหาเศรษฐกิจ การออกจากงานทำให้มีเวลาว่างมากขึ้น เกิดปัญหาการปรับตัวเข้ากับวิถีชีวิตใหม่ๆ กล่าวคือผู้เกษียณจะรู้สึกตัวเองด้อยคุณค่า ไม่มีความสำคัญ ไม่มีประโยชน์ ด้านจิตใจทำให้เกิดความรู้สึกเหงา ว่าเหวและซึมเศร้า เพราะขาดเพื่อน ขาดการทำงาน ซึ่งถือเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ทางด้านสังคมก็จะถูกเปลี่ยนบทบาท

หน้าที่ซึ่งบางคนเคยมีสถานภาพสูงก็จะกลายเป็นบุคคลธรรมดาไม่มีอำนาจใดๆ และที่สำคัญ ทางด้านเศรษฐกิจ รายได้ที่เคยได้รับจะลดลงอย่างมาก ซึ่งช่วงเวลาหลังการเกษียณอายุการทำงานนั้นอาจใช้เวลา 20 – 25 ปี ซึ่งต้องใช้การเตรียมพร้อมในด้านต่างๆ มากมายโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง เพื่อที่จะสามารถทำให้ช่วงชีวิตที่เหลืออยู่เป็นช่วงชีวิตที่มั่นคงปลอดภัยและมีคุณภาพและมีการใช้ชีวิตที่ดีและมีคุณภาพที่สุด ดังนั้นกลุ่มผู้ที่จะเกษียณอายุการทำงานเป็นกลุ่มบุคคลที่สังคมต้องให้ความสนใจและเอาใจใส่มากกว่าเดิม

ดังนั้นสิ่งที่ถือเป็นเรื่องที่สำคัญและควรให้ความสนใจเพิ่มขึ้นในการเตรียมพร้อมในการรับสภาพต่อการเกษียณอายุการทำงานนั้นก็คือการที่บุคคลในสังคมมีหรือไม่ได้มีการเตรียมตัววางแผนการเกษียณอายุการทำงานดังที่ธาดา วิมลวัตรเวที (2542: 47) กล่าวไว้ว่าเมื่อก้าวสู่วัยเกษียณอายุการทำงาน บุคคลจะต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ มากมาย ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมที่เกิดขึ้นอย่างที่ไม่ได้ตั้งตัวมาก่อน การเตรียมความพร้อมให้กับชีวิตหลังเกษียณอายุ นั้นมีความสำคัญและจำเป็นกับบุคคลที่กำลังจะก้าวเข้าสู่ช่วงเวลาของชีวิตที่เรียกว่า วัยเกษียณอายุ ผู้ที่ไม่มีการเตรียมก่อนการเกษียณทำงานมักจะกลายเป็นผู้ที่ต้องใช้ชีวิตในวัยหลังเกษียณอายุการทำงานอย่างไม่มีความสุข ซึ่งการที่บุคคลที่กำลังจะก้าวสู่วัยเกษียณอายุนั้น ถ้าเกิดความไม่พร้อมในการเตรียมตัวจนทำให้เกิดความคับข้องใจ ความไม่รู้ถึงเป้าหมายชีวิต จิตใจท้อถอย ผู้ที่จะเกษียณอายุการทำงานจะไม่สามารถรับสภาพกับสภาวะวิกฤตดังกล่าวได้

การเกษียณอายุการทำงานนั้นเป็นระยะวิกฤติในชีวิตของบุคคลที่ต้องเกษียณอายุการทำงาน แต่ระยะวิกฤตินี้จะไม่ส่งผลกระทบรุนแรงถ้าบุคคลผู้นั้นมีการเตรียมตัวที่ดีมาในระยะก่อนการเกษียณอายุการทำงานซึ่งสอดคล้องตามที่สมฤดี ธัมมกิตติคุณ (2550: 3) ได้กล่าวไว้เช่นกันว่า ช่วงเวลาเกษียณอายุนั้นเป็นช่วงที่เกิดการเปลี่ยนแปลงมากมายในชีวิต เพราะช่วงเวลาดังกล่าวเป็นช่วงวัยที่มีความสำคัญที่สุดช่วงวัยหนึ่งที่เราจะต้องอยู่ในวัยนี้นาน 10-20 ปี หรือมากกว่านั้น หากผู้ที่จะเกษียณปรารถนาที่จะอยู่อย่างมีความสุข ใช้ชีวิตอย่างมีความสุขคุ้มค่า มั่นใจในความปลอดภัย ไม่ต้องหวาดหวั่นต่อสิ่งที่ที่จะต้องเผชิญในอนาคต

ในปัจจุบันมีคนจำนวนไม่น้อยที่เพิกเฉยกับการทำงานจนลืมไปว่าวันข้างหน้าหลังจากที่เกษียณอายุการทำงานตนเองจะทำอย่างไร หรือบางคนก็คิดถึงอยู่บ้าง แต่ก็ลืมวางแผนไว้ว่าหลังเกษียณจะทำอย่างไรต่อไป และเมื่อเริ่มต้นจะคิดถึงเรื่องการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน เวลาของการเกษียณอายุก็มาถึงแล้ว จึงทำให้บางคนไม่สามารถปรับตัวได้ทัน ซึ่งเป็นผลกระทบต่อยุติธรรมของตนเอง และอาจส่งผลกระทบไปถึงครอบครัวและบุคคลที่ใกล้ชิดเป็นปัญหาบานปลายและยากต่อการแก้ไขปัญหาคือ (มธุริน วรศักดิ์. 2550: 2) ดังนั้นเพื่อการดำเนินชีวิตที่มีประสิทธิภาพและมีความสุข อัมพร เจริญธรรม (2542: 19) ได้แนะนำถึงการเตรียมสำหรับการใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุให้มีความสุขและ

มีคุณค่าเอาไว้ว่า การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุการทำงานนั้น บุคคลควรจะมีการเตรียมตัวตั้งแต่เริ่มเข้าทำงานหรือถ้าเป็นไปได้ในสมัยปัจจุบันควรต้องมีการเตรียมตัวตั้งแต่อายุน้อยเพราะถ้าชีวิตของคนเรานั้นมีการได้เตรียมตัวล่วงหน้าได้เป็นช่วงระยะเวลาที่นานพอ เมื่อเกษียณอายุไปแล้ว ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั้นจะมีลดน้อยลง สอดคล้องกับที่ ลิตต์ และวินบรันท์

(มธุริน วรศักดิ์ อ้างถึง Leedy; & Wynbrandt. 1987: 131 – 133) แนะนำบุคคลเอาไว้ว่า บุคคลควรเริ่มต้นวางแผนการเกษียณอายุการทำงานไว้ตั้งแต่อายุ 30 ปี เพื่อให้บุคคลนั้นได้มีการเตรียมตัวและเตรียมใจใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุการทำงานอย่างมีความสุขเนื่องจากเตรียมเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานเป็นสิ่งสำคัญ ที่ช่วยให้ผู้เกษียณอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีในช่วงสุดท้ายของชีวิต

ผลการวิจัยในประเทศเกี่ยวกับพฤติกรรมและความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยเกษียณอายุการทำงาน บ่งชี้ว่าประชาชนในประเทศไทยยังไม่มีการตระหนักถึงความสำคัญและความจำเป็นของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน จากการศึกษาผู้สูงอายุไทยของคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็กและเยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการ และผู้สูงอายุ กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2547:73) ซึ่งได้รายงานว่ามีผู้ที่เข้าสู่วัยเกษียณอายุการทำงานแล้วนั้นส่วนใหญ่ไม่ได้มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุหรือวัยปลดเกษียณ โดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจ สุขภาพกาย และสุขภาพใจ ซึ่งพบได้ว่ามีผู้สูงอายุที่อยู่ในวัยเกษียณอายุการทำงานถึงร้อยละ 88 ของผู้สูงอายุทั้งหมดของประเทศไทยที่ไม่เคยได้เตรียมความพร้อมในช่วงชีวิตหลังเกษียณอายุเลย และเพียงประมาณ 1 ใน 5 ของกลุ่มบุคคลตัวอย่างเท่านั้นที่มีการเตรียมตัวด้านการเงินและสุขภาพทั้งกายและจิตใจ โดยผู้ที่อยู่ในเมืองมีส่วนการเตรียมตัวสูงกว่าในชนบท และเมื่อได้ทำการศึกษาลงไปในรายละเอียดของการเตรียมการด้านสุขภาพพบว่า มีเพียงร้อยละ 5 ของกลุ่มตัวอย่างเท่านั้นที่ได้รายงานว่าได้เตรียมการด้านสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ

จากการศึกษาค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับเอกสารและงานวิจัยต่างๆที่ผ่านมา ทำให้ได้รับทราบถึงข้อเท็จจริงเกี่ยวกับชีวิตหลังเกษียณอายุการทำงานว่า การเตรียมความพร้อมก่อนการก้าวเข้าสู่วัยเกษียณอายุการทำงานนับเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง และการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุการทำงานนั้นเป็นเรื่องที่สมควรกระทำตั้งแต่ก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุและควรกระทำอย่างต่อเนื่อง เพราะการเกษียณอายุการทำงานนั้นก่อให้เกิดผลกระทบด้านต่างๆ กับบุคคลมากมาย ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคมหรือด้านการมีส่วนร่วมในสังคมของบุคคล ในอันที่จะส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมได้ และจากการได้ศึกษางานวิจัยในประเทศไทยและในต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติต่อการเตรียมตัวในช่วงก่อนเกษียณอายุการทำงานนั้น ทำให้ทราบว่า ควรมีวิธีการในการเตรียมตนเองในการเกษียณอายุการทำงานว่าจะมีการเตรียมตัวใช้ชีวิตช่วงเวลาที่เหลืออยู่ให้มีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุด ดังนั้นทัศนคติและการเตรียมพร้อมเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการ

ทำงานของกลุ่มบุคคลวัยทำงานจึงถือว่ามีความสำคัญและควรให้ความสนใจใส่ใจเป็นอย่างยิ่ง เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีหลังการเกษียณอายุการทำงานของกลุ่มบุคคลวัยทำงานดังกล่าว จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับเรื่องของความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทั้งทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร เหตุผลในการศึกษาเกี่ยวกับเรื่องของความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานนั้น เนื่องจากผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลจากทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลของฟิชบายน์และไอเซน(Fishbein; & Ajzen. 1980) จากทฤษฎีดังกล่าวได้อธิบายเกี่ยวกับเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อ ทศนคติและพฤติกรรมของมนุษย์ว่า ทศนคติและพฤติกรรมของมนุษย์เป็นผลมาจากความเชื่อ โดยทศนคติต่อการประกอบพฤติกรรมจะขึ้นอยู่กับความเชื่อและการประเมินความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรมด้วยเช่นกัน เมื่อทศนคติและความเชื่อสอดคล้องกันจะส่งผลให้บุคคลกระทำพฤติกรรมนั้น สรุปได้ว่าความเชื่อเรื่องเกี่ยวกับผลของพฤติกรรมนั้นมีความสอดคล้องกับทศนคติต่อพฤติกรรมและพฤติกรรมที่แสดงออกด้วยเช่นกัน ดังนั้นการศึกษาเรื่องของทศนคติจึงต้องศึกษาในเรื่องของความเชื่อด้วย สำหรับเหตุผลในการเจาะจงศึกษาเฉพาะด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ซึ่งเป็น3ด้านที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในการเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุการทำงานนั้น เนื่องจากผู้วิจัยได้ทำการศึกษาจากงานวิจัยที่ผ่านมาของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2550: 31) พบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานทั้ง 3 ด้าน เป็นสิ่งที่กลุ่มบุคคลให้ความสำคัญและใส่ใจมาก ด้วยเหตุนี้จึงเลือกศึกษาเฉพาะการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทั้ง 3 ด้านดังกล่าวที่กล่าวมา และการเลือกศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร เนื่องจาก กรุงเทพมหานครถือได้ว่าเป็นเขตที่มีประชากรหนาแน่นสูงสุดในประเทศไทยและถือได้ว่าเป็นเขตที่อุดมไปด้วยแหล่งงานและการสร้างรายได้มากมาย ซึ่งผู้วิจัยต้องการศึกษาเพื่อให้ทราบว่ากลุ่มบุคคลวัยทำงานที่ทำงานอยู่ในพื้นที่เขตกรุงเทพมหานคร มีความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านทรัพย์สินเงินทองเป็นไปในแนวทางใด และมีทิศทางในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานของตนอย่างไรมากหรือน้อยเพียงใด เพราะถือได้ว่าการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานเป็นการวางแผนชีวิตอย่างหนึ่ง เป็นการกำหนดแผนที่แน่นอนที่จะทำให้ชีวิตในช่วงชีวิตบั้นปลายไม่มีปัญหาและไม่กระทบกระเทือนถึงบุคคลอื่น ดังนั้นจึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจที่จะทำการเรียนรู้และศึกษา เพราะข้อมูลที่ได้จะสามารถนำไปเป็นข้อมูลที่จะนำไปปรับใช้หรือนำไปพัฒนาปรับปรุงสำหรับคุณภาพชีวิตของบุคคลวัยทำงานในสังคมเมืองเพื่อให้ได้มาซึ่งประโยชน์และเป็นแนวทางเพื่อที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีภายหลังการเกษียณอายุนั้นเอง

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตจังหวัดกรุงเทพมหานครจำแนกตามลักษณะปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้

2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตจังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่จำแนกตามลักษณะปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้

3. เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ระหว่างกลุ่มบุคคลทำงานที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่แตกต่างกัน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ทำให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับ ความเชื่อ ทัศนคติ และพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองของกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งสามารถนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานสำหรับกลุ่มคนทำงานได้อย่างถูกต้องเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ อีกทั้งยังสามารถให้องค์ความรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานอีกด้วย

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มบุคคลวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและตอนกลางที่มีอายุระหว่าง 21 – 60 ปี ที่เป็นพนักงานบริษัทเอกชนหรือประกอบธุรกิจส่วนตัวในเขตกรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาในการวิจัยเป็นกลุ่มบุคคลวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและตอนกลางที่มีอายุระหว่าง 21–60 ปี ที่เป็นพนักงานบริษัทเอกชนหรือประกอบธุรกิจส่วนตัวในเขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้กลุ่มขนาดตัวอย่างทั้งสิ้น 400 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้มาด้วยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage random sampling)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น

ประกอบด้วย

- 1.1 เพศ แบ่งออกเป็น 2 เพศ คือ
 - 1.1.1 ชาย
 - 1.1.2 หญิง
- 1.2 อายุ แบ่งออกเป็น 4 ระดับ คือ
 - 1.2.1 21 – 30 ปี
 - 1.2.2 31 – 40 ปี
 - 1.2.3 41 – 50 ปี
 - 1.2.3 51 – 60 ปี
- 1.3 สถานภาพสมรส แบ่งออกเป็น 3 ระดับคือ
 - 1.3.1 โสด
 - 1.3.2 สมรส/มีคู่/อยู่ด้วยกัน
 - 1.3.3 หย่าร้าง/เป็นหม้าย/แยกกันอยู่
- 1.4 ระดับการศึกษา แบ่งออกเป็น 3 ระดับคือ
 - 1.4.1 ต่ำกว่าปริญญาตรี
 - 1.4.2 ปริญญาตรี
 - 1.4.3 สูงกว่าปริญญาตรี
- 1.5 รายได้ แบ่งออกเป็น 5 ระดับคือ
 - 1.5.1 รายได้ตั้งแต่ 5,000 บาท แต่ไม่เกิน 10,000 บาท
 - 1.5.2 รายได้ตั้งแต่ 10,001บาท แต่ไม่เกิน 20,000 บาท
 - 1.5.3 รายได้ตั้งแต่ 20,001บาท แต่ไม่เกิน 30,000บาท
 - 1.5.4 รายได้ตั้งแต่ 30,001บาท แต่ไม่เกิน 40,000บาท
 - 1.5.5 รายได้ตั้งแต่ 40,001 บาทขึ้นไป

2. ตัวแปรตาม

ประกอบด้วย

- 2.1 ความเชื่อเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนถึงวัยเกษียณอายุการทำงาน
- 2.2 ทักษะคิดต่อการเตรียมตัวก่อนถึงวัยเกษียณอายุการทำงาน
- 2.3 พฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนถึงวัยเกษียณอายุการทำงาน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การเกษียณอายุการทำงาน หมายถึง การออกจากตำแหน่งงาน เนื่องด้วยที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ ตามพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญข้าราชการ พ.ศ. 2494 แก้ไขเพิ่มเติมถึงฉบับปัจจุบัน พ.ศ. 2530(สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน. พ.ศ. 2533)

2. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน หมายถึง การเตรียมตัวในด้านต่างๆสำหรับวัยเกษียณอายุทำงาน ซึ่งในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้ครอบคลุมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณในด้านทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนวัยเกษียณอายุการทำงานซึ่งครอบคลุมการเตรียมตัวทั้ง 3 ด้าน ได้แก่การเตรียมตัวด้านร่างกาย การเตรียมตัวด้านจิตใจ และ การเตรียมตัวด้านทรัพย์สินเงินทอง

2.1 การเตรียมตัวด้านร่างกาย หมายถึง การเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและความเสื่อมถอยทางด้านสุขภาพกาย การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย การดูแลสุขภาพร่างกายให้มีสุขภาพที่แข็งแรงและสามารถป้องกันการเกิดโรคต่างๆต่อร่างกาย

2.2 การเตรียมตัวด้านจิตใจ หมายถึง การเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ ด้านความรู้สึกและด้านจิตใจของตนเอง ที่มีผลต่อผลกระทบต่อนตนเองในเรื่องของการเตรียมความพร้อมเกี่ยวกับ ความเสื่อมถอย ความหดหู่ทางจิตใจ การสูญเสียสิ่งต่างๆและการปรับตัวต่อการเกษียณอายุการทำงาน ให้ตนเองมีสุขภาพจิตที่ดี

2.3 การเตรียมตัวด้านทรัพย์สินเงินทอง หมายถึง การเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในรายรับรายจ่ายที่จะเกิดขึ้นหลังการเกษียณอายุการทำงาน รวมถึงการเตรียมความพร้อมในการวางแผนการใช้จ่ายเงินและเตรียมสะสมทรัพย์สินเงินทอง การประเมินรายรับ - รายจ่ายภายหลังชีวิตหลังการเกษียณอายุการทำงาน และภาระหนี้สินต่างๆการเตรียมสำรองเงินเพื่อไว้ใช้จ่ายยามเจ็บป่วยหรือฉุกเฉิน การเตรียมอาชีพสำรองเงินเพื่อไว้ใช้จ่ายยามเจ็บป่วยหรือฉุกเฉิน

3. บุคคลทำงาน หมายถึง ผู้ที่มีอายุอยู่ในช่วง 21-60 ปี เฉพาะเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพทำงานบริษัทเอกชนหรือประกอบธุรกิจส่วนตัว

4. เพศ หมายถึง สถานภาพทางเพศของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็น 2 ระดับ

4.1 เพศชาย

4.2 เพศหญิง

5. อายุ หมายถึง ระดับอายุของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็น 4 ระดับ

5.1 21 – 30 ปี

5.1 31 – 40 ปี

5.1 41 – 50 ปี

5.1 51 – 60 ปี

6. สถานภาพสมรส หมายถึง สภาพของการครองชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็น 3 ระดับ

6.1 โสด

6.2 สมรส/มีคู่/อยู่ด้วยกัน

6.3 หย่าร้าง/เป็นหม้าย/แยกกันอยู่

7. ระดับการศึกษา หมายถึง วุฒิการศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็น 3 ระดับ

7.1 ต่ำกว่าปริญญาตรี

7.2 ปริญญาตรี

7.3 สูงกว่าปริญญาตรี

8. รายได้ หมายถึง เงินเดือนหรือรายได้อื่นๆที่กลุ่มตัวอย่างได้รับในแต่ละเดือน ซึ่งพิจารณา รายได้เฉลี่ยเป็นรายเดือน แบ่งเป็น 5 ระดับ (ดัดแปลงจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ 2550:47)

8.1 รายได้ตั้งแต่ 5,000 บาท แต่ไม่เกิน 10,000 บาท

8.2 รายได้ตั้งแต่ 10,001 บาท แต่ไม่เกิน 20,000 บาท

8.3 รายได้ตั้งแต่ 20,001 บาท แต่ไม่เกิน 30,000 บาท

8.4 รายได้ตั้งแต่ 30,001 บาท แต่ไม่เกิน 40,000 บาท

8.5 รายได้ตั้งแต่ 40,001 บาทขึ้นไป

นิยามปฏิบัติการ

1. **ความเชื่อเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน** หมายถึง ปริมาณ หรือระดับความเชื่อของกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ เกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน โดยการศึกษาครั้งนี้ได้ครอบคลุมถึงการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้าน ย่อยต่างๆ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ซึ่งทราบได้จากการตอบ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลของ ฟิชบายน์และไอเซน (Fishbein; & Ajzen. 1980) โดยข้อวัดเป็นมาตรประมาณค่า 7 อันดับให้กลุ่มตัวอย่างแสดงความรู้สึกว่า เชื่อ หรือไม่ เชื่อ มากน้อยเพียงใด

2. **ทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน** หมายถึง ความคิดเห็นหรือ ความรู้สึกนึกคิดที่กลุ่มตัวอย่างมีต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในลักษณะเชิงบวก (Positive) หรือเชิงลบ (Negative) โดยการศึกษาครั้งนี้ได้ครอบคลุมถึงการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ

อายุการทำงานในด้านย่อยต่างๆ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง โดยสามารถวัดได้โดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่าของออสกู๊ด โดยการแบ่งทัศนคติของกลุ่มตัวอย่างต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน จะใช้การหาค่าเฉลี่ยเป็นการแบ่งกลุ่มตัวอย่างโดยสามารถแบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ

2.1 กลุ่มตัวอย่างที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่ดี หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบวัดสูงกว่า $\bar{X} + 1$ S.D.

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่ไม่ดี หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบวัดต่ำกว่า $\bar{X} - 1$ S.D.

3. **พฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน** หมายถึง ปฏิบัติหรือกิจกรรมทุกชนิด ที่เป็นการกระทำหรือการตอบสนองต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ในด้านต่างๆ โดยการกระทำนั้นเป็นไปโดยมีจุดมุ่งหมายและเป็นไปอย่างใคร่ครวญหรือเป็นไปอย่างไม่ใคร่ครวญ โดยมีความรู้ ความเข้าใจ ทัศนคติ และปัจจัยอื่นๆ ก่อให้เกิดการแสดงออกมาถึงการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน และการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้ครอบคลุมถึงการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านย่อยต่างๆ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ซึ่งการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านต่างๆ นั้นเป็นสิ่งที่เราสามารถวัดได้จากการตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้นำมาจากแบบสอบถามในพฤติกรรมเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานของพิมพ์พิมพ์ พิทักษ์, สมฤดี ธีรภักดี, รสลิน วิทย์วงศ์กังวาล และมธุรีน วรศักดิ์ โดยแบบสอบถามมีลักษณะเป็นข้อความให้กลุ่มตัวอย่างแสดงความคิดเห็น จากจริงที่สุดถึงไม่จริงเลย ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับให้ตรงกับกรกระทำของตนเอง

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรม การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับ ความหมายและแนวคิดที่เกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน สามารถสรุปหัวข้อได้ตามลำดับดังนี้

1. บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่

- 1.1 ความหมายของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่
- 1.2 พัฒนาการวัยผู้ใหญ่
- 1.3 ทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการเป็นผู้สูงอายุ

2. การเกษียณอายุการทำงาน

- 2.1 ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับการเกษียณอายุการทำงาน
- 2.2 กระบวนการการเกษียณอายุการทำงาน
- 2.3 การเกษียณอายุการทำงานในประเทศต่างๆ
- 2.4 ผลกระทบที่เกี่ยวข้องจากการเกษียณอายุการทำงาน
- 2.5 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเกษียณอายุการทำงาน
- 2.6 การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
 - 2.6.1 ความสำคัญ ประโยชน์ของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
 - 2.6.2 ระยะเวลาในการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน
 - 2.6.3 ประเภทของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
 - 2.6.4 การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในประเทศไทย

3. พฤติกรรมเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานกับปัจจัยทางชีวสังคม : ผลการวิจัย

4. พฤติกรรมเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน กับทัศนคติและความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

- 4.1 ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล
- 4.2 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
- 4.3 ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติกับความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

1. บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่

1.1 ความหมายของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่

บุคคลทำงาน หมายถึง ผู้ที่มีอายุอยู่ในช่วง 15-64 ปี ที่ประกอบอาชีพใดอาชีพหนึ่งที่เป็นอาชีพสุจริตโดยถูกต้องตามกฎหมาย(ตามประกาศของกระทรวงแรงงาน ปี 2539)

ความหมายของวัยผู้ใหญ่

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2530: 22 – 23) ได้แบ่งวัยผู้ใหญ่ออกเป็น 3 ระยะ คือ

1.วัยผู้ใหญ่ตอนต้น อายุประมาณ 25 – 40 ปี ระยะนี้พัฒนาการทางร่างกายจะเจริญเติบโตเต็มที่ เป็นระยะทดลองเพื่อหาแนวทางชีวิตที่ตนเองพอใจ

2.วัยกลางคน อายุประมาณ 40 – 65 ปี ระยะนี้เป็นระยะที่ร่างกายเริ่มมีการเสื่อมสมรรถภาพ รวมทั้งความสามารถทางเพศด้วย หญิงมักประสบกับความยุ่งยากทางกายและใจในระยะต่างๆ ของการหมดประจำเดือน ซึ่งจะต้องมีการปรับตัวใหม่กับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น อีกทั้งตอนปลายของวัยเป็นช่วงระยะเกษียณอายุ ทำให้เกิดปัญหาในการปรับตัวอีกด้วย

3.วัยชรา อายุประมาณ 65 ขึ้นไป ระยะนี้ร่างกายเสื่อมถอยลงอย่างเห็นได้ชัดจนมีความเสื่อมถอยและเปลี่ยนแปลงไปเป็นอย่างมาก

เชิรศรี วิวิธศิริ (2534: 51) กล่าวว่า ช่วงชีวิตที่เรียกว่า “ผู้ใหญ่” เป็นช่วงชีวิตที่ถือว่ามีความสำคัญซับซ้อนและยาวนานมาก มีการเปลี่ยนแปลงหลายๆ อย่างเกิดขึ้น ซึ่งต้องการการปรับตัวอย่างมีประสิทธิภาพ ในที่นี้เพื่อให้เห็นชัดขึ้นในการกล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงต่างๆ จึงแบ่งวัยผู้ใหญ่ออกเป็น 3 ระยะอย่างคร่าวๆ โดยพิจารณาจากบทบาทภารกิจพัฒนาการตามที่สังคมยอมรับ ตามแนวคิดของ ฮาวิวิกเฮิร์ท (Havighurst) ดังนี้คือ

1. วัยผู้ใหญ่ตอนต้นหรือวัยฉกรรจ์ (Early Adulthood) อายุ 18 – 35 ปี
2. วัยผู้ใหญ่ตอนกลางหรือวัยกลางคน (Middle Adulthood) อายุ 35 – 60 ปี
3. วัยผู้ใหญ่ตอนปลายหรือวัยชรา (Late Adulthood) อายุ 60 ปีขึ้นไป

เปรมจิต เอกธรรมชาลย์ (2531: 206) ได้แบ่งช่วงอายุของวัยผู้ใหญ่ โดยพิจารณาจากลักษณะความสามารถทางร่างกายได้เป็น 3 ช่วง คือ

- 1.วัยผู้ใหญ่ตอนต้น คือ บุคคลที่มีอายุ 21 – 40 ปี
- 2.วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง คือ บุคคลที่มีอายุ 41 – 60 ปี
- 3.วัยผู้ใหญ่ตอนปลาย คือ บุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

พันทิพา โฉมไสว (2549: 9) ได้กล่าวถึงลักษณะต่างๆ ของวัยผู้ใหญ่นี้

1.วัยผู้ใหญ่ตอนต้น เป็นช่วงที่มีพัฒนาการทางกายเจริญเติบโตเต็มที่ และเป็นระยะทดลองเพื่อหาแนวทางของชีวิตที่ตนต้องการและพอใจสืบเนื่องมาจากวัยรุ่น เช่น อาชีพ เพื่อน คู่ครอง

2.วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง หรือวัยกลางคน เป็นช่วงวัยที่มีแบบแผนชีวิตที่เข้ารูปหรือเกือบเข้ารูป บุคคลผู้มีพัฒนาการสมวัยที่ผ่านมาจะประสบความสำเร็จในด้านอาชีพในระดับและแนวทางตามประสบการณ์ที่ตนได้สะสมมา

3.วัยผู้ใหญ่ตอนปลายหรือวัยสูงอายุ เป็นช่วงวัยที่จะปรากฏถึงความเสื่อมถอยอย่างชัดเจนในด้านร่างกายและอาจมีความเสื่อมถอยทางจิตใจ อารมณ์และทางสังคมร่วมด้วย

สรุปได้ว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เป็นกลุ่มบุคคลที่ประกอบอาชีพสุจริตเพื่อให้ได้มาซึ่งรายได้โดยกลุ่มบุคคลดังกล่าว เป็นกลุ่มบุคคลที่มีพัฒนาการทางร่างกายเจริญเต็มที่ และเป็นช่วงอายุที่มีระยะเวลาครอบคลุมในเรื่องของการเริ่มทดลองการใช้ชีวิตหรือหาแนวทางในการดำเนินชีวิต หรือการมีแบบแผนชีวิตที่เข้ารูปสมบูรณ์แบบ การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ มีความมุ่งหมายในการศึกษากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในกลุ่มตัวอย่างตั้งแต่อายุ 21 ปีขึ้นไปจนถึง อายุ 60 ปี ดังนั้นจึงควรต้องมีการศึกษาถึงพัฒนาการด้านต่างๆ ของวัยทำงานซึ่งเป็นวัยที่อยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ว่ามีพัฒนาการในการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มช่วงวัยดังกล่าวว่ามีลักษณะของการเปลี่ยนแปลงเป็นไปอย่างไร เพราะเนื่องจากว่าในแต่ละช่วงวัยของมนุษย์มีการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างกัน ดังนั้น เราจึงควรทำการศึกษาถึง พัฒนาการในแต่ละช่วงต่างๆ ของชีวิตเรา เพื่อรับทราบและเข้าใจในการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงไปตามช่วงวัยว่ามีลักษณะเปลี่ยนแปลงและแตกต่างกันเช่นไร เพื่อได้รับความรู้ความเข้าใจสำหรับการเตรียมตัวในเรื่องต่างๆ ที่อาจมีการเตรียมพร้อมที่แตกต่างกัน

ในงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและตอนกลาง ตามแนวคิดการแบ่งช่วงอายุของเปรมจิต เอกธรรมชลาลัย คือตั้งแต่ อายุ 21 – 60 ปี เนื่องจากวัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นวัยที่มีพัฒนาการทุกในทุด้านได้อย่างเต็มที่สมบูรณ์แบบ ตลอดจนในช่วงวัยดังกล่าวนี้ยังเป็นช่วงวัยที่เป็นระยะทดลองในการค้นหาแนวทางในการดำเนินชีวิต และสำหรับวัยผู้ใหญ่ตอนกลางเป็นวัยที่มีแบบแผนการดำเนินชีวิตที่พร้อมเพียงและเริ่มที่จะคงที่สมบูรณ์ และในระยะเวลาของทั้งสองวัยนี้ได้ผ่านการเลือกคู่หรือมีวิถีชีวิตในการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไปจากชีวิตโสดเข้าสู่ชีวิตในช่วงการเลือกคู่หรือมีคู่ครอง และมีประสบการณ์ในการใช้ชีวิตคู่ ทำให้ช่วงวัยดังกล่าวสามารถรับรู้และเข้าใจถึงข้อมูลความรู้ด้านการเตรียมตัวการเกษียณอายุการทำงาน ตลอดจนสามารถมีมุมมองต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานได้เป็นอย่างดีในทุกๆ ด้านของการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน จึงถือได้ว่าเป็นกลุ่มตัวอย่างที่น่าศึกษาค้นคว้าในเรื่องความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน

1.2 พัฒนาการวัยผู้ใหญ่

1.2.1 วัยผู้ใหญ่ตอนต้น

พัฒนาการทางร่างกาย บุคคลในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีการพัฒนาทางร่างกายอย่างเต็มที่ทั้งเพศหญิงและเพศชาย ร่างกายสมบูรณ์ มีการพัฒนาความสูงมาจากวัยรุ่นและจะมีความสูงที่สุดในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นนี้ รวมทั้งกล้ามเนื้อและเนื้อเยื่อไขมัน มีการพัฒนาอย่างเต็มที่เช่นกัน เมื่อเพศชายอายุประมาณ 20 ปี ไหล่จะกว้าง มีการเพิ่มขนาดของต้นแขนและมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมากขึ้น ในเพศหญิงเต้านมและสะโพกมีการเจริญเต็มที่ ในวัยนี้ร่างกายจะมีพลัง คล่องแคล่วว่องไว การรับรู้ต่าง ๆ จะมีความสมบูรณ์เต็มที่ เช่น สายตา การได้ยิน ความสามารถในการดมกลิ่น การลิ้มรส จนกระทั่งเข้าสู่วัยกลางคนความสามารถต่าง ๆ เหล่านี้จะลดลง

พัฒนาการด้านอารมณ์ วัยผู้ใหญ่จะมีการควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น มีความมั่นคงทางจิตใจดีกว่าวัยรุ่น คำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น รู้สึกยอมรับผู้อื่นได้ดีขึ้น มีพัฒนาการด้านอารมณ์รัก (Love) ได้ในหลายรูปแบบ เช่น รักแรกพบ (Infatuation) หรือรักแบบโรแมนติก (Romantic love) ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นนี้จะมีความรู้สึกแตกต่างจากในวัยรุ่น โดยจะมีความรู้สึกที่จะปรารถนาให้ชีวิตคู่ด้วยกัน มีการใช้กลไกทางจิตชนิดฝันกลางวัน (Fantasy) การเก็บกด (Impulsiveness) น้อยลง แต่จะใช้การตอบสนองด้วยเหตุผลทั้งกับตนเองและผู้อื่นมากขึ้น (ทิพย์ภา เศรษฐ์ชาวลิต. 2541; อ้างอิงจาก Sternberg, 1985)

พัฒนาการด้านสังคม ทฤษฎีพัฒนาบุคลิกภาพของอีริคสัน วัยผู้ใหญ่ตอนต้นอยู่ในขั้นพัฒนาการขั้นที่ 6 คือความใกล้ชิดสนิทสนมหรือการแยกตัว (intimacy and solidarity vs. isolation) สังคมของบุคคลวัยนี้คือ เพื่อนรัก คู่ครอง บุคคลจะพัฒนาความรัก ความผูกพัน แสวงหามิตรภาพที่สนิทสนม หากสามารถสร้างมิตรภาพได้มั่นคง จะเป็นผู้ใหญ่ที่มีความสัมพันธ์กันอย่างไว้นอกเหนือจากใจและนับถือซึ่งกันและกัน ตรงข้ามกับผู้ใหญ่ที่ไม่สามารถสร้างความสนิทสนมจริงจังกับผู้หนึ่งผู้ใดได้จะมีความรู้สึกอ้างว้างเดียวดาย (isolation) หรือเป็นคนที่หลงรักเฉพาะตนเอง (narcissism) วัยนี้ จะให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนร่วมวัยลดลง จำนวนสมาชิกในกลุ่มเพื่อนจะลดลง แต่สัมพันธ์ภาพในเพื่อนที่ใกล้ชิดหรือเพื่อนรักยังคงอยู่และจะมีความผูกพันกันมากกว่าความผูกพันในลักษณะของคู่รัก และพบว่ามักเป็นในเพื่อนเพศเดียวกัน การสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัวจะเพิ่มขึ้น เนื่องจากเป็นวัยที่เริ่มใช้ชีวิตครอบครัวกับคู่ของตนเอง และเกิดการปรับตัวกับบทบาทใหม่

พัฒนาการทางสติปัญญา พัฒนาการทางความคิดตามแนวคิดของเพียเจท์ (Piaget 's theory) กล่าวว่าวัยผู้ใหญ่มีพัฒนาการทางความคิดสติปัญญาอยู่ในระดับ Formal operations ซึ่งเป็นขั้นสูงที่สุดของพัฒนาการ มีความสามารถทางสติปัญญาสมบูรณ์ที่สุดคือคุณภาพของความคิดจะเป็นระบบ มีความสัมพันธ์กันและมีความคิดรูปแบบนามธรรม (Abstract logic) ผู้ใหญ่

จะมีความคิดเปิดกว้าง ยืดหยุ่นมากขึ้น และรู้จักจดจำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ ทำให้สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี และได้มีผู้สำรวจศึกษาหลายคนเห็นว่าความคิดของผู้ใหญ่ นอกจากจะเป็นความคิดในการแก้ไขปัญหาตามที่เพียเจท์กล่าวไว้แล้ว ยังมีลักษณะของความคิดสร้างสรรค์และค้นหาปัญหาค้นคว้า จึงมีผู้วิจารณ์อย่างมากมายว่าจะอยู่ในระดับ postformal thought มากกว่า ทำให้มีผู้เชื่อว่าแนวคิดของเพียเจท์ไม่น่าจะเป็นที่ยอมรับอีกต่อไป (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2538)

การปรับตัวกับบทบาทใหม่ ชีวิตการทำงาน เมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้นบุคคลส่วนใหญ่จะอยู่ในช่วงของการศึกษาระดับอุดมศึกษา หรือใกล้ที่จะสำเร็จการศึกษา จะมีการวางแผนในการเลือกอาชีพ ประกอบอาชีพที่ตนมีความรัก ความพึงพอใจในงาน และการได้พิจารณาแล้วว่าจะมีความเหมาะสมกับตนเอง ย่อมทำให้ชีวิตการทำงานมีความสุข มีความพร้อมที่จะปรับตัวกับเพื่อนร่วมงาน และพร้อมที่จะเผชิญปัญหาและการแก้ไขปัญหาต่อไปชีวิตคู่ ในวัยรุ่นอาจเริ่มต้นการมีสัมพันธภาพกับเพื่อนต่างเพศจนพัฒนามาเป็นความรักในวัยผู้ใหญ่ หรือบางคนเริ่มต้นมีความสนใจเรื่องความรักอย่างจริงจัง สร้างสัมพันธภาพกับคนต่างเพศรูปแบบถาวรในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีลักษณะคิดที่อยากจะใช้ชีวิตร่วมกัน อยากที่จะสร้างครอบครัวใหม่ เมื่อบุคคลสองคนตกลงใจใช้ชีวิตร่วมกันจึงต้องมีการปรับตัวกับบทบาทใหม่ที่เกิดขึ้น ได้แก่ บทบาทของการเป็นสามีหรือภรรยา มีความรับผิดชอบในบทบาทใหม่ที่ตนได้รับ โดยการเป็นสามีที่ดี ภรรยาที่ดี มีความรักความเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน มีความอดทน ร่วมกันประคับประคองชีวิตคู่ รวมทั้งให้การดูแลครอบครัวเดิมของแต่ละคน ในระยะแรกของการใช้ชีวิตคู่อาจต้องมีการปรับตัวอย่างมากจนกระทั่งปรับตัวได้ดี ชีวิตคู่ก็มีความสุขและจะส่งเสริมให้ชีวิตในด้านอื่นมีความสุขด้วย บทบาทการเป็นบิดามารดา ผู้ใหญ่ตอนต้นมีความปรารถนาที่จะเป็นผู้มีความสามารถในการปกป้อง ดูแลผู้ที่อ่อนแอกว่า เมื่อมีชีวิตคู่จึงมีความต้องการที่จะมีบุตรเพื่อทำหน้าที่ดังกล่าวประกอบความต้องการที่จะมีทายาท เมื่อมีบุตรชีวิตครอบครัวจะต้องมีการปรับเปลี่ยนบทบาทอีกครั้งโดยการเพิ่มเติมบทบาทของการเป็นบิดามารดาโดยเฉพาะในผู้หญิงที่เมื่อแต่งงานแล้วแยกครอบครัวออกจากครอบครัวเดิมของตน หรือการเป็นครอบครัวเดี่ยวภายหลังการแต่งงาน การทำงานนอกบ้านกับการเพิ่มหน้าที่ของการเป็นมารดาอาจทำให้ประสบกับความยากลำบากในการปรับตัวในระยะแรก สามีจึงจำเป็นต้องมีบทบาทในการเป็นผู้ช่วยมารดาในการเลี้ยงดูบุตร การมีบุตรนี้ทำให้ทั้งสามีและภรรยาได้มีการเรียนรู้ถึงความรักอีกชนิดหนึ่งคือความรักที่มีแต่การให้โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทนชีวิตโสด

ในสังคมปัจจุบันพบว่ามีคนจำนวนไม่น้อยมีความสุขกับชีวิตโสดซึ่งอาจมีสาเหตุมาจากการอุทิศเวลาให้กับงาน มีความภาคภูมิใจในตนเองอย่างมาก ไม่ต้องการที่จะมีชีวิตคู่ หรือมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการมีชีวิตคู่ คนโสดต้องมีการปรับตัวเช่นกันเนื่องจากกลุ่มเพื่อนสนิทตั้งแต่ในวัยรุ่น เพื่อนร่วมงานมักมีครอบครัว คนโสดจึงต้องหาเพื่อนใหม่ที่เป็นโสดเช่นเดียวกัน ต้องมีการปรับตัวกับเพื่อนใหม่

หรือเลี้ยงสัตว์เลี้ยงเพื่อเป็นเพื่อนและตอบสนองความต้องการที่จะปกป้อง ดูแลผู้ที่อ่อนแอกว่านั่นเอง ปัญหาที่พบในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

ปัญหาที่พบในวัยนี้คือปัญหาสุขภาพ เนื่องมาจากลักษณะการดำรงชีวิต (The Lifestyle) เช่น การสูบบุหรี่ การดื่มเหล้า การรับประทานอาหารไขมันสูง ไม่มีกากใยอาหาร วิธีการจัดการกับความเครียดที่ไม่เหมาะสมและการตัดสินใจปัญหาด้วยการใช้อาวุธ สิ่งเหล่านี้บั่นทอนสุขภาพเป็นอย่างมาก และนำไปสู่โรคที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพ เช่น โรคถุงลมโป่งพอง โรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด โรคมะเร็ง รวมทั้งการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุ การใช้อาวุธปืน เป็นต้น ประกอบกับในวัยนี้มีการปรับตัวใหม่อย่างมาก ปัญหาที่เกิดขึ้นจึงเป็นปัญหาที่เกิดจากการไม่สามารถปรับตัวเข้าสู่บทบาทใหม่ เช่น มีปัญหาในการทำงาน มีปัญหากับเพื่อนร่วมงาน - การเปลี่ยนงาน การผิดหวังในความรัก การสิ้นสุดการหมั้น - การสมรส ความผิดหวังจากการแท้งบุตร ความผิดหวังเกี่ยวกับเพศของบุตร เป็นต้น

1.2.2. ผู้ใหญ่ตอนกลางหรือวัยกลางคน (Middle age หรือ Middle adulthood)

วัยกลางคนคือช่วงอายุ 40 – 60 ปี เป็นช่วงระยะเวลาที่ยาวนาน ในการกำหนดบุคคลเข้าสู่วัยกลางคนนั้น มักจะพิจารณาสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงอายุเหล่านี้มากกว่าจะพิจารณาจากอายุปกติจริงๆ (ทิพย์ภา เชษฐุ์ชาวลิต. 2541)

พัฒนาการทางร่างกาย ในวัยกลางคนนี้ ทั้งเพศชายและเพศหญิงร่างกายจะเริ่มมีความเสื่อมถอยในเกือบทุกระบบของร่างกาย ผิวหนังจะเริ่มเหี่ยวแห้ง หยาบ ไม่เต่งตึง ผมเริ่มร่วงและมีสีขาว น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นจากการสะสมไขมันใต้ผิวหนังมากขึ้น ระบบสัมผัส ได้แก่ ความสามารถในการมองเห็นเปลี่ยนแปลงส่วนใหญ่สายตาจะยาวขึ้น บางคนจะมีอาการหูตึงเนื่องจากความเสื่อมของเซลล์การลิ้มรสและการได้กลิ่นเปลี่ยนแปลงไป อวัยวะภายในร่างกาย เช่น ผนังเส้นเลือด หัวใจ ปอด ไต และสมอง มีความเสื่อมลงเช่นกัน (ทิพย์ภา เชษฐุ์ชาวลิต. 2541; อ้างอิงจากศรีเรือน แก้วกังวาล. 2538)

พัฒนาการทางอารมณ์ ในบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิตการทำงานจะมีอารมณ์มั่นคง รู้จักการให้อภัย ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน มีความพึงพอใจในชีวิตที่ผ่านมา ลักษณะบุคลิกภาพค่อนข้างคงที่ บางคนจะมีอารมณ์เศร้าจากการที่บุตรเริ่มมีครอบครัวใหม่ การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก เช่น บิดา มารดา หรือคู่สมรส หรือผิดหวังจากบุตร เป็นต้น พัฒนาการทางสังคมทฤษฎีพัฒนาบุคลิกภาพของอีริคสัน วัยกลางคนอยู่ในขั้นพัฒนาการขั้นที่ 7 คือการบำรุงส่งเสริมผู้อื่นหรือการพะวงเฉพาะตน (generativity vs. self absorption) บุคคลที่มีพัฒนาการอย่างสมบูรณ์ในวัยนี้ จะแบ่งปัน เพื่อแผ้ว เอื้ออาทรต่อบุคคลอื่นๆ โดยเฉพาะกับบุคคลที่เยาว์วัยกว่า สร้างสรรค์ผลงานใหม่ ก่อให้เกิดความปลาบปลื้มใจ เห็นคุณค่าของตนเอง ตรงข้ามกับวัยกลางคนที่พะวงแต่ตน จะเห็นแก่ตัว

ไม่แบ่งปัน เผื่อแผ่ต่อบุคคลอื่น ชอบแสดงอำนาจ หรือเป็นคนเฉื่อยชา ขาดความกระตือรือร้นในงาน สังคมของบุคคลในวัยกลางคนส่วนใหญ่คือที่ทำงานและบ้าน กลุ่มเพื่อนที่สำคัญ ได้แก่ เพื่อนร่วมงาน หรือเพื่อนบ้านใกล้เคียง ความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นในลักษณะเฝ้าดูความสำเร็จในการศึกษา และความก้าวหน้าในหน้าที่การงานของบุตร ในบุคคลที่เป็นโสดกลุ่มเพื่อนที่สำคัญคือเพื่อนสนิทที่ผูกพันตั้งแต่ในวัยรุ่นหรือวัยผู้ใหญ่ตอนต้นระยะปลายของวัยนี้ ส่วนใหญ่เข้าสู่วัยใกล้เกษียณอายุการทำงาน บางคนสามารถปรับตัวได้ดี บางคนไม่สามารถปรับตัวได้ รู้สึกท้อแท้ รู้สึกตัวเองด้อยคุณค่า อาจมีอาการซึมเศร้า

พัฒนาการทางสติปัญญา ในระยะวัยกลางคนนี้จะมีพัฒนาการทางสติปัญญาใกล้เคียงกับในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีความคิดเป็นเหตุผล รู้จักคิดแบบประสานข้อขัดแย้งและความแตกต่าง จะสามารถรับรู้สิ่งที่เป็นข้อขัดแย้งต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็ว มีความอดทนและมีความสามารถในการจัดการกับข้อขัดแย้งนั้น ๆ ดังนั้นจึงมีความเข้าใจเรื่องการเมือง เล่นการเมือง รู้จักจัดการกับระบบระเบียบของสังคมและรู้จักจัดการกับเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างมีวุฒิภาวะ (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2538)

การปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตครอบครัว ปัญหาการหย่าร้าง เมื่อเกิดวิกฤติชีวิตครอบครัวและไม่สามารถแก้ปัญหาได้มักจะมีการหย่าร้างตามมา การหย่าร้างเป็นภาวะเครียดระดับสูงมาก และเป็นเรื่องของความสูญเสียอย่างรุนแรงถึงขั้นเป็นภาวะวิกฤตทางอารมณ์ (ทิพย์ภา เชษฐไชยลิต. 2541; อ้างอิงจาก จวีวรรณ สัตยธรรม. 2532) ในครอบครัวที่ไม่มีบุตรปัญหาจากการหย่าร้างอาจไม่เกิดขึ้นเลย หรือเกิดขึ้นน้อยมากอาจเป็นปัญหาเกี่ยวกับการเงิน การหย่าร้างของครอบครัวที่มีบุตรมักจะพบปัญหาผู้ที่ดูแลบุตรต่อไป บุตรอาจเป็นที่ต้องการของทั้งบิดามารดา กรณีนี้จะมีการตกลงกันไม่ได้เนื่องจากความต้องการที่จะเลี้ยงดูบุตรของทั้งบิดามารดา บุตรที่บิดาและมารดาไม่ต้องการจะมีปัญหาตกลงกันไม่ได้เช่นกัน สำหรับบุตรที่เป็นที่ต้องการของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งจะสามารถตกลงกันได้ อย่างไรก็ตามปัญหาที่เกิดขึ้นคือความรู้สึกของเด็กที่บิดามารดาแยกจากกัน การมีครอบครัวใหม่ที่ขาดบิดาหรือมารดา และอาจเป็นครอบครัวใหม่ที่มีบุคคลอื่นทำหน้าที่บทบาทแทนบิดาหรือมารดาของตน จะส่งผลกระทบต่อจิตใจของเด็กอย่างมาก

วัยหมดประจำเดือน (Menopause) ผู้หญิงในวัยหมดประจำเดือนจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงของระดับของฮอร์โมนในร่างกาย อาการที่พบได้บ่อยคือผิวน้ำบริเวณลำตัวและใบหน้าแดง ปวดศีรษะ เนื่องมาจากเส้นเลือดที่ผิวน้ำขยายตัว อ่อนเพลีย เจ็บตามข้อต่าง ๆ หัวใจเต้นแรง เป็นต้น และอาจมีสาเหตุจากความวิตกกังวลเรื่องกลัวสามีจะทอดทิ้ง ไม่มีความสุขทางเพศ จึงพบว่าการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ร่วมด้วย ที่พบได้บ่อยคือโรค

เศร้าในวัยต่อ (involutional melancholia) มีอาการเจ้าอารมณ์ อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย หงุดหงิด ตื่นเต้น ตกใจง่าย(ทิพย์ภา เชนฐ์ชาวลิต. 2541)

วัยเปลี่ยนชีวิตในเพศชาย (Male menopause) เพศชาย เมื่ออายุประมาณ 45 - 50 ปี จะมีอาการเช่นเดียวกับผู้หญิง เช่น รู้สึกหงุดหงิด โกรธง่าย ชุนเฉียว คิดเล็กคิดน้อย เนื่องจากฮอร์โมนเทสโทสเตอโรนลดจำนวนลง ทำให้สมรรถภาพทางเพศของชายค่อย ๆ ลดลงด้วย ส่งผลให้มีความกลัวว่าตนเองกำลังจะหมดสมรรถภาพทางเพศ กลัวความสามารถทางเพศจะลดลง เกิดเป็นความกังวลเกี่ยวกับตนเอง เช่น อ้วน หน้าท้องใหญ่ ผมหงอกง่าย เหนื่อยง่าย หดแรงแรงเร็ว ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เป็นต้น (สุชา จันทน์เอม. 2536) บางรายจะสามารถปรับตัวและยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงได้ ในบางรายจะแสวงหาทางต่าง ๆ เช่น ไวอะกร้า เพื่อให้เพิ่มความมั่นใจให้กับตนเอง

สรุปได้ว่า เมื่อเข้าสู่ในระยะปลายของวัยกลางคน ใกล้เกษียณอายุการทำงาน บุคคลจะเริ่มเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ในบางคนแม้อายุตามปีปฏิทินจะเข้าสู่วัยผู้สูงอายุแล้ว แต่ด้วยการดูแลร่างกายที่ดีมาตั้งแต่ในวัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ตอนต้น และวัยกลางคน จะทำให้การเปลี่ยนแปลงด้านความเสื่อมของร่างกายปรากฏให้เห็นน้อยมาก หรือล่าช้าออกไปอีกหลายปี ด้านจิตใจก็เช่นกัน บางคนยังดูกระฉับกระเฉง สดชื่นอยู่เสมอ ดังนั้นจึงควรมีการเตรียมตัวทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพต่อไปการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุ ควรปฏิบัติตนดังนี้

1. สุขภาพกาย

การออกกำลังกาย การออกกำลังกายอย่างเหมาะสมกับภาวะสุขภาพ และเหมาะสมกับภาวะการมีโรคประจำตัว เช่น โยคะ การวิ่งเหยาะ ๆ การออกกำลังกายเป็นประจำอยู่เสมอจะทำให้กล้ามเนื้อมีการทำงานยืดหยุ่นตัวอยู่เสมอ กล้ามเนื้อหัวใจแข็งแรงขึ้น ถ้าไม่ได้ออกกำลังกายทำให้กล้ามเนื้อลีบ เกิดการอ่อนแรงของกล้ามเนื้อ

การพักผ่อน การพักผ่อนอย่างเต็มที่และมีคุณภาพคือ การนอนหลับอย่างเพียงพอ เหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย เผื่อระวังปัญหาสุขภาพหรือเอาใจใส่สังเกตอาการผิดปกติของโรคประจำตัวปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์

2. สุขภาพจิต

มีความเข้าใจและมีการเตรียมจิตใจเพื่อยอมรับความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในชีวิต มีการเตรียมเรื่องการเงิน ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ เรื่องที่อยู่อาศัย และการใช้ชีวิตต่อไปในวัยผู้สูงอายุ รู้จักการทำจิตใจให้เป็นสุข ปล่อยวางในเรื่องที่ตนเองไม่สามารถจัดการได้อีกต่อไป เช่น การดำเนินชีวิตของบุตรหลาน เข้าร่วมกิจกรรมของการเตรียมพร้อมในการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุต่าง ๆ เช่น เข้าฟังบรรยายพิเศษเรื่อง การเตรียมตัวเข้าสู่วัยเกษียณอายุ เข้าร่วมโครงการวัยทอง เป็นต้น

1.2.3. วัยผู้ใหญ่ตอนปลายหรือวัยผู้สูงอายุหรือวัยเกษียณอายุการทำงาน

ความหมายของคำว่าผู้สูงอายุ

กุลยา ดันดิลาชีวะ (2524: 40) ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุว่า หมายถึง วัยวิกฤติที่ภาวะของร่างกายจะแสดงความเสื่อมตามธรรมชาติ เป็นวัยที่ควรได้รับการพักผ่อนทั้งร่างกายและจิตใจ โดยจะเกิดขึ้นจะเร็วหรือช้า แตกต่างกันไปในแต่ละคน สามารถจำแนกผู้สูงอายุได้ 4 ลักษณะคือ

1. การสูงอายุตามวัย (Chronological aging) หมายถึง การสูงอายุตามปีปฏิทิน โดยนับจากปีที่เกิด จนถึงอายุครบ 60 ปี นับว่าเป็นผู้สูงอายุ

2. การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological aging) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงด้านสมรรถภาพ และหน้าที่ของร่างกาย ที่เกิดความเสื่อมของอวัยวะระบบต่างๆ เมื่อมีอายุมากขึ้น

3. การสูงอายุตามสภาพจิตใจ (Psychological aging) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงในหน้าที่ของการรับรู้ แนวความคิด ความจำ การเรียนรู้ เซอร์ปัญญา และลักษณะของบุคลิกภาพที่ปรากฏในระยะต่างๆ ของชีวิตแต่ละบุคคลตามอายุที่เพิ่มขึ้น

4. การสูงอายุตามสภาพสังคม (Sociological aging) หมายถึง บทบาทหน้าที่ สถานภาพของบุคคลในสังคม เช่น ครอบครัว หน่วยงาน เป็นต้น

บรรลุ ศิริพานิช (2542: 24 -25) ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุว่า หมายถึงบุคคลที่เกิดและเจริญเติบโตเป็นเด็ก เป็นผู้ใหญ่ และสุดท้ายเป็นผู้สูงอายุ หรือบางที่เรียก คนแก่ คนชรา ผู้อาวุโส สุดแต่จะเรียกกัน แต่ถ้าพิจารณาให้ดีจะเห็นว่าคำเรียกจะแยกออกได้ดังนี้

1. เรียกตามลักษณะทางกายภาพ เช่น เรียนกว่า คนแก่ คนชรา คนเฒ่า เป็นการเรียกร้อยตามลักษณะทางสรีระที่บ่งบอกว่า ผู้นั้นแก่ เช่น ผมหงอก ผิวหนังเหี่ยวย่น เป็นต้น ทั้งๆ ที่บางคนมีลักษณะแก่ชราตั้งแต่อายุยังไม่มากก็ได้

2. เรียกตามอายุมากหรือน้อยตามปฏิทิน เช่น เรียกว่า ผู้สูงอายุ (Elderly, Older Person) ปัญหาที่ตามมาคือ อายุเท่าใดจึงเรียกว่า สูงอายุ เรื่องนี้ได้มีการถกเถียงกันในที่ประชุมสมัชชาว่าด้วยผู้สูงอายุโลกขององค์การสหประชาชาติ ส่วนใหญ่ฝรั่งหรือคนภาคพื้นยุโรปและอเมริกามักเรียกคนอายุ 65 ปี ขึ้นไปเป็นผู้สูงอายุ แต่ภาคพื้นเอเชียมักจะถือเอา 60 ปีขึ้นไปเป็นเกณฑ์ผู้สูงอายุอย่างไรก็ตามเป็นที่ตกลงกันในวงการระหว่างประเทศแล้วว่าให้ยึดเอา 60 ปี ขึ้นไปเป็นผู้สูงอายุ

3. เรียกตามสถานภาพทางสังคม เช่น เรียกว่า ผู้ใหญ่ ผู้อาวุโส (Senior Citizens) ในองค์กรหนึ่งๆ ผู้เป็นหัวหน้าย่อมเป็นผู้ใหญ่ขององค์กรทั้งๆ ที่อาจอายุไม่มากหรือไม่ใช่คน

แก่ คำว่า อาวุโส ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานให้ความหมายว่า เก่าแก่ หรือแก่กว่าในหน้าที่ราชการ เป็นต้น

โดยทั่วไป ในปัจจุบันประเทศไทยมักใช้คำว่า “ผู้สูงอายุ” กันเป็นส่วนมากเพราะดูกลางๆ ไม่บ่งชี้ว่าแก่หรือชรา ในวงการนานาชาติ คำที่ใช้ในการประชุมองค์การสหประชาชาติในปัจจุบัน ตกลงใช้คำว่า “Older Persons”

วัยผู้ใหญ่ตอนปลายหรือวัยชรา (อายุ 60 ปีขึ้นไป) เป็นช่วงสุดท้ายของชีวิตซึ่งเริ่มเข้าสู่วัยชรา ลักษณะแห่งชราภาพจะเร็วหรือช้าแตกต่างกันออกไปแต่ละบุคคล ในวัยนี้ความเสื่อมถอยทั้งร่างกายและจิตใจเป็นไปอย่างรวดเร็ว แต่แนวโน้มในปัจจุบันคนจะมีอายุยืนมากขึ้น ซึ่งเป็นเพราะปัจจัยด้านวิทยาการและอื่นๆ ผู้หญิงโดยเฉลี่ยจะมีอายุยืนกว่าผู้ชาย สำหรับลักษณะพัฒนาการของผู้ใหญ่ตอนปลาย สรุปได้ดังนี้

ด้านร่างกาย เป็นไปในลักษณะเสื่อมถอยลง มีลักษณะที่บ่งถึงความชราภาพได้ชัดเจน เช่น ผิวหนังแห้งเหี่ยว ต่อมเหงื่อและต่อมไขมันเสื่อมสมรรถภาพลง ฟันหัก ดวงตาฝ้ามัว ผนังบางและหงอกกล้ำเนื้อเสื่อมสมรรถภาพอย่างรวดเร็ว ประสาทสัมผัสเสื่อมสมรรถภาพลง มีความเปลี่ยนแปลงในระบบต่างๆ เช่น ระบบสืบพันธุ์ ระบบประสาท และต่อมไร้ท่อ

ด้านอารมณ์ วัยนี้เป็นวัยที่เริ่มถูกแยกออกจากสังคม อาจเป็นเพราะเกษียณอายุการทำงาน สุขภาพไม่ดี ชอบความสงบเงียบ สนใจชีวิตในอดีต อุปนิสัยประจำตัวเปลี่ยนแปลง เช่น ตระหนี่ อาจทำเรื่องเล็กๆ ให้เป็นเรื่องใหญ่เพื่อเรียกร้องความสนใจ อารมณ์หวนไหว้อย่างง่าย มีความกังวลด้านสุขภาพ ต้องปรับตัวกับสภาพความเสื่อมของร่างกาย ปรับตัวเนื่องจากการสูญเสียคู่ครอง พี่น้อง

ด้านสังคมและการงาน ชีวิตในสังคมของคนชราเริ่มแคบเข้าภารกิจที่ต้องติดต่อกับผู้อื่นน้อยลง แยกตัวออกจากสังคม อำนาจและอิทธิพลมีน้อยลง มีเวลาว่างมากยิ่งขึ้น

ด้านสติปัญญาและความสามารถทางสมอง มักจะลึ่มง่าย เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ช้าเข้าใจช้า ประสิทธิภาพทางสมองลดลง ส่วนผู้ที่มีสติปัญญาสูง ความรู้ดี อัตราการเสื่อมถอยด้านสติปัญญาจะช้ากว่าคนทั่วไป หรือเสื่อมถอยช้ากว่าคนมีสติปัญญาดำกว่า

สรุป ผู้สูงอายุเป็นช่วงอายุที่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ตอนปลายหรือวัยชรา (อายุ 60 ปีขึ้นไป) ถือเป็นช่วงสุดท้ายของชีวิตซึ่งเริ่มเข้าสู่วัยชรา ลักษณะแห่งชราภาพจะเร็วหรือช้าแตกต่างกันออกไปแต่ละบุคคล ในวัยนี้ความเสื่อมถอยทั้งร่างกายและจิตใจเป็นไปอย่างรวดเร็ว เป็นวัยวิกฤติที่ภาวะของร่างกายจะแสดงความเสื่อมตามธรรมชาติ เป็นวัยที่ควรได้รับการพักผ่อนทั้งทางด้านร่างกายและทางด้านจิตใจ

1.3 ทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการเป็นผู้สูงอายุ

1.3.1 ทฤษฎีพัฒนาการของอีริกสัน (Erikson 's Theory of Development Stage)

อีริกสันแบ่งพัฒนาการทางสังคมของบุคคลไว้ 8 ขั้นตอนดังนี้ (พรพนทิพย์ ศิริวรรณบุศย์: 2547. 89-97)

1.การสร้างความรู้สึกรู้วางทางใจหรือไม่ไว้วางใจ (อายุแรกเกิดถึง2ขวบ) อีริกสันเน้นว่า พื้นฐานของการพัฒนาในขั้นต่อไป ขึ้นอยู่กับขั้นแรก เป็นระยะที่เด็กจะเกิดความรู้สึกไว้วางใจหรือไม่ไว้วางใจ ถ้าเด็กได้รับอาหาร น้ำ ความรัก ความเอาใจใส่และความใกล้ชิดจากมารดาหรือพี่เลี้ยงเป็นอย่างดี เด็กจะเกิดความรู้สึกไว้วางใจและความอบอุ่นมั่นคง ในทางตรงข้ามถ้าถูกทอดทิ้งและมิได้ความรักจะเกิดความรู้สึกไม่ไว้วางใจใครในวัยเด็กจะเกี่ยวข้องกับผู้ที่ใกล้ชิดได้แก่ บิดามารดาและหรือพี่เลี้ยงเป็นส่วนใหญ่

2.การสร้างความรู้สึกรู้เป็นตัวของตัวเอง ความเชื่อมั่นในตน (อายุ 2 – 3 ปี) วัยนี้เด็กจะแสดงออกให้เห็นว่าตนเองมีความสามารถ มีความเป็นตัวของตัวเอง ในทางตรงข้ามถ้าเด็กไม่ได้รับความสำเร็จหรือความพอใจ เด็กจะเกิดความอายและกลัวการแสดงออกกับบุคคลอื่นๆได้

3.การสร้างความคิดริเริ่มหรือรู้สึกผิด (อายุ 3 – 5 ปี) วัยนี้เด็กจะเลียนแบบสมาชิกในครอบครัว ทดลองสิ่งใหม่ๆ ถ้าทดลองแล้วผิดพลาด เด็กจะเกิดความขยาดและหวาดกลัวในวัยนี้เด็กจะเกี่ยวข้องกับสมาชิกในครอบครัวและเด็กๆ นอกบ้าน

4.การสร้างความรู้สึกรู้ประสบความสำเร็จหรือรู้สึกด้อยค่า (อายุ 6 –12 ปี) วัยนี้เด็กจะเริ่มเกี่ยวข้องกับสังคมมากขึ้นตามลำดับ จะขยันเรียน ขยันอ่านหนังสือประเภทต่างๆ พุดคุยและอวดโชว์ความเด่นและความสามารถของตนเพื่อให้เพื่อนยอมรับ ถ้าเด็กทำไม่ได้เขาจะผิดหวัง และมีความรู้สึกเป็นปมด้อย

5.การสร้างบุคลิกภาพหรือเอกลักษณ์ของตน (อายุ12-17ปี) วัยนี้เด็กจะสร้างเอกลักษณ์หรือบุคลิกภาพของตน โดยเลียนแบบจากเพื่อนๆหรือผู้ใกล้ชิด ถ้ายังสร้างเอกลักษณ์ของตนเองไม่ได้จะเกิดความว้าวุ่น ว้าเหว่ และหมดหวัง

6.ความรู้สึกว่าตนมีเพื่อนหรืออ้างว้าง (อายุ17-21ปี) เป็นวัยที่เปลี่ยนไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ต้องการเป็นผู้นำ ต้องการติดต่อและสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ จนเป็นเพื่อนสนิทและหรือเป็นคู่ชีวิต ยอมที่จะเป็นผู้นำในบางขณะ ถ้าผิดหวังจะแยกตนเองออกจากสังคม หรืออยู่ตามลำพัง ในวัยนี้จะมีเพื่อนรัก เพื่อนร่วมงานและเพื่อนสนิทเป็นจำนวนมาก

7.การสร้างความเป็นผู้ใหญ่ (อายุ 22-40ปี) เป็นวัยที่มีความรับผิดชอบในการเป็นบิดามารดาให้กำเนิดบุตรให้การอบรมเลี้ยงดู ให้การศึกษา ให้ความรักและความเอาใจใส่เพื่อสร้างคุณภาพชีวิตให้แก่สมาชิกใหม่ทุกคน ถ้าพบกับความล้มเหลวในชีวิตเขาจะเป็นบิดามารดาที่ดีไม่ได้

8.การสร้างความมั่นคงของชีวิต (ตั้งแต่ 40ปีขึ้นไป) เป็นวัยที่ต้องการความมั่นคง สมบูรณ์ในชีวิต จะภาคภูมิใจในความสำเร็จแห่งชีวิตและผลงานของตน ถ้าผิดหวังจะเกิดความรู้สึก ล้มเหลวในชีวิต

1.3.2 ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ของมาสโลว์ (Maslow 's Hierarchy of Needs Theory)(มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี:ออนไลน์)

มาสโลว์ ได้ตั้งสมมติฐานว่ามนุษย์มีความต้องการ ดังนี้

- 1.มนุษย์มีความต้องการ และความต้องการมีอยู่เสมอ ไม่มีที่สิ้นสุด
 - 2.ความต้องการที่ได้รับการสนองแล้ว จะไม่เป็นสิ่งจูงใจสำหรับพฤติกรรมต่อไป ความต้องการที่ไม่ได้รับการสนองเท่านั้นที่เป็นสิ่งจูงใจของพฤติกรรม
 - 3.ความต้องการของคนซ้ำซ้อนกัน บางทีความต้องการหนึ่งได้รับการตอบสนองแล้วยังไม่สิ้นสุดก็เกิดความต้องการด้านอื่นขึ้นอีก
 - 4.ความต้องการของคนมีลักษณะเป็นลำดับขั้น ความสำคัญกล่าวคือ เมื่อความต้องการในระดับต่ำได้รับการสนองแล้ว ความต้องการระดับสูงก็จะเรียกร้องให้มีการตอบสนอง
- ลำดับความต้องการพื้นฐานของ MASLOW เรียกว่า Hierarchy of Needs 5 ลำดับขั้นมีดังนี้

1.ความต้องการด้านร่างกาย (Physiological needs) เป็นความต้องการปัจจัย 4 เช่น ต้องการอาหารให้อิ่มท้อง เครื่องนุ่งห่มเพื่อป้องกันความร้อน หนาวและอุจาดตา ยารักษาโรคภัยไข้เจ็บ รวมทั้งที่อยู่อาศัยเพื่อป้องกันแดด ฝน ลม อากาศร้อน หนาว และสัตว์ร้าย ความต้องการเหล่านี้มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ทุกคน จึงมีความต้องการพื้นฐานขั้นแรกที่มนุษย์ทุกคนต้องการบรรลุให้ได้ก่อน

2.ความต้องการความปลอดภัย (Safety needs) หลังจากที่มีมนุษย์บรรลุความต้องการด้านร่างกาย ทำให้ชีวิตสามารถดำรงอยู่ในขั้นแรกแล้ว จะมีความต้องการด้านความปลอดภัยของชีวิตและทรัพย์สินของตนเองเพิ่มขึ้นต่อไป เช่น หลังจกมนุษย์มีอาหารรับประทานจนอิ่มท้องแล้ว ได้เริ่มหันมาคำนึงถึงความปลอดภัยของอาหาร หรือสุขภาพ โดยหันมาให้ความสำคัญกับเรื่องสารพิษที่ติดมากับอาหาร ซึ่งสารพิษเหล่านี้อาจสร้างความไม่ปลอดภัยให้กับชีวิตของเขาเป็นต้น

3.ความต้องการความรักและการเป็นเจ้าของ (Belonging and love needs) เป็นความต้องการที่เกิดขึ้นหลังจากการที่มีชีวิตอยู่รอดแล้ว มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินแล้ว มนุษย์จะเริ่มมองหาความรักจากผู้อื่น ต้องการที่จะเป็นเจ้าของสิ่งต่างๆ ที่ตนเองครอบครองอยู่ตลอดไป เช่น ต้องการให้พ่อแม่ พี่น้อง คนรัก รักเราและต้องการให้เขาเหล่านั้นรักเราคนเดียว ไม่ต้องการให้เขาเหล่านั้นไปรักคนอื่น โดยการแสดงความเป็นเจ้าของ เป็นต้น

4.ความต้องการการยอมรับนับถือจากผู้อื่น (Esteem needs) เป็นความต้องการอีกชั้นหนึ่งหลังจากได้รับความต้องการทางร่างกาย ความปลอดภัย ความรักและเป็นเจ้าของแล้ว จะต้องการการยอมรับนับถือจากผู้อื่น ต้องการได้รับเกียรติจากผู้อื่น เช่น ต้องการการเรียกขานจากบุคคลทั่วไปอย่างสุภาพ ให้ความเคารพนับถือตามควรไม่ต้องการการกดขี่ข่มเหงจากผู้อื่น เนื่องจากทุกคนมีเกียรติและศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์เท่าเทียมกัน

5.ความต้องการความเป็นตัวตนอันแท้จริงของตนเอง (Self – actualization needs) เป็นความต้องการขั้นสุดท้าย หลังจากที่ผ่านมาความต้องการความเป็นส่วนตัว เป็นตัวตนที่แท้จริงของตนเอง ลดความต้องการภายนอกลง หันมาต้องการสิ่งที่มีและเป็นอยู่ ซึ่งเป็นความต้องการขั้นสูงสุดของมนุษย์ เช่นกันแต่ความต้องการในขั้นนี้มักเกิดขึ้นได้ยาก เพราะต้องผ่านความต้องการในขั้นอื่นๆมาก่อนแล้ว และต้องมีความเข้าใจในชีวิตด้วยลำดับขั้นจากความต้องการพื้นฐานของมนุษย์



ภาพประกอบ 1 แสดงทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchy of Needs Theory)

ที่มา: มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี. (2551). ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ของมาสโลว์. (ออนไลน์)

สรุป การเกษียณอายุการทำงานหมายถึง การที่บุคคลเข้าสู่วงจรชีวิตหรือกระบวนการทางสังคมในการประกอบอาชีพที่กำหนดให้บุคคลที่ได้รับการจ้างงานต้องออกจากงานเมื่อถึงช่วงอายุที่กำหนดไว้ความรับผิดชอบต่ออาชีพและโอกาสในการทำงานในด้านต่างๆ จะลดต่ำลง โดยเกณฑ์การเกษียณอายุจะใช้แตกต่างกันตั้งแต่ อายุ 60 – 65 ปี

2.2 กระบวนการการเกษียณอายุการทำงาน

แอชลีย์ (สุรกุล เจนอบรม. 2534: 55 – 56; อ้างอิงจาก Atchley 1988: 196 -198) ได้กล่าวไว้ว่า การเกษียณอายุงานเป็นกระบวนการที่บุคคลจะต้องพบกับการเปลี่ยนแปลงในระยะต่างๆ 6 ระยะ คือ

1.ระยะก่อนการเกษียณ (Pre – retirement) เป็นระยะก่อนการเกษียณอายุงาน แบ่งออกเป็น 2 ช่วง คือ remote Phase กับ Near Phase โดยที่ระยะ Remote Phase เป็นระยะก่อนเกษียณนานๆ ผู้เกษียณจะไม่วิตกต่อการเกษียณ แต่เมื่อใกล้จะเกษียณ คือ ช่วง Near Phase ผู้เกษียณจะเริ่มกังวลต่อการที่ต้องพบกับการเกษียณอายุ ในระยะนี้ถ้าบุคคลมีการเตรียมตัวที่จะเกษียณอายุการทำงาน จะมีความพร้อมที่จะเกษียณอายุไม่วิตกกังวลต่อการเกษียณอายุ หรือมีความวิตกกังวลเพียงเล็กน้อย

2.ระยะหลังเกษียณใหม่ๆ (Honeymoon Phase) เป็นระยะช่วงหลังเกษียณใหม่ๆ เป็นระยะเวลาที่มีความสุขที่ได้พักผ่อนจากการทำงาน รู้สึกหลุดพ้นจากหน้าที่ ได้ทำในสิ่งที่ต้องการมีเวลาว่างที่เป็นอิสระในระยะนี้ แต่ละบุคคลจะอยู่ในช่วงเวลาที่แตกต่างกัน อาจจะเป็น 1-5 ปี หรือน้อยกว่า 1 ปีก็ได้

3.ระยะเริ่มเบื่อหน่าย (Disenchantment Phase) เป็นระยะที่เริ่มมีความรู้สึกเบื่อหน่ายต่อการเกษียณอายุงาน มีความเหงาและขาดเพื่อน หงุดหงิดง่ายเกิดความรู้สึกไม่พอใจต่อชีวิตที่ดำเนินอยู่ ปรับตัวไม่ได้ต่อการเปลี่ยนแปลง

4.ระยะเริ่มปรับตัว (Reorientation Phase) เป็นระยะของการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงและสภาวะหลังการเกษียณที่ต้องเผชิญต่างๆ

5.ระยะปรับตัวได้ (Stabilization Phase) เป็นระยะของการปรับตัวได้แล้ว และมีความเคยชินต่อการดำเนินชีวิตหลังการเกษียณอายุงาน

6.ระยะสิ้นสุด (Termination Phase) เป็นระยะสุดท้ายของการดำเนินชีวิต ผู้เกษียณต้องพึ่งพาผู้อื่นไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ ระยะนี้จะรวมไปถึงสภาวะสุดท้ายของการมีชีวิตด้วย

2.3 การเกษียณอายุการทำงานในประเทศต่างๆ

ประเทศไทย

พระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญข้าราชการได้ให้ความหมาย การเกษียณอายุราชการไว้ว่า หมายถึง ข้าราชการที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ พ้นจากราชการเมื่อสิ้นปีงบประมาณที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ โดยถือว่าเดือนกันยายนของทุกปีเป็นเดือนสุดท้ายในระบบงบประมาณประจำปี สำหรับการกำหนดให้อายุ 60 ปี เป็นการปลดเกษียณอายุจากชีวิตราชการนั้น ถือว่าผู้ที่อายุเกิน 60 ปีขึ้นไปมักจะไม่มีความเสื่อมสมรรถภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ มีความต้านทานโรคต่ำ ความคล่องตัว และความคิดอ่านมีจำกัดมากขึ้น ต้องใช้เวลาคิดนานกว่าวัยอื่นๆ ดังนั้นวัยนี้จึงเหมาะที่จะหยุดงานจากที่ต้องใช้กำลังกาย และกำลังความคิดที่ก่อให้เกิดความเครียด

การเกษียณอายุราชการแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ ประเภทที่ถูกกำหนดไว้แน่นอนและประเภทที่ยืดหยุ่นได้ (กฤษฎา ตันติผลาชีวะ. 2524: 14)

1.ประเภทที่ถูกกำหนดไว้แน่นอนคือ ข้าราชการที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ถือว่าพ้นจากอายุราชการเมื่อสิ้นปีงบประมาณที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์

2.ประเภทที่ยืดหยุ่นได้ สำหรับประเภทนี้ใช้ในกรณีที่จำเป็นอย่างยิ่งเพื่อประโยชน์ในการรักษาความมั่นคงของราชอาณาจักรหรือเพื่อประโยชน์อย่างยิ่งแก่ราชการในด้านการศึกษา หรือการพัฒนาประเทศ หรือเป็นข้าราชการในพระองค์ คณะรัฐมนตรีจะอนุมัติให้ต่ออายุราชการได้คราวละ 1 ปี จนถึงอายุ 65 ปีบริบูรณ์ ซึ่งข้าราชการที่เกษียณอายุจะมีสิทธิ์ได้รับประโยชน์ตอบแทนหรือได้รับความช่วยเหลือจากทางราชการ ดังนี้

การคำนวณบำเหน็จบำนาญ

บำเหน็จ คือเงินเดือนเดือนสุดท้าย (เงินเดือนที่เคยได้รับสูงสุดในกรณีที่เคยดำรงตำแหน่งหลายตำแหน่ง) คูณด้วยจำนวนปีเวลาราชการ

บำนาญ คือ เงินเดือนสุดท้าย แล้วแบ่งออกเป็น 50 หรือ 55 ส่วน แล้วคูณด้วยจำนวนปีเวลาราชการ จ่ายให้เป็นประจำ ทุกๆ เดือน จนกว่าจะเสียชีวิต

ด้านหน่วยงานบริษัทและองค์กรทางเอกชน การเกษียณอายุการทำงาน จะขึ้นอยู่กับนโยบายและโครงสร้างของแต่ละองค์กรว่า มีลักษณะการควบคุมและการจัดสรรบริษัททรัพยากรบุคคลอย่างไร แต่โดยทั่วไปแล้ว การเกษียณอายุการทำงานในฝ่ายของบริษัทเอกชน จะอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 55 - 65 ปี และในส่วนของเงินชดเชยหรือเงินทดแทนการเกษียณอายุนั้น ก็แล้วแต่นโยบายของแต่ละองค์กรว่า มีการบริหารจัดการอย่างไร อาจจะมีหรือไม่มีก็ได้แล้วแต่สภาพโครงสร้างของแต่ละองค์กร และบริษัท (พินันต์ ประกันภัย:ออนไลน์)

ประเทศสหรัฐอเมริกา

ตั้งแต่เดือนมกราคม 2522 เป็นต้นมา สหรัฐอเมริกาได้แก้ไขเพิ่มเติมกฎหมายเกี่ยวกับการจ้างงาน โดยยกเลิกกำหนดอายุสูงสุดสำหรับการปฏิบัติราชการของราชการสังกัดรัฐบาลกลาง กล่าวคือ ไม่มีการจำกัดว่าข้าราชการจะต้องพ้นจากราชการเมื่อใดข้าราชการจะปฏิบัติราชการไปได้เรื่อยๆ ตราบเท่าที่มีกำลังและความสามารถอยู่ ซึ่งแต่เดิมนั้นข้าราชการจะเกษียณอายุเมื่อสิ้นเดือนที่อายุครบ 70 ปี อย่างไรก็ตามรัฐบาลได้วางโครงสร้างชนิดที่ให้มีการออกจากราชการด้วยความสมัครใจ (Optional Retirement) ขึ้นด้วย สำหรับกรณีนี้ข้าราชการลาออกด้วยความสมัครใจนั้น จะได้รับบำเหน็จบำนาญอย่างเต็มที่หากมีคุณสมบัติเข้าเกณฑ์หนึ่งดังนี้

อายุ 62 ปี และมีอายุราชการมาแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ปี

อายุ 60 ปี และมีอายุราชการมาแล้วไม่ต่ำกว่า 20 ปี

อายุ 55 ปี และมีอายุราชการมาแล้วไม่ต่ำกว่า 30 ปี

สำหรับข้าราชการที่ปฏิบัติงานเกี่ยวกับการควบคุมดูแลการปฏิบัติงานให้เป็นไปตามกฎหมายดับเพลิง และการควบคุมจราจรทางอากาศ สามารถออกจากงานได้เร็วขึ้น โดยได้รับบำเหน็จบำนาญเต็มที่ คือเมื่ออายุครบ 50 ปี และได้ปฏิบัติงานแล้วไม่ต่ำกว่า 20 ปี

ประเทศอังกฤษ

รัฐบาลอังกฤษกำหนดให้ข้าราชการลาออกได้ โดยได้รับบำเหน็จบำนาญเต็มที่หลังจากอายุ 60 ปี โดยจะต้องปฏิบัติงานมาแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ปี แต่อย่างไรก็ตาม ไม่มีข้อบังคับตายตัวว่าจะต้องเกษียณอายุเมื่อใด ดังนั้นข้าราชการจะสามารถปฏิบัติงานต่อเนื่องไปหลังอายุ 60 ปี หากว่าร่างกายยังแข็งแรงและยังมีประสิทธิภาพในการทำงานสูง แต่ทั้งนี้ตำแหน่งที่ปฏิบัติงานหลังอายุ 60 ปี นั้นส่วนใหญ่จะเป็นระดับที่ต่ำลงมา

ประเทศฟิลิปปินส์

รัฐบาลฟิลิปปินส์กำหนดให้ข้าราชการเกษียณอายุเมื่อ 65 ปี ทั้งนี้อาจมีการต่ออายุได้ปีต่อปี โดยกระทรวงเจ้าสังกัดต้องเสนอความเห็นต่อประธานาธิบดี ผู้ที่จะได้รับการต่ออายุซึ่งมีจำนวนน้อยมากขึ้น ส่วนใหญ่จะดำรงตำแหน่งในระดับบริหาร ตำแหน่งเอกอัครราชทูตหรือตำแหน่งซึ่งต้องใช้ความเชี่ยวชาญ หรือความรู้พิเศษเฉพาะทาง

ประเทศสิงคโปร์

รัฐบาลสิงคโปร์กำหนดให้ข้าราชการเกษียณอายุเมื่ออายุครบ 60 ปี สำหรับทั้งชายและหญิง แต่สำหรับการออกจากราชการด้วยความสมัครใจโดยได้รับบำเหน็จบำนาญเต็มที่นั้นได้กำหนดให้อยู่ในระหว่างช่วงอายุตั้งแต่ 55-60 ปี การเกษียณอายุของสิงคโปร์ รัฐบาลได้กำหนดไว้ว่า ภายใน 5 ปี หลังจากเกษียณอายุ ข้าราชการจะไม่สามารถรับตำแหน่งในบริษัทหรือหน่วยงาน เอกชนทั้งของสิงคโปร์และมาเลเซีย ซึ่งมีงานส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับรัฐบาลหรือไปประกอบอาชีพอื่น ซึ่งเป็นอาชีพที่ทำ

ถ้าไร้จากการประกอบธุรกิจกับรัฐบาล นอกจากจะได้รับอนุญาตจากประธานาธิบดีก่อน วัตถุประสงค์เพื่อป้องกันไม่ให้ข้าราชการที่อยู่ในตำแหน่งในระดับสูงให้ผลประโยชน์อันมิควรต่อบริษัทหรือหน่วยงานเอกชน เพื่อหวังที่จะร่วมงานในบริษัทนั้นๆ ภายหลังเกษียณแล้ว

ประเทศฝรั่งเศส

กำหนดตามระดับผู้ปฏิบัติงาน มี 3 อายุ คือ

งานระดับต้น เกษียณเมื่ออายุ 55 ปี

งานระดับกลาง เกษียณเมื่ออายุ 60 ปี

งานระดับสูง เกษียณเมื่ออายุ 65 ปี

ประเทศมาเลเซีย กำหนดเกษียณอายุเมื่ออายุ 55 ปี โดยมีระบบการเลือกเกษียณ

ประเทศญี่ปุ่น กำหนดเกษียณเมื่ออายุ 60 ปี

ประเทศอินโดนีเซีย กำหนดตามระดับตำแหน่ง มี 3 อายุ คือต่ำกว่าผู้อำนวยการเกษียณเมื่ออายุ 60 ปี ผู้อำนวยการเกษียณเมื่ออายุ 60 ปี สูงกว่าผู้อำนวยการ เกษียณเมื่ออายุ 65 ปี

ประเทศสวีเดน เดนมาร์ก กำหนดเกษียณอายุราชการเมื่ออายุได้ 70 ปี

ประเทศแอฟริกา เกษียณอายุเมื่ออายุราชการ 55 ปี

2.4 ผลกระทบที่เกี่ยวข้องจากการเกษียณอายุการทำงาน

เมื่อถึงช่วงอายุที่คนเราต้องเกษียณอายุ สำหรับคนที่มีการเตรียมความพร้อมไว้แต่เนิ่นๆ จะไม่ค่อยมีปัญหาต่างๆ ในชีวิตมากมายนัก แต่สำหรับคนที่ไม่ได้มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณที่ดี เมื่อใกล้ถึงช่วงเวลาเกษียณอายุการทำงาน มักจะได้รับผลกระทบจากการเกษียณอายุในด้านต่างๆ อาจจะได้พบได้แม้ในผู้ที่ประสบความสำเร็จ ทั้งทางด้านอำนาจ ตำแหน่งหน้าที่ ชื่อเสียงเกียรติยศ และฐานะทางเศรษฐกิจ ผลกระทบจากการเกษียณอายุ แบ่งออกเป็นด้านๆ ได้ดังนี้ (บรรลุ ศิริพานิช : 90-92)

1.ด้านจิตใจ ผู้เกษียณอายุที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเกษียณ และผู้ที่ไม่ได้วางแผนเตรียมตัวเตรียมใจมาก่อน มักจะมีความรู้สึกเวทนาตนเอง ซึมเศร้า หดหู่อดอยากในชีวิต อยู่แบบซังกะตายไปวันๆ กับลูกหลาน มีความรู้สึกขมขื่น

2.ด้านสังคม การเกษียณอายุเป็นการถอนบทบาททางสังคมภายนอก ทำให้ผู้เกษียณมีสังคมที่แคบลง ส่วนใหญ่เป็นสังคมเฉพาะในบ้าน ขาดการพบปะกับเพื่อนร่วมงาน ทำให้เกิดความรู้สึกเหงา และหว่าเหว

3.ด้านการใช้เวลาว่าง การเกษียณอายุการทำงานทำให้มีเวลาว่างวันละ 6 – 8 ชั่วโมง ผู้เกษียณที่ไม่ได้วางแผนเตรียมงานอดิเรกหรือหากิจกรรมต่างๆ ไว้ มักพบกับปัญหาการใช้เวลาว่างให้

หมดไปในแต่ละวัน ซึ่งปัญหาต่างๆนี้มักพบในผู้เกษียณชายมากกว่าผู้เกษียณหญิง ทำให้เกิดความเครียดและเบื่อหน่ายได้

4.ด้านเศรษฐกิจ เมื่อเกษียณแล้วรายได้ต่างๆ จะลดน้อยลง เพราะเงินรายได้พิเศษรายได้ประจำตำแหน่งต่างๆ จะสูญเสียไปพร้อมกับการเกษียณ จะเหลือเฉพาะจำนวนรายได้แน่นอนจากเงินบำนาญหรือบำนาญเท่านั้น ประกอบกับในปัจจุบันสภาพเศรษฐกิจที่ไม่แน่นอน ทำให้มีปัญหาเรื่องเงินเฟ้อมาก ดังนั้น ปัญหาด้านเศรษฐกิจจะมีผลกระทบต่อผู้เกษียณมาก เพราะผู้เกษียณมักจะมีรายจ่ายเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพที่เสื่อมโทรมลงของตนเองมากขึ้น

5.ด้านร่างกาย การเกษียณอายุการทำงานเป็นการได้หยุดพักจากการทำงานที่เคยทำอยู่เป็นประจำเท่านั้น ผลกระทบด้านสุขภาพจึงไม่เห็นชัดเจน หากจะมีการเปลี่ยนแปลงทางกายบ้าง ก็มักจะเป็นผลสืบเนื่องจากผลกระทบกระเทือนทางด้านจิตใจมาก่อน

6.ผลกระทบต่อความสัมพันธ์กับคู่ชีวิต และสมาชิกในครอบครัว เนื่องจากผู้เกษียณอายุมีเวลาอยู่บ้านมากขึ้น ทำให้มีโอกาสเข้ามามีบทบาทหรือมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของครอบครัวมากขึ้น คู่ชีวิตหรือสมาชิกในครอบครัวอาจรู้สึกถูกรุกล้ำอาณาเขต เกิดอารมณ์หงุดหงิดและไม่สบายใจได้

สรุปได้ว่า ผลกระทบจากการเกษียณอายุการทำงานส่วนใหญ่จะมีผลกระทบทางด้านจิตใจมากกว่าทางด้านร่างกาย ด้วยสาเหตุนี้ ทำให้ผู้เกษียณอายุการทำงานเกิดภาวะความตึงเครียดและเศร้าหมองได้ ดังนั้น การบำบัดจิตใจหรือปรับทัศนคติและพฤติกรรมในการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณให้เป็นไปในทิศทางที่ดี จะสามารถทำให้บุคคลเหล่านั้นสามารถรับกับสภาพการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงไปได้ และสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างมีความสุขกับช่วงระยะเวลาสุดท้ายที่เหลืออยู่ของชีวิต

2.5 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเกษียณอายุการทำงาน

สุรกุล เจนอบรม (2534: 34-35) เสนอแนวคิดทฤษฎีที่ใช้อธิบายภาวะเกษียณอายุทางจิตวิทยาสังคมที่ใช้กันแพร่หลายในปัจจุบันมี 2 แนวทาง คือ ทฤษฎีกิจกรรมและทฤษฎีภาวะถดถอย

2.5.1 **ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory)** เป็นทฤษฎีที่เสนอโดย Robert Havighurst (1963) ซึ่งทำการศึกษานักวิชาการชาวผิวขาวที่มีฐานะปานกลางและมีสุขภาพดีที่จะก้าวเข้าสู่วัยเกษียณอายุ พบว่า บุคคลที่มีกิจกรรมปฏิบัติอยู่เสมอๆ จะมีบุคลิกที่กระฉับกระเฉงและการมีภาระกิจกรรมสม่ำเสมอจะทำให้มีความพึงพอใจในชีวิตและปรับตัวได้ดีกว่าบุคคลที่ปราศจากกิจกรรมหรือบทบาทภาระกิจหน้าที่ใด ๆ

ทฤษฎีนี้ยังเชื่อว่า บุคคลจะมีความสุขทางกายและทางใจ หากรักษากิจกรรมต่างๆไว้ได้ โดยเฉพาะกิจกรรมที่มีรูปแบบเฉพาะ ได้แก่ การทำงานอยู่ในปัจจุบัน หรือ มีกิจกรรมอื่นๆ อย่างต่อเนื่องแม้ว่าจะเกษียณอายุแล้วก็ตาม การหากิจกรรมอื่นทดแทนจะช่วยให้บุคคลมีความรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองมีคุณค่าและเกิดความนับถือในตนเอง อาจส่งผลให้บุคคลมีภาวะสุขภาพใจที่ดี

2.5.2 ทฤษฎีไร้ภาวะผูกพัน หรือ ทฤษฎีถดถอยห่างจากสังคม (The Disengagement Theory) เป็นทฤษฎีที่อธิบายในสิ่งที่ ตรงข้ามกับทฤษฎีกิจกรรม เสนอโดย William Henry (1961) ซึ่งกล่าวว่า เมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุ ผู้สูงอายุจะลดกิจกรรมและบทบาทของตนเองลง ซึ่งจะเป็นผลจากการที่รู้สึกว่าตนเองมีความสามารถที่ถดถอยลงและการที่ผู้สูงอายุไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับกิจกรรมและบทบาททางสังคม เป็นการถอนสถานะภาพและบทบาทของตนเองให้แก่หนุ่มสาวหรือคนที่จะมีบทบาทหน้าที่ได้ดีกว่า ทั้งนี้เพราะสังคมต้องการคนที่มีทักษะใหม่และคนรุ่นใหม่เข้าไปแทนที่

ทฤษฎีไร้ภาวะผูกพันนี้ เมื่อผู้สูงอายุถดถอยห่างจากสังคม เนื่องจากหมดบทบาทหน้าที่การทำงาน เช่นการเกษียณอายุการทำงาน การละจากบทบาทเดิม เป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องเตรียมตัวรับกับการเปลี่ยนแปลงนี้ ซึ่งจะเห็นได้ว่าทฤษฎีไร้ภาวะผูกพันนี้ เชื่อว่า การที่ผู้สูงอายุไม่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมและบทบาทของสังคมนั้น เป็นการถอนสถานะภาพและบทบาทของตนให้แก่คนที่จะมีบทบาทได้ดีกว่าในระยะแรกนั้น ผู้สูงอายุจะรู้สึกวิตกกังวลและมีความบีบคั้น แต่ในที่สุดผู้สูงอายุก็จะยอมรับสภาพใหม่ คือ การไม่เกี่ยวข้องกับสังคมได้

ทฤษฎีทั้งสองทฤษฎีนี้มีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากเป็นทฤษฎีที่สามารถอธิบายภาวะการสูงอายุของผู้สูงอายุที่มีพื้นฐานของชีวิตในวัยหนุ่มสาวที่แตกต่างกัน อันอาจเนื่องมาจากการใช้ชีวิตในวัยหนุ่มสาวที่มีสภาพสังคมและเศรษฐกิจต่างกัน ทฤษฎีกิจกรรมที่นำมาใช้กับผู้สูงอายุที่มีวิถีชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการมีสถานะภาพและบทบาทในสังคมมาตลอดช่วงวัยหนุ่มสาวจนถึงวัยกลางคน เมื่อต้องละบทบาทและสถานะภาพนั้นลงตามช่วงวัยของการเกษียณอายุ จำเป็นอย่างยิ่งที่สังคมจะต้องเตรียมสถานะภาพและบทบาทอื่นๆรองรับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมของผู้สูงอายุกลุ่มนั้นในขณะที่ผู้สูงอายุที่มีวิถีชีวิตแบบเดิมๆ ตั้งแต่วัยหนุ่มสาว วัยกลางคนจนเข้าสู่วัยสูงอายุ อาจจะไม่ต้องการกิจกรรมรองรับมากเท่าผู้สูงอายุกลุ่มแรก ส่วนทฤษฎีภาวะถดถอยใช้อธิบายกับผู้สูงอายุที่มีความพร้อมในการเข้าสู่ภาวะสูงอายุที่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุที่มีความพร้อมเข้าสู่ภาวะสูงอายุจะลดบทบาททางสังคมของตนได้เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ และทำหน้าที่สนับสนุน คนหนุ่มสาวให้รับภาระทางสังคมแทน ตัวผู้สูงอายุเองจะหันเข้าหากิจกรรมอื่น ๆ ตามภาวะถดถอยของตน เช่น การศึกษาธรรมะ ฯลฯ ดังนั้นผู้สูงอายุที่ถดถอยตนเองลงได้ช้า จึงต้องนำทฤษฎีกิจกรรมมาใช้ในการอธิบายภาวะสูงอายุของผู้สูงอายุกลุ่มนี้แทน

2.5.3 ทฤษฎีบทบาท (Role Theory) ของ Philip ทฤษฎีนี้กล่าวถึง การปรับตัวเมื่อเข้าสู่วัยต่างๆที่มีการเปลี่ยนแปลงต่อสิ่งต่างๆ เกิดขึ้นในชีวิตที่ไม่เหมือนเดิม เช่น การละทิ้งบทบาททางสังคม ความสัมพันธ์ทางสังคมที่เคยปฏิบัติในวัยผู้ใหญ่มายอมรับบทบาททางสังคม และความสัมพันธ์ทางสังคมในรูปแบบของการก้าวสู่วัยเกษียณอายุ

จากทฤษฎีบทบาท ซึ่งให้เห็นว่า บุคคลที่เคยมีอำนาจหรือมีบทบาทสูงมาก่อน เช่น การเป็นหัวหน้าครัวเรือนการมีบทบาทสูงในเชิงเศรษฐกิจ เป็นผู้หารายได้หลัก การเปลี่ยนแปลงต่างๆของบทบาทเหล่านี้ จะมีผลต่อภาวะสุขภาพทางใจค่อนข้างมาก หากบุคคลนั้นๆไม่สามารถปรับตัวเองให้เข้ากับบทบาทใหม่ที่เปลี่ยนแปลงไป อาจทำให้บุคคลมีภาวะสุขภาพทางใจที่ไม่ดีตามมา (บรรลุ ศิริพานิช. 2541: 67 -68)

2.6 การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

2.6.1 ความสำคัญ ประโยชน์ของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

สุรกุล เจนอบรม (2534: 82-85) ได้กล่าวไว้ว่าการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานให้ประโยชน์ต่อผู้ที่เตรียมตัวและบุคคลใกล้เคียงดังต่อไปนี้

1.ประโยชน์ทางด้านจิตใจ การปลดเกษียณทำให้แบบแผนการดำเนินชีวิตเปลี่ยนไป อาจทำให้เกิดความเหงา ว้าเหว่ เบื่อหน่ายตัวเอง และอาจทำให้ตนเองรู้สึกไร้คุณค่า การเตรียมตัวโดยการหากิจกรรมอื่นทดแทน เช่น งานอดิเรกต่างๆ งานอาสาสมัคร อาชีพทดแทน การเล่นกีฬา จะช่วยให้ชีวิตมีความสุขมากกว่าที่ไม่ได้เตรียมกิจกรรมไว้เลย การเตรียมตัวช่วยให้ผู้เกษียณมีทัศนคติในทางบวก ผู้เกษียณที่มีทัศนคติไม่ดีต่อการเกษียณ ไม่ยอมรับความเป็นจริงก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองด้อยคุณค่า ไม่มีประโยชน์เป็นปัญหาต่อบุคคลอื่น การเตรียมตัวจะช่วยลดปัญหานี้ได้ ดังที่ บัคเลย์ (Buckley .1967:5)ได้เสนอให้บุคคลมีทัศนคติในการยอมรับการเกษียณ บุคคลจะมีความภาคภูมิใจมากยิ่งขึ้น ถ้าได้เรียนรู้และเข้าใจจุดประสงค์ที่แท้จริงของการเกษียณคนที่มีการเตรียมตัวไว้ล่วงหน้าจะทำให้กิจกรรมอะไรภายหลังการเกษียณ กิจกรรมในสังคมจะช่วยให้ผู้เกษียณมีทัศนคติต่อตนเองดีขึ้นด้วย ซึ่งก็จะส่งผลให้ผู้สูงอายุและผู้เกษียณอายุมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้นด้วย

2.ประโยชน์ด้านร่างกาย ผู้ที่อยู่ในวัยกลางคนมักจะมีภาระหน้าที่การทำงานประจำมากมาย จนทำให้บางคนละเลยที่จะดูแลสุขภาพร่างกายของตนเอง ทั้งๆ ที่วัยกลางคนเป็นวัยที่ร่างกายเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่เสื่อม กล้ามเนื้อระบบต่างๆ ในร่างกายเริ่มเสื่อมถอยลง ถ้าไม่สนใจดูแลก็จะยิ่งทำให้บุคคลนั้นแก่กว่าวัยและสุขภาพเสื่อมโทรมเร็วขึ้น บุคคลที่อยู่ในวัยสูงอายุจะเจ็บป่วยได้ง่ายและยิ่งถ้าปรับใจไม่ได้กับการเกษียณจะทำให้มีโรคแทรกซ้อนทางใจมากกว่า แต่ถ้าได้มีการเตรียมตัวเพื่อให้สุขภาพแข็งแรง เช่น การออกกำลังกายตามสมควรแก่วัย การดูแลเรื่องอาหารการกินตามหลัก

วิชาการ ถือว่าเป็นการเตรียมตัวเข้าสู่วัยชราด้วยควมมีสุขภาพดีทั้งกายและใจ การมีสุขภาพแข็งแรงก็จะส่งผลให้จิตใจมีความสุข ไม่ต้องคอยกังวลกับปัญหาสุขภาพของตนเอง

3.ประโยชน์ทางด้านครอบครัว ประโยชน์ด้านนี้เกิดได้ตั้งแต่การเตรียมตัวในวัยกลางคน เพราะว่าวัยกลางคนนั้น ลูกหลานเติบโตเป็นหนุ่มสาวหรือแยกตัวออกไปมีครัวเรือนของตนเอง ทำให้สามีภรรยามีเวลาว่างที่จะเอาใจใส่ดูแลกันมากขึ้น สัมพันธภาพจะแน่นแฟ้นขึ้น ถ้าทั้งสองฝ่ายสามารถหากิจกรรมทำร่วมกันได้ เช่น การทำงานอดิเรกด้วยกัน งานสังคมหรืองานอาชีพ หรือแม้แต่งานบ้าน ซึ่งการแบ่งปันภาระรับผิดชอบระหว่างสามีภรรยาในกิจกรรมบ้านเรือนเป็นสาเหตุที่ทำให้ชีวิตคู่ในวัยกลางคนประสบความสำเร็จ ผู้เกษียณที่ได้มีการเตรียมตัวที่จะทำกิจกรรมร่วมกับคู่สมรส หรือกับบุคคลในครอบครัวก็จะช่วยให้สัมพันธภาพในครอบครัวอบอุ่นขึ้น

4.ประโยชน์ด้านสังคม ผู้เกษียณที่ได้มีการเตรียมตัวไว้พร้อมภายหลังเกษียณว่า จะมีส่วนร่วมในสังคมอย่างไร จะช่วยสร้างสรรค์ความเจริญให้แก่สังคมอย่างไร เพราะผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ที่สามารถที่จะให้สิ่งที่มีคุณประโยชน์แก่สังคมได้ เช่น การเป็นสมาชิกในองค์การของชุมชน เป็นอาสาสมัคร เป็นลูกเสือชาวบ้าน ช่วยงานกุศลต่างๆ นอกจากนี้ในธุรกิจเอกชนยังมีส่วนสูงอาย่วมเป็นกรรมการที่ปรึกษา ซึ่งผู้สูงอายุหรือผู้เกษียณก็มีความพึงพอใจ มีอายุยืนยาวขึ้น และสามารถทำงานที่เป็นประโยชน์แก่สังคมได้ด้วย การที่ประชากรในประเทศ มีสุขภาพพลานามัยที่แข็งแรง เป็นข้อบ่งชี้ให้เห็นถึงความสามารถในการทำประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติต่อไปได้ในอนาคต เพราะประชากรที่มีคุณภาพ และมีสุขภาพที่ดี จะสามารถเป็นกำลังสำคัญหรือทรัพยากรที่สำคัญในการช่วยพัฒนาประเทศชาติในด้านต่างๆได้ต่อเนื่อง ยิ่งกว่านั้นการที่ประชาชนในสังคมหรือในประเทศ ถ้าได้มีการเตรียมความพร้อมในการก้าวสู่วัยเกษียณอายุการทำงาน ยิ่งมีการเตรียมความพร้อมมากเท่าไรนั้น ประเทศชาติและสังคมก็จะพัฒนาไปได้มากยิ่งขึ้น เพราะถ้าหากประชาชนในชาติมีการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุการทำงานได้ดี จะสามารถลดภาระของครอบครัวและรัฐในการเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาผู้สูงอายุหรือผู้เกษียณอายุการทำงานได้มากขึ้น เพราะการเตรียมตัวเป็นการป้องกันปัญหาต่างๆที่จะเกิดขึ้นกับผู้เกษียณอายุการทำงาน ทั้งทางด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ จิตใจ และสภาพเศรษฐกิจ ในอันที่จะส่งผลกระทบต่อครอบครัว ชุมชน และสังคมได้

สรุปได้ว่า การวางแผนในชีวิตหลังเกษียณนั้นมีความสำคัญมากในการใช้ชีวิตในปัจจุบัน เพราะการเกษียณเป็นวิกฤตการณ์อย่างหนึ่งของชีวิต ผู้เกษียณจำนวนมากเกิดความรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไร้ประโยชน์และไม่ได้รับการยอมรับเหมือนที่เคยเป็น สภาพการณ์ต่างๆ ที่เคยได้รับมาตลอดระยะเวลาอันยาวนาน เป็นสิ่งที่ทุกคนไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ การวางแผนล่วงหน้าเป็นอย่างดีแล้วเท่านั้นที่จะเป็นกุญแจสู่ชีวิตหลังเกษียณที่มีความสุขมีอายุยืนนานอย่างมีคุณภาพ และจะทำให้เป็นช่วงชีวิตที่ประสบความสำเร็จสูงสุด

2.6.2 ระยะเวลาในการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน

แอชลีย์ (สุรกุล เจนอบรม 2534:44; อ้างอิงจากแอชลีย์ 1988: 196 – 198) กล่าวว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ มี 2 ระยะคือ

1. ระยะไกล (Remote Phase) เป็นระยะที่บุคคลเรียนรู้และเริ่มตระหนักถึงเหตุและผลของการเกษียณอายุการทำงาน โดยบุคคลที่ศึกษาและเรียนรู้จะมีความต้องการที่จะเตรียมความพร้อมให้กับตนเองและคนในครอบครัวเพื่อความสะดวกรสบายในอนาคต ในช่วงระยะนี้ จะมีการเตรียมตัว ทางด้าน การเงิน การศึกษา และอนาคตต่างๆ ที่ตนเองคิดว่าอยากจะทำอยากจะเป็นอยากจะมี

2. ระยะใกล้ (Near Phase) เป็นระยะที่บุคคลเริ่มรู้สึกว้าวัยเกษียณอายุ เริ่มมีผลกระทบและเริ่มเข้ามามีบทบาทกับชีวิตมากขึ้น เป็นระยะที่ใกล้จะมาถึงกับตนเองแล้วเนื่องจากมีเวลาเหลือในการทำงานไม่มากนัก หรือเริ่มเห็นบุคคลรอบข้างทยอยเกษียณอายุกันไปเป็นจำนวนมาก รวมทั้งเกิดโรคภัยไข้เจ็บกับตนเองหรือบุคคลรอบข้างมากขึ้น ทำให้เริ่มตระหนักถึงผลเสียหรือผลร้ายที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง จึงทำให้เกิดนឹกลย้อนถึงตนเอง

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2518: 258) ได้ให้ทัศนะไว้ว่า การเตรียมตัวเตรียมใจเพื่อเผชิญภาวะปลดเกษียณและการใช้ชีวิตภายหลังต่อจากนั้น เป็นเหตุการณ์สำคัญมากของคนที่มาชีวิตการเตรียมทำได้หลายอย่าง เช่น หาความมั่นคงทางเศรษฐกิจ เตรียมหางานพิเศษหรือกิจกรรมอดิเรกเพื่อชดเชยอาชีพวางแผนว่าจะใช้ชีวิตหลังเกษียณอย่างไร เหตุที่ทำให้บุคคลไม่พอใจต่อการเกษียณเพราะการตกต่ำทางเศรษฐกิจ ซึ่งมีผลกระทบกระเทือนถึงฐานะทางสังคม บทบาทในครอบครัวและชุมชน ความมั่นคงทางจิตใจ จนมีผู้ให้ข้อคิดที่ว่า ถ้าจะย่างเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีความสุข ควรจะมีการเตรียมตัวตั้งแต่วัยเด็กหรือวัยรุ่น เช่น การรู้จักยอมรับ กล้าเผชิญความจริงรู้จักวางแผน รู้จักช่วยตนเอง

สมฤดี รัศมีกิตติคุณ (2550: 3) กล่าวว่า การวางแผนเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ควรกระทำในขณะที่ทำงานหรือมีงานที่มีรายได้ประจำอยู่ และสิ่งสำคัญควรมีการวางแผนล่วงหน้า โดยใช้เวลาพอสมควร เช่น 15 – 20 ปี ก่อนการเกษียณอายุ เพราะการวางแผนเมื่อยังเป็นวัยผู้ใหญ่ตอนต้น หรือวัยผู้ใหญ่ตอนกลางช่วงต้น จะทำให้การวางแผนเป็นไปอย่างง่ายดายและเป็นการวางแผนที่ได้ผลที่ดีกว่าการเตรียมความพร้อมเมื่ออย่างเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนปลาย เพราะเมื่อมีการเตรียมความพร้อมที่รอบคอบก็จะสามารถหาข้อมูลความรู้และมีเวลาศึกษาด้านการเตรียมตัวในด้านต่างๆ ได้แม่นยำรัดกุมมากขึ้น

มธุริน วรศักดิ์ (2550: บทคัดย่อ; อ้างอิงจากLeedy; & Wynbrandt. 1987: 131 – 133)แนะนำบุคคลเอาไว้ว่า บุคคลควรเริ่มต้นวางแผนการเกษียณอายุการทำงานไว้ตั้งแต่อายุ 30 ปี เพื่อให้บุคคลนั้นได้มีการเตรียมตัวและเตรียมใจใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุการทำงานได้อย่างมีความ

สุขเนื่องจากเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานเป็นสิ่งสำคัญ ที่ช่วยให้ผู้เกษียณอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีในช่วงสุดท้ายของชีวิต

สำนักงานสถิติแห่งชาติ(2550: 31) ได้ทำการสำรวจความคิดเห็นและทัศนคติเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อวัยสูงอายุ โดยการสอบถามบุคคลอายุ 18 – 59 ปี จำนวน 9,000 ราย โดยประชาชนส่วนใหญ่มีความเห็นว่าควรมีการแสดงความคิดเห็นว่าควรมีการเตรียมตัวตั้งแต่ 40-49 ปี ถึงร้อยละ 35 รองลงมาคือ 50-59 ปี ร้อยละ 30 และ ก่อน 40 ปี ร้อยละ 27 นั้นแสดงให้เห็นว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณเป็นเรื่องสำคัญและใช้ระยะเวลาที่ยาวนาน

สรุปการวางแผนเตรียมตัวก่อนจะเริ่มก้าวสู่วัยเกษียณอายุการทำงาน บุคคลจะมีการเตรียมตัวและเตรียมพร้อมมากหรือน้อยและใช้ระยะเวลาในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานต่างกันอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับหลายองค์ประกอบรวมกัน เช่น ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตในวัยเกษียณอายุการทำงานที่มีความยากลำบากในการปรับตัวทุกๆด้านว่ามีความรู้ความเข้าใจมากน้อยต่างกันเพียงใด ก็มีผลต่อการวางแผนเตรียมตัวเพื่อก้าวสู่วัยเกษียณอายุหรือคนที่มีฐานะทางการเงินที่แตกต่างกัน มีปัจจัยด้านเศรษฐกิจที่ต่างกัน ก็มีทัศนคติในการวางแผนเตรียมความพร้อมเพื่อเตรียมเข้าสู่วัยเกษียณการทำงานแตกต่างกัน ลักษณะรูปแบบงานที่ได้รับผิดชอบก็มีส่วนเช่นกัน เพราะบุคคลที่ทำงานบริษัทเอกชนหรือผู้ที่ประกอบธุรกิจส่วนตัวนั้นก็มีความแตกต่างกันในด้านสวัสดิการ หรือ ผลประโยชน์ผลตอบแทนที่แตกต่างกัน ไป ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นๆ จะได้เข้าปฏิบัติงานในสายงานใดด้วยเช่นกัน การเกษียณอายุการทำงานได้ก่อให้เกิดผลกระทบต่างๆ หลายด้าน เพื่อเป็นการลดปัญหาและผลกระทบอันเกิดจากการเกษียณ บุคคลจึงควรมีการเตรียมตัวรับกับสภาพการเกษียณอายุและสภาพการเป็นผู้สูงอายุซึ่งถือได้ว่าเป็นช่วงสุดท้ายของชีวิตและเป็นผู้ที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะมีการเปลี่ยนแปลงหลายด้านในช่วงเวลาดังกล่าว ฉะนั้นการเตรียมตัวตั้งแต่วัยผู้ใหญ่หรือวัยกลางคนเพื่อใช้ชีวิตในวัยผู้สูงอายุ จึงเป็นเรื่องสำคัญและจำเป็น เพื่อชีวิตที่ผาสุกในยามสูงอายุ

2.6.3 ประเภทของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

ศิริวรรณ สนิทไทย (2531: 74-75) พบว่า การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของคนชรา คนที่มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไว้มากจะเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจสูง แต่พบว่าคนส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวในระดับต่ำ ดังนั้นจึงควรสนใจในการเตรียมตัว ด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม เพราะการมีการเตรียมจิตใจให้ยอมรับต่อสภาพการเปลี่ยนแปลงภายหลังการปลดเกษียณจะไม่พบกับปัญหาในการปรับตัว ปัญหาที่เกิดจากความเครียด จะทำให้มีสุขภาพจิตดี มีความสุขในช่วงสุดท้ายของชีวิตที่ดี

สุชาติ โสมประยูร (2528: 184 -185) กล่าวถึงความสำคัญของการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ เป็นสิ่งที่ควรปฏิบัติอย่างยิ่งสำหรับผู้ใหญ่ทุกคนและควรกระทำแต่เนิ่นๆ ก่อนที่ชีวิตจะพบกับ การเปลี่ยนแปลงอย่างใหญ่หลวง สิ่งที่จะต้องเตรียม ได้แก่ การดูแลสุขภาพและฐานะทาง เศรษฐกิจ เมื่อคนเราได้เตรียมตัวไว้พร้อมแล้ว เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุก็สามารถปรับตัวกับสภาพการ เปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุได้เป็นอย่างดี

อัมพร เฉลิมฉัตร (2542: บทคัดย่อ) ทำการศึกษาเกี่ยวกับการความคิดเห็นในการเตรียม ตัวสำหรับชีวิตหลังเกษียณอายุราชการ จากข้าราชการครูบำนาญในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 30 คน สามารถสรุปรายด้านของการเตรียมตัวก่อนเกษียณของข้าราชการในกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 5 ด้านใหญ่ๆ ดังนี้

1.สุขภาพร่างกาย กลุ่มตัวอย่างเตรียมตัวโดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และ มีการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ตรวจสุขภาพประจำปี ระวังระวังไม่ให้เจ็บป่วย พักผ่อนให้เพียงพอ รักษาความอารมณ์ไม่ให้เครียด ซึมเศร้า ไม่คิดมาก

2. ด้านจิตใจ กลุ่มตัวอย่างเตรียมตัวโดย ทำสุขภาพจิตให้ดีให้สงบ เตรียมใจเกี่ยวกับการเกษียณตั้งแต่นั้นๆ คบหาสมาคมกับเพื่อนและร่วมสังสรรค์เป็นครั้งคราว

3. ด้านเศรษฐกิจและค่าใช้จ่าย กลุ่มตัวอย่างเตรียมตัวโดย ได้เริ่มวางแผนเตรียมตัว ตั้งแต่อยังรับราชการ ใช้จ่ายอย่างประหยัด อดออม เก็บสะสมเงินเงินโดยการฝากธนาคาร ทำประกันชีวิต และซื้อหุ้น

4. ด้านการทำกิจกรรมและใช้เวลาว่าง กลุ่มตัวอย่างได้เตรียมตัวโดยทำงาน อดิเรกที่ตนเองถนัดเพื่อหารายได้เพิ่ม ปลูกต้นไม้ดูแลพืชสวน เข้าร่วมกิจกรรมในสังคมและบำเพ็ญ ประโยชน์ อ่านหนังสือ เขียนหนังสือ

5. ด้านที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างเตรียมตัวโดยจัดหาบ้านที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองไว้ กลุ่มตัวอย่างบางคนเสนอว่าให้เตรียมเงินไว้ให้เพียงพอสำหรับเช่าบ้านอยู่แทนการซื้อบ้านก็ได้ เพราะ การซื้อบ้านเป็นการลงทุนที่ค่อนข้างสูง

จรรยา เสียงเสนาะ (2527: 36 -38) ได้กล่าวสรุป การเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีสุขภาพกาย และจิตใจดี ควรเตรียมในด้านต่างๆ

1. เตรียมด้านร่างกาย ร่างกายที่ดีจิตใจก็จะดีตามไปด้วย ดังนั้นควรรับประทานอาหารที่ถูกส่วน การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายอย่างสม่ำเสมอ การปฏิบัติสุขวิทยา ส่วนบุคคลอย่างถูกต้อง

2. เตรียมสะสมเงิน เงินเป็นปัจจัยสำคัญมากในการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน ควรสะสมเงินไว้ใช้จ่ายในยามบั้นปลายชีวิต

3. เตรียมที่อยู่อาศัย ควรวางแผนล่วงหน้าว่าจะอยู่ที่ไหน กับใคร จะอยู่ตามลำพังหรืออยู่กับบุตรหลาน

4. เตรียมงานอดิเรก งานอดิเรกจะช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าการมีประโยชน์ไม่เปลืองเวลาให้สูญเปล่าโดยไร้ค่า

5. เตรียมด้านจิตใจ มีการเตรียมจิตใจให้พร้อมที่จะเผชิญการเปลี่ยนแปลง มีการมองโลกในแง่ดี ซึ่งความพร้อมทางด้านจิตใจนี้เป็นสิ่งสำคัญที่จะนำไปสู่ความคิดอ่านที่ดีในการเตรียมปัจจัยด้านอื่นๆ ให้เพียงพอแก่การดำเนินชีวิตในสังคมโดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น

ดังนั้นผู้วิจัยสามารถสรุปแนวคิดในการวางแผนเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุได้ 5 ด้าน การเตรียมตัวในด้านต่างๆ มีดังต่อไปนี้

การเตรียมตัวด้านร่างกาย

การเตรียมตัวด้านจิตใจ

การเตรียมตัวด้านทรัพย์สินเงินทอง

การเตรียมตัวด้านที่อยู่อาศัย

การเตรียมตัว ด้านกิจกรรมงานอดิเรกและการมีส่วนร่วมในสังคม

2.6.3.1 การเตรียมตัวด้านร่างกาย

สุขภาพร่างกายถือได้ว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่คนเราจะต้องให้ความสำคัญในการดูแลเอาใจใส่ เพราะในวัยดังกล่าวจะมีการเสื่อมถอยทางร่างกายอย่างชัดเจน การเตรียมตัวดูแลสุขภาพตนเองก่อนถึงวัยเกษียณเพื่อการมีภาวะสุขภาพที่ดีจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะภาวะสุขภาพที่ดีเป็นผลสืบเนื่องมาจากการรู้จักดูแลสุขภาพของตนเองตั้งแต่วัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยกลางคน จนถึงวัยสูงอายุ (ทิพาพร ทองสว่าง. 2541: 35-36)

ผู้ที่เกษียณอายุ ควรได้มีการเตรียมตัวด้านสุขภาพซึ่งรวมถึงทั้งร่างกายและจิตใจให้พร้อมเพื่อรับกับวัยสูงอายุ ซึ่งสภาพร่างกายอยู่ในภาวะเสื่อมเพราะอวัยวะทุกส่วนใช้งานมานาน ดังนั้น ผู้สูงอายุที่ต้องการมีสุขภาพดีภายหลังการเกษียณ ควรเตรียมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ โดยการรับประทานอาหารให้ถูกสุขลักษณะ และถูกสัดส่วนตามหลักโภชนาการ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และเหมาะสมกับสภาพร่างกาย การพักผ่อนอย่างเพียงพอ มีการตรวจสุขภาพประจำปี และพบแพทย์เมื่อมีอาการไม่สบาย

ข้อปฏิบัติในด้านสุขภาพ (สุชาติ โสมประยูร. 2528: 185)

1. ควรมีความสนใจในเรื่องสุขภาพ ทั้งร่างกายและจิตใจให้มาก หากมีอะไรผิดปกติเกิดขึ้นกับสุขภาพของตนเองควรบริหารจัดการโดยทันที

2. หลังจากความเจ็บไข้ได้ป่วยได้ผ่านไปแล้ว ต้องพักผ่อนให้มากๆ เพื่อให้ร่างกายได้ซ่อมแซมอย่างเต็มที่

3. จัดกิจกรรมในชีวิตให้สมดุลย์ ด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การทำงาน การพักผ่อน การสนทนา การตามร่างกายและวัยของตนเอง

4. ระวังระวังอุบัติเหตุ

5. ให้แพทย์ตรวจร่างกายอย่างสม่ำเสมอ

การเตรียมตัวเพื่อสุขภาพที่ดีสามารถปฏิบัติได้ดังนี้ (สุรกุล เจนอบรม. 2534)

1. แนวทางปฏิบัติทางโภชนาการเพื่อสุขภาพร่างกายที่ดีนั้นควรยึดแนวปฏิบัติทางโภชนาการการกินอาหารที่ได้สัดส่วน ต้องประกอบด้วยสารอาหารหลัก 5 หมู่รักษาน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ปกติกินอาหารที่มีกากอาหารอยู่มาก กินน้ำตาลแต่พอควร ไม่กินเค็มเกินไป และระวังเรื่องการดื่มสุราของมีเมา

2. ดื่มน้ำวันละอย่างน้อย 8 – 10 แก้ว การดื่มน้ำในเวลาเช้ามีดทอนท้องว่างเป็นระยะๆ ทุกครึ่งชั่วโมง ก่อนถึงเวลาอาหารเช้าจะเป็นประโยชน์อย่างมาก โดยน้ำจะช่วยล้างเนื้อเยื่อทุกส่วนและละลายของเสียส่งผ่านทางเส้นโลหิตให้ไตขับออกและช่วยในการขับถ่ายอุจจาระ นอกจากนั้นน้ำยังมีส่วนทำให้เนื้อเยื่อไม่เหี่ยวฝ่อ ถือว่าน้ำเป็นไอสธธรรมชาติที่ทำให้ร่างกายแข็งแรง

3. การอยู่ในที่ๆ อากาศถ่ายเทได้สะดวก ห่างไกลจากอากาศที่มีฝุ่นละอองมาก ควันพิษ หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่แออัด อับชื้น

4. นอนหลับให้ได้อย่างน้อยวันละ 8 ชั่วโมง เพื่อให้ร่างกายได้พักผ่อนอย่างเพียงพอ การพักผ่อนอย่างเพียงพอจะทำให้ร่างกายและจิตใจสดชื่นแจ่มใส

5. การขับถ่ายสะดวก ควรมีการขับถ่ายระบายของเสียทุกวัน หากมีภาวะผิดปกติควรปรึกษาแพทย์หรือผู้รู้เพื่อปรึกษาแก้ไข อย่าปล่อยทิ้งไว้เป็นเวลานาน

6. ออกกำลังกายหรือบริหารร่างกายทุกวัน วันละ 30 นาทีเป็นอย่างน้อย เมื่อรู้สึกเหนื่อยก็หยุดพักการออกกำลังกายทุกวันจะช่วยให้เนื้อเยื่อทุกส่วนได้รับอาหารและออกซิเจนเพียงพอ ทำให้อวัยวะทุกส่วนแข็งแรง ทำหน้าที่ได้ตามปกติ และลดความเสี่ยงได้ วิธีออกกำลังกายที่ง่ายคือ การเดินเร็วในที่ๆมีอากาศดี การออกกำลังกายที่ดีนั้นควรกำหนดการหายใจเข้า ออก ให้สัมพันธ์กับท่าต่างๆในการออกกำลังกาย แต่ประเภทของกีฬาที่ใช้ในการออกกำลังกายนั้น ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมกับร่างกายและแต่ละบุคคล

7. ควรมีการตรวจร่างกายเป็นครั้งคราวอย่างสม่ำเสมอ เพราะการตรวจสุขภาพร่างกายจะช่วยให้ได้พบสิ่งผิดปกติเล็กๆ น้อยๆ หรือมากก็ตาม จะได้รับการรักษาแต่แรกเริ่ม ถ้าทั้ง

ไว้อาจนำไปสู่สภาพร้ายแรงยากต่อการรักษาส่วนผู้ที่สุขภาพไม่ดีหรือมีโรคประจำตัวควรได้รับการตรวจตามแพทย์นัดอย่างสม่ำเสมอทุกครั้ง

8. การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย ควรหาความรู้เรื่องโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ เป็นความรู้รอบตัวเพื่อจะได้รับทราบถึงวิธีการป้องกัน รวมทั้งเมื่อเกิดการเจ็บป่วยก็จะสามารถช่วยตนเองได้ตามความสมควร และสิ่งสำคัญ ควรละเว้น อบายมุขต่างๆ เพื่อสุขภาพที่ดี

การเตรียมตัวด้านร่างกายนั้น สุขภาพร่างกายเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องดูแลเอาใจใส่ต่อตนเอง ผู้ที่ย่างก้าวเข้าสู่วัยเกษียณอายุ ควรจะได้มีการเตรียมตัวด้านสุขภาพร่างกายให้พร้อมเพื่อรับกับวัยสูงอายุ เพราะในวัยนั้นร่างกายจะมีความเสื่อมโทรมลงอย่างชัดเจน เช่นความเสื่อมทางเซลล์ผิวหนัง ความเสื่อมทางด้านสายตา ซึ่งมักจะเริ่มเมื่อมีอายุ 40 ปีขึ้นไป ความเสื่อมของระบบการได้ยิน กล้ามเนื้อเสื่อมถอย กระดูกเปราะและหักง่าย ความสามารถในการใช้พลังงานต่างๆ ไม่คล่องตัว ประสิทธิภาพในการทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกายลดลงโอกาสการเกิดโรคจึงเป็นไปได้ง่าย ดังนั้นการเตรียมตัวดูแลสุขภาพของตนเองก่อนที่จะถึงวัยเกษียณ เพื่อก้าวสู่วัยผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่ทุกคนควรดูแลและตระเตรียมให้พร้อม เพราะภาวะสุขภาพที่ดีเป็นผลสืบเนื่องมาจากการรู้จักดูแลสุขภาพของตนเอง อย่างสม่ำเสมอ การเตรียมตัวที่ดี ทำได้โดยการออกกำลังกาย การควบคุมโภชนาการ การพักผ่อน สันทนาการและการมีสุขภาพจิตที่ดี(ศศิดา นิรินธนาชาติ. 2540: 20-22)

2.6.3.2 การเตรียมตัวด้านจิตใจ

สำหรับการเตรียมตัวทางด้านจิตใจนั้น ต้องเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงภายหลังการเกษียณอายุ เพื่อให้เกิดทัศนคติที่ดี ส่งผลให้มีความพร้อมทางด้านจิตใจมากขึ้น (จรรยา เสี่ยงเสนาะ. 2527: 37) ได้แนะนำการเตรียมตัวด้านจิตใจว่าควรเตรียมพร้อมที่จะเผชิญการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและสังคม มีการยอมรับความเป็นจริง มองโลกในแง่ดี มีการศึกษาหาความรู้ การปฏิบัติตน และแนวทางในการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณอายุมาศึกษาเพื่อให้เกิดทัศนคติที่ดี

วิธีการดูแลสุขภาพจิตมีหลายวิธี วิธีแรกได้แก่ การใช้ศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยว ทำให้จิตใจสบาย ไม่เคร่งเครียด เพราะศาสนาเป็นสิ่งที่แยกไม่ออกจากชีวิตของมนุษย์ วิธีอื่นๆ ได้แก่ การออกกำลังกายเป็นประจำ ร่างกายที่แข็งแรงจะช่วยให้จิตใจปลอดโปร่ง การรับประทานอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ การได้รับอากาศบริสุทธิ์เป็นประจำ และการสร้างความอบอุ่นภายในครอบครัว (เชก ณะศิริ. 2532: 63-64)

ปราณี จาติเกตุ (2535) ได้กล่าวถึงการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุด้านจิตใจว่า

1. ผู้สูงอายุต้องทำให้ตัวให้อารมณ์ หมายถึง ทำให้สงบและยอมรับสภาพความจริงในชีวิตตัดสินใจด้วยความมีเหตุผล ขจัดภาวะการการคับข้องใจหรืออารมณ์ขุ่นมัวจากทางโลก โกรธ หลง หรือวิตกกังวลต่างๆ ควรทำให้สงบว่างจากกิเลส ตัณหา อย่างเสมอต้นเสมอปลาย ยิ้มแย้มแจ่มใส เมตตาการุณากับบุคคลทุกคน มองทุกอย่างแต่ในแง่บวกจะทำให้จิตใจไม่ขุ่นมัว เพราะทุกอย่างในโลกนี้ล้วนแต่ไม่มีอะไรจะบวกหรือลบอยู่เพียงอย่างเดียว แต่ในบวกก็มีลบ และในลบก็มีบวก มิใช่มีแต่ผลดีหรือผลเสียอย่างเดียวเท่านั้น จึงพยายามค้นหาสิ่งที่ดีจากสิ่งที่ไม่ดี การมองในแง่บวกจึงทำให้จิตใจยอมรับความจริงและจิตใจไม่ขุ่นมัว จิตก็เป็นสุขได้ แต่ต้องปฏิบัติได้จริงด้วยตนเอง

2. ชื่นชมชีวิตของตนเอง บุตรหลานหรือสิ่งแวดล้อมในสังคม แต่ในสิ่งที่ดั่งาม และวางเฉยต่อสิ่งที่ไม่ถูกใจ ไม่พอใจ และยอมรับในการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของคนและสังคมยุคใหม่ ถ้าสิ่งนั้นมีใช้ความชั่ว หรือความเลวร้าย อย่าหวังว่าจะเปลี่ยนพฤติกรรมของคนอื่นให้มาเหมือนสิ่งที่ตนชอบ บุคคลจะมีความสุขได้ถ้าปฏิบัติตัวโดยยึดหลักพรหมวิหาร 4 เป็นกิจวัตรประจำวันและประจำตัว คือ

เมตตา การให้ความรัก ความสงสารแก่ผู้อื่น จะเกิดความสุขทั้งสองฝ่าย ทั้งผู้ให้และผู้รับ เพราะเมตตานี้เป็นเครื่องค้าจุนโลกโดยแท้จริง

กรุณา การให้ด้วยความจริงใจ อาจให้ในรูปแบบต่างๆ ทางทางแสดงออกทางกาย โดยการช่วยเหลือในเรื่องเล็กๆ น้อยๆ มีความจริงใจและความหวังดี ผู้รับจะรู้สึกรัก เคารพ เลื่อมใส ศรัทธา เชื่อฟัง เป็นบ่อเกิดของความสุข ความภาคภูมิใจด้วยกันทั้งสองฝ่าย

มุทิตา การแสดงความชื่นชม ยินดี เมื่อผู้อื่นได้รับความสำเร็จในโอกาสต่างๆ การแสดงออกนี้เพื่อให้ผู้อื่นรับรู้ด้วยความภาคภูมิใจ และเป็นกำลังใจให้ทำดีต่อไป

อุเบกขา การวางเฉยเมื่อการสูญเสีย หรือไม่สามารถแก้ไขทุกข์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นทั้งของตนเองและผู้อื่น โดยเฉพาะการเกิด แก่ เจ็บ ตาย หรือการพลัดพรากจากสิ่งที่รักที่ชอบ ก็สามารถวางเฉยได้ไม่วิตกในปัญหาที่เกิดขึ้นจนเกินกว่าเหตุ ทำให้เกิดความทุกข์ทรมานมากขึ้น การวางเฉยเป็นการส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิตของตนเองได้เป็นอย่างดี

สรุป การเตรียมตัวเกษียณอายุทางด้านจิตใจนั้น ถือได้ว่าเป็นการเตรียมตัวที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านอื่นๆ มาก เพราะความมั่นคงทางจิตใจ ถือได้ว่าเป็นสิ่งที่ควรให้ความสำคัญและควรให้ความใส่ใจในการเตรียมตนเอง ดังนั้นบุคคลควรจะมีการศึกษาหาความรู้ การปฏิบัติตนและแนวทางในการเตรียมความพร้อมมาศึกษาเพื่อให้เกิดทัศนคติที่ดีในอนาคตนั่นเอง

2.6.3.3 การเตรียมตัวด้านทรัพย์สินเงินทอง

ศศิมา ทวีสิน (2538: 29-30) ได้กล่าวถึงสิ่งที่ควรจัดทำขึ้นเสมอในการวางแผนด้านทรัพย์สินเงินทอง โดยการวางแผนการเงิน โดยมีการเตรียมตัวดังนี้

1.การประเมินรายรับรายจ่าย โดยวิเคราะห์สถานการณ์ทางการเงินในปัจจุบันของตนเองว่ามีรายได้ทั้งหมดเท่าไร จากแหล่งเงินใดบ้าง มีรายจ่ายเท่าใด รายรับเท่าใด ถ้ารายจ่ายเกินกว่ารายรับที่ได้ จะได้วางแผนเพิ่มรายรับหรือลดรายจ่ายได้ทันที่

2.การเตรียมเงินสำหรับรายจ่ายจร และเตรียมรับมือกับปัญหาเงินเพื่อที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคต รวมถึงค่าใช้จ่ายที่ใช้ในยามฉุกเฉิน เช่น ค่ารักษาพยาบาล

3.ประเมินความสามารถของตนเอง ที่จะหารายได้จากการมีอาชีพสำรองก่อนหรือภายหลังเกษียณอายุที่เหมาะสมกับตนเอง

4.การเตรียมสะสมทรัพย์สินในรูปแบบของการฝากสะสม การประกันชีวิตและสุขภาพ และอุบัติเหตุต่างๆ เป็นการลงทุนตามสภาพคล่องตัว ที่ไม่เสี่ยงจนเกินไป

การวางแผนการเงินสำหรับการปลดเกษียณ แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. แหล่งที่มาของรายได้เมื่อปลดเกษียณ (Source of retirement income) ได้แก่

1.เงินบำนาญบำนาญ (pension) คือเงินที่จ่ายให้แก่ข้าราชการพลเรือนและทหารที่ปลดเกษียณออกจากราชการได้รับเงินช่วยเหลือจำนวนหนึ่งจากราชการ บำนาญเป็นเงินตอบแทนความชอบที่ได้รับราชการมาซึ่งจ่ายครั้งเดียว ส่วนเงินบำนาญคือเงินที่จ่ายเป็นรายเดือน บำนาญบำนาญเป็นแหล่งรายได้ที่สร้างความมั่นคงและให้ความมั่นใจแก่ผู้ที่ปลดเกษียณ การพิจารณาว่าควรจะได้รับเงินบำนาญขึ้นอยู่กับความต้องการของผู้เกษียณแต่ละบุคคลเป็นสำคัญ

2.เงินได้ประจำ (annuity insurance) ในกรณีที่ผู้เกษียณอายุราชการได้ทำประกันชีวิตไว้กับบริษัทประกันชีวิต จะได้รับเงินจากบริษัทตามเงื่อนไขที่ได้ตกลงกัน ทำให้ผู้เกษียณมีรายได้อีกจำนวนหนึ่งสำหรับใช้จ่ายตลอดชีวิต

3.ดอกเบี้ย เงินปันผล และค่าเช่า (interest dividends and rents) เป็นเงินเก็บออมในรูปแบบต่างๆ เช่น การฝากธนาคาร การซื้อหุ้น การซื้อบ้าน และที่ดิน การลงทุนเหล่านี้ให้ผลประโยชน์ในรูปแบบดอกเบี้ย เงินปันผล หรือค่าเช่า ซึ่งผู้เกษียณที่เก็บออมสามารถนำมาเป็นรายได้ ใช้จ่ายในยามเกษียณอายุราชการ

4.รายได้พิเศษ (earning:part-time work) ผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุราชการแล้วย่อมมีเวลาว่างพอที่จะใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ และก่อให้เกิดรายได้พิเศษได้ เช่น เป็นที่ปรึกษาหน่วยงานต่างๆ หรือทำงานพิเศษตามถนัดและความสามารถ

5.งานอดิเรกที่มีรายได้ (profitable hobby) บุคคลผู้รู้จักใช้เวลาว่างในการทำงานอดิเรกที่ตนชอบ ย่อมทำให้เกิดผลดีและสามารถจำหน่ายเป็นรายได้ที่ดี มีงานอดิเรกหลายอย่างที่เหมาะสมกับผู้อยู่ในวัยเกษียณอายุราชการจะเลือกทำได้ นอกจากจะให้ความเพลิดเพลินมีรายได้แล้วยังเป็นการส่งเสริมสุขภาพอีกด้วย

6.เงินช่วยเหลือส่วนตัว (personal contributions) ผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุส่วนมากจะได้รับการสนับสนุนทางการเงินจากผู้ใกล้ชิดที่เคยอุปการะ เช่นลูกหลาน ญาติพี่น้อง หรือมิตรสหาย

7. อื่นๆ ได้แก่ เงินสงเคราะห์ต่างๆ เงินทุนสะสม เงินประกันสังคม เงินช่วยทหารผ่านศึก เป็นต้น

2 .การประมาณฐานะทางการเงินเมื่อเกษียณอายุ

เมื่อเกษียณอายุการทำงาน รายได้ที่เคยอยู่จะลดลงเหลือประมาณ 60 – 70 % ของรายได้ก่อนเกษียณ การที่จะทราบว่าจะมีเงินเพียงพอสำหรับค่าใช้จ่ายเมื่อตอนเกษียณหรือไม่นั้น ควรจัดทำงบประมาณหรือวางแผนวิธีใช้เงิน โดยการประมาณว่าในปีที่จะเกษียณจะมีทรัพย์สินหนี้สิน รายรับรายจ่ายเป็นอย่างไรจึงรวบรวมข้อมูลที่ได้มาจัดทำเป็นงบการเงินขึ้น

การวางแผนรายได้ก่อนและหลังเกษียณเป็นสิ่งที่จำเป็น และต้องอาศัยระยะเวลา คนที่ต้องการใช้ชีวิตให้มีความสุขสงบและมีความสุขภายหลังการเกษียณ ยังจำเป็นต้องมีสภาวะสุขภาพที่ดีและมีบุคลิกภาพที่เหมาะสม

นอกจากนี้ ลีดดี และวินแบรนด์ท์ (มธุริน วรศักดิ์. 2550: 24 – 25; อ้างอิงจาก Leedy; & Wynbrandi. 1987: 85-86) ได้เสนอแนะวิธีการแผนทางการเงินไว้ดังนี้

1.วางแผนเป้าหมายด้านการเงินในการประกอบอาชีพของตนเองว่ามีเป้าประสงค์อะไร

2.บันทึกเป้าหมายในการใช้จ่ายเงินภายหลังเกษียณ

3.บันทึกรายการที่ตนเองคิดว่าจะต้องใช้จ่ายเงินเป็นจำนวนมากภายหลังเกษียณ

4.บันทึกรายการทรัพย์สินที่ตนเองมีและหนี้สินที่ตนเองต้องรับผิดชอบ

5.ตรวจสอบรายได้ที่ได้รับหลังเกษียณมีความมั่นคงหรือมีเดือยอย่างไร

6.จดรายการที่ได้คาดหมายไว้ว่าจะเกิดขึ้นหรือมีการเปลี่ยนแปลงในขณะที่ยังไม่เกษียณ

7.กำหนดโครงการที่ต้องการใช้จ่ายเงินในการดำรงชีวิตของตนเอง

8.บันทึกผลประโยชน์ที่จะได้รับในตอนเกษียณ

9.วางแผนการทรัพย์สินที่จะมีภายหลังเกษียณอายุการทำงาน เช่นเรื่องของเงิน ทรัพย์สินสมบัติ มรดก ผลประโยชน์ การประกัน

10.ประมาณการรายได้ในรอบปีที่จะได้เมื่อเกษียณ (ในต่างประเทศรายได้มากขึ้นขึ้นอยู่กับการเกษียณอายุด้วย)

11.คาดประมาณรายได้จากอาชีพหลังเกษียณที่วางแผนไว้ว่า จะทำเมื่อเกษียณแล้วและให้เงินนั้นมีดอกผลเพิ่มขึ้นโดยการฝากธนาคาร

12.ประมาณรายได้ที่จะได้รับเมื่อเกษียณอย่างพินิจพิเคราะห์

13.ประเมินความสามารถของตนเองที่จะหารายได้จากการมีอาชีพภายหลังเกษียณที่เหมาะสมกับตนเอง

สรุปได้ว่า เมื่อเกษียณอายุการทำงาน รายได้ก็คงอยู่จะลดลงเหลือประมาณ 60 – 70 % ของรายได้ก่อนเกษียณ การวางแผนรายได้ก่อนและหลังเกษียณเป็นสิ่งที่จำเป็น และต้องอาศัยระยะเวลา คนที่ต้องการใช้ชีวิตให้มีความสุขสบายและมีความสุขภายหลังการเกษียณ

2.6.3.4 การเตรียมตัวด้านที่อยู่อาศัย

ที่อยู่อาศัยนอกจากจะเป็นหนึ่งในปัจจัย 4 ที่มีความสำคัญต่อมนุษย์ทุกคนแล้ว ยังมีความสำคัญต่อบุคคลที่จะก้าวเข้าสู่วัยเกษียณอายุด้วย เพราะเมื่อเกษียณอายุไปแล้วนั้น ถ้าเป็นพนักงานเอกชนก็อาจจะไม่มีผลกระทบเท่าไรนัก เนื่องจากที่อยู่อาศัยที่มี ก็ยังคงสามารถอยู่อาศัยได้ต่อไป แต่ถ้าทำงานในส่วนข้าราชการ อาจจะมีมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะสำหรับข้าราชการที่มีบ้านพักของทางราชการ เมื่อเกษียณอายุ สิทธิต่างๆ ที่เคยมีก็จะหมดไปในการพักอาศัยในที่อยู่ที่เคยอยู่อาศัย การตัดสินใจเรื่องที่อยู่อาศัย จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญยิ่งสำหรับบุคคลที่เกษียณอายุ เพราะปัญหานี้จะพบมากในผู้เกษียณอายุหรือผู้สูงอายุที่มีฐานะปานกลางจนถึงระดับต่ำ ที่ไม่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง ต้องพึ่งพาลูกหลานหรือสถานสงเคราะห์

การวางแผนที่อยู่อาศัยจะช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดความพร้อมและความมั่นคงในชีวิตช่วงบั้นปลายและสิ่งสมควรพิจารณาคือ(ทักษอร ศรีภา. 2541: 33)

1.สถานที่ต้องกำหนดว่าจะอยู่ที่ไหนกับใคร ผู้ให้อาศัยยอมรับหรือไม่ และถ้าอยู่บ้านที่เป็นของตนเองต้องตรวจสอบสภาพบ้าน ถ้าบ้านหรือที่อยู่อาศัยนั้นเก่าควรมีการปรับปรุง ซ่อมแซมบ้านให้เหมาะสมกับสภาพผู้สูงอายุ

2.สภาพที่อยู่ หมายถึง ลักษณะบ้าน การจัดบ้านและสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะต้องมีความเหมาะสมกับสภาพและข้อจำกัดของผู้สูงอายุหรือผู้ที่เกษียณอายุการทำงาน เครื่องมือเฟอร์นิเจอร์ ควรเป็นชนิดที่ปลอดภัย และมั่นคง มีความสว่างเพียงพอ

การเตรียมที่อยู่อาศัย ควรจัดเตรียมตั้งแต่วัยกลางคน ซึ่งจะกระทำได้ง่ายกว่า ทั้งนี้ เนื่องจากยังมีความสามารถในการติดต่อเกี่ยวกับการก่อสร้าง การเลือกซื้อวัสดุต่างๆ การแสวงหาทรัพย์สินมาใช้จ่ายในการเตรียมที่อยู่อาศัย ในการเตรียมที่อยู่อาศัยนั้น สิ่งที่ต้องคำนึงได้แก่ สถานที่ตั้ง การเลือกผู้อยู่ร่วม และสภาพที่อยู่ (ธาดา วิมลวัตรเมธี. 2543: 19)

สถานที่ตั้ง ต้องคำนึงถึงสภาพเป็นจริง ดูความเหมาะสมกับสุขภาพสังขารในวัยชรา ไม่คิดเพื่อฝันเกินความเป็นจริง สถานที่ตั้งของที่อยู่อาศัยต้องอยู่ไม่ไกลจากแหล่งชุมชน จากเพื่อนญาติ และต้องไม่ไกลจากการให้บริการต่างๆ

การเลือกผู้อยู่ร่วม การเลือกผู้อยู่ร่วมในยามชรา นั้น ในสังคมไทยจะเป็นแบบใดแบบหนึ่งดังนี้ (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2534: 78-94)

1. ถ้าเลือกอยู่คนเดียว ควรเลือกสถานที่ตั้งบ้านเรือนที่ง่ายต่อการติดต่อกับเพื่อนหรือญาติสนิท ควรอยู่ในแหล่งชุมชน มีความปลอดภัย และควรฝึกทักษะในการช่วยเหลือตนเองตั้งแต่วัยกลางคน ฝึกทักษะรู้จักคบค้าสมาคมกับผู้อื่น รู้จักช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ชีวิตก็มีความสุขตามสมควร

2. ถ้าเลือกที่จะอยู่กับคู่ชีวิตเพียงสองคน ซึ่งมักเป็นวัยชราที่ลูกหลานได้แยกครอบครัวออกไปหมดแล้ว หรือกรณีคนโสดที่เป็นพี่น้องกัน และส่วนมากมักเป็นเพศเดียวกัน การเลือกอยู่ร่วมกันจะเป็นเพื่อนคุยเพื่อนร่วมคิด และสามารถช่วยเหลือซึ่งกันและกันได้

3. ถ้าเลือกที่จะอยู่กับลูกหลานที่เป็นโสด การเลือกอยู่แบบนี้เป็นที่นิยมของสังคมไทยเรา ส่วนมากเป็นลักษณะบุตรสาวอยู่ร่วมกับมารดา หรือมีฉะนั้นก็เป็นลักษณะญาติผู้ใหญ่ที่รับหลานไปอยู่ด้วย ปัญหาที่อาจพบได้ในกรณีการอยู่ร่วมกันเช่นนี้คือ ลูกหลานที่อยู่ในกรณีนี้ มักจะมีอายุเกิน 40 ปีขึ้นไปแล้ว ตำแหน่งหน้าที่ในการทำงานหรือทางสังคมก็มีความมั่นคงและมีความรับผิดชอบสูงขึ้น ดังนั้นถ้าเกิดการขาดงานเพื่อมาดูแล หรือต้องคอยดูแลรับผิดชอบบิดามารดา หรือญาติผู้ใหญ่ที่มาอยู่ด้วย อาจทำให้เกิดการไม่พอใจ และเกิดอารมณ์เสียขุ่นมัวได้บ่อยครั้ง ผู้ชราหรือผู้เกษียณจะรู้สึกละอายใจ และอาจกลายเป็นคนยอมลูกหลานไปทุกอย่าง

4. ถ้าเลือกที่จะอยู่กับครอบครัวของลูก ครอบครัวลักษณะนี้จะประกอบด้วย ปู่ ย่า ตา ยาย พ่อแม่ และลูก ปัญหาที่พบในครอบครัวลักษณะนี้คือ พ่อแม่กับแม่กับเขยหรือสะใภ้ไม่สามารถปรับตัวเข้าหากันได้ทำให้เกิดความบาดหมางหรือเกิดเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกันได้บ่อยครั้ง เช่นความไม่พอใจในความไม่เป็นระเบียบของหลาน เป็นต้น และถ้ากรณีพ่อแม่ไปอาศัยพักพิงในบ้านลูก ผู้ชราจะมีความเกรงใจอยู่อย่างไม่มีสุขยิ่งขึ้นไป เพราะเกรงว่าตนเองจะทำให้ลูกหลานรำคาญและเป็นภาระแก่ลูกหลานมากไป

5.ถ้าเลือกที่อยู่อื่นๆ เช่น วัด สถานสงเคราะห์คนชราของรัฐ หรือสถานบริการดูแลคนชราของเอกชน ที่สิ่งสำคัญคือต้องพิจารณาข้อมูลเกี่ยวกับสวัสดิการต่างๆ ค่าใช้จ่าย ความสะดวกสบาย และความพึงพอใจ ดังนั้น ควรศึกษาข้อมูลรายละเอียดให้ชัดเจนก่อนการตัดสินใจ และถ้าสามารถทำได้ควรขอทดลองเข้าไปอาศัยอยู่ระยะหนึ่งก่อนที่จะตัดสินใจไปอยู่แบบถาวร เพราะการไปพักอาศัยในบ้านสงเคราะห์คนชราจำเป็นต้องอาศัยการเตรียมตัวเตรียมใจอย่างยิ่ง เพราะการเปลี่ยนแปลงที่อยู่อาศัยเป็นสิ่งที่คนชราปรับตัวได้ยาก

สรุปได้ว่า บุคคลควรมีการเตรียมตัวเตรียมพร้อมในด้านที่อยู่อาศัย ก่อนที่จะเกษียณอายุการทำงานพอสมควร เพื่อเตรียมการในการสะสมทรัพย์สินเพื่อทำการตระเตรียมที่อยู่อาศัยในอนาคตที่เหมาะสมกับตนเอง รวมถึงการหาสถานที่ตั้ง และการตัดสินใจว่าจะอยู่ร่วมกับผู้ใด ซึ่งเป็นเรื่องที่จะต้องละเอียดอ่อนและต้องใช้การคิดไตร่ตรองอย่างรอบคอบมากที่สุด

2.6.3.5 การเตรียมตัวด้านกิจกรรม งานอดิเรกและการมีส่วนร่วมในสังคม

พจนานุกรมฉบับ ราชบัณฑิตยสถาน(2538: 911) งานอดิเรก หมายถึง งานพิเศษที่ทำเพื่อความเพลิดเพลิน หรือเป็นงานที่ทำรองจากงานหลัก โดยทั่วไปแล้วงานอดิเรกมักจะเป็นงานที่ทำในเวลาว่างจากงานประจำ งานอดิเรกมีคุณค่าต่อสุขภาพทั้งกายและจิตใจ สร้างมิตรภาพอันดีต่อกัน ให้ความรู้ ฝึกทักษะและช่วยให้มีความคิดสร้างสรรค์อย่างอิสระ

การมีส่วนร่วมในสังคมตามทัศนะของนักรัฐศาสตร์ หมายถึง ความร่วมมือ และความรับผิดชอบในการกระทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งร่วมกัน โดยพร้อมเพรียงกันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ด้วยกัน และการมีส่วนร่วมในสังคมถือเป็นหลักการที่สำคัญอย่างหนึ่งของประชาธิปไตย ซึ่งสะท้อนการเข้าไปมีส่วนร่วมเกี่ยวข้องโดยสมัครใจเป็นอิสระตามความสนใจร่วมกันหรือตามระเบียบประเพณีละกฏหมาย

ส่วนทางด้านนักสังคมวิทยาให้ความหมายของการมีส่วนร่วมในสังคมว่า หมายถึง การปะทะสังสรรค์ทางสังคม ซึ่งรวมทั้งการมีส่วนร่วมในสังคมจึงทำให้เกิดผล 3 ประการคือ

1. สร้างความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม(sense of belonging)
2. ความศรัทธาในตนเอง(self – reliance)
3. ความเชื่อมั่นในตนเอง(self confidence)

ดังนั้นการมีส่วนร่วมในสังคมตามทัศนะของนักสังคมวิทยาจึงเป็นกระบวนการศึกษาด้วยตนเอง โดยเห็นว่า เข้าไปมีส่วนร่วมและมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น รวมทั้งช่วยเหลือซึ่งกันและกัน จากการทำกิจกรรมต่างๆทำให้เกิดการมีส่วนร่วมในเชิงจิตใจ(ศศิดา นิรินธนาชาติ. 2540: 26)

งานอดิเรกและกิจกรรมถือได้ว่าเป็นสิ่งที่มีความสำคัญเช่นกันกับผู้เกษียณอายุการทำงาน เพราะงานอดิเรกหรือกิจกรรมเป็นสิ่งที่สำคัญในการปรับตัวเมื่อถึงวัยดังกล่าว ภาวะการปลดเกษียณเป็นภาวะที่กระทบกระเทือนจิตใจ ซึ่งต้องอาศัยการเตรียมตัวเตรียมใจและการปรับตัวเป็นอย่างมาก จึงจะทำให้ชีวิตมีความสุขได้ วิธีการปรับตัวที่ดีคือ การไม่ปล่อยให้ตนเองมีเวลาว่างมากเกินไป โดยการหางานอดิเรกที่ชอบทำ เพราะจะทำให้จิตใจสบายขึ้น นอกจากนี้แล้วงานอดิเรกยังช่วยให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหว ช่วยให้การหมุนเวียนโลหิตดีขึ้น (ศศิดา นิรินธนาชาติ. 2540: 26)

ส่วนการมีส่วนร่วมในสังคมนับว่าเป็นสิ่งสำคัญเช่นกัน เพราะผู้เกษียณมีกิจกรรมที่เหมาะสมกับตนเองนั้น จะทำให้ผู้เกษียณและผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกที่ดีและรู้สึกได้ว่าตนเองนั้นมีคุณค่า และเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ รวมถึงการได้มีโอกาสพบปะสังสรรค์กับบุคคลต่าง ๆ มากมายทั้งวัยเดียวกันหรือต่างวัย ซึ่งเป็นสิ่งที่ดีที่จะช่วยให้การปรับตัวด้านอารมณ์และสังคมของผู้เกษียณเป็นไปได้อย่างดี และการเข้าร่วมในสังคมจะมีส่วนช่วยให้ผู้เกษียณอายุมีความสุข และมีความพึงพอใจในชีวิตได้ก็ต่อเมื่อ ผู้เกษียณอายุต้องมีการเตรียมตัว มีการฝึกฝนทักษะในการเข้าร่วมในสังคม ตั้งแต่วัยก่อนกลางคน (ธาดา วิมลวัตรเมธี. 2543: 25)

เทเลอร์ (ธาดา วิมลวัตรเมธี. 2543: 25; อ้างอิงจาก Tayler. 1982: pp 540 – 556) ยังได้แบ่งกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ โดยพิจารณาจากภาวะสุขภาพ ความสนใจ และความต้องการของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมในสถานสงเคราะห์ หรือ ศูนย์บริการผู้สูงอายุเป็นเกณฑ์ ออกได้ 6 ประเภทได้แก่

1. กิจกรรมอาชีพบำบัด (Occupation Therapy) เป็นกิจกรรมที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันความพิการที่จะเกิดขึ้น แต่มิได้เป็นการเตรียมตัวสำหรับประกอบอาชีพ เช่น งานแกะสลัก งานช่างฝีมือ งานเกษตรกรรม

2. กิจกรรมนันทนาการบำบัด (Recreation Therapy) เป็นกิจกรรมที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง จิตใจแจ่มใส ช่วยเสริมสร้างความเข้าใจ และเข้าถึงความต้องการทางด้านจิตใจ กิจกรรมนันทนาการก่อให้เกิดความสุข ความเพลิดเพลิน กิจกรรมประเภทนี้ ได้แก่ การดูโทรทัศน์ ดูกีฬา วาดรูป อ่านหนังสือ และการพบปะสังสรรค์ เป็นต้น

3. กิจกรรมบำบัดด้วยหนังสือ (Biblio Therapy) เป็นกิจกรรมที่นำคุณประโยชน์ของการอ่านหนังสือมาใช้ เพื่อการป้องกันหรือรักษาความแปรปรวนทางอารมณ์และพัฒนาให้เกิดวุฒิภาวะทางอารมณ์ซึ่งจะทำให้มีสุขภาพจิตที่ดี นอกจากนี้ยังเป็นการส่งเสริมให้ผู้อ่านมีการยอมรับคุณค่าในตนเอง การอ่านหนังสือทำให้เกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลิน ได้รับความรู้ ทันโลกทันเหตุการณ์ และเป็นการฝึกสมองอย่างสม่ำเสมอ

4. กิจกรรมการออกกำลังกาย (Physical Exercise) เป็นกิจกรรมที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้มีการเคลื่อนไหว ช่วยส่งเสริมความแข็งแรงสมบูรณ์ของสภาพร่างกายทำให้มี

สุขภาพร่างกายแข็งแรง ซึ่งผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี จะเกิดภาพลักษณ์ของตนเองในทางบวก และจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากขึ้น

5.กิจกรรมศาสนา (Religion Therapy) เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้สูงอายุผ่อนคลายความตึงเครียด ลดความวิตกกังวล ในสังคมไทยศาสนามีอิทธิพลต่อความเชื่อ ทศนคติ และค่านิยมของผู้สูงอายุ กิจกรรมทางศาสนาที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมมาก เช่น การฟังการบรรยายธรรม การตักบาตร การฝึกปฏิบัติสมาธิ และการทำบุญที่วัด เป็นต้น

6.กิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร (Volunteering) เป็นกิจกรรมที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้สูงอายุมองตนเองว่า มีคุณค่าต่อสังคมใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ผู้สูงอายุมักทำงานโดยมิได้คำนึงถึงผลประโยชน์ตอบแทน การเข้าร่วมเป็นอาสาสมัครนอกจากจะทำให้ผู้สูงอายุมีบทบาทอย่างต่อเนื่องแล้วยังมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตด้วย

สรุปได้ว่า การเตรียมตัวด้านหากิจกรรมหรืองานอดิเรกและการมีส่วนร่วมในสังคมของผู้เกษียณอายุการทำงานก็มีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนกว่าด้านอื่นๆ เนื่องจากหลังเกษียณอายุผู้สูงอายุจะมีเวลาว่างมากขึ้น ถ้าไม่มีการเตรียมการใช้เวลาว่างไว้ล่วงหน้าจะทำให้เกิดภาวะรู้สึกว่างงานเป็นบุคคลว่างงาน ไร้ซึ่งประโยชน์ ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อจิตใจได้ การมีกิจกรรมส่วนร่วมในสังคม และงานอดิเรกจะช่วยทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตสูงและเป็นไปในทางบวก ดังนั้นจึงควรมีการวางแผนการใช้เวลาเกี่ยวกับการเข้ากิจกรรมในสังคม เช่น การวางแผนทำกิจกรรมด้านสันตนาการ การเข้าเป็นสมาชิกชมรมต่างๆ การบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมหรือการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาและการทำงานอดิเรกหลังเกษียณ การเตรียมงานอดิเรกในเวลาว่างจะทำให้ผู้สูงอายุคลายความกังวล และมีความสุขมากขึ้น งานอดิเรกบางอย่างต้องเรียนรู้ล่วงหน้า ซึ่งต้องอาศัยการเตรียมทั้งทางด้านร่างกายและฐานะการเงินด้วยเช่นกัน

2.6.4 การเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานในประเทศไทย

จากรายงานการวิจัยของคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็กและเยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการ และผู้สูงอายุ กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2547: 73) ชี้ให้เห็นว่า ผู้ที่เข้าสู่วัยเกษียณอายุการทำงานในประเทศไทยนั้นส่วนใหญ่ไม่ได้มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยปลดเกษียณ โดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจ สุขภาพกาย และสุขภาพใจ ซึ่งพบได้ว่ามีที่อยู่ในวัยเกษียณอายุการทำงานถึงร้อยละ 88 ของผู้สูงอายุทั้งหมดของประเทศไทยที่ไม่เคยได้เตรียมความพร้อมเรื่องการเกษียณอายุเลยและมีเพียง 1 ใน 5 ของกลุ่มบุคคลตัวอย่างเท่านั้นที่มีการเตรียมตัวด้านการเงิน และสุขภาพทั้งกายและจิตใจ

พิมพ์พิมุข โปธิ์ปักขีย(2550: บทคัดย่อ)ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยทางชีวสังคม ทักษะคติต่อการเกษียณอายุ ความเครียดจากภาวะหนี้สิน กับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการครู อายุ 45 -60 ปีในจังหวัดพิจิตร จำนวน 300 คนพบว่าข้าราชการครูมีทักษะคติที่ดีต่อการเกษียณอายุการทำงานทั้งทางด้านโดยรวมและรายด้าน โดยทางด้านร่างกายและจิตใจนั้น ข้าราชการครูมีทักษะคติที่ดีมาก ส่วนทางด้านเตรียมตัวด้าน ทรัพย์สินเงินทอง การใช้เวลาว่าง และที่อยู่อาศัยพบว่ากลุ่มข้าราชการครูให้ความสำคัญในการเตรียมตัวปานกลางเพราะโดยกลุ่มตัวอย่างระบุว่ายังไม่มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการเตรียมความพร้อมที่ถูกต้องในการปฏิบัติตนเองในชีวิตเมื่อต้องเข้าสู่วัยเกษียณอายุ โดยกลุ่มตัวอย่างมีความต้องการในการจัดอบรมสัมมนาเพื่อเพิ่มความรู้ความเข้าใจใน ความสำคัญของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานเพื่อช่วยในการเตรียมตัวในช่วงเกษียณที่ดี และเมื่อศึกษางานวิจัยการสำรวจความคิดเห็นและการเตรียมตัวของประชาชนไทยที่มีอายุตั้งแต่ 18 - 59 ปี เกี่ยวกับความรู้และทัศนคติที่มีต่อผู้สูงอายุ พ.ศ. 2550 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2550: 31) โดยจากงานวิจัยในครั้งนี้สรุปใจความสำคัญมีดังนี้

ตาราง 1 แสดงร้อยละของประชากร จำแนกตามเรื่อง que คิด และ/หรือ เตรียมการเพื่อวัยเกษียณอายุ

เรื่องที่คิด และ/หรือ เตรียมการ เมื่ออยู่ในวัยสูงอายุ	ทั่วประเทศ			
	รวม	เคยคิด		ไม่เคยคิด
		เตรียมการ	ไม่เตรียม	
1.การออมเงินหรือสะสมเงินทองให้พอใช้ในวัยสูงอายุ	100	57.6	32.3	10.1
2.การทำตัวเองให้มีสุขภาพกายที่แข็งแรงในวัยสูงอายุ	100	52.1	30.8	17.1
3.การทำตนเองให้มีสุขภาพจิตใจที่ดีในวัยสูงอายุ	100	47.2	30	22.8
4.การจะอยู่อย่างไร หรืออยู่กับใครในวัยสูงอายุ	100	39.2	36.9	23.9
5.การจะให้ใครเป็นผู้ดูแลในช่วงวัยสูงอายุ	100	39.1	36.1	24.8
6.การศึกษาธรรมะหรือกิจกรรมทางศาสนาบ่อยขึ้น	100	37.7	32.3	30
7.การเตรียมเรื่องการทำศพสำหรับตัวเอง	100	32.2	27.4	40.4
8.การทำงานให้ชุมชน หรืออาสาสมัครในวัยสูงอายุ	100	26.8	33	40.2

ที่มา: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.(2550). งานวิจัยสำรวจความคิดเห็นของประชาชนเกี่ยวกับความรู้และทัศนคติต่อผู้สูงอายุ. หน้า 31.

จากงานวิจัยดังกล่าวนั้นแสดงให้เห็นว่าความคิดเห็นของบุคคลในการเตรียมตัวเข้าสู่วัยเกษียณอายุการทำงานนั้นส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าเป็นเรื่องที่เหมาะสมควรกระทำอย่างยิ่ง แต่คนไทยโดยส่วนใหญ่มีความคิดเห็นในเรื่องการเตรียมตัวและมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานน้อย และก็ยังมีความกังวลที่มีปัญหาในการเตรียมความพร้อมกับการเกษียณอายุการทำงานเนื่องจากยังไม่มีความรู้และความเข้าใจที่เพียงพอในข้อมูลข่าวสารในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานและสำหรับเรื่องการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน คำถามที่เกิดขึ้นคือจะสามารถทำอย่างไรให้คนไทยมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากขึ้น

จากงานวิจัยดังกล่าวพบว่าปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับเรื่องของพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน คือทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลที่ว่า ทัศนคติเป็นสาเหตุสำคัญของพฤติกรรม ดังนั้นในการส่งเสริมให้บุคคลมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานก็ต้องมีการปรับเปลี่ยนทัศนคติให้บุคคลมีทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรมนั้น อย่างไรก็ตามที่ Fishbein; Ajzen. (1980) กล่าวว่าในการที่จะปรับเปลี่ยนทัศนคตินั้นเราควรต้องทราบความเชื่อเกี่ยวกับผลของพฤติกรรม ดังนั้น ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความเชื่อ ทัศนคติ และพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานโดยจะศึกษาในกลุ่มของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ โดยการที่เลือกเจาะจงศึกษาในกลุ่มดังกล่าวนี้เพราะผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าคุณลักษณะของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เป็นกลุ่มบุคคลที่มีพัฒนาการทางร่างกายเจริญเต็มที่ และเป็นช่วงอายุที่มีระยะเวลาครอบคลุมในเรื่องของการเริ่มทดลองการใช้ชีวิตหรือหาแนวทางในการดำเนินชีวิต หรือการมีแบบแผนชีวิตที่เข้ารูปสมบรูณ์แบบ เนื่องจากวัยผู้ใหญ่เป็นวัยที่มีพัฒนาการในทุกด้านได้อย่างเต็มที่สมบรูณ์แบบ ตลอดจนในช่วงวัยดังกล่าวนี้ยังเป็นช่วงวัยที่เป็นระยะทดลองในการค้นหาแนวทางในการดำเนินชีวิต และสำหรับวัยผู้ใหญ่ยังเป็นวัยที่มีแบบแผนการดำเนินชีวิตที่พร้อมเพียงและเริ่มที่จะคงที่สมบรูณ์ และในช่วงเวลาดังกล่าวนี้ได้มีการผ่านการเลือกคู่หรือมีวิถีชีวิตในการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไปจากชีวิตโสดเข้าสู่ชีวิตในช่วงการเลือกคู่หรือมีคู่ครองและมีประสบการณ์ในการใช้ชีวิตคู่ ทำให้ช่วงวัยดังกล่าวสามารถรับรู้และเข้าใจถึงข้อมูลความรู้ด้านการเตรียมตัวการเกษียณอายุการทำงาน ตลอดจนสามารถมีมุมมองต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานได้เป็นอย่างดีในทุกๆด้านของการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน จึงถือได้ว่าเป็นกลุ่มตัวอย่างที่น่าศึกษาค้นคว้าในเรื่องความเชื่อ ทัศนคติ และพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน 3 ด้าน ซึ่งได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ซึ่งถือได้ว่า ทั้ง 3 ด้านนี้ เป็นด้านที่บุคคลในสังคมเล็งเห็นถึงความสำคัญและให้ความสนใจในเรื่องการเตรียมตัวในชีวิตหลังเกษียณเป็นอย่างมาก แต่ยังไม่ได้ให้ความสำคัญถึงความสำคัญในการเตรียมตัวในชีวิตหลังเกษียณในด้านต่างๆ มากพอสม

ควร ซึ่งคาดว่าจะการศึกษาในเรื่องดังกล่าวนี้จะเป็นประโยชน์ในการให้ข้อมูลในการศึกษาเรื่องการเตรียมตัวในชีวิตเกษียณอายุการทำงานแก่บุคคลในสังคมได้เป็นอย่างดีเพื่อที่จะสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ในอนาคต

3. พฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานกับปัจจัยทางชีวสังคม : ผลการวิจัย

เพศ

ศศิตา นิรินธนาชาติ (2540: 123) ศึกษาความต้องการการเตรียมตัวของข้าราชการก่อนเกษียณในหน่วยงานสังกัดกระทรวงศึกษาธิการในส่วนกลางพบว่า ข้าราชการก่อนเกษียณที่มีเพศแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ธาดา วิมลวัตรเวที (2543: บทคัดย่อ) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงานของบุคลากรสังกัดมหาวิทยาลัย พบว่า บุคลากรชาย และบุคลากรหญิงที่มีเพศที่แตกต่างกันจะมีทัศนคติต่อการเกษียณและการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกัน โดยบุคลากรเพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าบุคลากรเพศชาย

สมฤดี ธีมกิตติคุณ (2550: 138) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคลากรฝ่ายพยาบาลโรงพยาบาลจุฬา พบว่าเพศชายและเพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน

มธุริน วรศักดิ์ (2550: บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยทางชีวสังคม ทัศนคติต่อการเกษียณอายุ และบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของพนักงานสายปฏิบัติการธนาคารกรุงเทพ จำกัด(มหาชน) สำนักงานใหญ่พบว่า พนักงานธนาคารที่มีเพศแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

รสนิน วิทย์วงศ์กังวาล (2550: 71) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทานพบว่าข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทานที่มีเพศแตกต่างกัน มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน

พิมพ์พิมุข โพธิ์ปักขีย์ (2550: 100) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตร พบว่า ข้าราชการครูเพศหญิง มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณด้านที่อยู่อาศัยมากกว่าข้าราชการครูเพศชาย เพศที่แตกต่างกันจะมีผลในด้านต่างๆที่แตกต่างกันโดยเพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าเพศชาย

แอชลีย์ (Atchley: 1982) ได้ศึกษาเจตคติเกี่ยวกับการเกษียณและการปฏิบัติในการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงาน โดยได้ทำการแบ่งกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

กลุ่มก่อนการเกษียณอายุทำงานจำนวน 356 ราย กลุ่มหลังการเกษียณอายุทำงาน 2 ปี จำนวน 169 ราย และกลุ่มหลังการเกษียณอายุการทำงานมากกว่า 2 ปี จำนวน 296 ราย ผลการศึกษาพบว่า เพศหญิงและเพศชายไม่มีความแตกต่างในเรื่องเจตคติต่อการเกษียณ แต่มีความแตกต่างในเรื่องการวางแผนเกษียณอายุการทำงาน กล่าวคือ เพศหญิงจะมีการวางแผนที่จะเกษียณอายุการทำงานก่อนจะถึงอายุ 60 ปี มากกว่าเพศชาย

สรุปผลการวิจัยที่เกี่ยวกับตัวแปรเพศส่วนใหญ่พบว่าเพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าเพศชาย จากผลวิจัยข้างต้นจึงนำไปสู่การตั้งสมมุติฐานในการวิจัยครั้งนี้คือกลุ่มบุคคลทำงานเพศหญิงมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้าน มากกว่าเพศชาย

วัยและอายุ

ศศิตา นิรินธนาติ (2540: 123) ศึกษาความต้องการการเตรียมตัวของข้าราชการก่อนเกษียณในหน่วยงานสังกัดกระทรวงศึกษาธิการในส่วนกลางพบว่า ข้าราชการก่อนเกษียณที่มีวัยและอายุแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ทิพาพร ทองสว่าง (2541: บทคัดย่อ) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของผู้ใหญ่วัยกลางคน พบว่าผู้ที่มีวัยและอายุมากกว่ามีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าผู้ที่มีวัยและอายุน้อยกว่า

ธาดา วิมลวัตรเวที (2542: 149) ศึกษาบุคลากรที่ปฏิบัติหน้าที่ในสังกัดมหาวิทยาลัยของรัฐพบว่า กลุ่มตัวอย่างอายุที่มีอายุมากกว่า 55 ปี มีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มอายุ 45-55 ปี

มธุริน วรศักดิ์ (2550: บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยทางชีวสังคม ทศนคติต่อการเกษียณอายุและบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของพนักงานสายปฏิบัติการธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่พบว่า พนักงานธนาคารที่มีอายุแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

สมฤดี ธีมกิตติคุณ (2550:138) ศึกษาบุคลากรฝ่ายพยาบาลโรงพยาบาลจุฬา พบว่า บุคลากรฝ่ายการพยาบาลที่มีระดับอายุมากกว่า มีทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่าบุคลากรฝ่ายการพยาบาลที่มีระดับอายุน้อยกว่า

พิมพ์พิมุข โพร้ปักขีย์ (2550: 100) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตร พบว่า ข้าราชการครูที่มีอายุน้อยกว่า มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณด้านที่อยู่อาศัยมากกว่าข้าราชการครูที่มีอายุมากกว่า

รสนิน วิทย์วงศ์กังวาล (2550: 71) พบว่าข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทานที่มีอายุ 56 – 60 ปี มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่าข้าราชการก่อนเกษียณที่มีระดับอายุน้อยกว่า

สรุปผลการวิจัยที่เกี่ยวกับตัวแปรวัยและอายุส่วนใหญ่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีวัยและอายุมากกว่ามีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีวัยและอายุน้อยกว่า จากผลวิจัยข้างต้นจึงนำไปสู่การตั้งสมมติฐานในการวิจัยครั้งนี้คือกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีอายุมากกว่ามีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีอายุน้อยกว่า

สถานภาพสมรส

อัมพา วรวัฒน์ชัย (2532: บทคัดย่อ) พบว่าผู้ที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการเตรียมตัวและปรับตัวด้านอารมณ์ จิตใจ และ สังคมแตกต่างกัน โดยบุคคลที่มีสถานภาพสมรสมีการเตรียมตัวและปรับตัวได้ดีกว่าบุคคลที่มีสถานภาพโสด

แอชลีย์ (Atchley: 1982) ได้ศึกษาเจตคติเกี่ยวกับการเกษียณ และการปฏิบัติในการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงาน ผลการศึกษาพบว่าเพศหญิงที่วางแผนเกษียณก่อนอายุ ครบ 60 ปีนั้น มักพบในกลุ่มผู้มีสถานภาพสมรสคู่ มีสุขภาพดี มีสถานภาพทางเศรษฐกิจดี และได้วางแผนเตรียมตัวการเกษียณไว้ นอกจากนี้แอชลีย์ยังพบว่าในทางตรงข้ามเพศหญิงมีความต้องการการเกษียณเมื่ออายุมากกว่า 60 ปีอยู่ถึงร้อยละ 11 และแอชลีย์ยังพบว่า เพศหญิงที่วางแผนเกษียณอายุเมื่ออายุมากขึ้น มักเป็นผู้มีสถานภาพสมรสโสด มีสถานภาพทางเศรษฐกิจต่ำ และมีเจตคติทางลบต่อการเกษียณด้วย

ศศิมา ทวีสิน (2538: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการเตรียมตัวในการดำรงชีวิตเมื่อเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข พบว่าผู้ที่มีสถานภาพสมรสมีการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานมากกว่าผู้ที่มีสถานภาพโสด

ศศิตา นิรินธนาชาติ (2540: 123) ศึกษาความต้องการการเตรียมตัวของข้าราชการก่อนเกษียณในหน่วยงานสังกัดกระทรวงศึกษาธิการในส่วนกลางพบว่า ข้าราชการก่อนเกษียณที่มีสภาพสมรสแล้ว จะมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในด้านรายได้และค่าใช้จ่ายสูงกว่าข้าราชการก่อนเกษียณที่มีสถานภาพโสด

รสนิน วิทย์วงศ์กังวาล (2550: 71) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทานพบว่าข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทานที่มีสภาพสมรสแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน

มธุริน วรศักดิ์ (2550: บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยทางชีวสังคม ทักษะคิดต่อการเกษียณอายุ และบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของพนักงานสายปฏิบัติการธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่ พบว่า พนักงานธนาคารที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

พิมพ์พิมุข โพร้ปักขีย์ (2550:104) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตร พบว่าข้าราชการครูที่มีสถานภาพสมรสคู่ มีทัศนคติและพฤติกรรมกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานมากกว่าข้าราชการครูที่มีสถานภาพสมรสโสด

สรุปผลการวิจัยที่เกี่ยวกับตัวแปรสภาพสมรสส่วนใหญ่พบว่าผู้ที่มีสภาพสมรสมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าผู้ที่มีสภาพสมรสโสดหรือหย่าร้าง จากผลวิจัยข้างต้นจึงนำไปสู่การตั้งสมมุติฐานในการวิจัยครั้งนี้คือกลุ่มบุคคลวัยทำงานที่มีสถานภาพการสมรสที่แต่งงานแล้วมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานที่มีสถานภาพ โสดและสถานภาพหย่าร้าง เป็นหม้ายหรือแยกกันอยู่

ระดับการศึกษา

ทิพาพร ทองสว่าง (2541: บทคัดย่อ) พบว่า ผู้ใหญ่วัยกลางคน สังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่ามีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า

ธาดา วิมลวัตรเวที (2543: 144) ทำการศึกษานุเคราะห์สังกัดมหาวิทยาลัยของรัฐพบว่า บุคลากรที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า มีการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มบุคลากรที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า

พิมพ์พิมุข โพร้ปักขีย์ (2550:104) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตร พบว่า ข้าราชการครูที่มีระดับการศึกษาที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

มธุริน วรศักดิ์ (2550: บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยทางชีวสังคม ทักษะคิดต่อการเกษียณอายุ และบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของพนักงานสายปฏิบัติการธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่ พบว่า พนักงานธนาคารที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

รสนิน วิทย์วงศ์กังวาล (2550: 71) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทานพบว่าข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทานที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน

สมฤดี รัสมิตติคุณ (2550:138) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคลากรฝ่ายพยาบาลโรงพยาบาลจุฬา พบว่าในเรื่องการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานในด้านจิตใจนั้น บุคลากรฝ่ายพยาบาลที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานมากกว่าบุคลากรที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า

สรุปผลการวิจัยที่เกี่ยวกับตัวแปรระดับการศึกษาส่วนใหญ่พบว่าบุคคลที่มีระดับการศึกษาสูงกว่ามีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าผู้ที่มีการศึกษาต่ำกว่า จากผลวิจัยข้างต้นจึงนำไปสู่การตั้งสมมุติฐานในการวิจัยครั้งนี้คือกลุ่มบุคคลทำงานที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า มีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า

รายได้

ศศิมา ทวีสิน (2538: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการเตรียมตัวในการดำรงชีวิตเมื่อเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข พบว่าผู้ที่มีรายได้ไม่พอใช้ มีแนวโน้มที่จะเตรียมตัวเมื่อเกษียณอายุในระดับสูง หรือถ้ามีรายได้เหลือเก็บการเตรียมตัวเมื่อเกษียณอายุจะมีแนวโน้มในระดับต่ำ

ศศิตา นิรินธนาติ (2540: 123) ศึกษาความต้องการการเตรียมตัวของข้าราชการก่อนเกษียณในหน่วยงานสังกัดกระทรวงศึกษาธิการในส่วนกลางพบว่าข้าราชการก่อนเกษียณที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ธาดา วิมลวัตรเวที (2543: 156) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงานของบุคลากรสังกัดมหาวิทยาลัย พบว่าระดับรายได้ต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานโดยผู้ที่มีระดับรายได้ต่ำมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานน้อยกว่าผู้ที่มีรายได้สูงกว่า

รสลิน วิทย์วงศ์กังวาล (2550: 71) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน of ข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทานพบว่าข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทานที่มีรายได้ต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน

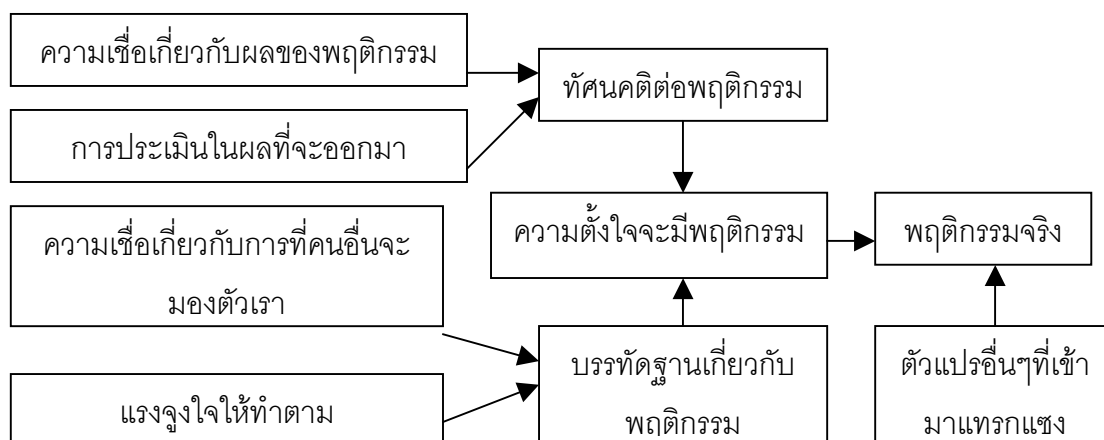
มธุริน วรศักดิ์ (2550: บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยทางชีวสังคม ทศนคติต่อการเกษียณอายุและบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของพนักงานสายปฏิบัติการธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่ พบว่า พนักงานธนาคารที่มีรายได้แตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน

สมฤดี รัชมกิตติคุณ(2550: 137) ศึกษาบุคลากรฝ่ายพยาบาลโรงพยาบาลจุฬา พบว่า บุคลากรฝ่ายพยาบาลที่มีระดับรายได้สูงกว่าทัศนคติและมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าบุคลากรที่มีรายได้ต่ำกว่า

สรุปผลการวิจัยที่เกี่ยวกับตัวแปรรายได้ส่วนใหญ่พบว่าบุคคลที่มีรายได้มากกว่า จะมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่ดีกว่าบุคคลที่รายได้ต่ำกว่า จากผลวิจัยข้างต้นจึงนำไปสู่การตั้งสมมุติฐานในการวิจัยครั้งนี้คือกลุ่มบุคคลทำงานที่มีรายได้สูงกว่ามีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานที่มีรายได้ต่ำกว่า

4. พฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานกับทัศนคติและความเชื่อ

ฟิชบายน์ และไอเซน (Fishbein; & Ajzen. 1980: 67) ได้อธิบายไว้ว่า มนุษย์มีเหตุผลและใช้ข้อมูลเหตุผลที่ตนมีอย่างเป็นระบบ พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้น ส่วนใหญ่ถูกกำหนดโดยทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งนั้น บุคคลจะประกอบพฤติกรรมนั้นมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความตั้งใจที่จะประกอบพฤติกรรมนั้นด้วยการพิจารณาความตั้งใจกระทำของตนก่อนจะลงมือกระทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง ในขณะที่ความตั้งใจดังกล่าวยังขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคลที่สำคัญคือ ทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรม โดยทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรมจะขึ้นอยู่กับความเชื่อและการประเมินความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรมด้วยเช่นกัน ดังภาพประกอบต่อไปนี้



ภาพประกอบ 2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อพฤติกรรม

ที่มา: ณัฐวดี วิถีธรรม. (2539). *ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล* อ้างอิงจาก Fishbein; & Ajzen. หน้า 67.

สำหรับเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานนั้น ทัศนคติต่อเรื่องของการเกษียณอายุการทำงานเป็นสิ่งที่สำคัญเพราะทัศนคติเป็นจิตลักษณะประเภทหนึ่งของบุคคล เกิดจากการรู้คิดเชิงประมาณค่า เกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งในทำนองประโยชน์หรือเป็นโทษ ทำให้มีความรู้สึกโน้มเอียงไปทางชอบพอใจมากน้อยต่อสิ่งนั้น และจากการศึกษาวิจัยที่ผ่านมาของ สมฤดี ธัมมิตติคุณ (2550: 138) พบว่าบุคลากรฝ่ายการพยาบาลของโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุการทำงานทั้งทางด้านโดยรวมและรายด้าน มีการเตรียมตัวในการเกษียณอายุการทำงานมากกว่าบุคลากรผ่านการพยาบาลที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเกษียณอายุการทำงานทั้งทางด้านโดยรวมและรายด้านต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมพ์พิมุข โพธิ์ปักขีย์ (2550: บทคัดย่อ) ที่พบว่าข้าราชการครูที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานทั้งรายด้านและโดยรวมนั้นมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวมากกว่าข้าราชการครูที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน

จากงานวิจัยที่ผ่านมาแสดงให้เห็นว่าปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับเรื่องของพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานคือทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ

อายุการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลที่ว่า ทศนคติเป็นสาเหตุสำคัญของพฤติกรรม ดังนั้นในการส่งเสริมให้บุคคลมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานก็ต้องมีการปรับเปลี่ยนทัศนคติให้บุคคลมีทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรมนั้นด้วยเช่นกัน (ณัฐวดี วิถีธรรม 2539: 44 – 48; อ้างอิงจาก Ajzen; & Fishbein.1980: 67) ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงเป็นเหตุผลให้ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลของฟิชบายน์และไอเซน เป็นทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษาวิจัยในเรื่องการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในครั้งนี้

4.1 ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (A THEORY OF REASONED ACTION)

ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลที่อธิบายเกี่ยวกับทัศนคติและความเชื่อเป็นทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลของฟิชบายน์ และไอเซน มีการเริ่มศึกษาตั้งแต่ปี 1967 ฟิชบายน์และไอเซนพัฒนาทฤษฎีนี้มาเป็นเวลามากกว่า 10 ปี และเสนอทฤษฎีเต็มรูปแบบเมื่อปี 1980 โดยทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลมีพื้นฐานความเชื่อที่ว่า มนุษย์เป็นผู้มีเหตุผลอยู่เสมอ และมีการใช้ข้อมูลที่ตนมีอย่างเป็นระบบ พฤติกรรมที่มนุษย์ปฏิบัติมิได้เกิดจากจิตไร้สำนึกหรือทำตามอำเภอใจ แต่มนุษย์จะพิจารณาสิ่งที่เกิดจากการกระทำก่อนที่จะตัดสินใจจะทำหรือไม่ทำพฤติกรรมใดๆ การกระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งจะถูกกำหนดโดยความตั้งใจที่จะทำพฤติกรรมนั้น (behavioral intention) เมื่อเขาประเมินว่าพฤติกรรมนั้นมีผลในทางบวกต่อเขา และบุคคลมีความสำคัญต่อตัวเขา เห็นว่าเขาควรแสดงพฤติกรรมนั้น เมื่อทัศนคติและบรรทัดฐานเชิงอัตวิสัยสอดคล้องกัน ความตั้งใจจะทำพฤติกรรมนั้นจะเกิดขึ้น ทัศนคติและพฤติกรรมเป็นผลมาจากความเชื่อ แม้ว่าบุคคลจะมีความเชื่อมากมาย แต่จะมีความเชื่อที่จะเป็นตัวกำหนดทัศนคติต่อพฤติกรรมอันใดอันหนึ่ง ความเชื่อนี้เรียกว่า ความเชื่อเด่นชัด (salient belief) (ธีระพร อุวรรณโน. 2528 : 144)

ใจความทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (ณัฐวดี วิถีธรรม 2539: 44 – 48,อ้างอิงจาก Ajzen ; & Fishbein.1980: 67) มีดังนี้

1. ฟิชบายน์ และไอเซน ได้อธิบายและชี้ให้เห็นถึงแนวทางในการควบคุมและทำนายพฤติกรรมมนุษย์ไว้ว่า มนุษย์มีเหตุผลและใช้ข้อมูลเหตุผลที่ตนมีอย่างเป็นระบบ พิจารณาการกระทำของตนก่อนลงมือกระทำพฤติกรรมใด พฤติกรรมหนึ่ง (Behavior: B) ซึ่งบุคคลจะประกอบพฤติกรรมนั้นมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความตั้งใจที่จะประกอบพฤติกรรมนั้น (Behavioral Intention หรือ BI) ในขณะเดียวกัน ความตั้งใจ (BI) ดังกล่าวยังขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคลที่สำคัญ คือ ทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรม (AB) โดยทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรม (AB) ขึ้นอยู่กับความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรม (bi) และการประเมินความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรม(ei)

2. เจตนาเชิงพฤติกรรม ได้รับอิทธิพลจากตัวกำหนด 2 ตัว คือ

2.1 ปัจจัยส่วนบุคคล เป็นการคิด ประเมินความรู้สึกภายในตัวของบุคคลต่อพฤติกรรมนั้น ในแง่ บวก – ลบ เรียกว่า ทศนคติต่อการประกอบพฤติกรรม

ทศนคติต่อพฤติกรรม (A_B) เป็นการประเมินทางบวก – ลบของบุคคลต่อการกระทำนั้นๆ A_B จัดได้ว่าเป็นปัจจัยส่วนบุคคลและ ได้รับอิทธิพลจากหรือถูกกำหนดโดยผลรวมของผลคูณระหว่างความเชื่อเกี่ยวกับผลกระทบหรือผลของการกระทำ (behavioral belief หรือ b_i) และการประเมินผลกระทบหรือผลของการกระทำ (evaluation of consequences หรือ e_i) เขียนเป็นสมการได้ว่า

$$A_B = f \left[\sum_{i=1}^n b_i \cdot e_i \right] \quad \begin{array}{l} \text{เมื่อ } n \text{ คือจำนวนความเชื่อเกี่ยวกับ} \\ \text{ผลของพฤติกรรม} \end{array}$$

ทฤษฎีนี้อธิบายโดยการเขียนในรูปแบบจำลองทางคณิตศาสตร์ ซึ่งแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทศนคติกับอีกตัวแปรหนึ่งคือ ความเชื่อ (Belief) โดยอธิบายว่าทศนคติขึ้นอยู่กับความเชื่อเกี่ยวกับผลของการกระทำ (Behavioral Beliefs หรือ b_i) และการประเมินผลจากการกระทำ (Evaluation of Consequences หรือ e_i)

2.2 ปัจจัยทางสังคม เป็นการประมาณของบุคคลว่าตนจะมีการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (Subjective Norm หรือ SN) เพียงใด ซึ่งกลุ่มอ้างอิง หมายถึง การรับรู้ของบุคคลว่า คนอื่นๆ ที่มีความสำคัญสำหรับเขาต้องการหรือไม่ต้องการให้เขาทำพฤติกรรมนั้นๆ

ซึ่งการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง หรือ SN ขึ้นอยู่กับผลรวมของผลคูณระหว่าง ความเชื่อเรื่องเกี่ยวกับทัศนะของกลุ่มอ้างอิงต่อการกระทำของตน (Normative Beliefs หรือ NB) คือความเชื่อที่ว่าแหล่งอ้างอิงแต่ละแหล่งต้องการให้ตนทำเพียงไร กับแรงจูงใจที่จะคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (Motivation to Comply หรือ MC)

ความเชื่อเกี่ยวกับทัศนะของกลุ่มอ้างอิงต่อการกระทำของตนเขียนเป็นสมการได้ว่า

$$SN = f \left[\sum_{i=1}^m NB_i \cdot MC_i \right] \quad \begin{array}{l} \text{เมื่อ } m \text{ คือ จำนวนแหล่งอ้างอิง} \end{array}$$

3. ความสำคัญของทัศนคติต่อพฤติกรรม (W_1) และการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (W_2) เป็นน้ำหนักของพฤติกรรมที่ได้จากการคำนวณสมการถดถอยพหุคูณ หมายถึง พฤติกรรมบางพฤติกรรมอาจถูกกำหนดโดยทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรมมากกว่าคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ส่วนพฤติกรรมบางพฤติกรรมอาจได้รับอิทธิพลจากการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงมากกว่าทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรม แต่บางพฤติกรรมอาจได้รับอิทธิพลจากปัจจัยทั้งสองใกล้เคียงกัน ซึ่งความสำคัญของปัจจัยทั้งสองอาจแตกต่างกันในแต่ละบุคคล สามารถเขียนเป็นสมการได้ว่า

$$B \sim I = f [A_B \cdot W_1 + SN \cdot W_2]$$

เมื่อ W_1 และ W_2 เป็นน้ำหนักที่ได้จากการคำนวณสมการถดถอยพหุคูณ

4. ตัวแปรภายนอก (External Variable) ได้แก่ตัวแปรทางชีวสังคม ทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรม เป้าหมายอื่นที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมนั้นซึ่งตัวแปรจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมก็ต่อเมื่อตัวแปรนั้นมีอิทธิพลกับทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง หรือมีอิทธิพลต่อน้ำหนักของความสำคัญเชิงสัมพัทธ์ของตัวแปรต่อความตั้งใจที่จะประกอบพฤติกรรม

5. ความจำเพาะของการกำหนดพฤติกรรมที่จะศึกษา ประกอบไปด้วย

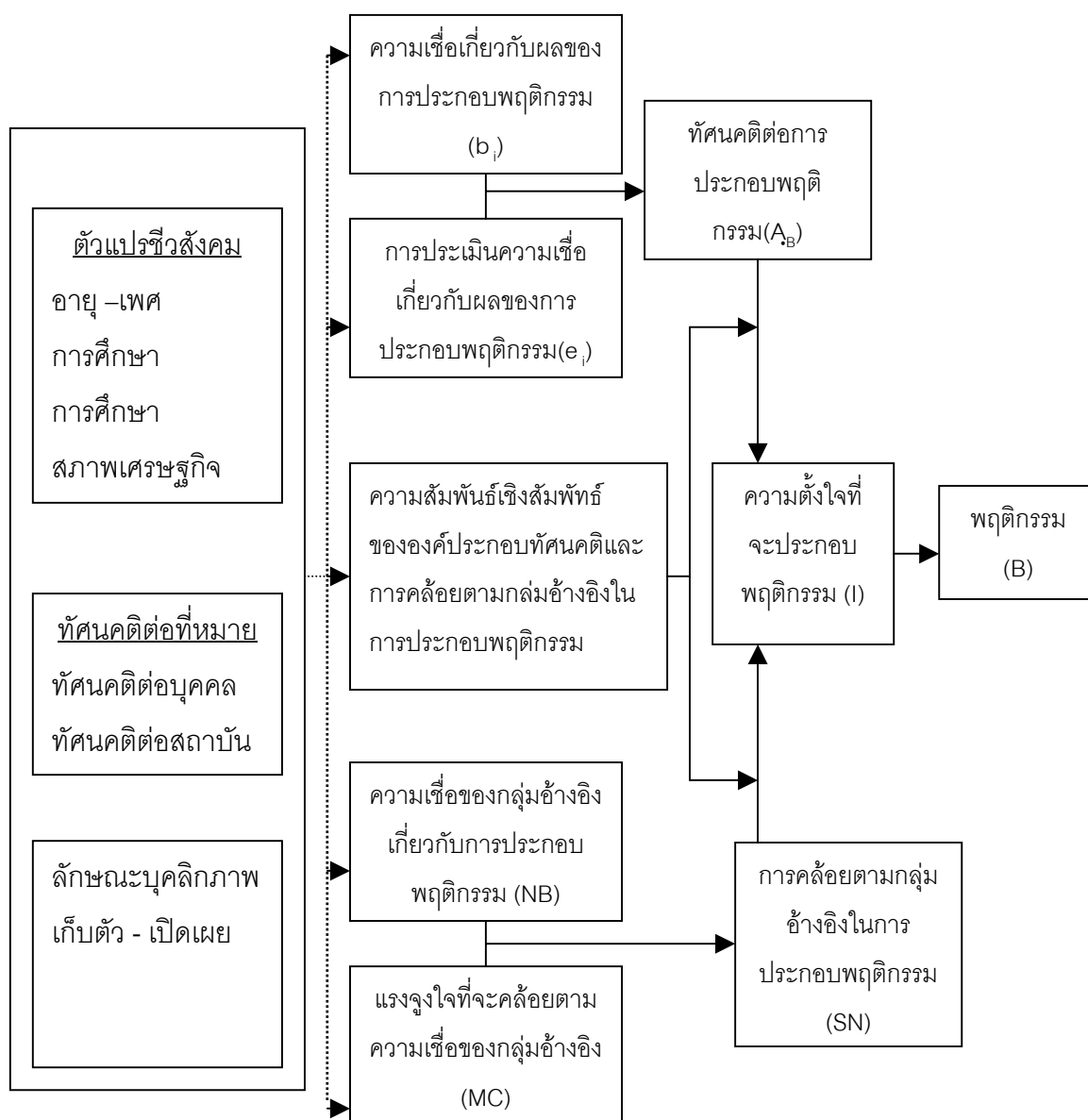
5.1 การกระทำ (Action) หมายถึง การแสดงพฤติกรรมใด พฤติกรรมหนึ่ง หรือพฤติกรรมเดียว ซึ่งอาจประกอบด้วยการกระทำย่อยๆหลายการกระทำก็ได้

5.2 เป้าหมาย (Target) หมายถึง เป้าหมายของการกระทำ

5.3 เวลา (Time) หมายถึง เวลาที่จะแสดงพฤติกรรมที่เราจะศึกษา

5.4 บริบท (Context) หมายถึง สถานการณ์ของพฤติกรรมที่เราสนใจศึกษา

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลสามารถสรุปได้ดังนี้



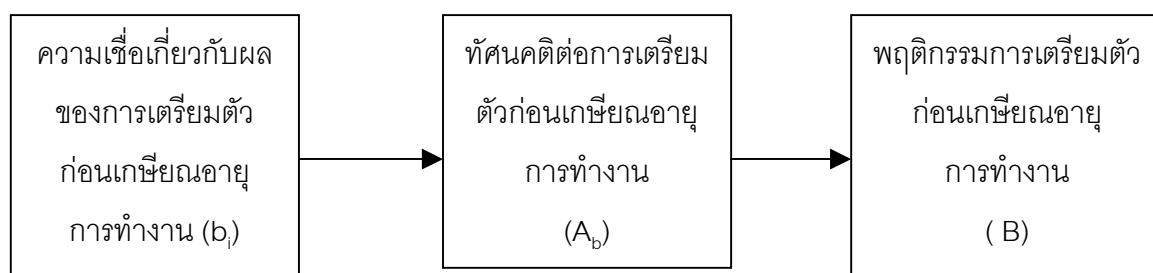
..... แสดงความเป็นไปได้ของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรภายนอกกับตัวแปรต่างๆในทฤษฎี
 _____ แสดงความสัมพันธ์โดยตรงเชื่อมโยงระหว่างตัวแปรต่างๆในทฤษฎี

ภาพประกอบ 3 แสดงความสัมพันธ์ของตัวแปรต่างๆในทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล

ที่มา : จีระวัฒน์ วงศ์สวัสดิวัฒน์. (2538). *ทัศนคติ ความเชื่อ และพฤติกรรม: การวัด การพยากรณ์และการเปลี่ยนแปลง*. หน้า168.

โดยสรุป พีชบายน์และไอเซน ได้อธิบายไว้ว่า มนุษย์มีเหตุผลและใช้ข้อมูลเหตุผลที่ตนมีอย่างเป็นระบบ พิจารณาการกระทำของตนก่อนลงมือกระทำพฤติกรรมใด พฤติกรรมหนึ่ง (Behavior: B) ซึ่งบุคคลจะประกอบพฤติกรรมนั้นมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความตั้งใจที่จะประกอบพฤติกรรมนั้น (Behavioral Intention หรือ BI) ในขณะเดียวกัน ความตั้งใจ (BI) ดังกล่าวยังขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคลที่สำคัญ คือ ทศนคติต่อการประกอบพฤติกรรม (A_B) โดยทศนคติต่อการประกอบพฤติกรรม (A_B) จะขึ้นอยู่กับความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรม (b_i) และการประเมินความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรม (e_i)

เนื่องจากในงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน (ธาดา วิมลวัตรเวที 2543: 156, สมฤดี ธัมภิตติคุณ 2550: 138, พิมพ์พิมุข โพธิ์ปักขีย์ 2550: 100) ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจะนำทฤษฎีนี้มาประยุกต์ใช้ในการศึกษาในส่วนของความเชื่อและทศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน กับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน เท่านั้น กล่าวคือจะนำทฤษฎีมาเป็นพื้นฐานในการค้นหาความเชื่อ ที่ทำให้บุคคลมีทศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานต่างกัน ทั้งนี้เพื่อจะได้แสวงหาแนวทางในการปรับเปลี่ยนทศนคติและส่งเสริมพฤติกรรมต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานได้อย่างเหมาะสม ดังนั้นงานวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยนำแนวคิดของทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลมาศึกษาเฉพาะเจาะจงในส่วนของความเชื่อ (b_i) ทศนคติ (A_B) พฤติกรรม (B) เท่านั้น ซึ่งสามารถสรุปกรอบแนวคิดของตัวแปรที่ศึกษาได้ดังภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 แสดงตัวแปรจากทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลซึ่งนำมาเป็นกรอบแนวคิดของการวิจัย เพื่อศึกษา ความเชื่อ และ ทศนคติ ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน

ในประเด็นที่เกี่ยวกับความเชื่อ พิซบายน์และไอเซน (ณัฐวดี วิถีธรรม .2539: 46-47; อ้างอิงจาก Fishbein; & Ajzen.1975: 218) กล่าวว่า แม้บุคคลมีความเชื่อต่างๆ มากมายต่อที่หมายหนึ่งๆ แต่ปรากฏว่า มีความเชื่อจำนวนเล็กน้อยเท่านั้นที่มีความสัมพันธ์กับทัศนคติ และเป็นสิ่งกำหนดทัศนคติต่อที่หมาย ซึ่งการวิจัยเกี่ยวกับช่วงความจำ ความเข้าใจ และกระบวนการข่าวสารเสนอไว้ว่า บุคคลจะสามารถรับรู้ และใส่ใจข้อความในช่วงขณะใดขณะหนึ่งได้เพียง 5 – 9 ข้อความ ดังนั้นจึงสามารถกล่าวได้ว่า ทัศนคติต่อเป้าหมายของบุคคลในขั้นต้นนั้น ถูกกำหนดจากความเชื่อไม่มากกว่า 5 – 9 ความเชื่อ ซึ่งกลุ่มความเชื่อเหล่านี้เรียกว่า ความเชื่อเด่นชัด สามารถรู้ความเชื่อเด่นชัดของบุคคลได้โดยการถามให้ตอบแบบอิสระ เกี่ยวกับคุณลักษณะ คุณภาพ และลักษณะเฉพาะอย่างของผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการแสดงพฤติกรรม โดยจะพิจารณาเฉพาะข้อมูลของความเชื่อเด่นชัดที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนของประชากรที่มีความถี่สูงๆ ซึ่งมีวิธีการดังนี้

เมื่อได้ข้อความเชื่อจากผู้ตอบ จึงนำมาจัดแยกประเภทตามจำนวนและชนิดของความเชื่อ

1. วิเคราะห์เนื้อหาของความเชื่อต่างๆ ที่แตกต่างกันเป็นรายบุคคล
2. จัดกลุ่มความเชื่อที่มีผลเหมือนกันเข้าด้วยกัน และนับความถี่ของแต่ละผลที่เหมือนกันในกลุ่ม ซึ่งต้องแน่ใจว่า ผลในแต่ละกลุ่มเป็นอิสระต่อกันหรือไม่เกี่ยวข้องกัน
3. พิจารณาคัดเลือกข้อความเชื่อเหล่านี้เป็นกลุ่มความเชื่อเด่นชัด ซึ่งอาจพิจารณาเลือกข้อความเชื่อเหล่านี้ด้วยวิธีต่างๆ ดังนี้

3.1 พิจารณาเลือกข้อความเชื่อที่ถูกกล่าวถึงมากที่สุดจำนวน 10 – 12 ความเชื่อ

3.2 พิจารณาเลือกข้อความเชื่อทั้งหมดที่กลุ่มตัวอย่างน้อยที่สุด 10-12 %

3.3 พิจารณาเลือกข้อความที่มีความถี่สูงสุดไปจนถึงข้อความเชื่อที่ทำให้รวมความถี่ได้ 75 % ของความถี่รวมทั้งหมดทุกๆ ข้อความเชื่อ

พิซบายน์และไอเซน ได้กล่าวไว้ว่าการจัดอันดับของความเชื่อเด่นชัดนี้มีความสัมพันธ์กับความหนักแน่นของความเชื่อ โดยถ้าพิจารณาเฉพาะความเชื่อเด่นชัดที่มีความถี่สูงๆ พิซบายน์และไอเซนยังได้กล่าวถึงการพยากรณ์ทัศนคติด้วยความเชื่อไว้ว่า กลุ่มความเชื่อเด่นชัดของบุคคลเกี่ยวกับการกระทำพฤติกรรมจะเป็นสิ่งที่กำหนดทัศนคติต่อพฤติกรรมของบุคคล ถ้าจะทำความเข้าใจทัศนคติจึงต้องพิจารณาถึงความเชื่อเด่นชัด (Salient Belief) โดยขั้นแรกจะต้องทราบการประเมินผลของการกระทำแต่ละอย่างของบุคคล ซึ่งจะเป็นทัศนคติของการกระทำที่สนใจ สามารถประเมินโดยใช้มาตรการประเมินชั่วคราว ต่อมาก็ประเมินความเชื่อมั่นของบุคคลว่า การกระทำพฤติกรรมนั้นจะนำไปสู่ผลนั้นจริงหรือไม่เพียงใด ซึ่งเป็นการจัดความหนักแน่นของความเชื่อนั่นเอง อาจได้จากการถามให้บุคคลแสดงความเป็นไปได้ว่าการกระทำพฤติกรรมนั้นจะนำไปสู่ผลกรรมนั้นหรือมีความสัมพันธ์กับลักษณะเฉพาะอย่าง

4.2 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

มธุริน วรศักดิ์ (2550: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษา ปัจจัยทางชีวสังคม ทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงานและบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานของพนักงานธนาคารกรุงเทพ สำนักงานใหญ่ อายุ 45-60 ปี จำนวน 173 คน พบว่าทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงานกับพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานนั้นมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงเกี่ยวพันกัน โดยพนักงานที่มีทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงานที่ดีจะมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทั้งโดยรวมและในรายด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านทรัพย์สินเงินทอง ด้านกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ด้านสัมพันธภาพในครอบครัว และด้านที่อยู่อาศัย เป็นไปในทิศทางที่ดีและมีการเตรียมตัวมากกว่าพนักงานที่มีทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงานที่ไม่ดี ทั้งนี้เป็นเพราะพนักงานที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่ดี จะมีการทำความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลง ยอมรับความจริงของชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวที่ว่า การปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่แสดงออกที่สังเกตได้กับทัศนคติต่างก็มีความสัมพันธ์และมีผลซึ่งกันและกัน โดยสามารถอธิบายได้ว่าทัศนคติมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล และขณะเดียวกันการแสดงออกหรือการปฏิบัติของบุคคลก็มีผลต่อทัศนคติของบุคคลนั้นด้วย

สมฤดี ธัมภิตติคุณ (2550: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคลากรของโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ พบว่าระดับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคลากรของโรงพยาบาลอยู่ในระดับที่ดีมากโดยบุคลากรในโรงพยาบาลส่วนใหญ่นั้นมีทัศนคติต่อการเกษียณอายุที่ดีและมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทั้งโดยรวมและรายด้านทุกด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านทรัพย์สินเงินทอง ด้านกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ด้านสัมพันธภาพในครอบครัว และด้าน ที่อยู่อาศัย มากกว่าบุคลากรที่มีทัศนคติต่อการเกษียณอายุไม่ดี สาเหตุที่บุคคลที่มีทัศนคติที่ดีมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณมากกว่ากลุ่มที่มีทัศนคติต่อการเกษียณอายุที่ไม่ดีนั้นเนื่องจากบุคคลที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุการทำงานจะเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและสามารถเผชิญกับภาวะการเกษียณได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงเข้าใจและสามารถคาดคะเนถึงสภาพการณ์ล่วงหน้าของชีวิตของตนเองได้ดี ด้วยเหตุดังกล่าวทำให้บุคคลเหล่านั้นมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานได้มากขึ้นด้วยเช่นกัน ดังนั้นเรื่องของทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงานจึงมีความสัมพันธ์กับเรื่องของพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของบุคคลอย่างมาก

พิมพ์พิมุข โพธิ์ปักขีย์ (2550: 100) ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตร พบว่าข้าราชการครูที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุการทำงาน

ทำงานมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทั้งโดยรวมและในรายด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านทรัพย์สินเงินทอง และด้านกิจกรรมนั้นมีการเตรียมตัวที่มากกว่าข้าราชการครูที่มีทัศนคติไม่ดีต่อการเกษียณอายุ ยกเว้นด้านสัมพันธภาพในครอบครัวที่ไม่พบความแตกต่างกัน ดังนั้น การที่ข้าราชการครูมีทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานก็จะทำให้มีพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากด้วยเช่นกัน

จากการศึกษางานวิจัยดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า การที่บุคคลจะมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากหรือน้อยนั้นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับเรื่องของพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานคือทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลที่ว่าทัศนคติเป็นสาเหตุสำคัญของพฤติกรรม โดยที่พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้นส่วนใหญ่ถูกกำหนดโดยทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งนั้น จากผลวิจัยข้างต้นจึงนำไปสู่การตั้งสมมุติฐานในการวิจัยครั้งนี้คือพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านทรัพย์สินเงินทอง

4.3 ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติกับความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

สำหรับเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานนั้น หลังจากที่ได้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับงานวิจัยที่ผ่านมาเกี่ยวกับเรื่องการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานพบว่า ยังไม่มีผู้ใดทำการศึกษาวิจัยในเรื่องดังกล่าว ดังนั้น เพื่อความเข้าใจในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติกับความเชื่อ ผู้วิจัยจึงขอรวบรวมงานวิจัยในเรื่องที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติกับความเชื่อหลายๆ แขนงมาอธิบายเพื่อความเข้าใจในเรื่องดังกล่าวเพื่อแสดงให้เห็นถึงความครอบคลุมความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและความเชื่อดังนี้

ดุจดาว เรื่องเวชติวงศ์ (2540: บทคัดย่อ) ศึกษาทัศนคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และความเชื่อ ความตั้งใจที่จะประกอบพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ ของนิสิตชายมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร พบว่า นิสิตชายที่มีคณะที่สังกัดหรือระดับชั้นปีที่ศึกษาแตกต่างกันที่มีความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรมแตกต่างกัน มีทัศนคติ และการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงแตกต่างกัน โดยจากรายงานวิจัยระบุว่านิสิตชายมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรที่มีความเชื่อในเรื่องเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรมทางเพศในความตั้งใจที่จะประกอบพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ต่ำ จะมีทัศนคติในการตั้งใจจะประกอบพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ต่ำเช่นกัน ซึ่งแสดงให้เห็นได้ว่าความเชื่อต่อผลนั้นมีความสัมพันธ์กับทัศนคติ

ศรศมน เชิดชูสีมา (2549: 123) ศึกษาทัศนคติ ความเชื่อและการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงของผู้ปกครองที่มีต่อการสนับสนุนให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายกวาดวิชาพบว่า ผู้ปกครองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีทัศนคติที่ดีต่อการสนับสนุนให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายกวาดวิชาและผู้ปกครองที่มีทัศนคติเชิงบวกหรือเป็นไปในทิศทางที่ดีต่อการสนับสนุนให้นักเรียนกวาดวิชา จะมีความเชื่อทางบวกเกี่ยวกับผลของการสนับสนุนให้นักเรียนกวาดวิชาด้วยเช่นกัน

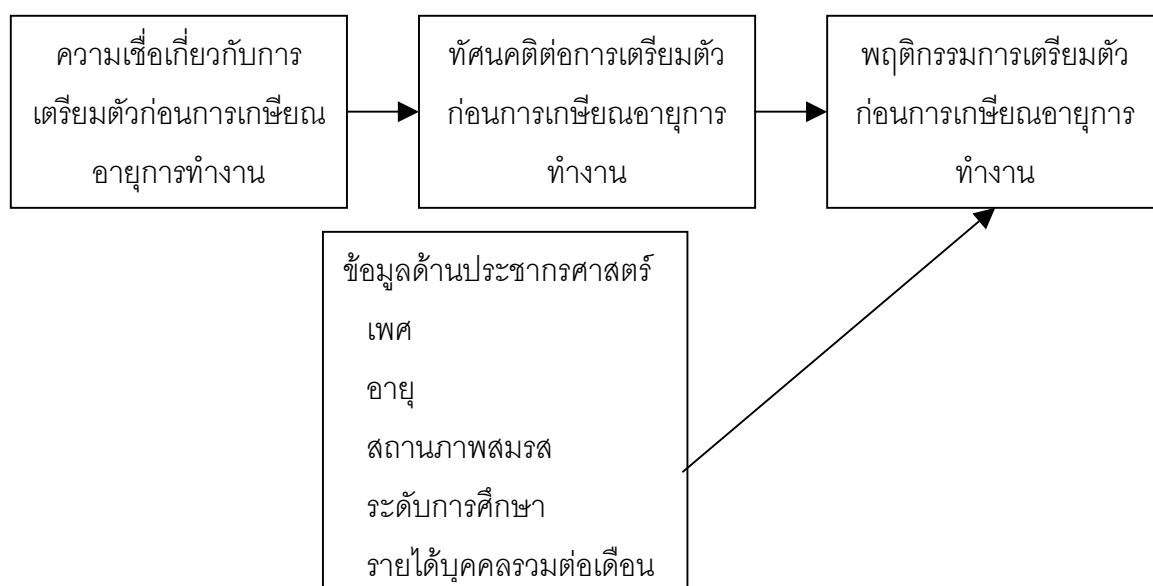
ประภัสสร พรหมบุตร (2549: 148) ศึกษาทัศนคติ ความเชื่อและการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่ต่อการเรียนกวาดวิชาพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีทัศนคติในเชิงบวกต่อการเรียนกวาดวิชา และในเรื่องของความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเรียนกวาดวิชานั้นพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีแนวโน้มความเชื่อว่าการเรียนกวาดวิชาให้ผลดีและนักเรียนมองภาพในเชิงบวกมากกว่า ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักเรียนที่มีความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเรียนกวาดวิชาในเชิงบวกจะมีทัศนคติต่อการเรียนกวาดวิชาในเชิงบวกด้วยเช่นกันซึ่งแสดงให้เห็นว่าความเชื่อเรื่องการเรียนกวาดวิชานั้นมีความสอดคล้องกับทัศนคติต่อการเรียนกวาดวิชาเช่นกัน

นิภาพร พรุ่งโรจน์ (2549: 95- 97) ศึกษาทัศนคติและความเชื่อของครูที่มีต่อการสนับสนุนให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายกวาดวิชา จากผลการวิจัยพบว่าในเรื่องของความเชื่อให้นักเรียนกวาดวิชานั้นมีความสอดคล้องกับทัศนคติต่อการสนับสนุนให้นักเรียนกวาดวิชา โดยครูที่มีทัศนคติทางบวกต่อการสนับสนุนให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายกวาดวิชาจะมีแนวโน้มความเชื่อว่าการสนับสนุนให้นักเรียนกวาดวิชานั้นมีประโยชน์และมีผลดีมากกว่าผลเสีย

ในทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลได้อธิบายเกี่ยวกับทัศนคติและความเชื่อ ว่าทัศนคติและพฤติกรรมเป็นผลมาจากความเชื่อ โดยทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรมจะขึ้นอยู่กับความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรมด้วยเช่นกัน เมื่อทัศนคติและความเชื่อสอดคล้องกัน จะส่งผลให้บุคคลกระทำพฤติกรรมนั้น และจากการศึกษางานวิจัยดังกล่าวสรุปได้ว่าความเชื่อเรื่องเกี่ยวกับผลของพฤติกรรมนั้นมีความสอดคล้องกับทัศนคติต่อพฤติกรรม โดยถ้าบุคคลมีความเชื่อเกี่ยวกับผลของพฤติกรรมในเชิงบวกจะมีทัศนคติในเชิงบวกต่อพฤติกรรมด้วยเช่นกัน ดังนั้นการศึกษารื่องของความเชื่อจึงต้องศึกษาเรื่องของทัศนคติด้วยโดยทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรม ขึ้นอยู่กับความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรม จากผลวิจัยข้างต้นจึงนำไปสู่การตั้งสมมุติฐานในการวิจัยครั้งนี้คือ

กลุ่มบุคคลทำงานที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานต่างกันมีความเชื่อเกี่ยวกับผลในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกัน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพประกอบ 5 แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมุติฐานในการวิจัย

- 1.กลุ่มบุคคลทำงานเพศหญิงมีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่าเพศชาย
- 2.กลุ่มบุคคลทำงานที่มีอายุมากกว่ามีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่าบุคคลทำงานที่มีอายุน้อยกว่า
- 3.กลุ่มบุคคลวัยทำงานที่มีสถานภาพการสมรสมีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานที่มีสถานภาพโสดและหม้าย/หย่าหรือแยกกัน
- 4.กลุ่มบุคคลทำงานที่มีระดับการศึกษาสูงกว่ามีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า
- 5.กลุ่มบุคคลทำงานที่มีรายได้สูงกว่ามีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานที่มีรายได้ต่ำกว่า
- 6.พฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
- 7.กลุ่มบุคคลทำงานที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านแตกต่างกันมีความเชื่อเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกัน

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยทำการศึกษาค้นคว้าในเรื่องความเชื่อ ทศนคติและพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครซึ่งดำเนินการศึกษาดังนี้

- 1.การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 2.เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 4.การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มบุคคลวัยผู้ใหญ่ต้นและผู้ใหญ่ตอนกลางที่มีอายุระหว่าง21– 60 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่เป็นพนักงานเอกชนหรือประกอบธุรกิจที่กำลังทำงานและมีสถานที่ทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาในการวิจัยเป็นกลุ่มบุคคลวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและตอนกลางที่มีอายุระหว่าง21–60 ปี ที่เป็นพนักงานบริษัทเอกชนหรือประกอบธุรกิจส่วนตัวในเขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้กลุ่มขนาดตัวอย่างทั้งสิ้น 400 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้มาด้วยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage random sampling)

ขั้นตอนการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

1.กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ ได้ทำการศึกษามูลค่าประชากรวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครจำนวนทั้งหมด 3,826,000 คน (ที่มา: กรุงเทพมหานคร สํารวจครั้งปีแรก 2549) ซึ่งจำนวนประชากรบุคคลวัยทำงานที่แท้จริงจะมีลักษณะที่ไม่แน่นอนเพราะกลุ่มตัวอย่างมีการเคลื่อนย้ายของแรงงานมีความแปรปรวนมาก ดังนั้นในการทำวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยจึงกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรตารางสำเร็จรูปของทาโรยามาเน่(ซูครี วงศ์รัตน์: 64; อ้างอิงจากYamane.1973) โดยเป็นตารางที่ใช้หาขนาดประชากรของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อประมาณค่าสัดส่วนของประชากร

โดยคาดว่าสัดส่วนของลักษณะสนใจในประชากรเท่ากับ 0.5 และระดับความเชื่อมั่น 95% ได้ขนาดตัวอย่างทั้งสิ้นจำนวน 400 คน

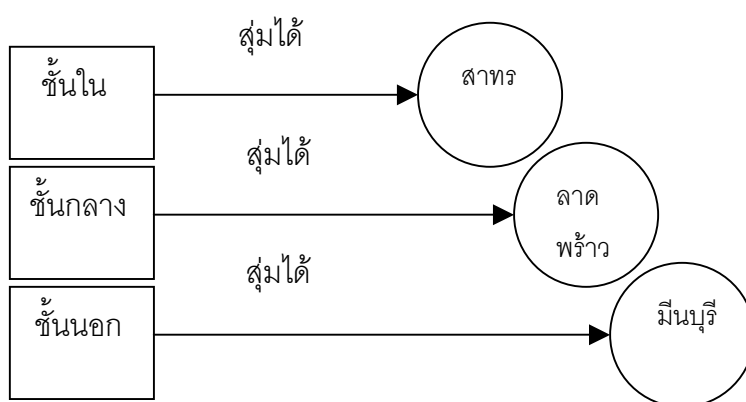
2. แบ่งเขตพื้นที่ประชากรออกเป็น 3 กลุ่มตามที่ตั้งของพื้นที่ของกรุงเทพมหานคร ดังนี้

2.1 กลุ่มเขตชั้นใน เป็นเขตพื้นที่ที่มีการตั้งถิ่นฐานชุมชนในระยะแรกและพื้นที่อนุรักษ์ทางประวัติศาสตร์ สถานที่ราชการ สถานศึกษา ย่านธุรกิจการค้าหนาแน่น จำนวนประชากรตามทะเบียนราษฎรมีแนวโน้มลดลง แต่ความหนาแน่นประชากรในเขตต่างๆ ส่วนใหญ่เกินกว่า 10,000 คน ต่อตารางกิโลเมตรประกอบด้วย 21 เขตปกครอง คือ พระนคร ป้อมปราบศัตรูพ่าย สัมพันธวงศ์ ปทุมวัน บางรัก ยานนาวา สาทร บางคอแหลม ดุสิต บางซื่อ พญาไท ราชเทวี ห้วยขวาง คลองเตย จตุจักร ธนบุรี คลองสาน บางกอกน้อย บางกอกใหญ่ ดินแดง วัฒนา

2.2 กลุ่มเขตชั้นกลาง เป็นเขตพื้นที่ที่มีการขยายตัวของประชากร กิจกรรมทางการค้าและที่อยู่อาศัยอย่างต่อเนื่องและตั้งอยู่ในรัศมีระหว่าง 10-20 กิโลเมตรจากศูนย์กลางเมือง ซึ่งในปัจจุบันเป็นบริเวณที่มีการพัฒนาเมืองเป็นไปอย่างอย่างรวดเร็วประกอบด้วย 18 เขตปกครอง คือ พระโขนง ประเวศ บางเขน บางกะปิ ลาดพร้าว บึงกุ่ม บางพลัด ภาษีเจริญ จอมทอง ราษฎร์บูรณะ สวนหลวง บางนา ทุ่งครุ บางแค วังทองหลาง คันนายาว สะพานสูง สายไหม

2.3 กลุ่มเขตชั้นนอก เป็นพื้นที่เขตชั้นนอกของกรุงเทพมหานคร ซึ่งยังมีพื้นที่ว่างและพื้นที่เกษตรกรรมอยู่เป็นส่วนใหญ่ และมีสัดส่วนสูงกว่าพื้นที่พัฒนาแบบเมือง โดยมีลักษณะผสมระหว่างเมืองและชนบท ประกอบด้วย 11 เขตปกครอง คือ มีนบุรี ดอนเมือง หนองจอก ลาดกระบัง ตลิ่งชัน หนองแขม บางขุนเทียน หลักสี่ คลองสามวา บางบอน ทวีวัฒนา

3. ในแต่ละกลุ่ม สุ่มตัวแทนเขตมาเพียง 1 เขต โดยนำรายชื่อของเขตต่างๆ ที่อยู่ในเขตนั้นมาทำการสุ่มโดยการจับสลากออกมากลุ่มละ 1 เขต รวมทั้งหมด 3 เขต ดังภาพประกอบ



ภาพประกอบ 6 แสดงรายละเอียดการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

4. เมื่อสุ่มจับฉลากออกมาได้ 3 เขต คือ เขตสาทร เขตลาดพร้าว และเขตมีนบุรี

5. ในการเก็บข้อมูลงานวิจัยเนื่องจากการตอบแบบสอบถามต้องมีการอธิบายและใช้เวลาพอสมควรและกลุ่มตัวอย่างควรครอบคลุมผู้ที่ทำอาชีพที่หลากหลาย ดังนั้นผู้วิจัยจึงเลือกเก็บข้อมูลในพื้นที่ห้างสรรพสินค้า สวนสาธารณะและสถาบันการศึกษาในเขตพื้นที่นั้นๆ โดยมีวิธีการในการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างในพื้นที่ต่างๆ ดังนี้

5.1 ห้างสรรพสินค้า พื้นที่ห้างสรรพสินค้าผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างบริเวณ ร้านสาขาของบริษัท หจก. คอรัปเปอร์เซ็น ที่มีพื้นที่ภายในบริเวณห้างสรรพสินค้าและใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างจากผู้เข้ามาใช้บริการในร้านสาขา โดยทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างให้ตรงกับกลุ่มตัวอย่างโดยแยกตามตัวแปรต่างๆที่ต้องการในการศึกษาวิจัย วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยคัดเลือกจากบุคคลที่เข้ามาใช้บริการภายในร้านสาขา โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นกลุ่มบุคคลที่รอชำระค่าบริการต่างๆ ซึ่งใช้เวลาในการประกอบธุรกรรม 10- 30 นาทีโดยประมาณ โดยทางผู้วิจัยได้ขอความร่วมมือในการใช้ช่วงเวลาในระหว่างรอดำเนินการธุรกรรม เพื่อตอบแบบสอบถามที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยในครั้งนี้

5.2 สวนสาธารณะ พื้นที่สวนสาธารณะผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างบริเวณชมรมออกกำลังกายต่างๆที่อยู่ภายในสวนสาธารณะ โดยเลือกชมรมที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เช่นชมรมโยคะ ชมรมแอโรบิค เป็นต้น โดยทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างให้ตรงกับกลุ่มที่ต้องการในการศึกษาวิจัย วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยคัดเลือกจากบุคคลที่เข้ามาออกกำลังกายร่วมกับชมรมต่างๆ ที่มีลักษณะที่ตรงกับกลุ่มตัวอย่างโดยแยกตามตัวแปรต่างๆที่ต้องการในการศึกษาวิจัย โดยทางผู้วิจัยใช้ระยะเวลาในช่วงก่อนการออกกำลังกาย ช่วงหยุดพักการออกกำลังกายและช่วงหลังการออกกำลังกาย ในการโดยทางผู้วิจัยได้ขอความร่วมมือในการใช้ช่วงเวลาดังกล่าวเพื่อตอบแบบสอบถามที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยในครั้งนี้

5.3 สถาบันการศึกษา พื้นที่สถาบันการศึกษาผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างบริเวณ สถาบันการศึกษาระดับปริญญาโท เช่น สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์(นิด้า) โดยทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างให้ตรงกับกลุ่มที่ต้องการในการศึกษาวิจัย วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยคัดเลือกจากบุคคลที่ศึกษาอยู่ในระดับปริญญาโทที่มีอาชีพและลักษณะการทำงาน รวมถึงช่วงอายุที่ตรงกับตัวแปรที่ต้องการศึกษา เมื่อสอบถามข้อมูลเบื้องต้นให้ถูกต้องกับตัวแปรทางชีวสังคมที่ศึกษาแล้วทางผู้วิจัยได้ขอความร่วมมือในการใช้ช่วงเวลาดังกล่าวเพื่อตอบแบบสอบถามที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยโดยใช้ช่วงระยะเวลาในการก่อนเข้าห้องเรียน ช่วงระยะเวลาพักระหว่างเรียนและช่วงเวลาหลังจากการหมดคาบเรียนในการกรอกแบบสอบถามในครั้งนี้

การดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ได้ทำการเก็บตัวอย่างแต่ละเขตให้เท่าเทียมกันโดยเลือกเก็บข้อมูลในเขตต่างๆประมาณเขตละ 150 คนรวมทั้งสิ้น 450 คน และผู้วิจัยได้ทำการคัดเลือกแบบสอบถามที่ถูกต้องและครบถ้วนสมบูรณ์จำนวน 400 ฉบับแรกเพื่อนำมาดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้ศึกษาจากงานวิจัยในประเทศ แล้วนำมาปรับปรุงให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา ซึ่งแบ่งแบบสอบถามเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ สมรส ระดับการศึกษาและรายได้ต่อเดือน โดยลักษณะคำถามเป็นแบบเลือกตอบ

ตอนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

ตอนที่ 3 แบบวัดความเชื่อ และทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงาน

แบบวัดความเชื่อและทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเอง โดยวัดความเชื่อและทัศนคติต่อพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ซึ่งแบบสอบถามดังกล่าวมีลักษณะของคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) 7 ระดับ แบ่งเป็น 2 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 แบบวัดความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน

ส่วนที่ 2 แบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน

โดยได้ดำเนินการสร้างแบบสอบถามตามวิธีของทฤษฎี การกระทำด้วยเหตุผลของฟิชเบอิน และ ไอเซน (FISHBEIN; AIZEN. 1980)ดังนี้

1.กำหนดจุดมุ่งหมายในการสร้างแบบวัด คือ เพื่อสร้างแบบวัดความเชื่อ ทัศนคติต่อพฤติกรรมในการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร

2.สร้างคำถามปลายเปิด (OPEN – END) เชิงสำรวจหาความเชื่อเด่นชัด (SALIENT BELIEF) เกี่ยวกับผลที่เกิดจากการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง และการหาคำคุณศัพท์ที่แสดงการประเมินค่า เตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานกับบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครจำนวน40คนเพื่อที่จะนำมาสร้างแบบวัดความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรม(b) และแบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน (A_B) คน โดยวิธีการดำเนินการในการค้นหากลุ่มเป้าหมาย ผู้วิจัยใช้วิธีการสอบถามเบื้องต้นกับกลุ่มเป้าหมายในเรื่องที่ต้องการศึกษาวิจัยก่อน เมื่อพบกลุ่มเป้าหมายที่ตรงกับงานวิจัยจึง

ดำเนินการให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม แล้วนำผลที่ได้มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด ซึ่งมีลักษณะของแบบสอบถามดังนี้

2.1 การหาความเชื่อเด่นชัด (SALIENT BELIEF) เกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน โดยแยกเป็นทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง โดยสร้างคำถามปลายเปิด ดังภาคผนวก แล้วนำผลการตอบมาวิเคราะห์ความถี่โดย พิจารณาเลือกข้อความที่มีความถี่สูงที่สุดไปจนถึงข้อความเชื่อที่ทำให้รวมความถี่ได้ 75 % ของความถี่รวมทั้งหมดของทุก ๆ ข้อความเชื่อ

2.2 หาคำคุณศัพท์ที่มีต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทั้ง 3 ด้าน คือ ด้าน ร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ดังตัวอย่างในภาคผนวก แล้วนำผลการตอบมาวิเคราะห์ความถี่โดยพิจารณาเลือกข้อความที่มีความถี่สูงที่สุดไปจนถึงข้อความที่ทำให้รวมความถี่ได้ 75 % ของความถี่รวมทั้งหมดของทุก ๆ ข้อความ

3. นำผลที่ได้มาสร้างแบบสอบถามดังนี้

3.1 นำความเชื่อเด่นชัดมาสร้างเป็นมาตรวัดผลของความเชื่อ ดังตัวอย่าง

1. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงภายหลังการเกษียณอายุการทำงาน

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง 2 น้อย ปานกลาง มาก

2. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านสามารถเตรียมความพร้อมให้กับตนเองในการรักษาสุขภาพร่างกายได้เป็นอย่างดี

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง 2 น้อย ปานกลาง มาก

3.2 นำคำคุณศัพท์มาสร้างแบบวัดทัศนคติ ดังตัวอย่าง

ข้าพเจ้าคิดว่า การเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย เป็นสิ่งที่

- 1 ดี _____ เลว
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
- 2 จำเป็น _____ ไม่จำเป็น
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
- 3 ควรทำ _____ ไม่ควรกระทำ
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
- 4 มีประโยชน์ _____ เป็นโทษ
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
- 5 ถูกต้อง _____ ผิด
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
- 6 น่าสนใจ _____ ไม่น่าสนใจ
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

เกณฑ์การให้คะแนนของการสร้างแบบวัดความเชื่อและแบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

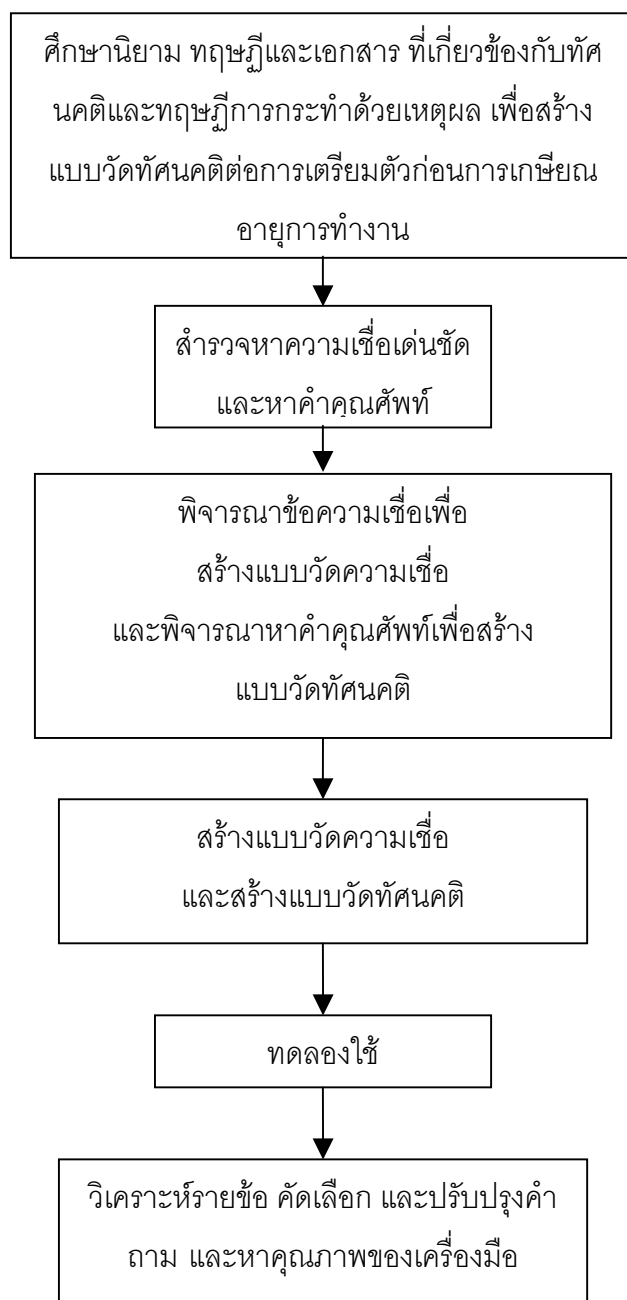
ตาราง 2 แสดงเกณฑ์การให้คะแนนของ แบบวัดความเชื่อและแบบวัดทัศนคติการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

ส่วนที่	คำขั้วปลายมาตราวัด	การให้คะแนน
1. แบบวัดความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน	เป็นไปได้ – เป็นไปไม่ได้	3 ถึง-3 (ในข้อที่มีข้อความทางบวก)
	เป็นไปได้ - เป็นไปไม่ได้	-3 ถึง3 (ในข้อที่มีข้อความทางลบ)
2. แบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน	คำคุณศัพท์ทางบวก - คำคุณศัพท์ทางลบ	3 ถึง-3

3.3 นำแบบสอบถามทัศนคติไปทำการทดลองใช้กับกลุ่มที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างของผู้วิจัย จำนวน 75 คน โดยวิธีการดำเนินการในการค้นหากลุ่มเป้าหมาย ผู้วิจัยใช้วิธีการสอบถามเบื้องต้นกับกลุ่มเป้าหมายในเรื่องที่ต้องการศึกษาวิจัยก่อน เมื่อพบกลุ่มเป้าหมายที่ตรงกับงานวิจัย จึงดำเนินการให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม แล้วนำผลที่ได้มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด

3.4 นำผลที่ได้จากการทดลองใช้ไปหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด โดยคำนวณด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha – Coefficient)¹ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Window โดยได้ค่าความเชื่อมั่นสำหรับแบบวัดในเรื่องต่างๆดังนี้ แบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .954 แบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .962 แบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .947

ลำดับขั้นของการสร้างแบบวัดความเชื่อและแบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านแสดงเป็นแผนภาพ ดังต่อไปนี้



ภาพประกอบ 7 แสดงลำดับขั้นตอนของการสร้างแบบวัดความเชื่อ และทัศนคติการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน

แบบวัดพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งพิมพ์พิมพ์ โพธิ์ปักขิย์, สมฤดี ธัมมิตติคุณ, รสลิน วิทย์วงศ์กังวาฬ และมธุริน วรศักดิ์ ร่วมกันสร้างขึ้นเพื่อวัดพฤติกรรมกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งแบบสอบถามดังกล่าวนี้ลักษณะของคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า(Rating Scale)โดยให้คำตอบจะมีตัวเลือก 5 ตัวเลือกจาก จริงที่สุด จริง จริงบ้างไม่จริงบ้าง จริงน้อย ไม่จริงเลย การให้คะแนนเริ่มจาก 5 ถึง 1 เมื่อเป็นข้อความทางบวก ถ้าเป็นข้อความทางลบจะให้คะแนนในทางตรงกันข้าม

ในการอธิบายความหมายของคะแนนนั้น ผู้วิจัยจะใช้เกณฑ์ที่คณะผู้จัดทำแบบสอบถามชุดนี้ (พิมพ์พิมพ์ โพธิ์ปักขิย์, สมฤดี ธัมมิตติคุณ, รสลิน วิทย์วงศ์กังวาฬ และมธุริน วรศักดิ์) ได้ดำเนินการไว้โดยแบ่งคะแนนการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ออกเป็น 5 ระดับดังนี้

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมาก หมายถึง คะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 4.51- 5.00

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานค่อนข้างมาก หมายถึง คะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.51 – 4.50

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานปานกลาง หมายถึง คะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 2.51 – 3.50

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานค่อนข้างน้อย หมายถึง คะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 1.51 – 2.50

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานน้อย หมายถึง คะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 1.00- 1.50

คุณภาพของเครื่องมือวัดพฤติกรรม

พิมพ์พิมพ์ โพธิ์ปักขิย์, สมฤดี ธัมมิตติคุณ, รสลิน วิทย์วงศ์กังวาฬ และ มธุริน วรศักดิ์ ได้ตรวจสอบค่าคุณภาพเครื่องมือ โดยหาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha – Coefficient) และรายงานค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามด้านพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ ได้ค่าเป็นค่าความเชื่อมั่นทั้งโดยมีค่าความเชื่อมั่นรายด้าน ดังนี้ การเตรียมตัวด้านร่างกายเท่ากับ .897 ด้านการเตรียมตัวด้านจิตใจเท่ากับ .809 และด้านการเตรียมตัวทางด้านทรัพย์สินเท่ากับ .854 และผู้วิจัยได้คำนวณค่าความเชื่อมั่นโดยใช้ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งได้แก่ การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .870 การเตรียมตัวก่อนการ

เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .839 และการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .870

ตาราง 3 แสดงตัวอย่าง แบบวัดการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง ไม่จริงบ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
1. การเตรียมตัวด้านร่างกาย (0) ข้าพเจ้าศึกษาเกี่ยวกับอาหารที่เหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ (00) ข้าพเจ้าสนใจศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเอง					
2. การเตรียมตัวด้านจิตใจ (0) ข้าพเจ้าฝึกการควบคุมอารมณ์เพื่อให้จิตใจสงบ (00) ข้าพเจ้าพยายามศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่จะเกิดขึ้น					
3. การเตรียมตัวด้านทรัพย์สินเงินทอง (0) ข้าพเจ้าแบ่งสรรเงินเดือนบางส่วนไว้ใช้ในยามเกษียณอายุ (00) ข้าพเจ้าศึกษาวิธีการจัดสรรเงินเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุ					

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มคนทำงานวัยผู้ใหญ่ ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้วยตนเองโดยใช้การนำแบบสอบถามไปให้กลุ่มตัวอย่างตอบคำถาม ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่าง 1 มกราคม 2551 - 5 พฤษภาคม 2551

2. ผู้วิจัยคัดเลือกแบบสอบถามที่ผู้ตอบแบบสอบถามที่ครบถ้วนสมบูรณ์จำนวน 400 ฉบับแรก จากจำนวนแบบสอบถามทั้งหมด 450 ฉบับ เพื่อนำมาตรวจให้คะแนนและนำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำแบบสอบถามเฉพาะฉบับที่สมบูรณ์มาทำการตรวจสอบให้คะแนนตามเกณฑ์การให้คะแนนของแบบสอบถามแต่ละข้อตามที่ได้กำหนดไว้
2. จัดพิมพ์ข้อมูลในตอนต้นที่ 1 , 2 และ 3 บันทึกลงในโปรแกรมคอมพิวเตอร์เพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูล
3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
 - 3.1 คำนวณค่าสถิติพื้นฐานในการอธิบายลักษณะตัวแปร ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 - 3.2 คำนวณหาค่าเปรียบเทียบ โดยใช้การวิเคราะห์หาค่า t – test เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 และ 7
 - 3.3 คำนวณหาค่าเปรียบเทียบ โดยใช้การวิเคราะห์หาค่า F – test (Anova) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2, 3, 4 และ 5
 - 3.4 คำนวณหาค่าความสัมพันธ์ โดยใช้การวิเคราะห์หาค่า correlations เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 6

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง ความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ในการวิเคราะห์และแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยครั้งนี้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการแปลความหมายและเพื่อสะดวกต่อการนำเสนอข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t-distribution
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน F-distribution
A_0	แทน	ทศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
b_i	แทน	ความเชื่อเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
df	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degrees of Freedom)
SS	แทน	ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of Square)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean Squares)
p	แทน	ค่า p – value
*	แทน	ค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05
**	แทน	ค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมาย

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมาย ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อจำแนกตามลักษณะปัจจัยทางชีวสังคมได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษาและรายได้

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครในกลุ่มต่างๆ จำแนกตามลักษณะปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้ โดยหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson 's Product Moment Correlation Coefficient)

ตอนที่ 4 การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกันในกลุ่มต่างๆ ซึ่งจำแนกตามปัจจัยทางชีวสังคมได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้ โดยศึกษาเฉพาะกลุ่มซึ่งพบความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 4 จำนวนและร้อยละของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เขตกรุงเทพมหานครจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษา

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	155	38.8
หญิง	245	61.2
2. สถานภาพ		
โสด	192	48.0
แต่งงาน/มีคู่/อยู่ด้วยกัน	183	45.8
แยกกันอยู่/หย่าร้าง/หม้าย	25	6.2
3. อายุ		
21-30 ปี	77	19.2
31-40 ปี	91	22.8
41-50 ปี	149	37.2
51-60 ปี	83	20.8
4. ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	63	15.8
ปริญญาตรี	250	62.5
สูงกว่าปริญญาตรี	87	21.8
5. รายได้ต่อเดือน		
5,000 – 10,000 บาท	39	9.8
10,001 – 20,000 บาท	151	37.8
20,001 – 30,000 บาท	106	26.5
30,001 – 40,000 บาท	58	14.5
มากกว่า 40,001 บาทขึ้นไป	46	11.5

จากตาราง 4 พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีลักษณะดังนี้

1. เพศ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงคือมีจำนวนร้อยละ 61.2 ส่วนเพศชายมีจำนวนร้อยละ 38.8
2. สถานภาพ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพโสดคือมีจำนวนร้อยละ 48.0 รองลงมาได้แก่กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรส มีคู่ อยู่ด้วยกัน มีจำนวนร้อยละ 45.8 และกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพหย่าร้าง /เป็นหม้าย/แยกกันอยู่ ร้อยละ 6.2
3. อายุ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นบุคคลที่มีอายุอยู่ในช่วงอายุ 41-50 ปีมีจำนวนร้อยละ 37.2 รองลงมาคือกลุ่มอายุ 31-40 ปี มีจำนวนร้อยละ 22.8 และกลุ่มอายุ 51-60 ปี มีจำนวนร้อยละ 20.8 กลุ่มอายุที่น้อยที่สุดคือ กลุ่มอายุ 21-30 ปี มีจำนวนร้อยละ 19.2
4. ระดับการศึกษา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นบุคคลที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีจำนวนร้อยละ 62.5 รองลงมาได้แก่ ระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี มีจำนวนร้อยละ 21.8 และกลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี มีจำนวนร้อยละ 15.8
5. รายได้ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ 10,001- 20,000 บาทมีจำนวนร้อยละ 37.8 รองลงมาคือกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ 20,001- 30,000 บาทมีจำนวนร้อยละ 26.5 รายได้ 30,001-40,000 บาท มีจำนวนร้อยละ 14.5 รายได้ 40,001 บาทขึ้นไป มีจำนวนร้อยละ 11.5 กลุ่มตัวอย่างที่น้อยที่สุดคือกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ ต่ำกว่า 10,000 บาท มีจำนวนร้อยละ 9.8

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร

การเปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครเมื่อจำแนกตามตัวแปรต่างๆ ดังต่อไปนี้คือ เพศ สถานภาพสมรส อายุ ระดับการศึกษาและรายได้

2.1 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครเมื่อจำแนกตามเพศ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่ากลุ่มบุคคลทำงานเพศหญิงมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่าเพศชาย ผลการวิเคราะห์แสดงดังตาราง 5

ตาราง 5 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครแต่ละด้าน จำแนกตามเพศ

การเตรียมตัวก่อน						
การเกษียณอายุการทำงาน	เพศ	จำนวน	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านร่างกาย	ชาย	155	3.1032	.83879	-2.786*	.006
	หญิง	245	3.3429	.83764		
ด้านจิตใจ	ชาย	155	3.1677	.85902	-1.860	.064
	หญิง	245	3.3306	.84983		
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	ชาย	155	3.0452	.89980	-.409	.683
	หญิง	245	3.0816	.85019		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 5 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลวัยทำงานเพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าบุคคลวัยทำงานเพศชาย แต่พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครเพศหญิงและเพศชายมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจและด้านทรัพย์สินเงินทองไม่แตกต่างกัน

2.2 เปรียบเทียบพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับอายุ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่า กลุ่มบุคคลทำงานที่มีอายุมากกว่ามีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่าบุคคลทำงานที่มีอายุน้อยกว่า ผลการวิเคราะห์แสดงดังตาราง 6 - 10

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครจำแนกตามอายุ

การเตรียมตัวก่อน การเกษียณอายุการทำงาน	อายุ	N	$\bar{X}$	S.D.
ด้านร่างกาย	21-30 ปี	77	2.7013	.81216
	31-40 ปี	91	3.2088	.67522
	41-50 ปี	149	3.3356	.81879
	51-60 ปี	83	3.6506	.83277
ด้านจิตใจ	21-30 ปี	77	2.5974	.86237
	31-40 ปี	91	3.2198	.77175
	41-50 ปี	149	3.4430	.68164
	51-60 ปี	83	3.6265	.87945
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	21-30 ปี	77	2.4545	.71718
	31-40 ปี	91	2.9670	.87497
	41-50 ปี	149	3.3020	.79445
	51-60 ปี	83	3.3253	.82799

ตาราง 7 วิเคราะห์ความแปรปรวนของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของ
บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครจำแนกตามอายุ

การเตรียมตัวก่อนการ เกษียณอายุ	แหล่งความ แปรปรวน	Df	SS	MS	F	P
ด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	3	37.748	12.583	20.153*	.000
	ภายในกลุ่ม	396	247.252	.624		
	รวม	399	285			
ด้านจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	3	50.067	16.689	27.274*	.000
	ภายในกลุ่ม	396	242.311	.612		
	รวม	399	292.378			
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	ระหว่างกลุ่ม	3	43.559	14.520	22.319*	.000
	ภายในกลุ่ม	396	257.618	.651		
	รวม	399	301.178			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกันทุกด้านทั้งทาง ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านทรัพย์สินเงินทอง จึงได้ทดสอบเป็นรายคู่ เพื่อหาว่าในบุคคลวัยทำงานที่มีอายุต่างกันทั้ง4กลุ่มนี้ มีคู่ใดบ้างที่มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกัน โดยใช้วิธีของ Scheffe ผลการวิเคราะห์แสดงดังตาราง 8-10

ตาราง 8 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายของบุคคล
ทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุที่แตกต่างกัน

ระดับอายุ	$\bar{X}$	21-30 ปี	31-40 ปี	41-50 ปี	51-60 ปี
		2.7013	3.2088	3.3356	3.6506
21-30 ปี	2.7013	-	.507*	.634*	.949*
31-40 ปี	3.2088		-	.126	.441*
41-50 ปี	3.3356			-	.315*
51-60 ปี	3.6506				-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 8 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานที่มีระดับอายุ 51-60 ปี ระดับอายุ 41-50 ปี และระดับอายุ 31-40 ปี มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าบุคคลวัยทำงานที่มีระดับอายุ 21-30 ปี และยังพบว่าบุคคลทำงานที่มีระดับอายุ 51-60 ปี มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าบุคคลวัยทำงานที่มีระดับอายุ 41-50 ปีและระดับอายุ 31-40 ปี แต่พบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับอายุ 41-50 ปีและระดับอายุ 31-40 ปีนั้นมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายไม่แตกต่างกัน

ตาราง 9 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจของบุคคล
ทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุแตกต่างกัน

ระดับอายุ	— X	21-30 ปี	31-40 ปี	41-50 ปี	51-60 ปี
		2.5974	3.2198	3.4430	3.6265
21-30 ปี	2.5974	-	.622*	.845*	1.029*
31-40 ปี	3.2198		-	.223	.406*
41-50 ปี	3.4430			-	.183
51-60 ปี	3.6265				-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 9 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานที่มีระดับอายุ 51-60 ปี ระดับอายุ 41-50 ปี และระดับอายุ 31-40 ปี มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจมากกว่าบุคคลวัยทำงานที่มีระดับอายุ 21-30 ปีและบุคคลทำงานที่มีระดับอายุ 51-60 ปีมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจมากกว่าบุคคลวัยทำงานที่มีระดับอายุ 31 - 40 ปี แต่พบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับอายุ 51-60 ปีและระดับอายุ 41-50 ปี มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจไม่แตกต่างกัน เช่นเดียวกับบุคคลทำงานที่มีระดับอายุ 41-50 ปีและระดับอายุ 31-40 ปี มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจไม่แตกต่างกัน

ตาราง 10 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง
ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุแตกต่างกัน

ระดับอายุ	$\bar{X}$	21-30 ปี	31-40 ปี	41-50 ปี	51-60 ปี
		2.4545	2.9670	3.3020	3.3253
21-30 ปี	2.4545	-	.512*	.847*	.870*
31-40 ปี	2.9670		-	.334*	.358*
41-50 ปี	3.3020			-	.023
51-60 ปี	3.3253				-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 10 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานที่มีระดับอายุ 51-60 ปี ระดับอายุ 41-50 ปี และระดับอายุ 31-40 ปี มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคคลวัยทำงานที่มีระดับอายุ 21-30 ปี นอกจากนี้ยังพบว่าบุคคลทำงานที่มีระดับอายุ 51-60 ปีและระดับอายุ 41-50 ปีนั้นมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคคลวัยทำงานที่มีระดับอายุ 31-40 ปี แต่พบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับอายุ 51-60 ปีและระดับอายุ41-50ปี มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองไม่แตกต่างกัน

2.3 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับสถานภาพ เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า กลุ่มบุคคลวัยทำงานที่มีสถานภาพการสมรส/มีคู่/อยู่ด้วยกัน มีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานที่มีสถานภาพโสดและสถานภาพแยกกันอยู่ หย่าร้าง หรือเป็นหม้าย ผลการวิเคราะห์แสดงดังตาราง 11

ตาราง 11 เปรียบเทียบพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของบุคคล
ทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามสถานภาพ

การเตรียมตัวก่อนการ				
เกษียณอายุการทำงาน	สถานภาพ	N	$\bar{X}$	S.D.
ด้านร่างกาย	โสด	192	3.0573	.85727
	แต่งงาน มีคู่ อยู่ด้วยกัน	183	3.3934	.81764
	แยกกันอยู่ หย่าร้าง หม้าย	25	3.6800	.55678
ด้านจิตใจ	โสด	192	3.0677	.91560
	แต่งงาน มีคู่ อยู่ด้วยกัน	183	3.4317	.74456
	แยกกันอยู่ หย่าร้าง หม้าย	25	3.600	.81650
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	โสด	192	2.8750	.88914
	แต่งงาน มีคู่ อยู่ด้วยกัน	183	3.2131	.82771
	แยกกันอยู่ หย่าร้าง หม้าย	25	3.4800	.65320

ตาราง 12 วิเคราะห์ความแปรปรวนของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของ
บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครจำแนกตามสถานภาพ

การเตรียมตัวก่อนการ เกษียณอายุ	แหล่งความแปร					
	ปรวน	df	SS	MS	F	P
ด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	2	15.518	7.759	11.431*	.000
	ภายในกลุ่ม	397	269.482	.679		
	รวม	399	285.00			
ด้านจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	2	15.362	7.681	11.008*	.000
	ภายในกลุ่ม	397	277.016	.698		
	รวม	399	292.378			
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	ระหว่างกลุ่ม	2	15.249	7.624	10.586*	.000
	ภายในกลุ่ม	397	285.929	.720		
	รวม	399	301.178			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มี
สถานภาพแตกต่างกัน มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกันทุกด้าน ทั้งด้านร่าง
กาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง จึงได้ทดสอบเป็นรายคู่เพื่อหาว่าในบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่
มีสถานภาพต่างกันทั้ง 3 กลุ่มนี้ มีคู่ใดบ้างที่มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกัน
โดยใช้วิธีของ Scheffe ผลการวิเคราะห์แสดงดังตาราง13-15

ตาราง 13 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายของบุคคล
ทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามสถานภาพที่แตกต่างกัน

สถานภาพสมรส	$\bar{X}$	โสด	สมรส มีคู่ อยู่ด้วยกัน	แยก หย่า หม้าย
		3.0573	3.3934	3.6800
โสด	3.0573	-	.336*	.622*
สมรส มีคู่ อยู่ด้วยกัน	3.3934		-	.286
แยก หย่า หม้าย	3.6800			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 13 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส มีคู่ อยู่ด้วยกันและสถานภาพแยกกันอยู่ หย่าร้างหรือเป็นหม้ายนั้น มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพโสด แต่พบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส มีคู่ อยู่ด้วยกันและสถานภาพแยกกันอยู่ หย่าร้างหรือเป็นหม้ายนั้นมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายไม่แตกต่างกัน

ตาราง14 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจของบุคคล
ทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามสถานภาพที่แตกต่างกัน

สถานภาพสมรส	$\bar{X}$	โสด	สมรส มีคู่ อยู่ด้วยกัน	แยก หย่า หม้าย
		3.0677	3.4317	3.600
โสด	3.0677	-	.363*	.532*
สมรส มีคู่ อยู่ด้วยกัน	3.4317		-	.177
แยก หย่า หม้าย	3.6000			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 14 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานที่มีสถานภาพสมรส มีคู่และอยู่ด้วยกันและสถานภาพแยกกันอยู่ หย่าร้างหรือเป็นหม้ายนั้น มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใ้ใจมากกว่าบุคคลทำงานที่มีสถานภาพสมรสโสด แต่พบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส มีคู่, อยู่ด้วยกันและสถานภาพแยกกันอยู่ หย่าร้างหรือเป็นหม้ายนั้นมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใ้ใจไม่แตกต่างกัน

ตาราง 15 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามสถานภาพที่แตกต่างกัน

สถานภาพ	$\bar{X}$	โสด	สมรส มีคู่ อยู่ด้วยกัน	แยก หย่า หม้าย
		2.8750	3.2131	3.4800
โสด	2.8750	-	.338*	.605*
สมรส มีคู่ อยู่ด้วยกัน	3.2131		-	.266
แยก หย่า หม้าย	3.4800			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 15 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกันและสถานภาพแยกกันอยู่ หย่าร้างหรือเป็นหม้ายนั้นมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง มากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรสโสด แต่พบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส มีคู่และอยู่ด้วยกันและสถานภาพแยกกันอยู่ หย่าร้างหรือเป็นหม้ายนั้น มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองไม่แตกต่างกัน

2.4 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของคนทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครจำแนกตามระดับการศึกษา เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อที่4ที่ว่า กลุ่มบุคคลทำงานที่มีระดับการศึกษาสูงกว่ามีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ผลการวิเคราะห์แสดงดังตาราง16-17

ตาราง 16 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับการศึกษา

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ	ระดับการศึกษา	N	$\bar{X}$	S.D.
ด้านร่างกาย	ต่ำกว่าปริญญาตรี	63	3.2063	.86432
	ปริญญาตรี	250	3.2120	.82082
	สูงกว่าปริญญาตรี	87	3.3908	.89386
ด้านจิตใจ	ต่ำกว่าปริญญาตรี	63	3.1905	.98139
	ปริญญาตรี	250	3.2360	.79425
	สูงกว่าปริญญาตรี	87	3.4138	.92198
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	ต่ำกว่าปริญญาตรี	63	3.0635	.85898
	ปริญญาตรี	250	3.000	.86428
	สูงกว่าปริญญาตรี	87	3.2644	.86884

ตาราง 17 วิเคราะห์ความแปรปรวนของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของคน
ทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครจำแนกตามระดับการศึกษา

การเตรียมตัวก่อนการ	แหล่งความ					
เกษียณอายุ	แปรปรวน	Df	SS	MS	F	P
ด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	2	2.206	1.103	1.548	.214
	ภายในกลุ่ม	397	282.794	.712		
	รวม	399	285			
ด้านจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	2	2.484	1.242	1.701	.184
	ภายในกลุ่ม	397	289.894	.730		
	รวม	399	292.377			
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	ระหว่างกลุ่ม	2	4.512	2.256	3.019	.050
	ภายในกลุ่ม	397	296.666	.747		
	รวม	399	301.178			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 17 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลวัยทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาที่แตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

โดยสรุปจากตาราง16-17 พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรีมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือต่ำกว่าปริญญาตรีแต่ไม่แตกต่างกัน

2.5 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับรายได้ เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 5 ที่ว่า กลุ่มบุคคลทำงานที่มีระดับรายได้สูงกว่า มีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีระดับรายได้ต่ำกว่า ผลการวิเคราะห์แสดงดังตาราง 18- 22

ตาราง 18 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับรายได้

การเตรียมตัวก่อน				
การเกษียณอายุการทำงาน	ระดับรายได้	N	$\bar{X}$	S.D.
ด้านร่างกาย	5,000 - 10,000 บาท	39	2.7179	.82554
	10,001- 20,000 บาท	151	3.1325	.77180
	20,001 - 30,000 บาท	106	3.3302	.85881
	30,001 - 40,000 บาท	58	3.5000	.82185
	40,001 บาทขึ้นไป	46	3.5870	.83203
ด้านจิตใจ	5,000 - 10,000 บาท	39	2.5897	.99255
	10,001- 20,000 บาท	151	3.1987	.79179
	20,001 - 30,000 บาท	106	3.3585	.74564
	30,001 - 40,000 บาท	58	3.5517	.86191
	40,001 บาทขึ้นไป	46	3.5000	.86281
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	5,000 - 10,000 บาท	39	2.6154	.93514
	10,001- 20,000 บาท	151	2.9669	.88255
	20,001 - 30,000 บาท	106	3.1509	.80229
	30,001 - 40,000 บาท	58	3.2414	.75650
	40,001 บาทขึ้นไป	46	3.3696	.87835

ตาราง 19 วิเคราะห์ความแปรปรวนของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านของ
บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับรายได้

การเตรียมตัวก่อน	แหล่งความ					
การเกษียณอายุ	แปรปรวน	df	SS	MS	F	P
ด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	4	22.656	5.664	8.528*	.000
	ภายในกลุ่ม	395	262.344	.664		
	รวม	399	285.000			
ด้านจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	4	26.680	6.670	9.916*	.000
	ภายในกลุ่ม	395	265.698	.673		
	รวม	399	292.378			
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	ระหว่างกลุ่ม	4	16.189	4.047	5.610*	.000
	ภายในกลุ่ม	395	284.988	.721		
	รวม	399	301.178			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 19 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลวัยทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับรายได้แตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทุกด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกัน จึงได้ทดสอบเป็นรายคู่ เพื่อหาว่าในบุคคลวัยทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับรายได้ต่างกันทั้ง 5 กลุ่มนี้ มีคู่ใดบ้างที่มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกัน โดยใช้วิธีของ Scheffe ผลการวิเคราะห์แสดงดังตาราง 20 - 22

ตาราง 20 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายของบุคคล
ทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับรายได้

ระดับรายได้	X	5,000 -	10,001-	20,001 -	30,001 -	40,001บาท
		10,000	20,000	30,000	40,000	ขึ้นไป
		2.7179	3.1325	3.3302	3.5000	3.5870
5,000 - 10,000 บาท	2.7179	-	.415	.612*	.782*	.869*
10,001- 20,000 บาท	3.1325		-	.198	.367	.454*
20,001 - 30,000 บาท	3.3302			-	.170	.257
30,001 - 40,000 บาท	3.5000				-	.086
40,001 บาทขึ้นไป	3.5870					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 20 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 40,001 บาทขึ้นไป ระดับรายได้ 30,001 - 40,000 บาทและระดับรายได้ 20,001 - 30,000 บาท มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับรายได้ 5,000- 10,000บาท นอกจากนี้ยังพบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 40,001 บาทขึ้นไป มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 10,001 - 20,000บาท แต่พบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 40,001 บาทขึ้นไป ระดับรายได้ 30,001 - 40,000 บาท ระดับรายได้ 20,001 - 30,000 บาท มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายไม่แตกต่างกัน และยังพบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 30,001 - 40,000 บาท ระดับรายได้ 20,001 - 30,000 บาท และระดับรายได้ 10,001 -20,000 บาท มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายไม่แตกต่างกันเช่นเดียวกัน

ตาราง 21 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจของบุคคล
ทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับรายได้

ระดับอายุ	X	5,000 - 10,000	10,001- 20,000	20,001 – 30,000	30,001 - 40,000	40,001 บาทขึ้นไป
		2.5897	3.1987	3.3585	3.5517	3.5000
5,000 - 10,000 บาท	2.5897	-	.608*	.769*	.962*	.910*
10,001- 20,000 บาท	3.1987		-	.159	.353	.301
20,001 - 30,000 บาท	3.3585			-	.193	.141
30,001 - 40,000 บาท	3.5517				-	.051
40,001 บาทขึ้นไป	3.5000					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 21 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 40,001 บาทขึ้นไป ,ระดับรายได้ 30,001 - 40,000 บาท ระดับรายได้ 20,001 - 30,000 บาท และระดับรายได้ 10,001-20,000 บาทนั้น มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจมากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 5,000- 10,000บาท แต่พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 40,001 บาทขึ้นไป ระดับรายได้ 30,001 - 40,000 บาท ระดับรายได้ 20,001 - 30,000 บาท และระดับรายได้ 10,001-20,000 บาทนั้น มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจไม่แตกต่างกัน

ตาราง 22 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง
ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับรายได้

ระดับอายุ	X	5,000 - 10,000	10,001- 20,000	20,001 – 30,000	30,001 - 40,000	40,001 บาทขึ้นไป
		2.6154	2.9669	3.1509	3.2414	3.3696
5,000 - 10,000 บาท	2.6154	-	.351	.535*	.625*	.754*
10,001- 20,000 บาท	2.9669		-	.184	.275	.403
20,001 - 30,000 บาท	3.1509			-	.090	.218
30,001 - 40,000 บาท	3.2414				-	.128
40,001 บาทขึ้นไป	3.3696					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 22 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 40,001 บาทขึ้นไป ระดับรายได้ 30,001 - 40,000 บาท และระดับรายได้ 20,001 - 30,000 บาทนั้น มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านของทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 5,000 - 10,000บาท แต่พบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 10,001 - 20,000บาท และระดับรายได้ 5,000 -10,000บาทนั้น มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองไม่แตกต่างกัน และยังพบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ 40,001 บาทขึ้นไป ,ระดับรายได้ 30,001 - 40,000 บาท ระดับรายได้ 20,001 - 30,000 บาทและระดับรายได้ 10,001-20,000 บาทนั้นมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองไม่แตกต่างกัน

ตาราง 23 สรุปการเปรียบเทียบพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคล
ทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อจำแนกตามตัวแปรตามปัจจัยทางชีวสังคม

ตัวแปร	ด้านร่างกาย	ด้านจิตใจ	ด้านทรัพย์สินเงินทอง
1.เพศ	2 > 1	-	-
2.อายุ	4>3,2,1 3,2>1 3=2	4,3,2 > 1 4> 2,1 4=3 3=2	4,3,2 > 1 4,3>2 4>2,1 3>2,1 2>1 4=3
3.สถานภาพ	3, 2> 1 3=2	3, 2 > 1 3=2	3, 2 > 1 3=2
4.ระดับการศึกษา	-	-	-
5.รายได้	5>2,1 4,3>1 5=4,3 4=3,2 3=2 2=1	5,4,3,2>1 5=4,3,2 4=3,2 3=2	5,4,3>1 5=4,3 4=3,2 3=2 2=1

เพศ 1. ชาย 2. หญิง

อายุ 1. 20-30 ปี 2. 31-40 ปี 3. 41-50 ปี 4. 51-60 ปี

สถานภาพ 1.โสด 2. แต่งงาน มีคู่ อยู่ด้วยกัน 3. หย่า หม้าย แยกกันอยู่

รายได้ 1. 5,000 – 10,000 บาท 2. 10,001 – 20,000บาท 3. 20,001 – 30,000บาท
4. 30,001–40,000บาท 5. 40,001บาทขึ้นไป

- หมายถึง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

จากตาราง 23 พบว่า การเปรียบเทียบพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครเมื่อจำแนกตามตัวแปรทางชีวสังคม ที่ระดับนัยสำคัญ.05 สามารถสรุปได้ดังนี้

ในเรื่องของตัวแปรเพศนั้นพบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่เป็นเพศหญิงมีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานในข้อที่1 แต่ไม่สอดคล้องในเรื่องเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทางด้านจิตใจและด้านทรัพย์สินเงินทอง เนื่องจากทั้งเพศหญิงและเพศชายนั้นมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านดังกล่าวไม่แตกต่างกัน

ในเรื่องของตัวแปรอายุของกลุ่มตัวอย่างนั้นพบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับอายุมากกว่ามีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคคลทำงานที่มีอายุน้อยกว่า โดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบระหว่างบุคคลทำงานที่มีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป กับกลุ่มบุคคลทำงานที่มีอายุต่ำกว่า 40 ปีลงมา ซึ่งสามารถสรุปได้ว่าในเรื่องของตัวแปรด้านอายุนั้นสอดคล้องกับสมมุติฐานในข้อที่ 2

ในเรื่องของตัวแปรด้านสถานภาพของกลุ่มตัวอย่างนั้นพบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกัน มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคคลทำงานที่มีสถานภาพโสด ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานข้อที่3 แต่ไม่สอดคล้องในเรื่องที่พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกัน และสถานภาพแยกกันอยู่ หย่าหรือเป็นหม้ายนั้น มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองไม่แตกต่างกัน

ในเรื่องของตัวแปรด้านระดับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างนั้นพบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาสูงกว่ามีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ไม่แตกต่างกันกับบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานข้อที่4

ในเรื่องของตัวแปรด้านรายได้ของกลุ่มตัวอย่างนั้นพบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้มากกว่า 20,000 บาท มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าบุคคลทำงานที่มีรายได้น้อยกว่า 20,000 บาท ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานในข้อที่ 5 แต่ไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานเมื่อพบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ 20,000 บาทขึ้นไป มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายไม่แตกต่างกัน สำหรับเรื่องของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตเจนนั้นพบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขต

กรุงเทพมหานครที่มีรายได้มากกว่า 10,000 บาท มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจมากกว่าบุคคลที่มีรายได้น้อยกว่า 10,000 บาท ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานในข้อที่ 5 แต่ไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานในข้อที่ 5 เมื่อพบว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้มากกว่า 10,000 บาทขึ้นไป มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจไม่แตกต่างกัน สำหรับเรื่องของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองพบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้มากกว่า 20,000 บาท มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคคลทำงานที่มีรายได้น้อยกว่า 20,000 บาท ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานในข้อที่ 5 แต่ไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานเมื่อพบว่าบุคคลทำงานที่มีรายได้มากกว่า 10,000 บาทขึ้นไป มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองไม่แตกต่างกัน

ตอนที่3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามตัวแปรต่างๆโดยการหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product moment correlation coefficient)

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยการหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product moment correlation coefficient) เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 6 ที่ว่าพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ผลแสดงดังตาราง 24

ตาราง 24 ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร เมื่อจำแนกตามตัวแปรตามปัจจัยทางชีวสังคม

กลุ่ม	ร่างกาย	จิตใจ	ทรัพย์สินเงินทอง
เพศ			
ชาย	.293**	.307**	.209**
หญิง	.195**	.238**	.167**
อายุ			
21-30 ปี	.049	.033	.000
31-40 ปี	.113	.118	.080
41-50 ปี	.160*	.226**	.108
51-60 ปี	.375**	.447**	.388**
สถานภาพ			
โสด	.193**	.219**	.185**
แต่งงาน มีคู่ อยู่ด้วยกัน	.225**	.201**	.039
หม้าย หย่าร้าง แยกกันอยู่	.142	.587**	.382*
การศึกษา			
ต่ำกว่าปริญญาตรี	.169	.411**	.226*
ปริญญาตรี	.202**	.189**	.140*
สูงกว่าปริญญาตรี	.315**	.369**	.250**
รายได้			
5,000 - 10,000 บาท	.007	.214	.084
10,001 - 20,000 บาท	.058	.114	.075
20,001 - 30,000 บาท	.324**	.231**	.161*
30,001 - 40,000 บาท	.434**	.482**	.424**
40,001 บาทขึ้นไป	.238**	.372**	.336*

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 **มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 24 เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ สรุปได้ดังต่อไปนี้

1. ทัศนคติมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ในกลุ่มเพศชายและเพศหญิง กลุ่มอายุ 51-60 ปี กลุ่มสถานภาพโสด กลุ่มระดับการศึกษาปริญญาตรีและสูงกว่าปริญญาตรี กลุ่มรายได้ 20,001 – 30,000 บาท 30,001-40,000 บาท และ 40,000บาทขึ้นไป

2. ทัศนคติมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในบางด้าน

2.1 ทัศนคติมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานเฉพาะด้านร่างกายและด้านจิตใจ ในกลุ่มอายุ 41-50 ปี กลุ่มสถานภาพสมรสแต่งงาน มีคู่หรืออยู่ด้วยกันและสถานภาพหม้าย หย่าร้างหรือแยกกันอยู่ และกลุ่มระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี

2.2 ทัศนคติมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานเฉพาะด้านจิตใจและด้านทรัพย์สินเงินทอง ในกลุ่มสถานภาพหม้าย หย่าร้างหรือแยกกันอยู่ และกลุ่มระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี

3. ไม่พบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านใดๆเลยในกลุ่มอายุ 21- 30 ปีและ31-40 ปี กลุ่มรายได้ 5,000 – 10,000 บาท และรายได้10,001-20,000 บาท

ตอนที่ 4 การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกัน

การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านแตกต่างกัน ซึ่งจำแนกตามปัจจัยทางชีวสังคมได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และระดับรายได้ โดยศึกษาเฉพาะกลุ่มซึ่งพบความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ทั้งหมด 11 ตัวแปร จากตัวแปรทั้งหมด 17 ตัวแปร ซึ่งผู้วิจัยได้นำผลสรุปมาแสดงอีกครั้งหนึ่ง ตามตาราง 25 เพื่อนำไปทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 7 ที่ว่า กลุ่มบุคคลทำงานที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานต่างมีความเชื่อเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกัน ผลการวิเคราะห์แสดงดังตาราง 26 – 28

ตาราง 25 กลุ่มต่างๆ ซึ่งพบความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ
อายุการทำงาน ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง

กลุ่ม	ร่างกาย	จิตใจ	ทรัพย์สินเงินทอง
เพศ			
ชาย	√	√	√
หญิง	√	√	√
อายุ			
41-50 ปี	√	√	-
51-60 ปี	√	√	√
สถานภาพ			
โสด	√	√	√
แต่งงาน มีคู่ อยู่ด้วยกัน	√	√	-
หม้าย หย่าร้าง แยกกันอยู่	-	√	√
การศึกษา			
ต่ำกว่าปริญญาตรี	-	√	√
ปริญญาตรี	√	√	√
สูงกว่าปริญญาตรี	√	√	√
รายได้			
20,001 - 30,000 บาท	√	√	√
30,001 - 40,000 บาท	√	√	√
40,000 บาทขึ้นไป	√	√	√
รวมจำนวนกลุ่ม	11	13	11

ตาราง 26 การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีทัศนคติใน การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ด้านร่างกายที่แตกต่างกัน ซึ่งวิเคราะห์แยกตามกลุ่มต่างๆตามตัวแปรทางชีวสังคมรวม 11 กลุ่ม

ข้อความเชื่อ	เพศ		อายุ/ปี		สถานภาพ		การศึกษา		รายได้/บาท			จำนวน กลุ่มที่มี ความเชื่อ ที่แตกต่าง เกินครึ่ง
	ชาย	หญิง	41-50	51-60	โสด	สมรส	ป.ตรี สูงกว่า	ป.ตรี	20,001- 30,000	30,001- 40,000	40,001 ขึ้นไป	
1 ทำให้ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*		✓
2 เตรียมความพร้อมให้สุขภาพ		*	*	*	*	*	*	*	*	*		✓
3 ได้ใช้เวลาว่างเป็นประโยชน์	*	*	*		*	*	*	*	*	*	*	✓
4 เครียด กดดัน และวิตกกังวล				*								
5 ป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง	*	*	*		*	*	*				*	✓
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	*				*		*					
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องการรักษาสุขภาพร่างกาย		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	✓
8 ทำให้เกิดการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกาย			*	*	*		*			*		
9 เป้าหมายที่จะต้องเตรียม												
10 เสียเวลาการเตรียมตัว												

โดยสรุปจากตาราง 26 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ .05 ผู้ที่มีทัศนคติที่ดีมีจำนวนความเชื่อต่างจากผู้ที่มีทัศนคติไม่ดีขึ้นอยู่กัแต่ละกลุ่มโดยมีจำนวนความเชื่อที่แตกต่างกันอยู่ระหว่าง 1-7 ความเชื่อ เช่น กลุ่มตัวอย่างเพศชาย ที่มีทัศนคติที่ดีในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย มีจำนวนความเชื่อที่แตกต่างจากเพศชายที่มีทัศนคติไม่ดีอยู่จำนวน 4 ข้อความเชื่อ เป็นต้น

อย่างไรก็ดีเมื่อพิจารณาว่า มีความเชื่อใดบ้างจำนวนกี่ความเชื่อ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีจะมีความเชื่อต่างจากผู้ที่มีทัศนคติไม่ดี โดยใช้เกณฑ์เกินกึ่งหนึ่งคือ จะต้องเป็นความเชื่อที่มีความแตกต่างอย่างน้อย 6 กลุ่มจาก 11 กลุ่ม ก็จะพบว่าเมื่อทำการเปรียบเทียบข้อความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกัน ในกลุ่มต่าง ๆ นั้น มีทั้งหมดจำนวน 5 ข้อความเชื่อคือกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีเชื่อว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายนั้นเป็นเรื่องที่ ทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพของตนเองได้ ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้และสามารถที่จะได้รับความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการดูแลสุขภาพของตนเอง (ดูรายละเอียดผลการวิเคราะห์และคำอธิบายได้จากภาคผนวก ข)

ตาราง 27การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีทัศนคติใน106การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจที่แตกต่างกัน ซึ่งวิเคราะห์แยกตามกลุ่มต่างๆตามตัวแปรทางชีวสังคมรวม13 กลุ่ม

	เพศ		อายุ/ปี		สถานภาพ			ระดับการศึกษา			รายได้/บาท			
	ชาย	หญิง	41-50	51-60	โสด	สมรส	หย่า	ต่ำกว่า ตรี	ป ตรี	สูงกว่า ป ตรี	20,001 - 30,000	30,001 - 40,000	40,001 บาท ขึ้นไป	จำนวนกลุ่ม ที่มีความ เชื่อที่แตก ต่าง เกินครึ่ง
ข้อความเชื่อ														
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้	*	*	*	*	*	*		*	*	*	*		*	✓
2 สุขภาพจิต อารมณ์ดีขึ้น	*	*	*	*	*		*	*	*	*	*		*	✓
3 กดดันในการเตรียมตัว													*	
4 เตรียมความพร้อมจิตใจ		*	*	*	*	*		*	*	*	*	*	*	✓
5 ผีกและทำให้มีสมาธิดีขึ้น	*	*	*	*	*		*	*	*	*	*		*	✓
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น														
7 ใช้เวลาให้เป็นประโยชน์	*	*	*	*	*		*	*	*	*	*		*	✓
8 กังวล วิตกกังวล หดหู่														
9 ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	*	*	*		*			*	*	*	*		*	✓
10 ยอมรับเข้าใจจิตใจตนเอง	*	*	*	*	*		*	*	*	*	*		*	✓
11 เปลืองค่าใช้จ่าย														
12 เข้าใจตน คนอื่นเพิ่มขึ้น	*	*	*	*	*		*	*		*	*		*	✓
13 เป้าหมายที่ต้องเตรียมตัว														

โดยสรุปจากตาราง 27 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ .05 ผู้ที่มีทัศนคติที่ดีมีจำนวนความเชื่อต่างจากผู้ที่มีทัศนคติไม่ดีขึ้นอยู่กับการทดลองโดยมีจำนวนความเชื่อที่แตกต่างกันอยู่ระหว่าง 1-9 ความเชื่อ เช่น กลุ่มตัวอย่างเพศชาย ที่มีทัศนคติที่ดีในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ มีจำนวนความเชื่อที่แตกต่างจากเพศชายที่มีทัศนคติไม่ดีอยู่จำนวน 5 ข้อความเชื่อ เป็นต้น

อย่างไรก็ดีเมื่อพิจารณาว่า มีความเชื่อใดบ้างจำนวนกี่ความเชื่อ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีจะมีความเชื่อต่างจากผู้ที่มีทัศนคติไม่ดี โดยใช้เกณฑ์เกินครึ่งหนึ่งคือ จะต้องเป็นความเชื่อที่มีความแตกต่างอย่างน้อย 7 กลุ่มจาก 13 กลุ่ม ก็พบว่าเมื่อทำการเปรียบเทียบข้อความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจแตกต่างกัน ในกลุ่มต่าง ๆ นั้น มีทั้งหมดจำนวน 8 ข้อความเชื่อคือกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีเชื่อว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจนั้นเป็นเรื่องที่ ทำให้ตนเองปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่จะเกิดขึ้นได้ ทำให้สุขภาพจิตดี อารมณ์ดีขึ้น สุขภาพร่างกายก็จะดีขึ้นสดชื่นแจ่มใส เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพจิตของตนเองในการฝึกสมาธิ ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ รวมถึงเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นที่อยู่ร่วมกันในสังคมได้มากขึ้น

ตาราง 28 การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีทัศนคติ ในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกัน ซึ่งวิเคราะห์แยกตามกลุ่มต่างๆตามตัวแปรทางชีวสังคม

	เพศ		อายุ	สถานภาพ		ระดับการศึกษา			รายได้/บาท			จำนวนกลุ่ม ที่มีความ เชื่อที่ แตกต่าง เกินครึ่ง
	ชาย	หญิง	51-60	โสด	หย่า	ต่ำกว่า ป.ตรี	ป.ตรี	สูงกว่า ป.ตรี	20,001- 30,001	30,001- 40,000	40,001 ขึ้นไป	
ข้อความเชื่อ												
1 เครียดและเกิดความกดดัน		*		*			*					
2 เก็บหรือมีเงินใช้ตลอดชีวิต				*	*							
3 ป้องกันการมีหนี้สิน		*			*			*	*			
4 เตรียมความพร้อมและวางแผนเรื่องทรัพย์สินของตน		*	*		*	*		*	*	*	*	✓
5 ได้ช่องทางบริหารการเงิน		*		*				*	*	*	*	✓
6 ไม่เดือดร้อนเมื่อในวัยชรา	*	*			*		*	*	*	*	*	✓
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่												
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า		*										
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น							*					
10 เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบัน		*					*		*		*	
11 จัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้		*	*	*		*	*	*	*	*	*	✓
12 ไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต												

โดยสรุปจากตาราง 28 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ .05 ผู้ที่มีทัศนคติที่ดีมีจำนวนความเชื่อต่างจากผู้ที่มีทัศนคติไม่ดีขึ้นอยู่แต่ละกลุ่ม โดยมีจำนวนความเชื่อที่แตกต่างกันอยู่ระหว่าง 2-8 ความเชื่อ เช่น กลุ่มตัวอย่างเพศหญิง ที่มีทัศนคติที่ดีในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง มีจำนวนความเชื่อที่แตกต่างจากเพศหญิงที่มีทัศนคติไม่ดีอยู่จำนวน 8 ข้อความเชื่อ เป็นต้น

อย่างไรก็ดีเมื่อพิจารณาว่า มีความเชื่อใดบ้างจำนวนกี่ความเชื่อ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีจะมีความเชื่อต่างจากผู้ที่มีทัศนคติไม่ดี โดยใช้เกณฑ์เกินครึ่งหนึ่งคือ จะต้องเป็นความเชื่อที่มีความแตกต่างอย่างน้อย 6 กลุ่มจาก 11 กลุ่ม ก็พบว่าเมื่อทำการเปรียบเทียบข้อความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกัน ในกลุ่มต่าง ๆ นั้น มีทั้งหมดจำนวน 4 ข้อความเชื่อคือกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีเชื่อว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองนั้นเป็นเรื่องที่ เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องของทรัพย์สินของตนเองในอนาคต ได้รับข้อมูลที่ดีในการใช้เป็นช่องทางในการจัดการบริหารด้านการเงิน ทำให้เกิดความสะดวกสบายเมื่อก้าวสู่วัยชรา และเป็นการทำให้จัดสรรเรื่องทรัพย์สินมรดกให้กับลูกหลานของตนได้

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความเชื่อ ทักษะ และพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองของกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครโดยจำแนกตามลักษณะปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้ ซึ่งสรุปขั้นตอนและผลการศึกษาได้ดังนี้

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครจำแนกตามลักษณะปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตจังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่จำแนกตามลักษณะปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และรายได้
3. เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่แตกต่างกัน

สมมุติฐานในการวิจัย

1. กลุ่มบุคคลทำงานเพศหญิงมีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่าเพศชาย
2. กลุ่มบุคคลทำงานที่มีอายุมากกว่ามีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่าบุคคลทำงานที่มีอายุน้อยกว่า
3. กลุ่มบุคคลวัยทำงานที่มีสถานภาพการสมรส มีคู่ อยู่ด้วยกัน มีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานที่มีสถานภาพโสด และสถานภาพเป็นหม้าย หย่าหรือแยกกันอยู่

4. กลุ่มบุคคลทำงานที่มีระดับการศึกษาสูงกว่ามีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า
5. กลุ่มบุคคลทำงานที่มีรายได้สูงกว่ามีพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานที่มีรายได้ต่ำกว่า
6. พฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน
7. กลุ่มบุคคลทำงานที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านแตกต่างกันมีความเชื่อเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกัน

วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาในการวิจัยเป็นกลุ่มบุคคลวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและตอนกลาง ที่มีอายุระหว่าง 21–60 ปี ที่เป็นพนักงานบริษัทเอกชนหรือประกอบธุรกิจส่วนตัวในเขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้กลุ่มขนาดตัวอย่างทั้งสิ้น 400 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้มาด้วยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage random sampling)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้ศึกษาจากงานวิจัยในประเทศ แล้วนำมาปรับปรุงให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา ซึ่งสามารถแบ่งแบบสอบถามเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ สมรส ระดับการศึกษาและรายได้ต่อเดือน โดยลักษณะคำถามเป็นแบบเลือกตอบ

ตอนที่ 2 แบบวัดพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งพิมพ์พิมพ์ โพธิ์ปักขิย์, สมฤดี ธัมมิตติคุณ, รสสิน วิทย์วงศ์กังวาล และมธุริน วรศักดิ์ ร่วมกันสร้างขึ้นเพื่อวัดพฤติกรรมกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งแบบสอบถามดังกล่าวเน้นลักษณะของคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) และรายงานค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามด้านพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน โดยได้ค่าเป็นค่าความเชื่อมั่นทั้งโดยมีค่าความเชื่อมั่นรายด้าน ดังนี้ การเตรียมตัวด้านร่างกายเท่ากับ .897 ด้านการเตรียมตัวด้านจิตใจเท่ากับ .809 และการเตรียมตัวทางด้านทรัพย์สินเงินทองเท่ากับ .854 และผู้วิจัยได้คำนวณค่าความเชื่อมั่นโดยใช้ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งได้แก่ การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมีค่า

ความเชื่อมั่นเท่ากับ.870 การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ.839 และการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ.870

ตอนที่ 3 แบบวัดความเชื่อ และแบบวัดทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงาน โดยมีการจัดทำแบบวัดดังนี้

3.1 สร้างคำถามปลายเปิด(OPEN – END) เชิงสำรวจหาความเชื่อเด่นชัด (SALIENT BELIEF) เกี่ยวกับผลที่เกิดจากการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง และการหาคำคุณศัพท์ที่แสดงการประเมินค่าในการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานกับบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครจำนวน 40 คน เพื่อที่จะนำมาสร้างแบบวัดความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรม(b) และแบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน (A_B)

3.2 นำแบบสอบถามไปทำการทดลองใช้กับกลุ่มที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างของผู้วิจัยเพื่อปรับปรุงคุณภาพเครื่องมือกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 75 คน และนำผลที่ได้จากการทดลองใช้ไปหาความเชื่อมั่นของแบบวัด โดยคำนวณด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha – Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น สำหรับแบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย.954 แบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ.962 และแบบวัดทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง.947

3.การเก็บรวบรวมข้อมูล

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย มีขั้นตอนดังนี้

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจริงโดยนำแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างตอบคำถาม ผู้วิจัยคัดเลือกแบบสอบถามจากจำนวนทั้งหมด 450 ฉบับและเลือกเฉพาะแบบสอบถามที่ผู้ตอบแบบสอบถามที่ครบถ้วนจำนวน 400 ฉบับเพื่อนำมาตรวจให้คะแนนและนำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

4.การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้โปรแกรม SPSS โดยมีขั้นตอนในการวิเคราะห์ ดังนี้

1. แยกคะแนนตามกลุ่มตัวแปรต้นที่ศึกษา
2. หาสถิติพื้นฐาน ได้แก่ คะแนนเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. ทดสอบสมมติฐานข้อ 1 และ 7 โดยใช้ t – Test
4. ทดสอบสมมติฐานข้อ 2,3,4และ5 โดยใช้ F – Test พร้อมทั้งเปรียบเทียบพหุคูณ
5. ทดสอบสมมติฐานข้อ 6 โดยใช้การวิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์ correlatios

สรุปผลการวิจัย

1. การเปรียบเทียบพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตามตัวแปรเพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา และรายได้ พบผลที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ดังนี้

1.1 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครเพศหญิงและเพศชาย มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านจิตใจและด้านทรัพย์สินเงินทองไม่แตกต่างกัน ยกเว้นการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายที่เพศหญิง มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่าเพศชาย

1.2 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับอายุมากกว่า มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง มากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับอายุน้อยกว่า โดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มอายุ 50 ปีขึ้นไป กับกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับอายุ 40 ปีลงมา

1.3 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกัน และสถานภาพหม้าย หย่าหรือแยกกันอยู่ มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีสถานภาพโสด

1.4 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

1.5 บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้สูงกว่า มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง มากกว่าบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้ต่ำกว่า โดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่มีรายได้ตั้งแต่ 20,000 บาทขึ้นไป กับกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ 5,000 – 10,000 บาท

2. ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานและพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครแต่ละด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองพบว่า

2.1 ทัศนคติเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ในกลุ่มเพศชายและเพศหญิง อายุ 41- 50 ปีและอายุ 51-60 ปี สถานภาพโสดและสถานภาพสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกัน ระดับการศึกษาปริญญาตรีและสูงกว่าปริญญาตรี รายได้ 20,001 – 30,000บาท 30,001-40,000 บาท และ 40,000บาทขึ้นไป

2.2 ทศนคติเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ ในกลุ่มเพศชายและเพศหญิง กลุ่มอายุ 41- 50 และอายุ 51-60 ปี กลุ่มสถานภาพโสด สถานภาพสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกัน และสถานภาพ หม้าย หย่าร้างหรือแยกกันอยู่ กลุ่มระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี กลุ่มรายได้ 20,001 – 30,000บาท 30,001-40,000บาท และ 40,000บาทขึ้นไป

2.3 ทศนคติเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง ในกลุ่มเพศชายและเพศหญิง กลุ่มอายุ 51-60 ปี กลุ่มสถานภาพโสดและสถานภาพหม้าย หย่าร้างหรือแยกกันอยู่ กลุ่มระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ระดับการศึกษาปริญญาตรีและสูงกว่าปริญญาตรี กลุ่มรายได้ 20,001 – 30,000บาท 30,001-40,000บาท และ 40,000บาทขึ้นไป

3. การเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านแตกต่างกัน ซึ่งวิเคราะห์แยกตามกลุ่มต่างๆตามตัวแปรทางชีวสังคม ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 พบว่า

3.1 เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกัน โดยใช้เกณฑ์เกินกึ่งหนึ่งคือ จะต้องเป็นความเชื่อที่มีความแตกต่างอย่างน้อย 6 กลุ่มจาก 11 กลุ่ม ก็พบว่าเมื่อทำการเปรียบเทียบข้อความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกัน ในกลุ่มต่างๆนั้น กลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีจะมีจำนวนความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติไม่ดีทั้งหมด 5 ข้อความเชื่อว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายนั้นเป็นเรื่องที่สามารถทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพของตนเองได้ สามารถใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้และสามารถที่จะได้รับความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการดูแลสุขภาพของตนเอง

3.2 เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจต่างกัน โดยใช้เกณฑ์เกินกึ่งหนึ่งคือ จะต้องเป็นความเชื่อที่มีความแตกต่างอย่างน้อย 7 กลุ่มจาก 13 กลุ่ม ก็พบว่าเมื่อทำการเปรียบเทียบข้อความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกัน ในกลุ่มต่างๆนั้น กลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีจะมีจำนวนความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติไม่ดีทั้งหมด 8 ข้อความเชื่อว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจนั้นเป็นเรื่องที่ ทำให้ตนเองปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่จะเกิดขึ้นได้ ทำให้สุข

ภาพจิตดีขึ้นอารมณ์ดีขึ้น มีผลทำให้สุขภาพร่างกายก็จะดีขึ้น เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพจิตของตนเองในการฝึกสมาธิ ทำให้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ รวมถึงสามารถเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นที่อยู่ร่วมกันในสังคมได้มากขึ้นด้วย

3.3 เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองต่างกัน โดยใช้เกณฑ์เกินกึ่งหนึ่งคือ จะต้องเป็นความเชื่อที่มีความแตกต่างอย่างน้อย 6 กลุ่มจาก 11 กลุ่ม ก็จะพบว่าเมื่อทำการเปรียบเทียบข้อความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกันในกลุ่มต่าง ๆ นั้น ซึ่งพบว่า กลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีจะมีจำนวนความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติไม่ดีทั้งหมด 4 ข้อความเชื่อว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองนั้นเป็นเรื่องที่ เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องของทรัพย์สินของตนเองในอนาคต ได้รับข้อมูลที่ดีในการใช้เป็นช่องทางในการจัดการบริหารด้านการเงิน ทำให้เกิดความสะดวกสบายเมื่อก้าวสู่วัยชรา อีกทั้งยังสามารถจัดสรรเรื่องทรัพย์สินมรดกให้กับลูกหลานของตนได้เป็นอย่างดี

อภิปรายผล

การศึกษาความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ ละด้านคือด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองของกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขต กรุงเทพมหานคร วิเคราะห์เปรียบเทียบการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน โดยจำแนกตาม ลักษณะปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้ และศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างทศนคติ และพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของ บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตจังหวัดกรุงเทพมหานครในกลุ่มที่จำแนกตามลักษณะปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้ รวมถึงการศึกษาเปรียบเทียบความเชื่อ ระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่แตกต่างกัน ซึ่งผู้วิจัย อภิปรายผลตามลำดับของจุดมุ่งหมายของการวิจัย ดังนี้

1. การเปรียบเทียบการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน โดยจำแนกตาม ลักษณะปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และรายได้ สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1.1 เพศ พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครเพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อน การเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าเพศชายซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้ และสอดคล้องกับการศึกษาของธาดา วิมลวัตรเวที(2543:149) ที่ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงาน ของบุคลากรสังกัดมหาวิทยาลัยพบว่า บุคลากรเพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการ ทำงานมากกว่าบุคลากรเพศชายในด้านร่างกาย ซึ่งอาจเป็นผลเนื่องมาจากเพศหญิงเป็นเพศที่มี ลักษณะอุปนิสัยที่มีการดูแลเอาใจใส่ตนเองมากกว่าเพศชาย ดังจะเห็นได้จากการศึกษาของสิระ ยา สัมมาวาจา(2550: 1)ที่พบว่า เพศหญิงเป็นเพศที่ถูกเตรียมตัวและทำให้เชื่อว่าความสวยงามเป็น การสร้างเสน่ห์ทางเพศ รวมถึงเป็นการนำเสนอตัวตนผ่านความสวยงามของส่วนต่างๆของร่างกาย เพื่อแสดงออกถึงความสุขและความภาคภูมิใจในตนเอง และจากการศึกษาของทิพาพร ทองสว่าง (2541: 212) พบว่า เพศหญิงนั้นจะพบกับการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนเพศในแต่ละช่วงวัยมากกว่า เพศชาย ด้วยสาเหตุดังกล่าวจึงทำให้เพศหญิงมีการตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องของการเตรียมตัว ก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าเพศชายนั่นเอง

แต่สำหรับในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านจิตใจและด้าน ทรัพย์สินเงินทองนั้น บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครเพศหญิงและเพศชายมีการเตรียม ตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมุติฐาน แต่สอดคล้องกับการ ศึกษาของ ศศิดา นิรินธนาชาติ (2540: 90-92) ที่ศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เป็นข้าราชการก่อนเกษียณใน

หน่วยงานของสังกัดกระทรวงศึกษาธิการในส่วนกลางพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความต้องการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน เช่นเดียวกับการศึกษาของสมฤดี ธีรมิตติคุณ (2550: 138) ที่ทำการศึกษาก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคลากรฝ่ายพยาบาลของโรงพยาบาลจุฬาพบว่า เพศชายและเพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน และจากการศึกษาของมธุริน วรศักดิ์ (2550: 91) ศึกษาปัจจัยทางชีวสังคม ทศนคติต่อการเกษียณอายุ และบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของพนักงานสายปฏิบัติการธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่ก็พบว่า พนักงานธนาคารที่มีเพศแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกันเช่นเดียวกัน สาเหตุที่บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครเพศหญิงและเพศชายมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน นั้น อาจเป็นผลเนื่องมาจากรูปแบบและวิถีการดำเนินชีวิตของทั้งเพศหญิงและเพศชายในเขตชุมชนเมืองหลวงนั้น มีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่ไม่แตกต่างกัน บทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบทั้งในเรื่องของการรับผิดชอบครอบครัว หน้าที่การทำงาน การดำเนินชีวิต รูปแบบการใช้ชีวิตที่ไม่แตกต่างกันระหว่างเพศชายและเพศหญิง รวมไปถึงในปัจจุบันยังพบว่าเพศหญิงมีบทบาทและฐานะทางสังคมเพิ่มมากขึ้น จึงทำให้ความแตกต่างระหว่างเพศชายและหญิงลดน้อยลง

1.2 อายุ พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุมากกว่าโดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบกับระหว่างกลุ่มอายุ 50 ปีขึ้นไป กับกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับอายุ 40 ปีลงมา มีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่าบุคคลที่มีอายุน้อยกว่าทุกด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านทรัพย์สินเงินทอง ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ได้ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเป็นสาเหตุเนื่องมาจากบุคคลวัยทำงานที่มีอายุมากกว่าวัยอ่อนมีรายได้ต่อเดือนสูงกว่าบุคคลวัยทำงานที่มีอายุน้อยกว่า และประกอบกับบุคคลที่มีอายุมากกว่าส่วนใหญ่จะเป็นบุคคลที่มีหน้าที่ความรับผิดชอบในตำแหน่งหน้าที่การงานมากกว่าและมีตำแหน่งหน้าที่การงานที่สูงกว่า รวมถึงบุคคลทำงานที่มีอายุมากกว่ามักจะมองเห็นถึงความสำคัญและความจำเป็นในชีวิตช่วงหลังวัยเกษียณอายุการทำงานได้ชัดเจนและใกล้ชิดตัวมากกว่าบุคคลทำงานที่มีอายุน้อยกว่าซึ่งอาจจะยังเห็นว่าเป็นเรื่องที่ไกลตัวจนเกินไปเกินกว่าจะให้ความสำคัญและใส่ใจในการเตรียมความพร้อมให้กับชีวิตหลังเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งผลการศึกษาในครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของทิพาพร ทองสว่าง(2541: 205) ที่ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของผู้ใหญ่วัยกลางคนพบว่า ผู้ที่มีวัยและอายุมากกว่ามีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าผู้ที่มีวัยและอายุน้อยกว่า เนื่องจากบุคคลที่มีอายุมากขึ้นมีการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงของร่างกายได้มากกว่าผู้ที่มีอายุน้อยกว่า เนื่องจากสุขภาพร่างกายจะยิ่งเสื่อมลงเมื่ออายุมากขึ้น ซึ่งการเสื่อมทางร่างกายมีผลกระทบกระเทือนถึงลักษณะทางอารมณ์ ความมุ่งหมายในชีวิต การสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้ใกล้ชิดและผู้ร่วมงานการประเมินผลการเปลี่ยนแปลงทางกาย ทำให้ต้องมีการปรับตัว

อย่างมากในหลายกระบวนการของการดำเนินชีวิต และยังสอดคล้องกับการศึกษาของธาดา วิมลวัตร เหวที (2542: 149) ที่ทำการศึกษานุเคราะห์ที่ปฏิบัติหน้าที่ในสังกัดมหาวิทยาลัยของรัฐ พบว่ากลุ่มตัวอย่างอายุที่มีอายุมากกว่า 55 ปี มีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่ากลุ่มอายุ 45-55 ปี และสอดคล้องกับการศึกษาของสมฤดี ธัมภิตติคุณ (2550: 138) ศึกษาบุคลากรฝ่ายพยาบาลโรงพยาบาลจุฬา พบว่าบุคลากรฝ่ายการพยาบาลที่มีระดับอายุมากกว่ามีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่าบุคลากรฝ่ายการพยาบาลที่มีระดับอายุน้อยกว่า ดังนั้นการศึกษาในครั้งนี้จึงสามารถสรุปได้ว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับอายุมากกว่า มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่า

1.3 สถานภาพสมรส พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกัน มีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่าบุคคลทำงานที่มีสถานภาพโสดในทุกด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ได้ตั้งไว้ และสอดคล้องกับการศึกษาของ ศศิดา นิรินธนาชาติ (2540:123) ที่ศึกษาความต้องการการเตรียมตัวของข้าราชการก่อนเกษียณในหน่วยงานสังกัดกระทรวงศึกษาธิการ ในส่วนกลางพบว่าข้าราชการก่อนเกษียณที่มีสถานภาพสมรสแล้วจะมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในด้านรายได้และค่าใช้จ่ายสูงกว่าข้าราชการก่อนเกษียณที่มีสถานภาพโสด และสอดคล้องกับการศึกษาของพิมพ์พิมุข โพธิ์ปักขีย์ (2550:104) ที่ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตร พบว่าข้าราชการครูที่มีสถานภาพสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกัน มีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานทุกด้านมากกว่าข้าราชการครูที่มีสถานภาพสมรสโสด ซึ่งทั้งนี้อาจมีผลมาจากความรับผิดชอบในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน โดยที่บุคคลทำงานที่มีสถานภาพสมรสต้องมีความรับผิดชอบต่อครอบครัวและคนในครอบครัวของตนเองเพิ่มมากขึ้น โดยจากการศึกษาของ บัณฑิต เคียงธนสมบัติ (2547: 66) พบว่าเมื่อบุคคลเข้าสู่สถานภาพสมรสต้องมีหน้าที่และความรับผิดชอบเพิ่มมากขึ้น โดยเพศชายต้องมีส่วนเป็นผู้นำที่สังคมกำหนดให้เป็นผู้นำครอบครัว ส่วนเพศหญิงมีบทบาทเป็นแม่บ้านหรืออาจจะต้องเปลี่ยนบทบาทมาเป็นผู้นำครอบครัวแทน และสำหรับบุคคลทำงานที่มีสถานภาพสมรสหย่าร้าง เป็นหม้ายหรือแยกกันอยู่ก็ได้ผ่านการดำเนินชีวิตที่ไม่ราบรื่นนักระหว่างสมาชิกในครอบครัว พบอุปสรรคมากมายในชีวิต จึงทำให้มีความตระหนักถึงความจำเป็นของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานเพิ่มมากขึ้นกว่าคนที่มีความรับผิดชอบเฉพาะเพียงตนเอง

อย่างไรก็ดีผลงานวิจัยนี้พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกันและสถานภาพแยกกันอยู่ หย่าร้างหรือเป็นหม้ายนั้นมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานที่ได้ตั้งไว้ว่ากลุ่ม

บุคคลวัยทำงานที่มีสถานภาพการสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกัน มีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานแต่ละด้านมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานที่มีสถานภาพโสดและสถานภาพหย่าร้าง เป็นหม้ายหรือแยกกันอยู่ แต่ผลวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของรสนิน วิทย์วงศ์กังวาล (2550: 71) ที่ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุของข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดชลประทานพบว่าข้าราชการวัยก่อนเกษียณสังกัดชลประทานที่มีสภาพสมรสแตกต่างกัน มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับการศึกษาของมธุริน วรศักดิ์ (2550: บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยทางชีวสังคม ทักษะคิดต่อการเกษียณอายุ และบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของพนักงานสายปฏิบัติการธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่ พบว่า พนักงานธนาคารที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน และยังสอดคล้องกับสมฤดี ธัมภิตติคุณ (2550: 138) ศึกษาบุคลากรฝ่ายพยาบาลโรงพยาบาลจุฬา พบว่า บุคลากรฝ่ายการพยาบาลที่มีสถานภาพต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน สาเหตุที่ทำให้บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีสถานภาพสมรส มีคู่หรืออยู่ด้วยกันและสถานภาพหย่าร้าง เป็นหม้ายหรือแยกกันอยู่ มีพฤติกรรมการเตรียมตัวไม่แตกต่างกันนั้น อาจจะเป็นสาเหตุมาจากความสำคัญที่ต้องเตรียมพร้อมทั้งชีวิตในช่วงหลังการเกษียณอายุอย่างมาก เนื่องจากสำหรับผู้ที่มิมีสถานภาพสมรสนั้น ต้องมีความรับผิดชอบที่เพิ่มมากขึ้นทั้งต่อตนเองและต่อบุคคลในครอบครัวดังที่ได้กล่าวมาแล้ว(บัณฑิต เคียงธนสมบัติ. 2547: 66) อย่างไรก็ตามสำหรับบุคคลทำงานที่มีสถานภาพหย่าร้าง เป็นหม้ายหรือแยกกันอยู่แล้วยังคงต้องมีความรับผิดชอบอย่างมากดังปรากฏผลจากการศึกษาของวันวิสาข์ ต้นตระกูล (2545: 81) ที่ศึกษารูปแบบชีวิตของมารดาที่เป็นหัวหน้าครอบครัวเพียงคนเดียวในเขตกรุงเทพมหานครพบว่า บุคคลที่เป็นหัวหน้าครอบครัวเพียงคนเดียว(สถานภาพเป็นหม้าย หย่าร้างหรือแยกกันอยู่)ต้องมีหน้าที่เป็นผู้หารายได้หลักของครอบครัว และรับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่างๆในครอบครัว สาเหตุของการผ่านการดำเนินชีวิตที่ไม่ราบรื่นเป็นอุปสรรค ยังคงต้องรับผิดชอบในการดูแลเลี้ยงดูบุตรด้วยตนเอง ยิ่งทำให้ตนเองต้องเตรียมพร้อมในเรื่องดังกล่าวมากยิ่งขึ้น ดังนั้นจึงอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้บุคคลทั้งสองกรณีนั้นจำเป็นต้องมีการวางแผนให้กับชีวิตตนเองอย่างรัดกุมเพิ่มมากขึ้นเช่นเดียวกัน ด้วยสาเหตุดังกล่าวจึงอาจทำให้พฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในทุกด้านนั้น ไม่มีความแตกต่างกัน

1.4 ระดับการศึกษา พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทุกด้านไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้ แต่ผลวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของมธุริน วรศักดิ์ (2550: 92) ที่ศึกษาปัจจัยทางชีวสังคม ทักษะคิดต่อการเกษียณอายุ และบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ของพนักงานสายปฏิบัติการธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่ พบว่า

พนักงานธนาคารที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทุกด้านไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับการศึกษาของรสนิน วิทย์วงศ์กังวาล (2550: 71) ที่ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของผู้บริหารก่อนเกษียณสังกัดชลประทานพบว่า ข้าราชการก่อนการเกษียณสังกัดชลประทานที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทุกด้านไม่แตกต่างกัน และงานวิจัยของพิมพ์พิมุข โปธิ์ปักชัย (2550: 99) ที่ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของผู้บริหารครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพิจิตร เขต 1 พบว่า ข้าราชการครูที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุโดยรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน ซึ่งจากงานวิจัยข้างต้นที่ไม่พบความแตกต่างระหว่างการเตรียมตัวก่อนการเกษียณในตัวแปรด้านระดับการศึกษาสามารถอธิบายได้ว่า แม้ว่าบุคคลทำงานจะมีระดับการศึกษาจะมีแตกต่างกันก็ตาม แต่เนื่องจากในปัจจุบันการให้ความสำคัญของทั้งภาครัฐและเอกชนในการรณรงค์ให้ประชาชนใส่ใจต่อการดำรงชีวิตให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีก็มีส่วนผลักดันและช่วยเหลือให้บุคคลทำงานมีข้อมูลในการเตรียมความพร้อมให้กับชีวิตหลังเกษียณอายุมากขึ้น (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2550: 31) ซึ่งเป็นผลทำให้บุคคลทำงานที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานไม่แตกต่างกันนั่นเอง

1.5. ระดับรายได้ พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับรายได้สูงกว่า 20,000 บาท มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคคลวัยทำงานที่มีระดับรายได้ต่ำกว่า 10,000 บาท ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้ และสอดคล้องกับการศึกษาของธาดา วิมลวัตรเวที (2543: บทคัดย่อ) ที่ศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานของบุคลากรสังกัดมหาวิทยาลัย พบว่าระดับรายได้ต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานโดยผู้ที่มีระดับรายได้ต่ำมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองน้อยกว่าผู้ที่มีรายได้สูงกว่า และยังสอดคล้องกับการศึกษาของสมฤดี ธัมภิตติคุณ (2550: 137) ศึกษาบุคลากรฝ่ายพยาบาลโรงพยาบาลจุฬา พบว่าบุคลากรฝ่ายการพยาบาลที่มีระดับรายได้สูงกว่ามีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคลากรที่มีรายได้ต่ำ ซึ่งสามารถอธิบายได้เนื่องจากบุคคลทำงานที่มีรายได้มากกว่าจะมีสภาพคล่องในเรื่องของการเงินมากกว่า ตลอดจนสามารถจัดสรรจัดการเรื่องเกี่ยวกับธุรกรรมทางการเงินได้มากกว่าและดีกว่าบุคคลทำงานที่มีรายได้ต่ำกว่า สรุปคือบุคคลที่มีรายได้มากกว่าจะมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำกว่า เพราะบุคคลที่มีรายได้มากกว่าสามารถมีเงินใช้จ่ายได้สะดวกสบาย ไม่เป็นภาระแก่ผู้อื่นจึงทำให้สามารถมีเงินเหลือในการออมเงินจนสามารถวางแผนการใช้จ่ายเงินและเก็บออมทรัพย์สินได้ง่ายและมากกว่าบุคคลที่มีรายได้ต่ำกว่านั่นเอง ซึ่งสอดคล้องกับงาน

วิจัยของทิพาพร ทองสว่าง(2541: 215)ที่พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจเป็นแปรที่สำคัญในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน โดยพบว่าผู้ใหญ่วัยกลางคนที่มียฐานะทางเศรษฐกิจสูงมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมากกว่าผู้ใหญ่วัยกลางคนที่มียฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและต่ำกว่า ทั้งนี้เป็นเพราะรายได้ของบุคคลเป็นตัวแปรสำคัญในการแสวงหาปัจจัยหรือสิ่งของต่างๆมาตอบสนองความต้องการของตนเองเพื่อใช้ในการดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขและยังสามารถที่จะมีทรัพย์สินคงเหลือเพื่อสามารถเก็บออมได้เป็นอย่างดี

2. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตจังหวัดกรุงเทพมหานครในกลุ่มที่จำแนกตามลักษณะปัจจัยทางชีวสังคม

ผลการศึกษาวิจัยพบว่า ทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครแต่ละด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ทิพาพร ทองสว่าง (2541: 219)ซึ่งพบว่าผู้ที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุการทำงานมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากกว่าผู้ที่มีทัศนคติปานกลางและทัศนคติไม่ดีต่อการเกษียณอายุการทำงาน และสอดคล้องกับการศึกษาของมธุรีน วรศักดิ์ (2550: 89) ที่ได้ทำการศึกษาปัจจัยทางชีวสังคม ทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงานและบุคลิภาพกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานของพนักงานธนาคารกรุงเทพ สำนักงานใหญ่ โดยพบว่าทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงานกับพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานนั้นมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงเกี่ยวพันกัน โดยพนักงานที่มีทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงานที่ดีจะมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านทรัพย์สินเงินทอง เป็นไปในทิศทางที่ดีและมีการเตรียมตัวมากกว่าพนักงานที่มีทัศนคติต่อการเกษียณอายุการทำงานที่ไม่ดี ทั้งนี้เป็นเพราะพนักงานที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่ดี จะมีการทำความเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงและสามารถยอมรับความจริงของชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสมฤดี ธีมกิตติคุณ (2550: 137) ที่ได้ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคลากรของโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ พบว่าระดับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคลากรของโรงพยาบาลอยู่ในระดับที่ดีมาก โดยบุคลากรในโรงพยาบาลส่วนใหญ่นั้นมีทัศนคติต่อการเกษียณอายุที่ดี และมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณทุกด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่าบุคลากรที่มีทัศนคติต่อการเกษียณอายุไม่ดี โดยสาเหตุที่บุคลากรที่มี

ทัศนคติที่ดีจะมีพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณมากกว่ากลุ่มบุคลากรที่มีทัศนคติต่อการเกษียณอายุที่ไม่ดีนั้นเนื่องจาก บุคลากรที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุการทำงานจะเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และยังสามารถเผชิญกับภาวะการเกษียณอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงเข้าใจและสามารถคาดคะเนถึงสภาพการณ์ล่วงหน้าของชีวิตของตนเองได้ดี ด้วยสาเหตุดังกล่าวทำให้บุคลากรเหล่านั้น มีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานได้มากขึ้น และยังสามารถสอดคล้องกับการศึกษาของพิมพ์พิมุข โพธิ์ปักชัย(2550: 100)ที่ศึกษาการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตรพบว่า ข้าราชการครูที่มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุการทำงานมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านทรัพย์สินเงินทองนั้น มีการเตรียมตัวที่มากกว่าข้าราชการครูที่มีทัศนคติไม่ดีต่อนการเกษียณอายุ ดังนั้นการที่ข้าราชการครูมีทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานก็จะทำให้มีพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากด้วยเช่นกัน

จากการศึกษางานวิจัยดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า การที่บุคคลจะมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากหรือน้อยนั้น ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับเรื่องของพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานคือทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล(Fishbein; Ajzen.1975: 29) ที่ว่ามนุษย์มีเหตุผลและใช้ข้อมูลเหตุผลที่ตนมีอย่างเป็นระบบ พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้นส่วนใหญ่ถูกกำหนดโดยทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งนั้น โดยทัศนคติต่อการประกอบพฤติกรรมจะขึ้นอยู่กับความเชื่อเกี่ยวกับผลของการประกอบพฤติกรรมด้วยเช่นกัน ซึ่งทัศนคติเป็นสาเหตุสำคัญของพฤติกรรมโดยที่พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้นส่วนใหญ่ถูกกำหนดโดยทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งนั้นเอง

อย่างไรก็ดีในงานวิจัยนี้พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในบางกลุ่มมีค่าความสัมพันธ์ในระดับต่ำมากจนไม่นับสำคัญ กลุ่มที่ชัดเจนคือ กลุ่มอายุ 21- 30 ปีและ31-40 ปี กลุ่มรายได้5,000 – 10,000 บาทและรายได้10,001-20,000 บาท ซึ่งอาจเป็นเพราะเนื่องจากกลุ่มบุคคลดังกล่าว ยังไม่เล็งเห็นถึงความสำคัญในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านมากมายนัก เพราะคิดว่ายังคงเป็นเรื่องที่ไกลตัวเกินไปที่จะให้ความใส่ใจและให้ความสำคัญ เนื่องจากกลุ่มบุคคลดังกล่าวยังคงอยู่ในช่วงวัยที่ร่างกายแข็งแรงไม่ยังไม่ปรากฏถึงโรคภัยไข้เจ็บที่รุนแรง จึงไม่ให้ความสำคัญในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ส่วนในเรื่องการเตรียมตัวทางด้านทรัพย์สินเงินทองที่กลุ่มบุคคลดังกล่าวยังคงไม่ได้ให้ความสำคัญมากนักเนื่องจาก กลุ่มบุคคลดังกล่าวนั้นมีสภาพคล่องทาง

ด้านการเงินน้อยมาก ซึ่งส่งผลให้ไม่สามารถมีเงินใช้จ่ายได้สะดวกสบายและไม่สามารถมีเงินเหลือในการออมเงินจนไม่สามารถวางแผนการใช้จ่ายเงินและเก็บออมทรัพย์สินได้นั่นเอง

3. เปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่แตกต่างกัน

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่ดีและไม่ดี เพื่อหาสาเหตุความแตกต่างของความเชื่ออันนำไปสู่ทัศนคติที่ต่างกั้ดงกล่าวตามทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลของ ฟิชบายน์ และไอเซน โดยในทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล(Fishbein; Ajzen.1975: 29) ได้อธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรม ทัศนคติ และความเชื่อว่า พฤติกรรมเป็นผลมาจากทัศนคติและทัศนคติเป็นผลมาจากความเชื่อ ดังนั้นการจะเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลนั้น อาจทำได้โดยการเปลี่ยนความเชื่อ ซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลในที่สุด

ในการเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่แตกต่างกัน ผู้วิจัยแบ่งทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน เป็น 2 ระดับ คือ ทัศนคติที่ดี และทัศนคติที่ไม่ดี เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านตามตัวแปรทางปัจจัยทางชีวสังคม โดยวิเคราะห์ผลในกลุ่มต่างๆ ที่จำแนกเฉพาะกลุ่มที่พบความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติกับพฤติกรรมเท่านั้น

ผลการศึกษาพบว่า

กลุ่มที่มีทัศนคติดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีในเรื่องการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน มีความเชื่อในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านนั้นแตกต่างกัน สอดคล้องตามสมมุติฐานที่ได้ตั้งไว้ โดยแต่ละกลุ่มย่อยต่างๆ มีจำนวนข้อความเชื่อที่ต่างกัน โดยมีข้อความเชื่อที่ต่างกั้ดงกันตั้งแต่ 1 ข้อความเชื่อขึ้นไป (ซึ่งรายละเอียดได้นำเสนอไว้ในภาคผนวก) สำหรับในที่นี้จะนำผลของภาพรวมมาอภิปราย คือ จะพิจารณาว่า ในการที่บุคคลมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านนั้น กลุ่มตัวอย่างที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มตัวอย่างที่มีทัศนคติที่ไม่ดีส่วนใหญ่จะมีความแตกต่างกันในข้อความเชื่อใดบ้าง ซึ่งผลสรุปจาก ตาราง 26-28 สามารถนำมาอภิปรายได้ดังนี้

1. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายต่างกั้ดงกันพบว่า กลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีจะมีจำนวนความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติไม่ดีทั้งหมด 5 ข้อความเชื่อว่าการเตรียมตัวก่อนการ

เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายนั้นเป็นเรื่องที่ สามารถทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพของตนเองได้ สามารถใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้ และสามารถที่จะได้รับความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการดูแลสุขภาพสภาพของตนเอง

2. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกัน กลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีจะมีจำนวนความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติไม่ดีทั้งหมด 8 ข้อความเชื่อว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจนั้นเป็นเรื่องที่ สามารถทำให้ตนเองปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่จะเกิดขึ้นได้ ทำให้สุขภาพจิตและอารมณ์ดีขึ้น ทำให้มีสมาธิขึ้น ทำให้สุขภาพร่างกายสดชื่นแจ่มใส เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพจิตของตนเอง เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เป็นการยอมรับและเข้าใจตนเองและทำให้เข้าใจผู้อื่นที่อยู่ร่วมกันในสังคมได้มากขึ้น

3. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อระหว่างกลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองต่างกัน กลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีจะมีจำนวนความเชื่อต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่ากลุ่มบุคคลที่มีทัศนคติไม่ดีทั้งหมด 4 ข้อความเชื่อว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองนั้นเป็นเรื่องที่ สามารถเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องของทรัพย์สินของตนเองในอนาคต ได้รับข้อมูลที่ดีในการใช้เป็นช่องทางในการจัดการบริหารด้านการเงิน ทำให้เกิดความสะดวกสบายเมื่อก้าวสู่วัยชรา อีกทั้งยังสามารถจัดสรรเรื่องทรัพย์สินมรดกให้กับลูกหลานของตนได้

ดังนั้นการที่เราจะปรับเปลี่ยนทัศนคติของกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครให้มีความทัศนคติที่ดีสำหรับเรื่องของการให้กลุ่มตัวอย่างนั้นมีพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านนั้น จึงต้องปรับเปลี่ยนความเชื่อดังกล่าวกับกลุ่มตัวอย่างตามแต่ละด้านที่ศึกษา เพื่อที่สามารถทำให้กลุ่มตัวอย่างนั้นเกิดความเชื่อในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านว่า เป็นเรื่องที่มีความสำคัญมากกับการดำรงชีวิตในช่วงวัยเกษียณอายุการทำงาน จนสามารถทำให้ความเชื่อนั้นๆสามารถปรับเปลี่ยนทัศนคติของกลุ่มบุคคลดังกล่าวให้เล็งเห็นถึงความสำคัญในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแต่ละด้านได้ และสามารถทำให้กลุ่มบุคคลดังกล่าวมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านเพิ่มขึ้นได้นั่นเอง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยพบว่า การที่บุคคลจะมีพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานมากหรือน้อยนั้นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับเรื่องของพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานคือทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ซึ่งในทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลได้อธิบายเกี่ยวกับ พฤติกรรม ทัศนคติและความเชื่อว่า พฤติกรรมเป็นผลมาจากความตั้งใจและความตั้งใจเป็นผลมาจากทัศนคติและทัศนคติเป็นผลมาจากความเชื่อ ดังนั้นการจะเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลนั้น อาจทำได้โดยการเปลี่ยนความเชื่อ ซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลในที่สุด การจะทำให้บุคคลตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานนั้นจะต้องทำให้บุคคลนั้นๆ มีความเชื่อและทัศนคติที่ถูกต้องในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานเสียก่อน และจากงานวิจัยยังพบว่ากลุ่มบุคคลที่ควรให้ความสำคัญที่สุดในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในทุกๆ ด้านก็คือกลุ่มเพศชาย กลุ่มสถานภาพโสด กลุ่มช่วงอายุระหว่าง 21- 40 ปี และกลุ่มที่มีรายได้ไม่เกิน 20,000 บาทต่อเดือน เพราะเป็นกลุ่มที่มีพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในแต่ละด้านต่ำกว่ากลุ่มอื่นในตัวแปรเดียวกัน

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษา ความเชื่อ ทัศนคติ และพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน เฉพาะด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองเท่านั้น ยังคงขาดการศึกษาวิจัยในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านที่อยู่อาศัย และด้านกิจกรรมงานอดิเรกและการมีส่วนร่วมในสังคม ดังนั้นการวิจัยครั้งต่อไปควรทำการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านดังกล่าว เพื่อสามารถได้รับข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานได้ครบถ้วนสมบูรณ์มากขึ้น

2.2 การวิจัยในเรื่องการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่ผ่านมาเป็นการศึกษาวิจัยเฉพาะกับกลุ่มบุคคลที่มีรายได้ประจำเท่านั้น ดังนั้นในการทำวิจัยครั้งต่อไปนั้นควรดำเนินการศึกษาวิจัยในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ ที่อาจจะไม่มีรายได้ประจำที่แน่นอน เช่น กลุ่มเกษตรกร กลุ่มชาวประมง เป็นต้น เพื่อจะได้รับทราบถึงข้อมูลหรือความต้องการต่างๆ ที่กลุ่มบุคคลดังกล่าวสนใจหรือเห็นว่าเป็นเรื่องที่สำคัญกับชีวิตหลังวัยเกษียณอายุการทำงาน เพื่อที่จะได้นำผลการวิจัยนั้นๆ ไปพัฒนาหรือช่วยเหลือกลุ่มบุคคลดังกล่าวได้อย่างรวดเร็วและตรงกับความต้องการให้ได้มากที่สุด รวมถึงขอบเขตพื้นที่ในการทำวิจัยในครั้งต่อไปควรดำเนินการศึกษาวิจัยในส่วน of เขตพื้นที่ที่ปริมาตร หรือพื้นที่ต่าง

จังหวัด เพื่อที่จะสามารถได้รับทราบข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานได้ครอบคลุมครบถ้วนสำหรับประชากรทั่วประเทศไทย

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2545). *การวางแผนชีวิตก่อนเกษียณ*. สืบค้นเมื่อ 11 มกราคม 2550, จาก www.thaimental.com
- กรุงเทพมหานคร. (2550). *ข้อมูลของจังหวัดกรุงเทพมหานคร*. สืบค้นเมื่อ 11 กุมภาพันธ์ 2550, จาก www.bma.go.th
- เกษม ตันติผลาชีวะ;และกุลยา ตันติผลาชีวะ. (2528). *การรักษาสุขภาพในวัยสูงอายุ*. กรุงเทพฯ: อรุณการพิมพ์.
- กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2524). *การพยาบาลผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญกิจ.
- กัลยา วานิชย์บัญชา. (2545). *การวิเคราะห์สถิติ:สถิติสำหรับการบริหารและวิจัย*. พิมพ์ครั้งที่ 6 . กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงมนุษย์. (2548). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทยพ.ศ.2547*. กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- จรรยา เสียงเสนาะ. (2527). *เพื่อความสุขในวัยสูงอายุ*. วารสารสุขศึกษา 7. (25): 34
- จิรวัดน์ วงศ์สวัสดิวัฒน์. (2538). *ทัศนคติ ความเชื่อ และพฤติกรรม: การวัด การพยากรณ์ และการเปลี่ยนแปลง*. พิมพ์ครั้งที่ 2 . กรุงเทพฯ : สามดีการพิมพ์.
- เชียรศรี วิวิธสิริ. (2527). *จิตวิทยาการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่*. กรุงเทพฯ:มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ. (2549). *การเขียนเค้าโครงการวิจัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ ไทเนรมิตกิจ อินเตอร์.
- ฉัตรตริยา นาคเกษม. (2538). *ความคิดเห็นของข้าราชการก่อนเกษียณ สังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ ส่วนกลางเกี่ยวกับการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับข้าราชการผู้สูงอายุก่อนและหลังเกษียณอายุ*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เฉก ธนะศิริ. (2536). *ทำอย่างไรจะปราศจากโรคและชลอความชรา*. พิมพ์ครั้งที่6. กรุงเทพฯ: แปลนพับ
- ดุจดาว เรืองเวทวิงษ์. (2540). *การศึกษา ทัศนคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และความตั้งใจที่จะประกอบพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ ของนิสิตชาย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ).*กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ดวงสมร เหว่ววิพัฒน์. (2542) *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของข้าราชการตำรวจหลังเกษียณอายุราชการในเขตกรุงเทพมหานคร*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิตา ชูโต. (2525). *รายงานการวิจัยเรื่องคนชราไทย*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยสังคมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิภาพร พรุ่งโรจน์. (2549). *การศึกษาทัศนคติและความเชื่อของครูที่มีต่อการสนับสนุนให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายกวดวิชา*. สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2531). *คู่มือเตรียมตัวเกษียณอายุการงาน*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: พีที เอเบสท์ ชัฟปราณี จาติเกตุ. (2535). *คู่มือวิชาชีพพยาบาล*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: อักษรไทย. ถ่ายเอกสาร.
- ประภัศร พรหมบุตร. (2550). *การศึกษาทัศนคติ ความเชื่อและการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีต่อการเรียนกวดวิชา*. สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. (2547). *ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พิมพ์พิมพ์ โพธิ์ปักขีย์. (2550). *ปัจจัยทางชีวสังคม ทัศนคติต่อการเกษียณอายุ ความเครียดจากภาระหนี้สินกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตร*. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พีรสิทธิ์ คำนวนศิลป์;และคนอื่นๆ. (2523). *ความทันสมัย ภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองและปัญหาบางประการของคนชรา: รายงานการวิจัย*. กรุงเทพฯ: สำนักวิจัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ทิพาพร ทองสว่าง. (2541). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของผู้ใหญ่วัยกลางคน*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ทิพย์ภา เชษฐ์ไชยาลิต. (2541). *จิตวิทยาพัฒนาการสำหรับการพยาบาล*. สงขลา : ชานเมืองการพิมพ์.
- ทักษอร ศรีภา. (2541). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการตำรวจภูธรภาค1*. ปรินูญานิพนธ์ ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาอุตสาหกรรม). กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

- ธาดา วิมลวัตรเมธี. (2543). การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงานของบุคลากรสังกัดมหาวิทยาลัยของรัฐ. งานวิจัยทุนงบประมาณแผ่นดินประจำปี 2542. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธีระพร อุวรรณโณ. (2535). เจตคติ:การศึกษาตามแนวทฤษฎี. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธีระพร อุวรรณโณ. (2539). จิตวิทยาสังคม. โครงการตำราและเอกสารทางวิชาการ. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บริบูรณ์ พรพิบูลย์. (2528). โลกยามชราและการเตรียมตัวเพื่อเป็นสุข. เชียงใหม่: โรงพิมพ์พระสิงห์การพิมพ์.
- บุษยมาส สิ้นธุประมา. (2539). สังคมวิทยาความสูงอายุ. เชียงใหม่: โรงพิมพ์สมพรการพิมพ์.
- เปรมจิต เอกธรรมชลาลัย. (2531). จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- พัชราภา มนูญภัทราชัย. (2544). การเตรียมการก่อนการเข้าสู่วัยสูงอายุ ประชากรในชุมชนขนาดใหญ่พื้นที่เขตบางซื่อ. วิทยานิพนธ์. กศ.ม.(จิตวิทยาอุตสาหกรรม) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- พันทิพา ไฉมไสว. (2549). การศึกษาทัศนคติต่อการมีเพศสัมพันธ์นอกสมรสของผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์. กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2545). ผู้สูงอายุในประเทศไทย รายงานการทบทวนองค์ความรู้และสถานการณ์ในปัจจุบัน ตลอดจนข้อเสนอแนะทางนโยบายและการวิจัย. สาขาวิชาเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ ภาควิชาอายุรศาสตร์ กรุงเทพฯ: คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มธุริน วรศักดิ์. (2550). ปัจจัยทางชีวสังคม ทัศนคติต่อการเกษียณอายุ และบุคลิกภาพกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทำงาน:ศึกษาเฉพาะกรณีพนักงานสายปฏิบัติการธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน)สำนักงานใหญ่. สารนิพนธ์. กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มาลี ใหญ่สูงเนิน. (2535). ความต้องการเกี่ยวกับการจัดโปรแกรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการต่างกลุ่มอายุ สังกัดกรมการศึกษานอกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ. วิทยานิพนธ์ คม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี. (2550). ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์. สืบค้นเมื่อ 1 มกราคม 2550, จาก <http://dit.dru.ac.th/home/023/psychology/chap5.html>.

- รสนิน วิทย์วงศ์กังวาล. (2550). *ปัจจัยทางชีวสังคม สุขภาพจิต และความเข้มแข็งในการมองโลกกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของข้าราชการก่อนเกษียณสังกัดกรมชลประทาน*. สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2538). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2538*. พิมพ์ครั้งที่ 5 กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.
- วิจิตร บุญยะโหดระ. (2537). *คู่มือเกษียณอายุ*. กรุงเทพฯ: สามัคคีสาร (ดอกหญ้า) จำกัด
- วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2550). การเปลี่ยนแปลงประชากร. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 มกราคม 2550, จาก http://www.cps.chula.ac.th/html_th/th_index.htm
- วันวิสาข์ ดันตระกุล. (2545). *การศึกษารูปแบบชีวิตของมารดาที่เป็นหัวหน้าครอบครัวเพียงคนเดียวในกรุงเทพมหานคร*. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศรศมน เชิดชูสีมา. (2550). *การศึกษาทัศนคติ ความเชื่อ และการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงของผู้ปกครองที่มีต่อการสนับสนุนให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายกวดวิชา*. สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศิริวรรณ ศิริบุญ; และมาลินี วงษ์สิทธิ์. (2544). *ประชาสังคมกับการเกื้อหนุนผู้สูงอายุ สถาบันประชากรศาสตร์*. ผลงานวิจัย. กรุงเทพฯ :จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริวรรณ สิ้นไชย. (2532). *ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา*. วิทยานิพนธ์ ค.ม.(พยาบาลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศศิดา นิรินธนาชาติ. (2540). *การศึกษาความต้องการการเตรียมตัวก่อนการเกษียณของข้าราชการก่อนเกษียณในหน่วยงานสังกัดกระทรวงศึกษาธิการในส่วนกลาง*. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศศิมา ทวีสิน. (2538). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการเตรียมตัวในการดำรงชีวิตเมื่อเกษียณอายุของข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (ประชากรศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2540). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย(เล่ม 2)วัยรุ่น-ผู้สูงอายุ*. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2534). *จิตวิทยาวัยกลางคน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ เลิฟแอนด์ ลีฟเพรส.

- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2548). *เว็บไซต์ด้านประชากร*. สืบค้นเมื่อ 1 มกราคม 2550, จาก http://www.ipsr.mahidol.ac.th/index_thai.htm
- สุชาติ โสมประยูร. (2528). *สุวิทยา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2548). *ประชากรสูงอายุไทย: การเกื้อหนุนทางเศรษฐกิจและสังคม จากผลการสำรวจปี พ.ศ. 2548*. รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ : สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2550). *สำรวจความคิดเห็นของประชาชนเกี่ยวกับความรู้และทัศนคติที่มีต่อผู้สูงอายุสำรวจ ปี พ.ศ. 2550*. รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร.
- สมฤดี ธีมกิตติคุณ. (2550). *การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของบุคลากรฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์*. สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. (2536). *การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม : แนวทางศึกษาวิเคราะห์และวางแผน*. ขอนแก่น : โรงพิมพ์คลังน่านวิทยา.
- สิระยา สัมมาวาจา. (2550). *ปฏิบัติการสร้างความจริงเรื่องสวชนอายุ*. ปรินูญานิพนธ์.กศ.ม.(จิตวิทยาแนะแนว) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุชา จันท์เอม. (2536). *จิตวิทยาทั่วไป*. พิมพ์ครั้งที่8. กรุงเทพฯ: บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- สุชา จันท์เอม. (2536). *จิตวิทยาพัฒนาการ*. พิมพ์ครั้งที่3. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชจำกัด.
- สุรกุล เจนอบรม. (2534). *วิทยาการผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการศึกษาออกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรกุล เจนอบรม. (2541). *วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุและการศึกษาออกระบบสำหรับผู้สูงอายุไทย*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษาออกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- องค์การสหประชาชาติ.(2550). *รายงานผู้สูงอายุโลก*.สืบค้นเมื่อ1มกราคม2550,จาก <http://www.mfa.go.th/un/index.php>
- อัมพร เฉลิมฉัตร. (2542). *การเตรียมตัวสำหรับชีวิตหลังเกษียณอายุราชการ : กรณีศึกษาจากข้าราชการครูบำนาญในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

อัมพา วรวัฒนชัย. (2532). *การศึกษาเปรียบเทียบการปรับตัวของข้าราชการบำนาญ สังกัดกรุงเทพมหานคร มหานครซึ่งอยู่ในและนอกชมรมผู้สูงอายุ*. ปริญญาโท กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .ถ่ายเอกสาร.

Allport, G.W. (1985). *Attitude:Handbook of Social Psychology* Worcester. Massachusetta:
Clark University Press.

Atchley, R.C; & J. Robinson. (1982). *Attitudes Toward Retirement and Distance from the Event* Research on Aging . London : Addison- Wesley.

Fishbein,Martin. (1967). *Attitude Theory and Measurement*. John Wiley & Son , Inc.

Fishbein, M; & Ajzen. (1975). *Belief ,Attitude, Intention and Behavior : An Introduction toTheory and Research*. London : Addison- Wesley.

Icek Ajzen. (1998). *Attitudes, Personality and Behavior*. Chicago : The Dorsey Press.

Haynes,Marion E. (1997). *From work to retirement*. California: Crisp Publications, INC.

Morud, Rollie Duane. (1990). *Perceptions of retired public school teachers regarding retirement:Implications For preretirement planning*. Retireved November 15, 2005,
from UMI Proquest Digital DissertationsFull Citation & Abstract.

ภาคผนวก

ภาค ผนวก ก
แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ

☐ ชาย

☐ หญิง

2. อายุ ปี

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

นิยาม : การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย หมายถึง การเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและความเสื่อมถอยทางด้านสุขภาพ การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย การดูแลสุขภาพร่างกายให้มีสุขภาพที่แข็งแรงและสามารถป้องกันการเกิดโรคต่างๆต่อร่างกาย

1.1 ท่านคิดว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทางด้านร่างกายนั้นมีผลดีและผลเสียอย่างไร (โปรดระบุให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้)

ผลดี

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ผลเสีย

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

1.2 ท่านคิดว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทางด้านร่างกาย เป็นสิ่งที่ โปรดระบุคำหรือวลี เช่น ดี ,เลว,มีประโยชน์,ไร้ประโยชน์,น่าสนใจ,น่าเบื่อ,น่ากลัว,ไม่จำเป็น,สำคัญ,ไม่สำคัญ,ห่างไกล,ใกล้ตัว,ควรกระทำ,ไม่ควรกระทำ,ทำให้ปลอดภัย ฯลฯ (ซึ่งท่านสามารถใช้คำซ้ำกับตัวอย่างได้ ถ้าท่านคิดว่าตรงกับความรู้สึกของท่าน)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

นิยาม : การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ หมายถึง การเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของตนเองเมื่อถึงกำหนดเวลาเกษียณอายุการทำงาน รวมทั้งการปรับตัวทางด้านจิตใจต่อผลกระทบของการเกษียณอายุการทำงาน ความเสื่อมถอย ความหดหู่ทางจิตใจ การสูญเสียสิ่งต่างๆ และการปรับตัวให้ตนเองมีสุขภาพจิตที่ดี

2.1 ท่านคิดว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทางด้านจิตใจ นั้นมีผลดีและผลเสียอย่างไร (โปรดระบุให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้)

ผลดี

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ผลเสีย

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

2.2 ท่านคิดว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทางด้านจิตใจนั้น เป็นสิ่งที่

.....

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

นิยาม : การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง หมายถึง การเตรียมตนเองให้มีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในรายรับรายจ่ายที่จะเกิดขึ้นหลังการเกษียณอายุการทำงาน รวมถึงการวางแผนการใช้จ่ายเงินและเตรียมสะสมทรัพย์สินเงินทอง การประเมินรายรับ-รายจ่ายภายหลังชีวิตหลังการเกษียณอายุการทำงาน และภาระหนี้สินต่างๆการเตรียมสำรองเงินเพื่อไว้ใช้จ่ายยามเจ็บป่วยหรือฉุกเฉิน การเตรียมอาชีพสำรองเงินเพื่อไว้ใช้จ่ายยามเจ็บป่วยหรือฉุกเฉิน

3.1 ท่านคิดว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ทางด้านทรัพย์สินเงินทองนั้นมีผลดี และผลเสียอย่างไร (โปรดระบุให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้)

ผลดี

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ผลเสีย

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

3.2 ท่านคิดว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ทางด้านทรัพย์สินเงินทอง ภายหลังเมื่อท่านเกษียณอายุการทำงานนั้น เป็นสิ่งที่.....

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

แบบสอบถาม

เรื่อง “พฤติกรรมและความคิดเห็นเกี่ยวกับ การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน”

คำชี้แจง: เกี่ยวกับแบบสอบถาม

แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านต่างๆ รวมถึงเพื่อต้องการทราบความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องของการเตรียมตัวก่อน

การเกษียณอายุการทำงาน โดยแบ่งแบบสอบถามเป็นหัวข้อดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐาน

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมและความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐาน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ

☐ ชาย

☐ หญิง

2. สถานภาพ

☐ โสด

☐ แต่งงาน/มีคู่/อยู่ด้วยกัน

☐ แยกกันอยู่/หย่าร้าง/หม้าย

3. อายุ ปี

4. ระดับการศึกษา

☐ ต่ำกว่าปริญญาตรี

☐ ปริญญาตรี

☐ สูงกว่าปริญญาตรี

5. รายได้ต่อเดือน

☐ 5,000 – 10,000 บาท

☐ 10,001 – 20,000 บาท

☐ 20,001 – 30,000 บาท

☐ 30,001 – 40,000 บาท

☐ มากกว่า 40,001 บาทขึ้นไป

6. จำนวนบุตรที่ต้องรับผิดชอบ

☐ ไม่มี

☐ คน (โปรดระบุจำนวน)

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมและความคิดเห็นเกี่ยวกับ การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

คำชี้แจง : แบบสอบถามในส่วนที่ 2 มีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านต่างๆ รวมถึงเพื่อต้องการทราบความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องของการการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานโดยแบ่งแบบสอบถามเป็นหัวข้อดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความเชื่อและทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

นิยาม : การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน หมายถึง การเตรียมตัวในด้านต่างๆสำหรับวัยเกษียณอายุทำงาน ซึ่งในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้ครอบคลุมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณในด้านทัศนคติในการเตรียมตัวก่อนวัยเกษียณอายุการทำงานซึ่งครอบคลุมการเตรียมตัวทั้ง 3 ด้าน ได้แก่การเตรียมตัวด้านร่างกาย การเตรียมตัวด้านจิตใจ และการเตรียมตัวด้านทรัพย์สินเงินทอง

การเตรียมตัวด้านร่างกาย หมายถึง การเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและความเสื่อมถอยทางด้านสุขภาพกาย การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย ดูแลสุขภาพร่างกายให้มีสุขภาพที่แข็งแรงและสามารถป้องกันการเกิดโรคต่างๆต่อร่างกายในอนาคต

การเตรียมตัวด้านจิตใจ หมายถึง การเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของตนเองเมื่อถึงกำหนดเวลาเกษียณอายุการทำงาน รวมทั้งการปรับตัวทางด้านจิตใจต่อผลกระทบของการเกษียณอายุการทำงาน ความเสื่อมถอย ความหดหู่ทางจิตใจ การสูญเสียสิ่งต่างๆและการปรับตัวให้ตนเองมีสุขภาพจิตที่ดี

การเตรียมตัวด้านทรัพย์สินเงินทอง หมายถึง การเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในรายรับรายจ่ายที่จะเกิดขึ้นหลังการเกษียณอายุการทำงาน รวมถึงการเตรียมความพร้อมในการวางแผนการใช้จ่ายเงินและเตรียมสะสมทรัพย์สินเงินทอง การประเมินรายรับ - รายจ่ายภายหลังชีวิตหลังการเกษียณอายุการทำงาน และภาระหนี้สินต่างๆการเตรียมสำรองเงินเพื่อไว้ใช้จ่ายยามเจ็บป่วยหรือฉุกเฉิน การเตรียมอาชีพสำรองเงินเพื่อไว้ใช้จ่ายยามเจ็บป่วยหรือฉุกเฉิน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

คำชี้แจง : แบบสอบถามใน ตอนที่ 1 มีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในด้านต่างๆ ขอให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ที่ตรงกับการกระทำของท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ

จริงที่สุด หมายถึง ตรงกับการกระทำของท่านมากที่สุด
 จริง หมายถึง ตรงกับการกระทำของท่านค่อนข้างมาก
 จริงบ้างไม่จริงบ้าง หมายถึง บางครั้งตรงกับการกระทำของท่าน และบางครั้งไม่ตรงกับการกระทำของท่าน
 จริงน้อย หมายถึง ตรงกับการกระทำของท่านค่อนข้างน้อย
 ไม่จริงเลย หมายถึง ไม่ตรงกับการกระทำของท่านเลย

การเตรียมตัวด้านร่างกาย	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้างไม่จริงบ้าง	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
1. ข้าพเจ้าศึกษาเกี่ยวกับอาหารที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ					
2. ข้าพเจ้าสนใจศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง					
3. ข้าพเจ้าพยายามอย่างจริงจังเพื่อควบคุมน้ำหนัก					
4. ข้าพเจ้าควบคุมการรับประทานอาหารประเภทไขมัน					
5. ข้าพเจ้าเลือกรับประทานอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ให้น้อยลงและ รับประทานผักผลไม้ให้มากขึ้น					
6. ข้าพเจ้าออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและจะทำอย่างต่อเนื่อง					
7. ข้าพเจ้าออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย เช่น วิ่งช้าๆ					
8. ข้าพเจ้าให้ความสำคัญในการตรวจสุขภาพประจำปี และทำต่อเนื่อง					
9. ข้าพเจ้าปรับนิสัยการรับประทานอาหารเพื่อป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพ					

<u>การเตรียมตัวด้านจิตใจ</u>	จริงที่ สุด	จริง	จริงบ้าง ไม่จริง บ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
1. ข้าพเจ้าฝึกการควบคุมอารมณ์เพื่อทำจิตใจให้สงบ					
2. ข้าพเจ้าพยายามศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่จะเกิดขึ้นในวัยสูงอายุ					
3. ข้าพเจ้าเตรียมลดบทบาทในสังคมบางอย่าง เมื่อถึงช่วงเวลาใกล้การเกษียณอายุการทำงาน					
4. ข้าพเจ้าพยายามฝึกตนเองเป็นคนใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์					
5. ข้าพเจ้าเตรียมใจยอมรับความเสื่อมถอยของร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ					
6. ข้าพเจ้าฝึกการลดความเครียด ความวิตกกังวลด้วยวิธีต่างๆ เช่น การอ่านหนังสือ ฟังเพลง นั่งสมาธิ					
7. ข้าพเจ้าศึกษาธรรมะหรือคำสอนทางศาสนาเพื่อฝึกจิตใจให้เตรียมรับการเปลี่ยนแปลงหลังเกษียณอายุ					

<u>การเตรียมตัวด้านทรัพย์สินเงินทอง</u>	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง ไม่จริงบ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
1. ข้าพเจ้าศึกษาวิธีการจัดสรรเงินเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุได้อย่างไม่เดือดร้อน					
2. ข้าพเจ้าแบ่งสรรเงินเดือนบางส่วนไว้ใช้ในชีวิหลังเกษียณอายุ					
3. ข้าพเจ้าวางแผนที่จะทำงานหารายได้เพิ่มภายหลังเกษียณอายุ					
4. ข้าพเจ้าสะสมเงินจำนวนหนึ่งไว้ในในยามเจ็บป่วย					
5. ข้าพเจ้าเตรียมแบ่งทรัพย์สิน(ถ้ามี)ให้กับบุตรหลานหรือบุคคลที่ตั้งใจไว้ภายหลังเกษียณอายุการทำงาน					
6. ข้าพเจ้าวางแผนเกี่ยวกับรายรับ – รายจ่ายไว้ล่วงหน้าประจำ					
7. ข้าพเจ้าเตรียมเงินไว้ซ่อมแซมบ้านในกรณีบ้านชำรุดหรือจัดซื้อสิ่งอำนวยความสะดวกไว้ใช้หลังเกษียณอายุ					
8. ข้าพเจ้าไม่ได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการจัดการทรัพย์สิน					

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

ข้อความต่อไปนี้เป็นผล ซึ่งอาจจะเกิดขึ้นอันเนื่องมาจากการที่ท่านเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ขอให้ท่านพิจารณาข้อความดังกล่าวว่ามีความเป็นไปได้หรือเป็นไปได้มากน้อยเพียงใด โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึของท่านตามความเป็นจริง

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย

1. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงภายหลังการเกษียณอายุการทำงาน

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง 2 น้อย ปานกลาง มาก

2. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านสามารถเตรียมความพร้อมให้กับตนเองในการรักษาสุขภาพร่างกายได้เป็นอย่างดี

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง 2 น้อย ปานกลาง มาก

3. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านสามารถที่จะใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยการใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง 2 น้อย ปานกลาง มาก

4. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านเกิดความเครียด กัดดัน และเกิดความวิตกกังวลจากการที่จะเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง 2 น้อย ปานกลาง มาก

5. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านสามารถป้องกันตนเองจากโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นได้

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

6. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านรู้สึกเปลี่ยนแปลงในเรื่องของค่าใช้จ่ายเพื่อการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

7. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านได้รับความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพและการออกกำลังกายด้วยตนเอง

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

8. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่จะเกิดขึ้นได้

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

9. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านเกิดความรู้สึกเบื่อหน่ายในเรื่องที่จะต้องเตรียมตนเองต่อการเกษียณอายุการทำงาน

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

10. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ท่านรู้สึกว่าเป็นการสูญเสียเวลาเพื่อใช้สำหรับการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานโดยไม่จำเป็น

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ

1. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านจิตใจ** ทำให้ท่านสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ของตนเองได้
 เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
2. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านจิตใจ** ทำให้ท่านมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้นและมีอารมณ์ที่แจ่มใส
 เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
3. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านจิตใจ** ทำให้ท่านเกิดความเครียด และเกิดความกดดันในการเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน
 เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
4. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านจิตใจ** ทำให้ท่านสามารถที่จะเตรียมความพร้อมในเรื่องของการเตรียมจิตใจและการบริหารจิตใจให้กับตนเอง
 เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
5. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านจิตใจ** ทำให้ท่านสามารถฝึกสมาธิ และทำสมาธิของตนเองให้ดีขึ้นได้
 เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
6. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านจิตใจ** ทำให้ท่านรู้สึกว่าเป็นเรื่องที่สำคัญเสียเวลาในการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น
 เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
7. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านจิตใจ** ทำให้ท่านสามารถที่จะใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ โดยการหากิจกรรมทำเพื่อการพัฒนาจิตใจ
 เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

8. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ ทำให้ท่านเกิดความวิตกกังวล และรู้สึกหดหู่ใจ เมื่อต้องคิดเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงาน

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

9. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ มีผลที่สามารถทำให้ท่านมีร่างกายที่แข็งแรง และมีร่างกายที่สดชื่นแจ่มใส

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

10. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ ทำให้ท่านเข้าใจและยอมรับสภาพจิตใจของตนเองในปัจจุบันได้ดี

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

11. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ ทำให้ท่านสูญเสียเงินทองมากและเปลืองค่าใช้จ่ายในการเตรียมตัว

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

12. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ ทำให้ท่านมีความเข้าใจตนเองและสามารถเข้าใจบุคคลอื่นที่ใช้ชีวิตร่วมกับท่านได้เพิ่มขึ้น

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

13. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ ทำให้ท่านเกิดความรู้สึกเบื่อหน่ายที่จะต้องเตรียมตัวในเรื่องการเกษียณอายุการทำงาน

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง
--

1. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านทรัพย์สินเงินทอง** ทำให้ท่านเกิด
ความเครียดและเกิดความกดดันจากการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

2. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านทรัพย์สินเงินทอง** ทำให้ท่านได้รับความรู้เพิ่ม
ขึ้นในเรื่องของการออมเงิน

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

3. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านทรัพย์สินเงินทอง** ทำให้ท่านสามารถมี
ทรัพย์สินเงินทองเก็บไว้ใช้ได้ตลอดชีวิต

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

4. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านทรัพย์สินเงินทอง** ทำให้ท่านสามารถเตรียม
ความพร้อมและวางแผนการจัดการทรัพย์สินเงินทองของตนเองได้เป็นอย่างดี

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

5. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านทรัพย์สินเงินทอง** ทำให้ท่านสามารถรับ
ทราบถึงช่องทางในการบริหารทรัพย์สินเงินทองที่จะทำให้พอกพูนเพิ่มมากขึ้น

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

6. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน**ด้านทรัพย์สินเงินทอง** ทำให้ท่านสบายและไม่เดือด
ร้อนเมื่อท่านอยู่ในวัยเกษียณอายุหรือวัยชรา

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

7. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง ทำให้ท่านเกิดความรู้สึกกังวลหรือรู้สึกหดหู่ใจเมื่อคิดที่จะต้องเตรียมตัวในเรื่องการเกษียณอายุการทำงาน

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

8. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง ทำให้ท่านเกิดความรู้สึกไม่ดีและไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

9. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง ทำให้ท่านเกิดความรู้สึกว่าเป็นการสูญเสียเวลาโดยไม่จำเป็น

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

10. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง ทำให้ท่านยอมรับ และเข้าใจเกี่ยวกับสภาพด้านการเงินและทรัพย์สินเงินทองของตนเอง

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

11. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง ทำให้ท่านสามารถจัดสรรมรดกทรัพย์สินของตนเองให้กับลูกหลานได้เป็นอย่างดี

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

12. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง ทำให้ท่านมีความรู้สึกว่าเป็นเรื่องที่ไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต

เป็นไปได้ _____ เป็นไปไม่ได้ _____
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

ข้าพเจ้าคิดว่า การเตรียมตัวเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง เป็นสิ่งที่

1. ดี _____ เลว
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
2. จำเป็น _____ ไม่จำเป็น
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
3. ควรทำ _____ ไม่ควรกระทำ
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
4. มีประโยชน์ _____ เป็นโทษ
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
5. ถูกต้อง _____ ผิด
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก
6. น่าสนใจ _____ ไม่น่าสนใจ
 มาก ปานกลาง น้อย ไม่ใช่ทั้ง2 น้อย ปานกลาง มาก

ภาคผนวก ข

ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมและทัศนคติการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานและ
ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ ความเชื่อระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดี และไม่ดี
ในกลุ่มตัวอย่างต่างๆ ที่จำแนกตามปัจจัยชีวสังคม
(เฉพาะกลุ่มที่มีความสัมพันธ์บางประการระหว่างทัศนคติกับพฤติกรรม)

ตาราง 29 ระดับพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของกลุ่มคนวัยทำงานวัยผู้ใหญ่ใน
เขตกรุงเทพมหานครแต่ละด้าน

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงาน	N	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ด้านร่างกาย	400	3.2125	1.025	ปานกลาง
ด้านจิตใจ	400	3.2500	1.034	ปานกลาง
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	400	3.2675	1.192	ปานกลาง

จากตาราง 29 พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มีพฤติกรรมเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานทั้งโดยรวมและแต่ละด้านอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 30 ระดับทัศนคติการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของกลุ่มคนวัยทำงานวัยผู้ใหญ่ใน
เขตกรุงเทพมหานครแต่ละด้าน

ทัศนคติการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงาน	N	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ด้านร่างกาย	400	2.4625	.84823	มีทัศนคติที่ดี
ด้านจิตใจ	400	2.4250	.90909	มีทัศนคติที่ดี
ด้านทรัพย์สินเงินทอง	400	2.4075	.90747	มีทัศนคติที่ดี

จากตาราง 30 พบว่า บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานในแต่ละด้านในทิศทางบวกหรือมีทัศนคติที่ดี

ตาราง 31 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างเพศชาย

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 89		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 66		t	P-Value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	1.94	1.112	1.53	1.18	2.231*	0.027
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ	1.97	1.283	1.61	1.135	1.814	0.072
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	1.94	0.934	1.56	1.191	2.166*	0.032
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตก กังวล	0.09	1.838	-0.30	1.881	1.303	0.196
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้น กับตนเองได้	1.87	1.12	1.26	1.658	2.574*	0.011
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	0.48	1.829	-0.32	1.79	2.722*	0.007
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพ ร่างกาย	2.01	1.092	1.68	1.242	1.717	0.088
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิด ขึ้นได้	1.72	1.297	1.56	1.111	0.799	0.426
9 เบื่อหน่ายที่จะต้องเตรียม	-0.03	1.818	-0.41	1.718	1.301	0.195
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.28	1.828	-0.65	1.669	1.295	0.197

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 31 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศชายที่มีทัศนคติ
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับ
ผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายจำนวน 4 ข้อที่แตกต่างกันและมี
คะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 6 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศชายที่มีทัศนค

ติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศชายที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายนั้นเป็นการทำให้ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้และเป็นเรื่องที่เป็นการสิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย

ตาราง 32 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างเพศหญิง

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 130		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 115		t	P-Value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.02	1.004	1.62	1.295	2.663*	0.008
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ	2.16	0.922	1.61	1.247	3.903*	0.000
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	2.09	1.052	1.53	1.223	3.829*	0.000
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตกกังวล	-0.31	1.968	-0.15	1.803	-0.660	0.510
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้น กับตนเองได้	1.75	1.330	1.22	1.616	2.816*	0.005
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	0-.05	1.804	-0.21	1.709	0.721	0.471
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษา สุขภาพร่างกาย	2.07	1.169	1.56	1.452	3.018*	0.003
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกาย ที่เกิดขึ้นได้	1.90	1.317	1.57	1.345	1.915	0.057
9 เบื่อหน่ายที่จะต้องเตรียม	-0.32	1.831	-0.30	1.733	-0.082	0.935
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.55	1.843	-0.55	1.666	-0.027	0.979

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 32 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศหญิงที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายจำนวน 5 ข้อที่แตกต่างกัน และมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 5 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศหญิงที่มีทัศนคติ

ติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศหญิงที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายนั้น เป็นการทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพตนเอง เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้และได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพร่างกาย

ตาราง 33 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างอายุ 41-50 ปี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 77		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 72		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.14	0.733	1.43	1.208	4.254*	0.000
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ ตนเอง	2.19	0.918	1.44	1.342	3.958*	0.000
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็น ประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	2.16	0.859	1.28	1.178	5.223*	0.000
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตกกังวล	0.05	2.077	0.03	1.627	0.079	0.937
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะ เกิดขึ้นกับตนเองได้	1.95	1.012	1.01	1.458	4.514*	0.000
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	0.19	1.821	0.28	1.585	-0.296	0.768
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการ รักษาสุขภาพร่างกาย	2.09	1.078	1.47	1.162	3.370*	0.001
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่ เกิดขึ้นได้	1.88	1.267	1.44	1.161	2.199*	0.029
9 เปื่อหน่ายที่จะต้องเตรียม	-0.06	1.78	0.07	1.568	-0.488	0.627
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.38	1.77	-0.35	1.629	-0.105	0.916

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 33 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในช่วงอายุระหว่าง
41-50ปีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ย
ความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกันจำนวน 6 ข้อ และมี

คะแนนเฉลี่ยความเชื่ออีกจำนวน 4 ข้อไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานนั้นเป็นสิ่งที่ทำให้ร่างกายของตนเองนั้นมีสุขภาพร่างกายที่ดี สามารถได้รับข้อมูลในการรักษาสุขภาพของตนเอง เป็นการตระเตรียมความพร้อมให้กับร่างกาย สามารถใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เป็นสิ่งที่สามารถป้องกันการเกิดโรคมะเร็งไข้เจ็บและสามารถปรับตัวต่อการเกิดการเปลี่ยนแปลงสำหรับร่างกายตนเองในอนาคตได้เป็นอย่างดี

ตาราง 34 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างอายุ 51-60 ปี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 42		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 41		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.24	0.617	1.54	1.343	3.045*	0.004
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ	2.38	0.623	1.76	1.179	3.009*	0.004
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็น ประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	2.40	0.665	1.54	1.247	3.944*	0.000
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตกกังวล	-0.90	1.910	-0.44	1.776	-1.150	0.254
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะ เกิดขึ้นกับตนเองได้	1.60	1.809	1.27	1.450	0.907	0.367
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	-0.19	1.877	-0.32	1.916	0.304	0.762
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการ รักษาสุขภาพร่างกาย	2.29	0.742	1.39	1.641	3.190*	0.002
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่ เกิดขึ้นได้	2.02	1.220	1.37	1.577	2.2129*	0.036
9 เป้าหมายที่จะต้องเตรียม	-0.52	2.051	-0.56	2.001	0.084	0.934
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.83	2.047	-0.78	1.969	-0.120	0.905

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 34 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในช่วงอายุระหว่าง 51-60 ปีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานแตกต่างกัน จำนวน 5 ข้อ ส่วนคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออีกจำนวน 5 ข้อ ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมี

ความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดี ว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานนั้นเป็นสิ่งที่ทำให้ร่างกายของตนเองนั้นมีสุขภาพร่างกายที่ดี สามารถได้รับข้อมูลในการรักษาสุขภาพของตนเอง เป็นการตระเตรียมความพร้อมให้กับร่างกาย สามารถใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์และสามารถปรับตัวต่อการเกิดการเปลี่ยนแปลงสำหรับร่างกายตนเองในอนาคตได้เป็นอย่างดี

ตาราง 35 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพโสด

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 106		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 86		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.10	0.985	1.45	1.360	3.713*	0.000
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ	2.15	0.993	1.45	1.252	4.202*	0.000
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	1.99	0.951	1.44	1.334	3.210*	0.002
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตก กังวล	-0.06	1.966	-0.10	1.756	0.177	0.860
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้น กับตนเองได้	1.83	1.117	1.15	1.772	3.090*	0.002
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	0.17	1.765	-0.33	1.641	1.996*	0.047
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของ การรักษาสุขภาพร่างกาย	2.02	1.187	1.57	1.377	2.389*	0.018
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกาย ที่เกิดขึ้นได้	1.90	1.249	1.52	1.234	2.068*	0.040
9 เป้าหมายที่จะต้องเตรียม	-0.24	1.732	-0.31	1.744	0.310	0.757
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.34	1.734	-0.47	1.650	0.510	0.611

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 35 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีสถานภาพโสดที่มี
ทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยว
กับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน จำนวน 7 ข้อที่แตกต่างกัน มีเพียงจำนวน 2
ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคล

ทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน เป็นการทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้ ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพร่างกาย และสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิดขึ้นได้

ตาราง 36 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างสถานภาพสมรส

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 98		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 85		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.01	0.969	1.54	1.201	2.879*	0.005
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในการรักษา สุขภาพ	2.11	1.024	1.59	1.266	3.048*	0.003
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	2.06	1.034	1.59	1.061	3.049*	0.003
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตก กังวล	-0.18	1.965	-0.27	1.841	0.307	0.759
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้น กับตนเองได้	1.81	1.367	1.26	1.473	2.605*	0.010
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	0.16	1.820	-0.09	1.974	0.917	0.360
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุข ภาพร่างกาย	2.09	1.111	1.61	1.440	2.337*	0.021
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิด ขึ้นได้	1.86	1.355	1.53	1.324	1.650	0.101
9 เปื่อหน่ายที่จะต้องเตรียม	-0.14	1.883	-0.33	1.795	0.683	0.496
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.61	1.854	-0.66	1.790	0.172	0.863

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 36 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีสถานภาพสมรสที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายจำนวน 5 ข้อที่แตกต่างกัน

และมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 5 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย เป็นการทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมในการรักษาสุขภาพ เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้และได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพร่างกาย

ตาราง 37 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างที่มีการศึกษต่ำกว่าปริญญาตรี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 42		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 41		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.24	0.617	1.54	1.343	3.045*	0.004
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ	2.38	0.623	1.76	1.179	3.009*	0.004
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	2.4	0.665	1.54	1.247	3.944*	0.000
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตกกังวล	-0.9	1.91	-0.44	1.776	-1.15	0.254
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้น กับตนเองได้	1.6	1.809	1.27	1.45	0.907	0.367
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	-0.19	1.877	-0.32	1.916	0.304	0.762
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพร่างกาย	2.29	0.742	1.39	1.641	3.190*	0.002
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิดขึ้นได้	2.02	1.22	1.37	1.577	2.212*	0.036
9 เปื่อหน่ายที่จะต้องเตรียม	-0.52	2.051	-0.56	2.001	0.084	0.934
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.83	2.047	-0.78	1.969	-0.12	0.905

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 37 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายจำนวน 5 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 5 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคล

ทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมให้กับสุขภาพตนเองได้ดี เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพร่างกายและสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิดขึ้นได้

ตาราง 38 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 131		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 119		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.05	0.939	1.53	1.288	3.645*	0.000
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของสุขภาพของตนเอง	2.18	0.864	1.55	1.300	4.403*	0.000
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	2.07	0.913	1.49	1.301	4.051*	0.000
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตกกังวล	-0.11	1.871	-0.18	1.886	0.296	0.768
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้	1.81	1.235	1.14	1.664	3.567*	0.000
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	0.35	1.709	-0.23	1.801	2.603*	0.010
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพร่างกาย	2.15	0.993	1.57	1.357	3.783*	0.000
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิดขึ้นได้	1.95	1.163	1.48	1.301	3.034*	0.003
9 เปื่อหน่ายที่จะต้องเตรียม	0.05	1.777	-0.23	1.680	1.278	0.202
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.22	1.833	-0.46	1.641	1.096	0.274

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 38 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายจำนวน 7 ข้อ

ที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 3 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของสุขภาพของตนเอง เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้ ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพร่างกายและสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิดขึ้นได้

ตาราง 39 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาสูงกว่า
ปริญญาตรี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 44		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 43		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.23	1.118	1.84	1.252	1.534	0.129
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ	2.32	1.029	1.70	1.245	2.537*	0.013
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	2.11	1.146	1.70	1.145	1.694	0.094
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตกกังวล	-0.75	2.036	-0.44	1.777	-0.751	0.454
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้น กับตนเองได้	2.00	1.239	1.58	1.531	1.403	0.164
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	-0.50	1.982	-0.12	1.749	-0.957	0.341
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษา สุขภาพร่างกาย	2.09	1.291	1.56	1.436	1.821	0.072
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิดขึ้นได้	1.89	1.401	1.65	1.361	0.794	0.429
9 เปื่อหน่ายที่จะต้องเตรียม	-1.02	1.691	-0.72	1.652	-0.842	0.402
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.86	1.825	-0.86	1.641	-0.009	0.993

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 39 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินร่างกายแตกต่างกัน
นั้นมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินร่าง

กายจำนวน 1 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 9 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายเป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องการรักษาสุขภาพของตนเอง

ตาราง 40 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ 20,001-30,000 บาท

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 53		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 53		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.23	0.912	1.62	1.259	2.827*	0.006
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ	2.32	0.915	1.70	1.265	2.904*	0.005
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	2.15	1.008	1.64	0.922	2.716*	0.008
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตก กังวล	0.00	1.922	0.00	1.581	0.000	1.000
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้น กับตนเองได้	1.79	1.459	1.40	1.548	1.356	0.178
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	0.02	1.886	0.13	1.840	-0.313	0.755
7 ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพ ร่างกาย	2.26	1.059	1.74	1.332	2.260*	0.026
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกาย ที่เกิดขึ้นได้	1.91	1.390	1.70	1.249	0.808	0.421
9 เปื่อหน่ายที่จะต้องเตรียม	-0.19	1.871	-0.13	1.699	-0.163	0.871
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.51	1.836	-0.19	1.733	-0.925	0.357

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 40 พบว่า กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีรายได้ตั้งแต่ 20,001 – 30,000 บาทที่มี
ทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อ
เกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายจำนวน 4 ข้อที่แตกต่างกัน
และมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 6 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่

ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย เป็นการทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์และได้รับความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพร่างกาย

ตาราง 41 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ 30,001-40,000 บาท

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 30		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 28		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ทำให้ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.10	0.548	1.43	1.399	2.375*	0.023
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องการ รักษาสุขภาพให้กับตนเอง	2.37	0.490	1.46	1.290	3.474*	0.001
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	2.27	0.691	1.18	1.517	3.555*	0.001
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตกกังวล	-0.67	2.218	-0.75	1.691	0.162	0.872
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้น กับตนเองได้	1.70	1.535	0.93	1.562	1.897	0.063
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	0.13	2.097	-0.36	1.726	0.969	0.337
7 ได้รับความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษา สุขภาพร่างกาย	2.17	1.053	1.25	1.266	3.006*	0.004
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิด ขึ้นได้	2.07	1.015	1.00	1.440	3.278*	0.002
9 เปื่อหน่ายที่จะต้องเตรียม	-0.77	1.888	-0.82	1.701	0.116	0.908
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-0.57	2.012	-0.86	1.693	0.593	0.556

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 41 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีรายได้ตั้งแต่
30,001 – 40,000 บาท ที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตก
ต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่าง

กายมีจำนวน 5 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 5 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายนั้นทำให้ร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องการรักษาสุขภาพให้กับตนเอง เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ได้ความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพร่างกาย และสามารถทำให้ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิดขึ้นได้

ตาราง 42 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายในกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ 40,001 บาทขึ้นไป

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 23		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 23		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ร่างกายแข็งแรง สุขภาพดี	2.39	0.988	1.70	1.329	2.014	0.050
2 เป็นการเตรียมความพร้อมในสุขภาพ	2.39	0.941	1.78	1.126	1.989	0.053
3 เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย	2.39	0.941	1.61	1.340	2.293*	0.027
4 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน วิตกกังวล	-0.91	2.043	-1.04	1.846	0.227	0.821
5 สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้น กับตนเองได้	2.30	0.876	1.43	1.441	2.474*	0.017
6 สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	-0.74	1.839	-0.26	1.544	-0.955	0.345
7 เป็นการได้รับความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของ การรักษาสุขภาพร่างกาย	2.26	0.964	1.39	1.588	2.245*	0.031
8 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิด ขึ้นได้	2.04	1.224	1.22	1.536	2.017	0.050
9 เปื่อหน่ายที่จะต้องเตรียม	-0.87	1.766	-0.26	1.544	-1.245	0.220
10 เสียเวลาการเตรียมตัวโดยไม่จำเป็น	-1.09	1.929	-0.48	1.377	-1.232	0.225

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 42 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีรายได้ตั้งแต่ 40,001 บาทขึ้นไปที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย โดยมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 3 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 7 ข้อที่ไม่แตกต่าง

กัน กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย เป็นการได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สามารถป้องกันโรคภัยไข้เจ็บที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้ และเป็นการได้รับความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่องของการรักษาสุขภาพร่างกาย

ตาราง 43 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างเพศชาย

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 69		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 86		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ ได้ดี	2.03	1.111	1.58	1.26	2.348*	0.020
2 สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	1.99	1.157	1.67	1.163	1.659*	0.099
3 เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียม ตัว	-0.36	1.732	-0.06	1.697	-1.099	0.273
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของ การบริหารจิตใจให้กับตนเอง	1.87	1.271	1.5	1.215	1.844	0.067
5 ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น	1.74	1.313	1.33	1.269	1.985*	0.049
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.38	1.887	-0.26	1.73	-0.416	0.678
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	1.91	1.257	1.43	1.451	2.183*	0.031
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.19	1.942	-0.19	1.605	-0.008	0.994
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	2.07	1.1019	1.62	1.303	2.381*	0.018
10 ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตน เองได้ดี	2.16	0.964	1.76	1.095	2.404*	0.017
11 เปลี่ยนค่าใช้จ่าย	-0.19	1.92	-0.22	1.704	0.110	0.912
12 เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มม ากขึ้น	2.00	1.306	1.59	1.131	2.078*	0.039
13 เป้าหมายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.29	1.775	-0.8	1.757	-0.731	0.466

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 43 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศชายที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจจำนวน 7 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 6 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศชายที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศชายที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจนั้น เป็นการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส สุขภาพจิตดีขึ้นสุขภาพร่างกายดีขึ้น ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ดีและสามารถเข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น

ตาราง 44 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างเพศหญิง

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 128		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 117		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี	2.02	1.223	1.50	1.236	3.307*	0.001
2 สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.16	1.071	1.60	1.246	3.821*	0.000
3 เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียมตัว	-0.55	1.960	-0.26	1.667	-1.253	0.211
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการ บริหารจัดการใจให้กับตนเอง	1.98	1.174	1.30	1.499	3.914*	0.000
5 ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิขึ้น	1.98	1.187	1.19	1.520	4.497*	0.000
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.59	1.942	-0.26	1.651	-1.469	0.143
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	2.02	1.242	1.36	1.429	3.822*	0.000
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.48	1.895	-0.38	1.770	-0.428	0.669
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	1.95	1.176	1.57	1.289	2.406*	0.017
10 ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเอง ได้ดี	2.20	1.053	1.67	1.211	3.709*	0.000
11 เปลี่ยนค่าใช้จ่าย	-0.60	1.871	-0.54	1.632	-0.282	0.778
12 เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น	1.87	1.245	1.44	1.423	2.465*	0.014
13 เป้าหมายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.49	1.857	-0.32	1.638	-0.788	0.432

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 44 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศหญิงที่มีทัศนคติ
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผล
ของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจจำนวน 8 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนน
เฉลี่ยความเชื่อจำนวน 5 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศหญิงที่มีทัศนคติที่ดีมี

ความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศหญิงที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจว่าเป็นปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นอารมณ์ดีขึ้น เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการบริหารจัดการจิตใจให้กับตนเอง เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ดีและยังสามารถเข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น

ตาราง 45 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพโสด

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 99		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 93		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี	1.85	1.265	1.68	1.044	1.018	0.310
2 สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	1.91	1.254	1.73	1.124	1.033	0.303
3 เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียมตัว	-0.30	1.860	-0.29	1.678	-0.050	0.960
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการ บริหารจิตใจให้กับตนเอง	1.76	1.363	1.47	1.324	1.465	0.144
5 ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิขึ้น	1.69	1.375	1.49	1.332	0.983	0.327
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.56	1.836	-0.10	1.662	-1.811	0.072
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	1.85	1.296	1.53	1.348	1.685	0.094
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.24	1.773	-0.20	1.646	-0.154	0.878
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	1.87	1.218	1.67	1.305	1.110	0.269
10 ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ ดี	1.90	1.305	1.84	1.035	0.353	0.724
11 เปลืองค่าใช้จ่าย	-0.42	1.879	-0.25	1.672	-0.687	0.493
12 เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น	1.74	1.345	1.58	1.305	0.819	0.414
13 เป้าหมายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.43	1.739	-0.01	1.691	-1.710	0.089

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 45 ที่ระดับนัยสำคัญ.05 พบว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีสถานภาพโสดที่มี
ทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจแตกต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อ
เกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจทุกข้อไม่แตกต่างกัน

ตาราง 46 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรส

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 108		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 75		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี	2.04	1.175	1.44	1.435	2.975*	0.003
2 สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.06	1.113	1.68	1.221	2.210*	0.028
3 เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียมตัว	-0.36	1.806	-0.29	1.799	-0.250	0.803
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการ บริหารจิตใจให้กับตนเอง	1.88	1.228	1.41	1.415	2.372*	0.019
5 ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น	1.80	1.259	1.11	1.485	3.285*	0.001
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.36	1.941	-0.49	1.735	0.473	0.637
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	1.87	1.298	1.21	1.605	2.940*	0.004
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.34	1.958	-0.45	1.811	0.388	0.699
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	1.96	1.151	1.56	1.255	2.244*	0.026
10 ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ ดี	2.18	1.066	1.75	1.067	2.678*	0.008
11 เปลืองค่าใช้จ่าย	-0.39	1.859	-0.68	1.686	1.082	0.281
12 เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น	1.94	1.320	1.47	1.245	2.416*	0.017
13 เป้าหมายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.24	1.823	-0.59	1.741	1.286	0.200

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 46 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีสถานภาพสมรสที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจต่างก็มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจจำนวน 8 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 5 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมี

ความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ ทำให้สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการบริหารจัดการจิตใจให้กับตนเอง เป็นการฝึกสมาธิ และทำให้มีสมาธิดีขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส ทำให้สามารถยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ดี ทำให้เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น

ตาราง 47 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพหย่าร้าง แยกกันอยู่
เป็นหม้าย

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 73		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 76		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี	2.00	1.225	1.33	1.155	1.397	0.176
2 สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.46	0.660	1.17	1.267	3.165*	0.006
3 เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียมตัว	-0.62	2.022	-0.33	1.775	-0.369	0.715
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการ บริหารจิตใจให้กับตนเอง	2.15	1.068	1.25	1.288	1.916	0.068
5 ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น	2.46	0.519	0.92	1.443	3.505*	0.004
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.62	1.895	-0.50	1.784	-0.156	0.877
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	2.69	0.480	1.58	0.996	3.499*	0.003
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.46	2.066	-1.17	1.586	0.951	0.351
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	2.15	0.801	1.58	1.379	1.252	0.227
10 ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเอง ได้ดี	2.46	0.660	1.67	0.888	2.554*	0.018
11 เปลืองค่าใช้จ่าย	-0.46	2.025	-0.67	1.435	0.290	0.775
12 เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น	2.23	0.439	1.33	1.371	2.168*	0.049
13 เบื่อหน่ายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.31	1.974	-0.75	1.658	0.604	0.552

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 47 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีสถานภาพหย่าร้าง แยกกันอยู่ เป็นหม้ายที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านต่างก็มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ จำนวน 5 ข้อที่

แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 8 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ เป็นการทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นอารมณ์ดีขึ้น เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เป็นการยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ดี เป็นการเข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น

ตาราง 48 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างที่มีการศึกษาดำรงปริญญาตรี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 73		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 76		t	P - Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี	2.1	1.056	1.33	1.31	3.941*	0.000
2 สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.14	1.045	1.54	1.194	3.246*	0.001
3 เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียมตัว	-0.25	1.762	0.17	1.603	-1.514	0.132
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการ บริหารจิตใจให้กับตนเอง	1.96	1.172	1.16	1.396	3.800*	0.000
5 ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น	1.97	1.118	1.00	1.395	4.705*	0.000
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.14	1.91	-0.63	1.696	1.673	0.096
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	2.04	1.184	1.03	1.566	4.473*	0.000
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.11	1.89	-0.21	1.715	0.342	0.733
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	2.04	0.978	1.33	1.491	3.460*	0.001
10 ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเอง ได้ดี	2.21	0.816	1.53	1.28	3.877*	0.000
11 เปลืองค่าใช้จ่ายในการเตรียมตัว	-0.36	1.859	-0.55	1.437	0.720	0.473
12 เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น	1.96	1.23	1.55	1.136	2.096*	0.038
13 เป้าหมายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.07	1.782	-0.32	1.585	0.896	0.372

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 48 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีระดับการศึกษาดำรงปริญญาตรีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจจำนวน 8 ข้อที่

แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 5 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ สามารถทำให้ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี สุขภาพจิตดีขึ้นอารมณ์ดีขึ้น เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการบริหารจัดการจิตใจให้กับตนเอง เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ดี สามารถเข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น

ตาราง 49 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 114		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 136		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี	1.96	1.215	1.54	1.276	2.645*	0.009
2สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.09	1.094	1.54	1.240	3.681*	0.000
3เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียมตัว	-0.23	1.877	-0.08	1.624	-0.656	0.512
4เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการ บริหารจิตใจให้กับตนเอง	1.99	1.043	1.32	1.428	4.309*	0.000
5ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น	1.89	1.229	1.18	1.472	4.162*	0.000
6เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.20	1.938	-0.28	1.654	0.337	0.078
7เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	1.96	1.265	1.40	1.457	3.247*	0.002
8กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.04	1.843	-0.24	1.611	0.916	0.200
9มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	1.96	1.611	1.51	1.355	2.824*	0.005
10ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเอง ได้ดี	2.13	1.060	1.64	1.197	3.408*	0.001
11เปลืองค่าใช้จ่าย	-0.23	1.886	-0.46	1.572	1.058	0.291
12เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น	1.88	1.206	1.57	1.280	1.918	0.056
13เป้าหมายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.20	1.776	-0.17	1.585	-0.152	0.879

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 49 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีระดับการศึกษา
ปริญญาตรีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจแตกต่างกันมีคะแนน
เฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจจำนวน 7 ข้อ

ที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 6 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นอารมณ์ดีขึ้น เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการบริหารจัดการจิตใจให้กับตนเอง เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใสและยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ดี

ตาราง 50 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญา
ตรี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 39		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 48		t	P-Value
	X	S.D.	X	S.D.		
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี	2.38	0.935	1.56	1.428	3.227*	0.002
2 สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.59	0.637	1.77	1.387	3.643*	0.001
3 เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียมตัว	-1.21	1.765	-0.81	1.607	-1.085	0.281
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการ บริหารจิตใจให้กับตนเอง	2.26	1.272	1.54	1.320	2.553*	0.012
5 ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิขึ้น	2.28	0.916	1.29	1.529	3.737*	0.000
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-1.31	1.575	-0.96	1.637	0.952	0.317
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	2.26	1.093	1.33	1.534	3.269*	0.002
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-1.31	1.688	-1.04	1.675	-0.734	0.465
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	2.31	1.055	1.73	1.364	2.172*	0.033
10 ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเอง ได้ดี	2.44	0.912	1.73	1.317	2.842*	0.005
11 เปลืองค่าใช้จ่าย	-0.97	1.814	-0.92	1.699	-0.153	0.879
12 เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น	2.31	1.151	1.63	1.566	2.269*	0.026
13 เบื่อหน่ายที่จะต้องเตรียมตัว	-1.10	1.789	-0.98	1.695	-0.329	0.743

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 50 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินใจแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจจำนวน

8 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 5 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ เป็นการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นอารมณ์ดีขึ้น เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการบริหารจัดการจิตใจให้กับตนเอง เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ดี เป็นการเข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น

ตาราง 51 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างในช่วงอายุระหว่าง 41-50 ปี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 73		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 76		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทาง อารมณ์ได้ดี	2.10	1.056	1.33	1.310	3.941*	0.000
2 สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.14	1.045	1.54	1.194	3.246*	0.001
3 เครียดและเกิดความกดดันในการ เตรียมตัว	-0.25	1.762	0.17	1.603	-1.514	0.132
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่อง ของการบริหารจัดการใจให้กับตนเอง	1.96	1.172	1.16	1.396	3.800*	0.000
5 ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น	1.97	1.118	1.00	1.395	4.705*	0.000
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.14	1.910	-0.63	1.696	1.673	0.096
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	2.04	1.184	1.03	1.566	4.473*	0.000
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.11	1.890	-0.21	1.715	0.342	0.733
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	2.04	0.978	1.33	1.491	3.460*	0.001
10 ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของ ตนเองได้ดี	2.21	0.816	1.53	1.280	3.877*	0.000
11 เปลืองค่าใช้จ่าย	-0.36	1.859	-0.55	1.437	0.720	0.473
12 เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่ม มากขึ้น	1.96	1.230	1.55	1.136	2.096*	0.038
13 เปื่อหน้าที่จะต้องเตรียมตัว	-0.07	1.782	-0.32	1.585	0.896	0.372

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 51 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในช่วงอายุระหว่าง 41-50 ปีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานที่แตกต่างกัน จำนวน 8 ข้อ ส่วนคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออีก 5 ข้อนั้น ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดี ว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในเรื่องของจิตใจนั้น เป็นการเตรียมความพร้อมให้ตนเองสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ได้ดี เป็นเรื่องของการเตรียมความพร้อมให้กับตนเอง รวมถึงเป็นการสามารถฝึกสมาธิของตนเองให้มั่นคงยิ่งขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพิ่มขึ้น และยังทำให้ตนเองสามารถยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้เป็นอย่างดี รวมถึงสามารถเข้าใจบุคคลอื่นๆที่อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างเข้าใจ จึงทำให้สุขภาพจิตของตนเองดีขึ้น ส่งผลให้ตนเองมีสุขภาพจิตที่สดชื่น สมบูรณ์แจ่มใส

ตาราง 52 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างในช่วงอายุระหว่าง 51-60 ปี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 45		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 38		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทาง อารมณ์ได้ดี	2.27	0.939	1.29	1.431	3.729*	0.000
2 สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.47	0.894	1.42	1.407	3.955*	0.000
3 เครียดและเกิดความกดดันในการ เตรียมตัว	-0.93	2.016	-0.61	1.980	-0.745	0.459
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่อง ของการบริหารจัดการใจให้กับตนเอง	2.02	1.406	1.34	1.512	2.121*	0.037
5 ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น	2.13	1.179	1.00	1.577	3.741*	0.000
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.96	2.056	0.08	1.923	-2.353	0.210
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	2.20	1.036	1.82	1.087	2.588*	0.012
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.71	2.139	-0.16	1.794	-1.263	0.210
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	2.20	1.057	1.82	1.087	1.628	0.107
10 ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตน เองได้ดี	2.32	1.048	1.89	1.060	1.986*	0.050
11 เปลืองค่าใช้จ่าย	-0.67	2.132	-0.18	1.943	-1.069	0.288
12 เข้าใจตนเองและคนอื่นเพิ่มมากขึ้น	2.02	1.215	1.45	1.370	2.026*	0.046
13 เปื่อหน่ายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.87	1.961	-0.37	1.880	-1.175	0.243

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 52 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในช่วงอายุระหว่าง
51-60 ปีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ย

ความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานจำนวน 7 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่ออีก 6 ข้อไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในเรื่องของจิตเจ้านั้นเป็นการเตรียมความพร้อมให้ตนเองสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ได้ดี เป็นเรื่องของการเตรียมความพร้อมให้กับตนเอง รวมถึงเป็นการสามารถฝึกสมาธิของตนเองให้มั่นคงยิ่งขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพิ่มขึ้น และยังทำให้ตนเองสามารถยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้เป็นอย่างดี รวมถึงสามารถเข้าใจบุคคลอื่นๆที่อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างเข้าใจ จึงทำให้สุขภาพจิตของตนเองดีขึ้น

ตาราง 53 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่าง 20,001-30,000 บาท

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 59		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 47		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ ได้ดี	1.98	1.196	1.64	1.131	1.510	0.134
2 สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.00	1.114	1.79	0.954	1.040	0.301
3 เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียม ตัว	-0.63	1.670	-0.02	1.622	-1.879	0.063
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของ การบริหารจิตใจให้กับตนเอง	1.97	1.159	1.40	1.409	2.204*	0.030
5 ฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น	1.59	1.510	1.21	1.301	1.369	0.174
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.37	1.790	-0.26	1.894	-0.327	0.744
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	1.80	1.436	1.51	1.412	1.026	0.306
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.41	1.652	-0.11	1.507	-0.967	0.336
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	1.93	1.187	1.60	1.513	1.249	0.215
10 ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเอง ได้ดี	2.05	1.166	1.85	1.000	0.933	0.353
11 เปลืองค่าใช้จ่าย	-0.58	1.754	-0.43	1.557	-0.462	0.645
12 เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น	1.86	1.181	1.68	1.125	0.812	0.419
13 เบื่อหน่ายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.53	1.580	-0.19	1.650	-1.060	0.292

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 53 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีรายได้ตั้งแต่ 20,001 – 30,000 บาทที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจแตกต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 1 ข้อที่แตกต่างกันและมีจำนวนข้อความเชื่อจำนวน 12 ข้อไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจนั้น เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการบริหารจัดการจิตใจให้กับตนเอง

ตาราง 54 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ 30,001-40,000 บาท

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 27		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 31		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี	2.59	0.501	1.06	1.389	5.714*	0.000
2ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.59	0.888	1.06	1.504	4.780*	0.000
3เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียมตัว	-0.70	2.198	-0.65	1.723	-0.112	0.912
4เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการ บริหารจิตใจให้กับตนเอง	2.15	1.167	1.23	1.334	2.782*	0.007
5เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น	2.41	0.694	0.90	1.535	4.910*	0.000
6เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.78	2.242	-0.32	1.796	-0.845	0.402
7เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	2.19	0.879	0.90	1.620	3.810*	0.000
8กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.81	2.167	-0.61	1.687	-0.392	0.697
9เป็นการทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	2.26	0.903	1.10	1.513	3.604*	0.001
10ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเอง ได้ดี	2.41	0.888	1.52	1.029	3.541*	0.001
11เป็นการสิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย	-0.56	2.242	-1.03	1.494	0.938	0.353
12เป็นการทำให้เข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่น เพิ่มมากขึ้น	2.07	1.174	0.97	1.516	2.072*	0.003
13เป้าหมายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.30	2.233	-0.61	1.647	0.607	0.547

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 53 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีรายได้ตั้งแต่ 30,001 – 40,000 บาท บาทที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ

มีจำนวน 8 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 5 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวิจัยผู้ใหญ่วัยที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวิจัยผู้ใหญ่วัยที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจนั้น สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการบริหารจัดการจิตใจให้กับตนเอง เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการบริหารจัดการใจให้กับตนเอง เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เป็นการทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส ยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ดี เป็นการเข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น

ตาราง 55 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการ
เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจในกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ 40,001 บาทขึ้นไป

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 23		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 23		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทาง อารมณ์ได้ดี	2.26	1.096	1.26	1.630	2.442*	0.019
2 ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น	2.61	0.583	1.30	1.363	4.220*	0.000
3 เครียดและเกิดความกดดันในการเตรียม ตัว	-1.09	1.952	0.04	1.692	-2.099*	0.042
4 เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของ การบริหารจิตใจให้กับตนเอง	2.22	1.313	1.00	1.508	2.921*	0.006
5 เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิขึ้น	2.26	1.096	0.96	1.296	3.685*	0.001
6 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.96	1.846	-0.83	1.749	-0.246	0.807
7 เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	2.26	1.322	1.09	1.505	2.811*	0.007
8 กังวล วิตกกังวล และรู้สึกหดหู่	-0.96	1.988	-0.35	1.873	-1.069	0.291
9 มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส	2.17	1.302	1.35	1.265	2.182*	0.034
10สามารถยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจ ของตนเองได้ดี	2.35	1.112	1.48	1.410	2.322*	0.025
11เปลืองค่าใช้จ่าย	-0.52	2.172	-0.39	1.725	-0.226	0.823
12สามารถเข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่น เพิ่มมากขึ้น	2.22	1.413	1.17	1.497	2.431*	0.019
13เป้าหมายที่จะต้องเตรียมตัว	-0.91	1.905	-0.65	1.434	-0.525	0.602

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 55 พบว่า กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีรายได้ตั้งแต่ 40,001 บาทขึ้นไปที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ โดยมีจำนวน 9 ข้อที่แตกต่างกัน และมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 4 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านจิตใจ สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ดี ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น อารมณ์ดีขึ้น ทำให้เกิดความเครียดและเกิดความกดดันในการเตรียมตัว เป็นการเตรียมความพร้อมในเรื่องของการบริหารจิตใจให้กับตนเอง เป็นการฝึกสมาธิและทำให้มีสมาธิดีขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีผลทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส สามารถยอมรับและเข้าใจสภาพจิตใจของตนเองได้ดี สามารถเข้าใจตนเองและเข้าใจคนอื่นเพิ่มมากขึ้น

ตาราง 56 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดี
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มตัวอย่างเพศชาย

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 82		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 73		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	0.60	1.784	0.60	1.824	-0.018	0.986
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	1.62	1.697	1.64	1.378	-0.087	0.930
3 สามารถป้องกันการมีหนี้สิน	1.57	1.474	1.66	1.387	-0.366	0.715
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	1.84	1.242	1.63	1.328	1.023	0.308
5 ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอพูน	1.77	1.189	1.62	1.287	0.763	0.446
6 สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.11	1.111	1.52	1.415	2.858*	0.005
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	0.09	1.708	0.05	1.771	0.109	0.913
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	0.16	1.767	-0.27	1.710	1.544	0.125
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.05	1.845	-0.53	1.667	1.710	0.089
10 เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตน	1.99	1.191	1.81	0.995	1.011	0.313
11 จัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้	1.62	1.428	1.30	1.320	1.445	0.150
12 รู้สึกไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต	-0.37	1.876	-0.30	2.025	-0.206	0.837

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 56 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 คะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานตามทัศนคติที่มีต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงาน ด้านทรัพย์สินเงินทองของกลุ่มตัวอย่างเพศชายมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเพียง 1 ข้อที่แตกต่างกัน แต่ข้อความเชื่อส่วนใหญ่ไม่แตกต่างกันโดยเพศชายที่มีทัศนคติที่ดี มีความเชื่อเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองนั้นเป็นการทำให้เกิดความสะดวสบาย และไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา

ตาราง 57 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดี
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มตัวอย่างเพศหญิง

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 109		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 136		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	-0.14	2.025	0.49	1.764	-2.562*	0.011
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	1.93	1.399	1.82	1.212	0.661	0.509
3 สามารถป้องกันการมีหนี้สิน	1.85	1.311	1.35	1.369	2.896*	0.004
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	2.12	1.060	1.63	1.322	3.248*	0.001
5 ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอกพูน	1.86	1.205	1.47	1.294	2.428*	0.016
6 สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.11	0.985	1.54	1.355	3.832*	0.000
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	-0.46	2.035	0.00	1.751	-1.865	0.064
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	-0.80	1.909	-0.25	1.725	-2.357*	0.019
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.74	1.965	-0.48	1.660	-1.124	0.262
10 เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตน	2.04	1.170	1.61	1.318	2.680*	0.008
11 จัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้	2.01	1.101	1.32	1.403	4.285*	0.000
12 รู้สึกไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต	-0.39	2.173	-0.10	1.843	-1.116	0.266

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 57 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศหญิงที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองจำนวน 8 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 4 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศหญิงที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่เพศหญิงที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการ

เตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองนั้น ไม่ได้เป็นการทำให้เกิดความเครียด และเกิดความกดดัน สามารถป้องกันการมีหนี้สิน เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้ ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอพูน ทำให้ตนเองนั้นมีความสบาย ไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา ทำให้เกิดความอยากเตรียมการล่วงหน้า สามารถเข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตนได้และเป็นการจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้

ตาราง 58 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดี
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพ
โสด

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 19		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 173		t	P-Value
	X	S.D.	X	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	-0.53	2.294	0.57	1.756	-2.023*	0.046
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	2.32	0.749	1.69	1.457	3.071*	0.004
3 สามารถป้องกันการมีหนี้สิน	2.11	1.100	1.59	1.307	1.901	0.069
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	2.26	0.806	1.72	1.251	1.860	0.064
5 ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอพูน	2.26	0.806	1.56	1.231	2.428*	0.016
6 สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.05	1.177	1.77	1.178	0.997	0.320
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	-0.68	2.029	0.09	1.709	-1.845	0.067
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	-0.74	2.156	-0.16	1.713	-1.135	0.269
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.68	2.358	-0.42	1.678	-0.472	0.642
10 เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตน	2.32	0.820	1.82	1.165	1.802	0.073
11 จัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้	2.32	0.749	1.40	1.342	4.558*	0.000
12 รู้สึกไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต	-0.37	2.454	-0.22	1.804	-0.257	0.800

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 58 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีสถานภาพโสดที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองจำนวน 4 ข้อที่แตกต่างกัน และมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 8 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่

ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน ไม่ได้เป็นการให้เกิดความเครียดและความกดดันแต่อย่างใด สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอพูนและสามารถจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้

ตาราง 59 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดี
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพ
หย่าร้าง แยกกันอยู่ เป็นหม้าย

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 14		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 11		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	-0.86	2.033	0.73	1.555	-2.137	0.458
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	2.50	0.519	1.91	.701	2.425*	0.024
3 สามารถป้องกันการมีหนี้สิน	2.21	0.975	0.82	1.401	2.938*	0.007
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	2.36	0.842	1.09	1.514	2.659*	0.014
5 ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอกพูน	2.21	0.579	1.36	1.690	1.598	0.136
6 สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.21	0.699	0.73	2.005	2.351*	0.037
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	-0.86	1.875	-1.09	1.375	0.346	0.732
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	-0.86	1.791	-1.00	1.483	0.213	0.833
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.36	1.946	-1.64	1.206	1.907	0.069
10 เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตน	2.14	1.099	1.55	1.440	1.178	0.251
11 จัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้	1.86	1.231	1.09	1.700	1.308	0.204
12 รู้สึกไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต	0.29	1.978	-.91	1.640	1.613	0.120

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 59 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีสถานภาพหย่าร้าง แยกกันอยู่ เป็นหม้ายที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองจำนวน 4 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 8 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน

โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองนั้น สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต สามารถป้องกันการมีหนี้สิน เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้รวมถึงสามารถทำให้สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา

ตาราง 60 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดี
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มตัวอย่างในช่วงอายุ
ระหว่าง 51-60 ปี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 46		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 37		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	-0.02	2.186	0.32	1.987	-0.746	0.458
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	1.78	1.800	1.59	1.322	0.407	0.597
3 สามารถป้องกันการมีหนี้สิน	1.78	1.519	1.35	1.379	1.339	0.184
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	2.30	0.785	1.41	1.499	3.301*	0.002
5 ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอкуп	1.87	1.166	1.24	1.623	1.973	0.053
6 สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.11	1.178	1.54	1.445	1.974	0.052
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	-0.83	2.069	-0.32	1.886	-1.142	0.257
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	-0.83	1.936	-0.54	2.036	-0.653	0.516
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.76	1.876	-0.46	2.076	-0.694	0.490
10 เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตน	2.22	1.031	2.05	1.053	0.711	0.479
11 จัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้	2.20	1.025	1.38	1.516	2.805*	0.007
12 ไม่เห็นความจำเป็นในการเตรียมตัว	-0.39	2.175	0.19	2.222	-1.197	0.235

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 60 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในช่วงอายุระหว่าง 51-60 ปีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองต่างกัน มี

คะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานจำนวน 2 จำนวนที่แตกต่างกัน และมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเพียงจำนวน 10 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานในเรื่องของทรัพย์สินเงินทองนั้นเป็นเรื่องที่สามารถจะทำให้ตนเองนั้นมีการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้ ที่จะจัดสรรในการใช้จ่ายส่วนตัวหรือเพื่อที่จะสามารถจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้อย่างถูกต้อง

ตาราง 61 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ

เกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มตัวอย่างระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 46		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 37		t	P - Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	-0.02	2.186	0.32	1.987	-0.746	0.458
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	1.78	1.8	1.59	1.322	0.407	0.597
3 สามารถป้องกันการมีหนี้สิน	1.78	1.519	1.35	1.379	1.339	0.184
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	2.30	0.785	1.41	1.499	3.301*	0.002
5 ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอพูน	1.87	1.166	1.24	1.623	1.973	0.053
6 สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.11	1.178	1.54	1.445	1.974	0.052
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	-0.83	2.069	-0.32	1.886	-1.142	0.257
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	-0.83	1.936	-0.54	2.036	-0.653	0.516
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.76	1.876	-0.46	2.076	-0.694	0.490
10 เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตน	2.22	1.031	2.05	1.053	0.711	0.479
11 จัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้	2.20	1.025	1.38	1.516	2.805*	0.007
12 ไม่เห็นความจำเป็นในการเตรียมตัว	-0.39	2.175	0.19	2.222	-1.197	0.235

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 61 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองจำนวน 2 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 10 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่ม

บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้ดีและสามารถจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้

ตาราง 62 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ

เกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดี
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการ
ศึกษาปริญญาตรี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 125		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 125		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	0.50	1.803	0.46	1.821	0.209*	0.048
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	1.78	1.469	1.82	1.108	-0.292	0.771
3 สามารถป้องกันการมีหนี้สิน	1.62	1.452	1.44	1.376	1.028	0.305
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	1.89	1.252	1.70	1.206	1.235	0.218
5 ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอพูน	1.73	1.370	1.56	1.132	1.057	0.292
6 เป็นการทำให้ผู้เตรียมตัวสบายและไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.02	1.171	1.42	1.315	3.810*	0.000
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	0.14	1.891	0.13	1.656	0.071	0.943
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	0.03	1.827	-0.23	1.637	1.203	0.230
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.11	1.944	-0.57	1.562	2.044*	0.042
10 เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตน	1.93	1.219	1.56	1.285	2.322*	0.021
11 จัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้	1.74	1.379	1.27	1.291	2.793*	0.006
12 ไม่เห็นความจำเป็นในการเตรียมตัว	-0.14	1.977	-0.19	1.857	0.231	0.818

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 62 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงิน

ทองจำนวน 5 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 7 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง ทำให้เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน เป็นการทำให้ผู้เตรียมตัวสบายและไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา ไม่ได้เป็นเรื่องที่ทำให้เสียเวลาโดยไม่จำเป็น สามารถเข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตนและทำให้จัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้

ตาราง 63 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ

เกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดี
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการ
ศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 42		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 45		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	-0.57	2.143	-0.27	1.839	-0.710	0.480
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	2.14	1.491	1.64	1.583	1.509	0.135
3 สามารถป้องกันการมีหนี้สิน	2.14	1.241	1.36	1.626	2.549*	0.013
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	2.31	0.780	1.42	1.617	3.294*	0.002
5 ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอกพูน	2.10	0.878	1.47	1.517	2.385*	0.020
6 สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.43	0.859	1.76	1.510	2.576*	0.012
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	-1.12	1.928	-0.67	0.859	-1.114	0.268
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	-1.38	1.766	-0.87	1.714	-1.378	0.172
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-1.55	1.728	-0.87	1.590	-1.915	0.590
10 เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตน	2.24	0.850	1.93	1.232	1.246	0.216
11 จัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้	2.24	0.850	1.56	1.470	2.672*	0.009
12 รู้สึกไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต	-1.17	2.059	-0.82	1.800	-0.832	0.408

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 63 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีระดับการศึกษากว่าปริญญาตรีที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองจำนวน 7 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 5 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่ม

บุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองนั้นสามารถป้องกันการมีหนี้สินเป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้ ทำให้สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชราและเป็นการจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้

ตาราง 64 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานตามทัศนคติที่มีต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สิน
เงินทองของกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ 20,001-30,000 บาท

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 51		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 55		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	0.00	1.929	0.36	1.899	-0.978	0.331
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	2.12	1.351	1.67	1.292	1.733	0.086
3 สามารถป้องกันการมีหนี้สิน	1.88	1.160	1.36	1.445	2.045*	0.043
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	2.14	0.980	1.44	1.561	2.790*	0.006
5 ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอพูน	1.98	1.010	1.49	1.345	2.128*	0.036
6 ทำให้เกิดความสบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.22	0.901	1.42	1.512	0.327*	0.001
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	-0.08	1.896	0.00	1.764	-0.221	0.826
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	-0.18	1.740	-0.05	1.768	-0.357	0.722
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.20	1.876	-0.18	1.645	-0.042	0.967
10 เป็นการเข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตน	2.29	0.782	1.64	1.568	2.763*	0.007
11 สามารถจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้	2.06	1.223	1.22	1.629	3.017*	0.003
12 รู้สึกไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต	-0.33	1.966	-0.20	1.840	-0.361	0.719

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 64 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีรายได้ตั้งแต่ 20,001 – 30,000 บาทที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานต่ำ

นทรัพย์สินเงินทองมีจำนวน 6 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 6 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองนั้นสามารถป้องกันกรณีหนี้สิน เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้ ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอพูน ทำให้เกิดความสุขสบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา เป็นการเข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตนเองและสามารถจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้

ตาราง 65 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดี
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้
30,001-40,000 บาท

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 29		ทัศนคติที่ไม่ดี N =29		t	P-Value
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	0.14	2.117	0.31	1.984	-0.320	0.750
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	1.66	1.653	1.55	1.429	0.255	0.800
3 สามารถป้องกันการมีหนี้สิน	1.52	1.595	0.97	1.500	1.357	0.180
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	2.34	0.670	1.10	1.398	4.314*	0.000
5 ทำให้ได้รับความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอกพูน	1.86	1.274	1.07	1.624	2.069*	0.043
6 ทำให้สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.21	0.819	1.38	1.590	2.492*	0.017
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	-0.86	2.100	-0.17	1.891	-1.314	0.194
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	-0.90	2.059	-0.41	1.803	-0.950	0.346
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-0.93	1.791	-0.97	1.842	0.072	0.943
10 เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตน	1.83	1.037	1.45	1.429	1.157	0.252
11 เป็นการสามารถจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้	1.76	1.057	0.86	1.552	2.571*	0.013
12 รู้สึกไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต	-0.86	2.248	-0.66	1.758	-0.390	0.698

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 65 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีรายได้ตั้งแต่ 30,001 – 40,000 บาท บาทที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงาน

ด้านทรัพย์สินเงินทองมีจำนวน 4 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 8 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองนั้น เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้ ทำให้ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พออกพูน ทำให้สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยและยังสามารถจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้

ตาราง 66 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการ
เกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองระหว่างกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและกลุ่มที่มีทัศนคติที่ไม่ดี
ต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองในกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้
40,001 บาทขึ้นไป

ข้อความเชื่อ	ทัศนคติที่ดี N = 23		ทัศนคติที่ไม่ดี N = 23		t	P-Value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1 เกิดความเครียดและเกิดความกดดัน	-0.39	2.148	0.13	1.714	-0.911	0.367
2 สามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต	1.70	1.636	1.48	1.563	0.461	0.647
3 สามารถป้องกันกรณีหนี้สิน	1.96	1.551	0.96	2.078	1.850	0.072
4 เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้	2.26	0.689	1.39	1.852	2.110*	0.044
5 ทำให้ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอพูน	2.13	0.968	1.13	1.660	2.496*	0.017
6 สบายไม่เดือดร้อนเมื่ออยู่ในวัยชรา	2.30	0.974	1.48	1.729	1.997	0.054
7 กังวล วิตกกังวล รู้สึกหดหู่	-1.13	1.890	-0.48	1.951	-1.151	0.256
8 ไม่อยากเตรียมการล่วงหน้า	-1.39	1.672	-1.35	1.434	-0.095	0.925
9 เสียเวลาโดยไม่จำเป็น	-1.26	1.912	-1.30	1.636	0.083	0.934
10 สามารถเข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตนเองได้	2.48	0.790	1.70	1.363	2.382*	0.023
11 เป็นการเตรียมการในเรื่องจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้ดี	2.26	1.010	1.09	1.649	2.911*	0.006
12 รู้สึกไม่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต	-0.78	2.411	-1.00	2.089	0.327	0.745

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 66 พบว่า ที่ระดับนัยสำคัญ.05 กลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีรายได้ตั้งแต่ 40,001 บาทขึ้นไปที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับผลของการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง โดยมีจำนวน 4 ข้อที่แตกต่างกันและมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อจำนวน 8 ข้อที่ไม่แตกต่างกัน โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทอง เป็นการเตรียมความพร้อมและวางแผนในเรื่องทรัพย์สินของตนเองได้ ทำให้ได้ความรู้และช่องทางในการบริหารการเงินให้พอкуп ทำให้เข้าใจสภาพการเงินปัจจุบันของตนเองได้และเป็นการเตรียมการในเรื่องจัดสรรมรดกให้บุตรหลานได้ดี

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ ชื่อสกุล	นาย วันชัย แก้วสุมาลี
วันเดือนปีเกิด	23 กุมภาพันธ์ 2523
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	931/2 หมู่ 12 บางนา บางนา กทม. 10260
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	ผู้ช่วยผู้จัดการฝ่าย
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	บมจ . ทรูมันนี่
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2544	นิเทศศาสตรบัณฑิต จากมหาวิทยาลัยกรุงเทพ
พ.ศ. 2551	การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ