

## บทที่ 2

### ระเบียบวิธีวิจัยและลักษณะทั่วไปของข้อมูล

#### แหล่งข้อมูลที่ใช้

ในการศึกษาครั้งนี้ กลุ่มประชากรที่ศึกษาคือ ข้าราชการกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 50-60 ปี ในปี พ.ศ. 2539 และเป็นผู้ที่ปฏิบัติงานในสำนักต่าง ๆ จำนวน 16 สำนัก ได้แก่ (1) สำนักปลัดกรุงเทพมหานคร (2) สำนักผู้ตรวจราชการกรุงเทพมหานคร (3) สำนักนโยบายและแผนกรุงเทพมหานคร (4) สำนักการแพทย์ (5) สำนักอนามัย (6) สำนักการศึกษา (7) สำนักการโยธา (8) สำนักระบายน้ำ (9) สำนักรักษาความสะอาด (10) สำนักสวัสดิการสังคม (11) สำนักการคลัง (12) สำนักเทศกิจ (13) สำนักพัฒนาชุมชน (14) สำนักงานเลขานุการสภากรุงเทพมหานคร (15) สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการกรุงเทพมหานคร และ(16) สำนักงานเลขานุการผู้ว่ากรุงเทพมหานคร ซึ่งสำนักต่าง ๆ เหล่านี้ มีที่ตั้งหน่วยงานอยู่ที่ ศาลาว่าการกรุงเทพมหานคร 1 (เสาชิงช้า) และศาลาว่าการกรุงเทพมหานคร 2 (ดินแดง) รวมทั้งบางหน่วยงานที่มีที่ทำการอยู่นอกศาลาว่าการกรุงเทพมหานคร จากข้อมูลของกองการเจ้าหน้าที่ สำนักปลัดกรุงเทพมหานครแสดงไว้ในปี พ.ศ. 2536 มีข้าราชการในสังกัดกรุงเทพมหานคร ในสังกัดสำนักต่าง ๆ ที่มีอายุระหว่าง 50-60 ปี จำนวน 1,164 คน (ตารางที่ 1) การศึกษานี้ได้ดำเนินการขึ้นในปี พ.ศ. 2539 เมื่อรวมกับข้าราชการในกลุ่มอายุนอกข่ายการศึกษา (อายุต่ำกว่า 50 ปี) ที่กำลังก้าวเข้ามาเป็นกลุ่มตัวอย่าง และเมื่อหักลบข้าราชการที่เกษียณอายุ ลาออกก่อนเกษียณ และถึงแก่กรรม ในตลอดระยะ 3 ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. 2537- พ.ศ. 2539) ทำให้คาดประมาณได้ว่าจะมีข้าราชการกรุงเทพมหานครที่มีคุณสมบัติอยู่ในกลุ่มตัวอย่างประมาณ 1,200 คน

## การเลือกตัวอย่าง

ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยมีเกณฑ์การเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ (1) เป็นข้าราชการกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 50-60 ปีบริบูรณ์ ในปี พ.ศ. 2539 (2) เป็นผู้ที่ปฏิบัติงานในสังกัดสำนักต่าง ๆ จำนวน 16 สำนักของส่วนราชการกรุงเทพมหานคร และอยู่ในช่วงเวลาที่ได้ดำเนินการศึกษา (16 สิงหาคม ถึง 31 ตุลาคม พ.ศ. 2539) ซึ่งมีจำนวนที่คาดประมาณทั้งหมด 1,200 คน

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ได้เริ่มดำเนินการตั้งแต่วันที่ 16 สิงหาคม ถึงวันที่ 31 ตุลาคม พ.ศ. 2539 โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำส่งและเก็บรวบรวมแบบสอบถามจากข้าราชการกรุงเทพมหานครด้วยตนเอง มีการทำงานเป็น 2 ขั้นตอนด้วยกัน คือ

ขั้นที่ 1 ก่อนเก็บข้อมูล : ผู้วิจัยนำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พร้อมแบบสอบถามเสนอต่อปลัดกรุงเทพมหานคร เพื่อขออนุญาตดำเนินการเก็บข้อมูลจากข้าราชการกรุงเทพมหานครที่เข้าข่ายเป็นตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้

ขั้นที่ 2 การเก็บข้อมูล : ดำเนินการเมื่อได้รับอนุมัติจากปลัดกรุงเทพมหานคร ดังนี้

ก. การแจกแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยนำหนังสืออนุญาตพร้อมแบบสอบถามเข้าพบหัวหน้ากองตามส่วนราชการในสำนักต่าง ๆ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ จากนั้นได้แสดงตัวต่อเลขานุการกอง ขอความช่วยเหลือในการแจกแบบสอบถามให้กับข้าราชการที่มีคุณสมบัติตรงตามเป้าหมาย เมื่อข้าราชการตอบแบบสอบถามแล้วให้นำส่งคืนที่เลขานุการกอง จากนั้นผู้วิจัยจะได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา ในการดำเนินงานขั้นตอนนี้ผู้วิจัยได้ทำการติดตามข้อมูลเป็น 2 รอบ คือ

รอบแรก หลังจากให้เลขานุการกองช่วยแจกแบบสอบถามแล้ว ประมาณ 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยจะได้ติดตามเก็บแบบสอบถามที่ตอบแล้วกลับคืนจากเลขานุการกอง ในแบบ

สอบถามแต่ละชุดได้ทำหมายเลขแบบสอบถามจำแนกตามสำนัก ตามกองต่าง ๆ ไว้ทุกชุด จึงสามารถตรวจสอบได้ว่าแบบสอบถามกลับมาครบและถูกต้องตามจำนวนที่ได้ให้ไว้หรือไม่

รอบสอง หากได้รับแบบสอบถามไม่ครบตามจำนวนที่ได้ให้ไว้ ผู้วิจัยได้เร่งรัดเก็บแบบสอบถามกลับคืนด้วยตนเอง โดยขอรายชื่อของข้าราชการกรุงเทพมหานครที่มีอายุ ระหว่าง 50-60 ปี จากเลขานุการกอง แล้วนำแบบสอบถามไปให้กลุ่มตัวอย่างได้ตอบและรอเก็บแบบสอบถามกลับคืนในทันที

ข. การส่งแบบสอบถามทางไปรษณีย์ โดยการติดต่อกับฝ่ายงานการเจ้าหน้าที่ เพื่อให้ทราบหน่วยงานหรือข้าราชการใดที่ทำงานนอกศาลว่าการกรุงเทพมหานคร พร้อมขอที่อยู่และเบอร์โทรศัพท์ติดต่อ จากนั้นได้โทรศัพท์สอบถามและขออนุญาตให้หัวหน้าส่วนราชการนั้นๆ เป็นธุระในการแจกแบบสอบถามที่ส่งไปทางไปรษณีย์ให้ข้าราชการในบังคับบัญชาตอบและส่งกลับคืนผู้วิจัยทางไปรษณีย์ซึ่งได้อำนวยความสะดวกด้วยการจำหน่ายของพร้อมติดแสตมป์ไว้กับแบบสอบถามทุกชุด ในการดำเนินงานขั้นตอนนี้ผู้วิจัยได้ทำการติดตามข้อมูล เป็น 2 รอบ คือ

รอบแรก หลังจากส่งแบบสอบถามทางไปรษณีย์แล้ว ประมาณ 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยได้โทรศัพท์ติดตามให้หัวหน้าส่วนราชการได้ส่งแบบสอบถามกลับคืน โดยตรวจสอบจากแบบสอบถามที่ได้กลับคืนตามหมายเลขแบบสอบถามที่จัดทำไว้

รอบสอง หากได้รับแบบสอบถามไม่ครบหรือว่าช้ากว่าที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยจะได้ขอความอนุเคราะห์ให้หัวหน้าส่วนราชการช่วยเร่งรัดในการให้ข้าราชการกลุ่มเป้าหมายตอบแบบสอบถามกลับคืนต่อไป

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม โดยให้ข้าราชการกรุงเทพมหานครเป็นผู้ตอบด้วยตนเอง (สุรายละเอียดยุคในภาคผนวก) ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องแล้วนำไปทดสอบ (Pre-test) กับกลุ่มประชากรที่มีลักษณะใกล้เคียงคือข้าราชการในโรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์ สังกัดสำนักการแพทย์ จำนวน 30 ราย และได้นำมาปรับปรุงแก้ไขให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์มากที่สุด แล้วจึงนำไปสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย ภูมิหลังของผู้ตอบ เป็นคำถามแบบให้เลือกตอบและกรอกข้อความลงในช่องว่าง

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ มีคำตอบที่เป็นแบบให้เลือกตอบ และกรอกข้อความลงในช่องว่าง

### ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรตาม คือ 1. การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ

2. การเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านร่างกาย

3. การเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านจิตใจ

4. การเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านความเป็นอยู่

ตัวแปรอิสระ คือ ลักษณะภูมิหลังของข้าราชการกรุงเทพมหานคร ซึ่งได้แก่

1. ปัจจัยทางประชากร

1.1 เพศ

1.2 อายุ

1.3 สถานภาพสมรส

1.4 จำนวนบุตร

1.5 การมีผู้สูงอายุในครอบครัว

2. ปัจจัยทางเศรษฐกิจ

2.1 รายได้ครัวเรือน

2.2 ความเป็นเจ้าของบ้าน

3. ปัจจัยทางสังคม

3.1 การศึกษา

3.2 ตำแหน่ง

3.3 โครงสร้างครัวเรือน

## นิยามศัพท์ที่ใช้ในการศึกษา

1. ข้าราชการกรุงเทพมหานคร หมายถึง ข้าราชการที่มีอายุระหว่าง 50-60 ปี บริบูรณ์ และได้ปฏิบัติหน้าที่ราชการในสังกัดสำนักต่างๆ จำนวน 16 สำนัก ของส่วนราชการ กรุงเทพมหานคร

2. การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ หมายถึง การที่ข้าราชการกรุงเทพมหานคร ได้ดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่งเกี่ยวกับการเตรียมตัวเองเพื่อการเกษียณอายุราชการในอนาคต โดยการดำเนินการใดๆ นั้นเป็นความตั้งใจเพื่อการเกษียณอายุราชการ

3. การเตรียมตัวด้านร่างกาย หมายถึง พฤติกรรมหรือกิจกรรมที่ข้าราชการ กรุงเทพมหานครได้มีการปฏิบัติตน เพื่อให้ได้มาซึ่งสุขภาพที่ดี เช่น มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอ มีการรับประทานอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุหรือการตรวจสุขภาพร่างกายเป็นประจำทุกปี เป็นต้น

4. การเตรียมตัวด้านจิตใจ หมายถึง การที่ข้าราชการกรุงเทพมหานครที่ใกล้เกษียณอายุมีการเตรียมตัวด้านจิตใจโดยได้ดำเนินชีวิตด้วยการยึดมั่นในหลักศาสนาและปฏิบัติศาสนกิจมากขึ้นกว่าที่เคยปฏิบัติ เช่น มีการสวดมนต์ ไหว้พระ ทำสมาธิเป็นประจำ เป็นต้น

5. การเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่ หมายถึง การที่ข้าราชการกรุงเทพมหานครได้เตรียมพร้อมทางด้านความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน เช่น ออมเงินไว้ใช้หลังเกษียณอายุราชการ ใช้เวลาว่างทำงานอดิเรกที่ชอบหรือเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมหรือสมาคมต่างๆ เป็นต้น

6. อายุ หมายถึง อายุเต็มของข้าราชการกรุงเทพมหานคร โดยนับถึงวันที่ตอบแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

- อายุ 50-54 ปี
- อายุ 55-60 ปี

7. สถานภาพสมรส หมายถึง ประเภทของสถานภาพสมรสของข้าราชการ-กรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ

- สมรส
- อื่นๆ (โสด หม้าย หย่า ร้าง แยกกันอยู่)

8. จำนวนบุตร หมายถึง จำนวนบุตรที่เกิดมารอดชีวิตของข้าราชการกรุงเทพมหานคร และคู่สมรส ทั้งนี้ไม่รวมบุตรบุญธรรมและบุตรเลี้ยง แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

- ไม่มีบุตร
- มีบุตร 1-2 คน
- มีบุตร 3 คนขึ้นไป

9. การมีผู้สูงอายุในครอบครัว หมายถึง การมีบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปจะเป็นใครก็ตามที่ได้อาศัยอยู่ร่วมชายคาเดียวกับข้าราชการกรุงเทพมหานคร แบ่งออกเป็น 2 กลุ่มคือ

- ไม่มีผู้สูงอายุ
- มีผู้สูงอายุ

10. รายได้ครัวเรือน หมายถึง จำนวนเงินที่ข้าราชการกรุงเทพมหานครได้รับในแต่ละเดือน รวมถึงรายได้พิเศษอย่างอื่น เช่น การทำงานนอกเวลา รายได้จากคู่สมรส รายได้จากบุตร รายได้จากค่าเช่า เป็นต้น แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

- ต่ำกว่า 20,000 บาท
- 20,000 บาทขึ้นไป

11. ความเป็นเจ้าของบ้าน หมายถึง กรรมสิทธิ์ในทรัพย์สิน เช่น บ้านและที่ดินของข้าราชการกรุงเทพมหานครที่ได้ครอบครองอยู่ แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

- ไม่เป็นเจ้าของบ้าน
- เป็นเจ้าของบ้าน

12. การศึกษา หมายถึง ระดับการศึกษาขั้นสูงสุดที่ข้าราชการกรุงเทพมหานครได้รับ แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ

- ต่ำกว่าปริญญาตรี
- ปริญญาตรีขึ้นไป

13. ตำแหน่ง หมายถึง หน้าที่ความรับผิดชอบของข้าราชการกรุงเทพมหานครที่ได้จากการแบ่งสายการบังคับบัญชาตามระเบียบข้าราชการพลเรือนสามัญ ได้แก่ C1, C2,.....C11 แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

- ต่ำกว่า C4 (มีหน้าที่รับผิดชอบระดับต่ำสุด เน้นด้านการปฏิบัติ)
- C4-C6 (หน้าที่รับผิดชอบระดับกลาง ทำงานตามมอบหมายจากผู้บังคับบัญชา)
- C7 ขึ้นไป(หน้าที่รับผิดชอบสูงมีสถานภาพเป็นระดับหัวหน้า เน้นการบริหารงาน)

14. โครงสร้างคร้วเรือน หมายถึง รูปแบบของคร้วเรือนที่ข้าราชการกรุงเทพมหานครอาศัยอยู่ ณ วันที่ตอบแบบสอบถาม แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ

- คร้วเรือนเดี่ยว (สามี ภรรยา และบุตร)
- คร้วเรือนแบบอื่น (คร้วเรือนขยาย และอยู่คนเดียว)

#### การวัดตัวแปร

1. การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ วัดจากคำถามข้อที่ 2 ส่วนที่ 2 ว่า “ท่านได้มีการเตรียมการใดๆ ไม่ว่าจะเป็นการเตรียมตัวทางด้านร่างกาย หรือเตรียมตัวทางด้านจิตใจ หรือเตรียมสภาพความเป็นอยู่ไว้ก่อนที่จะเกษียณอายุราชการหรือไม่ เพราะเหตุใด”

ผู้วิจัยได้แบ่งคำตอบออกเป็น 2 กลุ่ม คือ เตรียม และไม่เตรียม

กลุ่มที่ตอบว่า “เตรียม” เป็นกลุ่มที่ผู้วิจัยต้องการศึกษาต่อไป และนำคำตอบในรายละเอียดว่าได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการอย่างไรบ้าง มาจัดแบ่งเป็นประเภทของการเตรียมตัว 3 ด้าน คือ การเตรียมตัวด้านร่างกาย การเตรียมตัวด้านจิตใจ และการเตรียมตัว

ด้านความเป็นอยู่ สำหรับกลุ่มที่ตอบว่า “ไม่เตรียม” เป็นกลุ่มที่ผู้วิจัยนำมาศึกษาเปรียบเทียบกับกลุ่มที่เตรียมว่ามีความแตกต่างกันอย่างไรในตัวแปรอิสระแต่ละตัว

2. การเตรียมตัวด้านร่างกาย เป็นตัวแปรที่ได้มาจากคำถามที่ว่า “ในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา ท่านได้เตรียมตัวก่อนเกษียณดังต่อไปนี้หรือไม่ คือ ตรวจสอบสุขภาพร่างกายประจำปี, ออกกำลังกายสม่ำเสมอ, รับประทานอาหารที่เหมาะสมสำหรับวัยสูงอายุ”

ผู้วิจัยได้แบ่งคำตอบออกเป็น 2 กลุ่มคือ ทำ และ ไม่ทำ

ผู้ที่ตอบว่า “ทำ” จะได้คะแนนข้อละ 1 คะแนน ส่วนผู้ที่ตอบว่า “ไม่ทำ” จะไม่ได้คะแนน การให้คะแนนของการเตรียมตัวด้านร่างกายจึงมีคะแนนสูงสุด 3 คะแนน คือ ได้ตอบว่าทำกิจกรรมทั้ง 3 ข้อคำถาม และต่ำสุด 0 คะแนน คือตอบว่าไม่ทำทั้ง 3 ข้อคำถาม โดยที่ระดับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุด้านร่างกายของข้าราชการกรุงเทพมหานครจะเป็นตัวแปรช่วง (Interval Variable) ที่มีค่าคะแนนระหว่าง 0-3 คะแนน

3. การเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่ เป็นตัวแปรที่ได้มาจากคำถามที่ว่า “ในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา ท่านได้เตรียมตัวก่อนเกษียณดังต่อไปนี้หรือไม่ คือ เก็บเงิน ออมเงินไว้ใช้จ่ายหลังเกษียณอายุราชการ, สร้างหลักประกันในการดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุ, ใช้เวลาว่างทำงานอดิเรกที่ชอบ, ปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับวัยสูงอายุ, เข้าร่วมกิจกรรมในชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ และจัดการเกี่ยวกับทรัพย์สินมรดก”

ผู้วิจัยได้แบ่งคำตอบออกเป็น 2 กลุ่ม คือ ทำ และ ไม่ทำ

ผู้ที่ตอบว่า “ทำ” จะได้คะแนนข้อละ 1 คะแนน ส่วนผู้ที่ตอบว่า “ไม่ทำ” จะไม่ได้คะแนน การให้คะแนนของการเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่จึงมีคะแนนสูงสุด 6 คะแนน คือ ได้ตอบว่าทำกิจกรรมทั้ง 6 ข้อ และต่ำสุด 0 คะแนน คือ ตอบว่าไม่ทำกิจกรรมทั้ง 6 ข้อคำถาม โดยที่ระดับการเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่ของข้าราชการกรุงเทพมหานครจะเป็นตัวแปรช่วง (Interval Variable) ที่มีค่าคะแนนระหว่าง 0-6 คะแนน

4. การเตรียมตัวด้านจิตใจ ซึ่งเป็นตัวแปรที่ได้มาจากคำถามที่ว่า “ในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา ท่านได้เตรียมตัวก่อนเกษียณด้วยการปฏิบัติธรรมและประกอบกิจกรรมทางศาสนามากขึ้นในบั้นปลายของชีวิตหรือไม่”

ผู้วิจัยได้แบ่งคำตอบออกเป็น 2 กลุ่ม คือ ทำ และ ไม่ทำ



ผู้ที่ตอบว่า “ทำ” จะได้ 1 คะแนน ถ้าตอบว่า “ไม่ทำ” จะไม่ได้คะแนน และได้ นำตัวแปรการเตรียมตัวด้านจิตใจมาจัดกลุ่ม (Nominal Variable) ที่มีค่า 0 กับ 1 แล้วผู้วิจัยนำมา ศึกษาเปรียบเทียบกับภูมิหลังทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคมของข้าราชการกรุงเทพมหานคร

### การวิเคราะห์ข้อมูล และนำเสนอข้อมูล

ในส่วนของ การวิเคราะห์ข้อมูลจะนำเสนอเป็น 3 ส่วนใหญ่ ๆ คือ

1. การแสดงข้อมูลพื้นฐานของข้าราชการกรุงเทพมหานคร ด้านประชากร เศรษฐกิจ สังคม การเตรียมตัว ประเภทของการเตรียมตัว รวมทั้งลักษณะทั่วไปของข้อมูลที่มีความเกี่ยวข้องกับปัจจัยในเรื่องของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ ทั้งหมดนี้นำเสนอโดยใช้ตารางกระจาย ความถี่ (Frequency distribution)

2. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร เศรษฐกิจ สังคม กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ โดยใช้ตารางไขว้ (Crosstabulation) ซึ่งในส่วนนี้จะแยกเป็น 2 ขั้นตอน คือ

2.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ในระดับ 2 ตัวแปร คือ ตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม โดยทดสอบด้วยค่าไคสแควร์ (Chi square) และตั้งความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.2 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ในระดับ 3 ตัวแปร คือ ตัวแปรอิสระ ตัวแปรตาม และตัวแปรควบคุม เพื่อทดสอบสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยทดสอบด้วยค่าไคสแควร์ (Chi square) และตั้งความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร เศรษฐกิจ สังคมกับประเภทของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ ซึ่งได้แก่ การเตรียมตัวด้านร่างกาย เตรียมตัวด้านจิตใจ และเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่ ในส่วนนี้จะแบ่งการวิเคราะห์เป็น 2 ส่วน คือ

3.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร เศรษฐกิจ สังคมกับการเตรียมตัวด้านร่างกาย และด้านความเป็นอยู่ โดยใช้ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean) ของตัวแปรตาม จำแนกตามตัวแปรอิสระแต่ละตัว และวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่ม เพื่อทดสอบค่าตัวแปรทั้งสองว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติหรือไม่ โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance) แล้วจึงทดสอบความ

สัมพัทธ์ด้วยอัตราส่วน “เอฟ” (F-ratio) ที่ระดับนัยสำคัญต่ำกว่า 0.05 จากนั้นได้นำตัวแปรที่พบว่ามีความสำคัญทางสถิติมาศึกษาในระดับ 3 ตัวแปร โดยควบคุมตัวแปรตามความเหมาะสมต่อไป

3.2 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร เศรษฐกิจ สังคมกับการเตรียมตัวด้านจิตใจ ด้วยวิธีวิเคราะห์แบบตารางไขว้ (Crosstabulation) โดยทดสอบความสัมพันธ์ด้วยค่าไคสแควร์ (Chi square) และตั้งความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จากนั้นได้นำตัวแปรที่พบว่ามีความสำคัญทางสถิติมาศึกษาในระดับ 3 ตัวแปร โดยควบคุมตัวแปรตามความเหมาะสม

### ข้อจำกัดในการศึกษา

1. ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่างได้ทำการตอบ 2 วิธี คือ (1) เดินทางไปแจกแบบสอบถามให้เลขานุการที่สำนักงาน และ(2) ส่งแบบสอบถามทางไปรษณีย์ให้กลุ่มตัวอย่างส่งกลับ ซึ่งวิธีหลังนี้ทำให้กลุ่มตัวอย่างส่งแบบสอบถามกลับคืนไม่ครบ เพราะไม่เห็นความสำคัญของการตอบแบบสอบถาม และจากการตรวจสอบหมายเลขของแบบสอบถามตามที่ส่งทางไปรษณีย์พบว่า ที่ส่งกลับทางไปรษณีย์ได้รับแบบสอบถามกลับคืนเพียงร้อยละ 22 หรือประมาณ 135 รายของแบบสอบถามที่ส่ง 600 ชุด ที่ได้รับกลับคืน ทำให้จำนวนตัวอย่างขาดหายไปประมาณ 465 ราย

2. ลักษณะคำถามที่ใช้เป็นตัวแปรตามสำหรับประเภทของการเตรียมตัวก่อนเกษียณ-อายุราชการนั้น บางข้อคำถามมีความหมายเป็น 2 นัย คือ 1) ผู้ตอบอาจตอบโดยถือว่าพฤติกรรมหรือกิจกรรมที่กระทำอยู่นั้น ได้ทำเป็นปกติวิสัยหรือความเคยชิน เช่น ชอบการออกกำลังกายเป็นประจำอยู่แล้ว เป็นต้น กับ 2) ผู้ตอบได้ตอบด้วยความเข้าใจว่ากิจกรรมที่กระทำนั้นมีจุดมุ่งหมายเพื่อเป็นการเตรียมตัวเองไว้ก่อนที่เกษียณอายุราชการ อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบความตั้งใจที่จะกระทำโดยมุ่งเน้นเพื่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณของผู้ตอบ โดยอ้างอิงถึงเวลาที่กระทำและจำแนกกลุ่มที่เตรียมและไม่เตรียมออกจากกัน ผลการศึกษาก็อาจจะมีผู้ตอบที่เข้าใจผิดว่า ที่ตนเองปฏิบัติเป็นประจำนั้นเป็นการกระทำเพื่อการเตรียมตัว จึงมีโอกาสที่จะได้คำตอบที่ไม่สอดคล้องกับการเตรียมตัวอย่างแท้จริง

อนึ่งการศึกษาในส่วนประเภทของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ ได้ตัดความเห็นไม่ทราบ ไม่ตอบ ออกจากการวิเคราะห์ จึงทำให้จำนวนตัวอย่างที่แสดงไว้ใน การเตรียมตัวแต่ละด้านไม่เท่ากัน

3. ในส่วนของการเตรียมตัวด้านจิตใจ ตามปกติแล้วควรจะเป็นการถามโดยจัดเป็นชุดของคำถาม เพื่อวัดถึงการเตรียมตัวด้านจิตใจอย่างครอบคลุม แต่ผู้วิจัยได้วัดพฤติกรรมหรือกิจกรรมของการเตรียมตัวด้านจิตใจ ด้วยการปฏิบัติธรรม และประกอบกิจกรรมทางศาสนามากขึ้น ในบั้นปลายของชีวิต ซึ่งเป็นการวัดการเตรียมตัวด้านจิตใจโดยใช้คำถามเพียงคำถามเดียว จึงทำให้ตัวแปรส่วนนี้ขาดความครบถ้วนของข้อมูลไปบ้าง

### ลักษณะโดยทั่วไปของข้อมูลที่ใช้ศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของประชากรตัวอย่าง แยกออกเป็นลักษณะพื้นฐานทางประชากร คือ เพศ อายุ สถานภาพสมรส จำนวนบุตร การมีผู้สูงอายุในครอบครัว ลักษณะพื้นฐานทางเศรษฐกิจ คือ รายได้ครัวเรือน ความเป็นเจ้าของบ้าน และลักษณะพื้นฐานทางสังคม คือ การศึกษา ตำแหน่ง โครงสร้างครัวเรือน ซึ่งได้แสดงไว้ในตารางที่ 2 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### ลักษณะพื้นฐานทางประชากร

#### เพศ

ในจำนวนข้าราชการกรุงเทพมหานคร 615 รายที่ได้ตอบแบบสอบถาม จำแนกเป็นข้าราชการชาย 207 ราย และข้าราชการหญิง 408 ราย คิดเป็นร้อยละ 33.7 และร้อยละ 66.3 ตามลำดับ โดยมีอัตราส่วนเพศเท่ากับ .50 หรือมีข้าราชการชายประมาณ 50 รายต่อข้าราชการหญิง 100 ราย

#### อายุ

เมื่อพิจารณาอายุของข้าราชการกรุงเทพมหานครที่เป็นตัวอย่างในครั้งนี้ พบว่า ร้อยละ 55.1 มีอายุระหว่าง 50-54 ปี ที่เหลือคือร้อยละ 44.9 มีอายุระหว่าง 55-60 ปี

### สถานภาพสมรส

สถานภาพสมรสของข้าราชการกรุงเทพมหานคร ได้จำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ สถานภาพสมรสสมรส (อยู่กินกับคู่สมรส) กับสถานภาพสมรสอื่นๆ (โสด หม้าย หย่า ว่าง แยกกันอยู่) พบว่าข้าราชการส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสสมรส ร้อยละ 74.1 ที่เหลืออีกร้อยละ 25.9 เป็นผู้ที่มีสถานภาพสมรสอื่นๆ

### จำนวนบุตร

เมื่อจำแนกข้าราชการกรุงเทพมหานครที่ตอบแบบสอบถามตามจำนวนบุตร พบว่า ประมาณครั้งหนึ่งของข้าราชการทั้งหมด คือ ร้อยละ 50.9 มีบุตร 1-2 คน รองลงมาคือร้อยละ 26.7 มีบุตร 3 คนขึ้นไป ที่เหลือคือไม่มีบุตรเลยร้อยละ 22.4

### การมีผู้สูงอายุในครอบครัว

ในครอบครัวของข้าราชการกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่แล้ว ร้อยละ 64.2 เป็นครอบครัวที่ไม่มีผู้สูงอายุ (ที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป) อาศัยอยู่ด้วย ส่วนที่เหลือ ร้อยละ 35.8 เป็นครอบครัวที่มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่ด้วย

### ลักษณะพื้นฐานทางเศรษฐกิจ

#### รายได้ครัวเรือน

จากการสอบถามเกี่ยวกับรายได้ของครัวเรือน พบว่า ข้าราชการส่วนใหญ่มีรายได้ครัวเรือนต่ำกว่า 20,000 บาท ร้อยละ 53.8 ที่เหลือร้อยละ 46.2 มีรายได้ครัวเรือนสูงกว่า 20,000 บาทขึ้นไป

#### ความเป็นเจ้าของบ้าน

ในการศึกษาครั้งนี้ข้าราชการส่วนใหญ่มีบ้านเป็นของตนเองถึงร้อยละ 82.8 และมีเพียงส่วนน้อยคือร้อยละ 17.2 เท่านั้นที่ไม่มีบ้านเป็นของตนเอง

## ลักษณะพื้นฐานทางสังคม

### การศึกษา

พบว่า ประมาณครึ่งหนึ่ง คือร้อยละ 53.8 ของข้าราชการกรุงเทพมหานครที่ตกเป็นตัวอย่าง เป็นผู้ที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีขึ้นไป ส่วนที่เหลือร้อยละ 46.2 เป็นผู้ที่มีการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี

### ตำแหน่ง

เมื่อนำข้อมูลมาจำแนกตามตำแหน่ง พบว่า ข้าราชการกรุงเทพมหานคร ร้อยละ 53.8 เป็นผู้มีระดับ C4-C6 รองลงมาคือ ร้อยละ 27.6 เป็นผู้มีระดับ C7 ขึ้นไปที่เหลือร้อยละ 18.5 เป็นผู้มีระดับต่ำกว่า C4

### โครงสร้างครัวเรือน

ข้าราชการกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่อยู่ในครัวเรือนเดี่ยวถึงร้อยละ 78.4 เป็นผู้อยู่อาศัยในครัวเรือนแบบอื่นคิดเป็นร้อยละ 21.6

**ตารางที่ 2** ร้อยละของข้าราชการกรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะพื้นฐานทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคม

ลักษณะพื้นฐานทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคม		ร้อยละ	
<b>ลักษณะทางประชากร</b>			
<b>เพศ</b>			
ชาย		33.7	(207)
หญิง		66.3	(408)
รวม		100.0	(615)
<b>อายุ (ปี)</b>			
50-54		55.1	(339)
55-60		44.9	(276)
รวม		100.0	(615)
<b>สถานภาพสมรส</b>			
อื่นๆ (โสด หม้าย หย่า ว่าง แยกกันอยู่)		25.9	(159)
สมรส		74.1	(456)
รวม		100.0	(615)
<b>จำนวนบุตร</b>			
ไม่มีบุตร		22.4	(138)
1-2 คน		50.9	(313)
3 คนขึ้นไป		26.7	(164)
รวม		100.0	(615)
<b>การมีผู้สูงอายุในครอบครัว</b>			
ไม่มี		64.2	(395)
มี		35.8	(220)
รวม		100.0	(615)

ตารางที่ 2 (ต่อ) ร้อยละของข้าราชการกรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะพื้นฐานทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคม

ลักษณะพื้นฐานทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคม	ร้อยละ	
ลักษณะทางเศรษฐกิจ		
รายได้ครัวเรือน		
ต่ำกว่า 20,000 บาท	53.8	(331)
20,000 บาทขึ้นไป	46.2	(284)
รวม	100.0	(615)
ความเป็นเจ้าของบ้าน		
ไม่เป็น	17.2	(106)
เป็น	82.8	(509)
รวม	100.0	(615)
ลักษณะทางสังคม		
การศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	46.2	(284)
ปริญญาตรีขึ้นไป	53.8	(331)
รวม	100.0	(615)
ตำแหน่ง		
ต่ำกว่า C4	18.5	(114)
C4 - C6	53.8	(331)
C7 ขึ้นไป	27.6	(170)
รวม	100.0	(615)
โครงสร้างครัวเรือน		
ครัวเรือนเดี่ยว	78.4	(482)
ครัวเรือนแบบอื่น (ครัวเรือนขยาย และอยู่คนเดียว)	21.6	(133)
รวม	100.0	(615)

### การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการกรุงเทพมหานคร

ข้อมูลในตารางที่ 3 ปรากฏว่า ข้าราชการกรุงเทพมหานคร ประมาณ 2 ใน 3 หรือ ร้อยละ 67.3 ตอบว่า ได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ ส่วนที่เหลือ 1 ใน 3 คือร้อยละ 32.7 เป็นผู้ที่ไม่ได้เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ จากข้อมูลดังกล่าววิเคราะห์ได้ว่าข้าราชการกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการอยู่ในเกณฑ์ดี ทั้งนี้อาจมีผลมาจากพื้นฐานความเชื่อทางสังคมที่ว่า บุคคลที่เข้ามาสู่ระบบราชการมักจะคำนึงถึงความมั่นคงในชีวิตการทำงาน เมื่อถึงบั้นปลายชีวิตแล้วหากต้องเกษียณอายุราชการออกไปจะต้องมีรายได้ลดลง และสูญเสียบทบาทหน้าที่การงาน ผู้ที่เป็นข้าราชการจึงเห็นความสำคัญและคิดถึงความจำเป็นที่ตนเองควรจะได้มีการจัดการอย่างใดอย่างหนึ่งสำหรับการดำเนินชีวิตภายหลังปลดเกษียณไปแล้ว ซึ่งวิธีการที่ดีที่สุดของการเป็นข้าราชการบำนาญที่ดีและมีความสุขในบั้นปลายของชีวิตก็คือ การเตรียมตัวเองไว้ก่อนที่จะเกษียณอายุราชการ

**ตารางที่ 3** ร้อยละของข้าราชการกรุงเทพมหานคร จำแนกตามการเตรียมตัวและไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ

การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ	ร้อยละ	
เตรียม	67.3	(414)
ไม่เตรียม	32.7	(201)
รวม	100.0	(615)



### การได้รับความรู้ก่อนเกษียณอายุราชการ

ข้อมูลในตารางที่ 4 เป็นการแสดงให้เห็นถึงการได้รับความรู้หรือศึกษาหาความรู้หรือการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการกรุงเทพมหานคร ปรากฏว่าข้าราชการกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่ร้อยละ 85.0 ให้คำตอบว่า ไม่เคยได้รับความรู้หรือศึกษาหาความรู้หรือการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ มีเพียงร้อยละ 14.7 เท่านั้นที่ตอบว่าเคย ส่วนที่เหลือร้อยละ 0.3 ไม่ทราบ ไม่ตอบ ข้อค้นพบนี้สันนิษฐานได้ว่า การศึกษาหาความรู้ที่เกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการคงเป็นเรื่องไกลตัวของข้าราชการซึ่งพิจารณาได้จากสัดส่วนของกลุ่มที่ไม่เคยได้รับความรู้มีสูงกว่ากลุ่มที่เคยเป็นอย่างมาก อาจเป็นเพราะว่าเรื่องของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการนั้นเป็นเรื่องของเจตนา และการตระหนักของแต่ละบุคคล ทำให้ข้าราชการที่ส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับความรู้แต่ก็ยังคงมีสัดส่วนของผู้ที่เตรียมตัวสูงกว่าผู้ที่ไม่ได้เตรียม (ตารางที่ 3) ข้อมูลนี้จึงสะท้อนว่าน่าจะมีการส่งเสริมให้ข้าราชการได้มีโอกาสได้รับความรู้หรือจัดการอบรมสัมมนาเรื่องการเตรียมตัวสำหรับข้าราชการสูงอายุไว้บ้างก็จะเป็นประโยชน์ต่อตัวข้าราชการเองต่อไปในอนาคตได้

**ตารางที่ 4** ร้อยละของข้าราชการกรุงเทพมหานคร จำแนกตามการได้รับความรู้หรือหาความรู้หรือการเข้ารับการฝึกอบรมก่อนเกษียณอายุราชการ

การได้รับความรู้หรือหาความรู้ หรือการเข้ารับการฝึกอบรม	ร้อยละ	
เคยได้รับความรู้ / การฝึกอบรม	14.7	(90)
ไม่เคยได้รับความรู้ / การฝึกอบรม	85.0	(523)
ไม่ทราบ / ไม่ตอบ	0.3	(2)
รวม	100.0	(615)

### อายุที่เริ่มเตรียมตัว

ข้อมูลที่ได้จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่า ข้าราชการกรุงเทพมหานครที่ได้ตอบคำถามเกี่ยวกับอายุที่เริ่มเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการนั้น ปรากฏว่า ส่วนใหญ่เตรียมตัวเมื่ออายุ 50 ปี (ร้อยละ 19.9) รองลงมาคือ เตรียมเมื่ออายุ 55 ปี (ร้อยละ 15.6) และเตรียมเมื่ออายุ 45 ปี (ร้อยละ 3.7) ที่เหลือจากนี้ได้อธิบายว่า เตรียมตัวเมื่ออายุที่แตกต่างกันและกระจัดกระจายกันไปตามลำดับอายุที่แตกต่างกัน นอกจากนี้ พบว่า ร้อยละ 16.4 ที่ไม่ได้ระบุอายุที่เริ่มเตรียม จากข้อมูลที่พบนี้ได้อธิบายเหตุการณ์หนึ่งว่า ตัวเลขที่ตอบคำถามเกี่ยวกับอายุที่เริ่มเตรียม ข้าราชการมักจะตอบตัวเลขที่ลงท้ายด้วยเลข 0 และเลข 5

ผลการศึกษาที่ปรากฏ ยังสามารถกล่าวได้อีกประการหนึ่งว่า เมื่อนำอายุที่เริ่มเตรียมตัวเป็นเกณฑ์ในการพิจารณาความพร้อมในการเตรียมตัวเมื่อเกษียณอายุแล้วของข้าราชการกรุงเทพมหานครกลุ่มนี้ จัดได้ว่าส่วนใหญ่มีความพร้อมในการเตรียมตัวเป็นอย่างดี เพราะมีระยะเวลาในการเตรียมตัวเป็นอย่างน้อยมากกว่า 1 ปีขึ้นไป โดยเฉพาะบางคนมีเวลาเตรียมตัว 5-10 ปี ทำให้สามารถทำนายได้ว่าชีวิตหลังเกษียณน่าจะมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพต่อไป

**ตารางที่ 5** ร้อยละของข้าราชการกรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุที่เริ่มเตรียมตัวก่อนเกษียณ-  
อายุราชการ

อายุที่เริ่มเตรียมตัว (ปี)	ร้อยละ	(จำนวน)
40	1.1	(7)
45	3.7	(23)
46	0.2	(1)
48	2.0	(12)
49	0.8	(5)
50	19.9	(122)
51	0.3	(2)
52	1.1	(7)
53	0.8	(5)
54	1.1	(7)
55	15.6	(96)
56	0.7	(4)
57	0.5	(3)
58	2.1	(13)
59	0.7	(4)
60	0.3	(2)
ไม่เตรียมตัว	32.7	(201)
ไม่ตอบ	16.4	(101)
รวม	100.0	(615)

## ประเภทของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ

ข้อมูลที่ได้ในตารางที่ 6 เป็นการแสดงประเภทของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการกรุงเทพมหานครต่อคำถามที่ว่า “ในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา ท่านได้เตรียมตัวก่อนเกษียณดังต่อไปนี้หรือไม่” เมื่อนำคำตอบที่ได้มารวมกลุ่มเป็นประเภทของการเตรียมตัวด้านต่าง ๆ ได้แก่ การเตรียมตัวด้านร่างกาย การเตรียมตัวด้านจิตใจ และการเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่ ซึ่งในการศึกษาส่วนนี้ ได้ตัดประเด็นคำตอบที่ไม่ทราบ/ไม่ตอบ ออกจากการวิเคราะห์จึงทำให้จำนวนตัวอย่างที่เสนอในการเตรียมตัวแต่ละด้านไม่เท่ากัน กล่าวคือข้าราชการที่ตอบว่าเตรียมตัวด้านร่างกายมีจำนวน 411 ราย มีการเตรียมตัวด้านจิตใจจำนวน 413 ราย และเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่ 408 ราย

ข้าราชการส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวด้านร่างกาย โดยให้ความสำคัญของการบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 90.3 รองลงมาคือได้ไปตรวจสุขภาพร่างกายประจำปีและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ คิดเป็นร้อยละ 88.1 และ 79.9 ตามลำดับสาเหตุที่ข้าราชการกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่ให้ความสำคัญต่อการเตรียมตัวด้านร่างกายคงเป็นเพราะ โดยธรรมชาติแล้วบุคคลเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ หรือวัยเกษียณอายุมักจะมีสภาพร่างกายที่เสื่อมลงอย่างเห็นได้ชัด ทำให้เริ่มตระหนักถึงภาวะสุขภาพของตนเองจึงได้ให้ความสำคัญกับการดูแลรักษาสุขภาพไม่ให้ทรุดโทรมลงตามวัย ด้วยการปฏิบัติกิจกรรมที่จะนำมาซึ่งสุขภาพร่างกายที่ดี ได้แก่ การบริโภคอาหารที่มีคุณค่า มีการตรวจสุขภาพและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เป็นต้น นอกจากนี้โดยพื้นฐานทางด้านสังคมผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีสถานภาพเป็นข้าราชการที่อยู่ในกรุงเทพมหานครทั้งหมด ทำให้มีโอกาสได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพมากพอสมควรประกอบกับสวัสดิการบางอย่างของข้าราชการที่ให้ความสำคัญกับสุขภาพอนามัย เช่นการกำหนดให้ข้าราชการต้องตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี ตลอดจนสนับสนุนให้ข้าราชการได้ออกกำลังกายในสำนักงานหรือสวนสาธารณะใกล้ที่ทำงาน เป็นต้น สิ่งต่างๆ เหล่านี้จึงคาดว่ามีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านร่างกายของข้าราชการกรุงเทพมหานครก็เป็นได้

ส่วนการเตรียมตัวด้านจิตใจ พบว่า ร้อยละ 83.1 ของข้าราชการได้ปฏิบัติธรรมและประกอบกิจกรรมทางศาสนามากขึ้นในบั้นปลายของชีวิต การนำตัวแปรการเข้าหาศาสนามากขึ้นมาเป็นตัววัดการเตรียมตัวด้านจิตใจ เพราะว่าสังคมไทยโดยทั่วไปถือว่าเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุหรือวัย

สุดท้ายแห่งชีวิต บุคคลจะต้องหยุดทำงานโดยเกษียณอายุเพื่อจะได้พักผ่อนและเปิดโอกาสให้คนรุ่นต่อไปเข้ามาทำหน้าที่แทน การเกษียณอายุจึงเป็นเหตุการณ์ที่ทำให้ผู้สูงอายุบางคนรู้สึกว่า ตนเองสูญเสีย และด้อยคุณค่า ทำให้เกิดความว้าเหว่ และทำให้เกิดความไม่พึงพอใจในชีวิต ด้วยเหตุนี้จึงได้นำหลักศาสนาเป็นที่พึ่งสำหรับผู้สูงอายุ อีกทั้งยังเป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยให้ผู้สูงอายุได้ฝึกจิตใจสามารถยอมรับความจริงว่าข้าราชการทุกคนต้องเกษียณอายุราชการ ไม่ควรเสียดายอาลัยอาวรณ์หรือยึดมั่นเกินไป การมีสุขภาพจิตดีเป็นความสามารถในการปรับตัวให้เตรียมพร้อมและยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่มี ความตึงเครียดด้านจิตใจ สามารถควบคุมอารมณ์ได้และมีสติอยู่เสมอ ซึ่งสอดคล้องกับ เจก ชนะศิริ (2532: 180) ซึ่งเป็นแพทย์ผู้เชี่ยวชาญทางด้านผู้สูงอายุ กล่าวว่า วิธีการดูแลสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ สามารถทำได้โดยใช้ศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ เพื่อมิให้เกิดความเหงา เศร้าสร้อย หรือคิดฟุ้งซ่าน ในยามที่ตนเองต้องพบกับความเสื่อมโทรมทางสุขภาพ และสูญเสียบทบาทหน้าที่หลาย ๆ ด้าน

สำหรับการเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่นั้น ลักษณะกิจกรรมที่ทำการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ ได้แก่ เก็บเงินออมเงินไว้ใช้จ่ายหลังเกษียณอายุราชการ, สร้างหลักประกันในการดำรงชีวิตหลังเกษียณอายุ, ใช้เวลาว่างทำงานอดิเรกที่ชอบ, ปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับวัยสูงอายุ, เข้าร่วมกิจกรรมในชมรมหรือสมาคมต่าง ๆ และจัดการเกี่ยวกับทรัพย์สินมรดก ดังแสดงไว้ในตารางที่ 6 พบว่า ข้าราชการกรุงเทพมหานครให้ความสำคัญต่อการเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่น้อยกว่าการเตรียมตัวด้านอื่น กล่าวคือ ข้าราชการใช้เวลาว่างทำงานอดิเรกที่ชอบ ร้อยละ 84.7 รองลงมาได้แก่ เก็บเงินออมเงิน ร้อยละ 75.3, ปรับปรุงที่อยู่อาศัย ร้อยละ 52.8, สร้างหลักประกันในการดำเนินชีวิต ร้อยละ 49.9, เข้าร่วมกิจกรรมหรือสมาคมผู้สูงอายุ ร้อยละ 31.7 และจัดการเกี่ยวกับทรัพย์สินมรดก ร้อยละ 26.9 ซึ่งกิจกรรมต่าง ๆ เหล่านี้มีสัดส่วนลดหลั่นกันมาเป็นลำดับ การที่พบว่าข้าราชการกรุงเทพมหานครกลุ่มนี้เตรียมตัวด้านความเป็นอยู่ โดยใช้เวลาว่างทำงานอดิเรกที่ชอบเป็นสัดส่วนที่สูงกว่ากิจกรรมอื่น อาจเนื่องมาจากการใช้เวลาว่างทำงานอดิเรกเป็นกิจกรรมที่ข้าราชการมักทำเป็นกิจวัตรและเป็นลักษณะกิจกรรมที่ให้ความเพลิดเพลิน โดยไม่ต้องมีปัจจัยอื่นมาส่งเสริมมากนัก เช่น ปลูกต้นไม้, เลี้ยงสัตว์ เป็นต้น นอกจากนี้ระบบการทำงานของข้าราชการเป็นการทำงานที่เป็นเวลา คือเข้าทำงานตอนเช้า เลิกทำงานตอนเย็น หลังเวลาทำงานแล้วจะมีเวลาค่อนข้างมากจึงสามารถหากิจกรรมที่เป็นงานอดิเรกไว้ทำสำหรับเตรียมตัวไว้หลังเกษียณได้ อย่างไรก็ตามเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกิจกรรมที่เป็นการเตรียมตัวด้าน

ความเป็นอยู่ในลักษณะต่างๆ กันแล้ว จะพบว่า แต่ละกิจกรรมอาจใช้เวลาและวิธีการเตรียมตัวแตกต่างกันไป จึงทำให้สัดส่วนของกิจกรรมแต่ละด้านมีความยากง่ายของการดำเนินกิจกรรมแต่ละประเภท

**ตารางที่ 6** ร้อยละของข้าราชการกรุงเทพมหานคร จำแนกตามประเภทของการเตรียมตัว ก่อนเกษียณอายุราชการ

ประเภทของการเตรียมตัว	เตรียม	ไม่เตรียม	รวม
<b>การเตรียมตัวด้านร่างกาย</b>			
1) ตรวจสอบสุขภาพร่างกายประจำปี	88.1	11.9	100.0 (411)
2) ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ	79.9	20.1	100.0 (411)
3) บริโภคอาหารที่เหมาะสมกับวัย	90.3	9.7	100.0 (411)
<b>การเตรียมตัวด้านจิตใจ</b>			
1) การเข้าหาศาสนามากขึ้น	83.1	16.9	100.0 (413)
<b>การเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่</b>			
1) เก็บเงิน/ออมเงิน	75.3	24.7	100.0 (408)
2) สร้างหลักประกันในชีวิต	49.9	50.1	100.0 (408)
3) ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์	84.7	15.3	100.0 (408)
4) ปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้เหมาะสม	52.8	47.2	100.0 (408)
5) เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ	31.7	68.3	100.0 (408)
6) จัดการเกี่ยวกับทรัพย์สินหรือมรดก	26.9	73.1	100.0 (408)

#### บุคคลที่ต้องการอยู่ด้วยหลังเกษียณอายุราชการ

ข้อมูลในตารางที่ 7 ได้จากคำถามที่ว่า “ท่านคิดว่าจะอาศัยอยู่กับใครหลังเกษียณอายุราชการ” พบว่า ข้าราชการกรุงเทพมหานคร ร้อยละ 40.2 ตอบว่า จะอาศัยอยู่กับคู่สมรสและ

บุตร รองลงมาร้อยละ 19.5 จะอาศัยอยู่กับคู่สมรส และร้อยละ 13.8 ตอบว่า ยังไม่ได้คิด ที่เหลือคือจะอาศัยอยู่กับญาติ อยู่กับบุตรสาว อยู่กับคนอื่น อยู่คนเดียว อยู่กับบุตรชาย ลดหลั่นกันมาตามลำดับ น่าสังเกตว่ามีเพียงร้อยละ 2 เท่านั้นที่ตอบว่าจะไปอยู่บ้านพักคนชรา ข้อมูลที่ค้นพบนี้สะท้อนได้ว่า สังคมไทยส่วนใหญ่ยังให้ความสำคัญกับระบบครอบครัวเป็นอย่างยิ่ง ปัจจุบันครอบครัวไทยได้รับการยอมรับว่าเป็นครอบครัวที่เหนียวแน่น มีความผูกพันยึดเหนี่ยวกันภายในครอบครัวเป็นอย่างดี ดังนั้นในอนาคตเมื่อสูงอายุหรือเกษียณอายุราชการก็ยังคงมีความหวังและคิดวางแผนไว้ว่า ถ้าตนเองจะกลายเป็นผู้สูงอายุก็ยังคงมีความต้องการอยากอยู่ใกล้ชิดกับคนในครอบครัว ซึ่งอาจจะเป็นคู่สมรสหรือบุตร นอกจากนี้ค่านิยมทางวัฒนธรรมที่มีมาช้านานในสังคมไทย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะอาศัยอยู่กับบุตรคนใดคนหนึ่ง หรืออยู่รวมกันกับญาติพี่น้องอื่น ๆ ความแพร่หลายของการอยู่ด้วยกันระหว่างบิดา-มารดาสูงอายุกับบุตรที่โตแล้วและการให้การเกื้อหนุนด้านวัตถุแก่บิดา-มารดาสูงอายุกจากบุตรเป็นเรื่องปกติที่พบเห็นได้ทั่วไป (นภาพร ชโยวรรณ และคณะ, 2535: 120) ข้อมูลที่ได้จึงเป็นการยืนยันถึงความเข้มแข็งของระบบครอบครัวไทย

**ตารางที่ 7** ร้อยละของข้าราชการกรุงเทพมหานคร จำแนกตามบุคคลที่ต้องการอยู่ด้วย  
หลังเกษียณอายุราชการ

บุคคลที่ต้องการไปอาศัยอยู่ด้วย	ร้อยละ	
อยู่คนเดียว	4.1	(25)
อยู่กับคู่สมรส	19.5	(120)
อยู่กับบุตรชาย	3.9	(24)
อยู่กับบุตรสาว	5.2	(32)
อยู่กับคู่สมรสและบุตร	40.2	(247)
อยู่กับญาติ	7.0	(43)
อยู่บ้านพักคนชรา	2.0	(12)
อื่น ๆ	4.3	(27)
ยังไม่ได้คิด	13.8	(85)
รวม	100.0	(615)

## แบบแผนการดำเนินชีวิตหลังเกษียณ

ข้อมูลในตารางที่ 8 ได้จากคำถามที่ว่า “ท่านคิดว่าจะใช้ชีวิตอย่างไรหลังเกษียณอายุราชการ” พบว่า ข้าราชการกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่ทั้งกลุ่มที่เตรียมและไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการได้ให้คำตอบว่า ได้คิดเตรียมที่จะทำอะไรไว้แล้วในอนาคต ร้อยละ 87.8 ซึ่งแต่ละคนจะมีความคิดหาอย่างแตกต่างกันไป จากข้อค้นพบนี้ปรากฏว่า แบบแผนการดำเนินชีวิตหลังเกษียณที่ข้าราชการกรุงเทพมหานครต้องการจะทำอันดับแรกคือ การเข้าวัด/โบสถ์/สุเหร่า หากความสงบให้ชีวิต คิดเป็นร้อยละ 50.6 รองลงมาคือ ดำเนินชีวิตอย่างอิสระ ร้อยละ 47.8 ปาเพ็ญคนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม ร้อยละ 41.0 พักผ่อนอยู่กับครอบครัว ร้อยละ 40.8 เข้ากิจกรรมหรือชมรมผู้สูงอายุ ร้อยละ 31.1 และต้องการทำงานต่อไปเพียงร้อยละ 27.2 ตามลำดับ การที่ข้าราชการกรุงเทพมหานครมีแนวโน้มเข้าหาศาสนามากขึ้นนั้น แสดงให้เห็นว่า ข้าราชการมีแนวโน้มที่จะให้ความสำคัญต่อการเตรียมตัวด้านจิตใจมากกว่าด้านอื่นๆ เพราะสังคมไทยเป็นสังคมของพุทธศาสนา การเข้าถึงหลักธรรมทางศาสนาจะทำให้ผู้สูงอายุมีความสงบในจิตใจที่มีขีดเหนือขงชีวิต จะทำให้เป็นผู้ที่มีความสุขและดำรงชีวิตอยู่ต่อไปอย่างมีแก่นสาร เนื่องจากรู้จักนำหลักคำสอนของศาสนามาใช้ได้อย่างเหมาะสม อย่างไรก็ตามมีข้อน่าสังเกตจากประสบการณ์การเข้าหาศาสนาที่น่าสนใจคือ จำนวนข้าราชการที่คิดจะเข้าหาศาสนา (ตารางที่ 8 ร้อยละ 50.6 ของ 615 รายคิดเป็น 311 ราย) มีค่ากว่าที่ได้เข้าหาศาสนาในปัจจุบัน (ตารางที่ 6 ร้อยละ 83.1 ของ 413 รายคิดเป็น 343 ราย) นับว่าเป็นจำนวนของผู้ที่คิดจะเตรียมตัวต่ำกว่าเตรียมจริงถึง 32 ราย ที่เป็นเช่นนี้ ส่วนหนึ่งเนื่องมาจากความไม่สอดคล้องในคำตอบ แต่เหตุผลที่น่าจะเป็นไปได้ คือข้าราชการที่ตอบว่าได้เข้าหาศาสนา เมื่ออายุมากขึ้นหรือหลังเกษียณไปแล้ว อาจสนใจกิจกรรมอื่นมากกว่าที่เคยทำอยู่ นอกจากนี้คำถามเกี่ยวกับความคิดในอนาคตมักจะมีการค้นแปรไปตามภาวะสุขภาพ ข้าราชการที่เคยปฏิบัติธรรมและประกอบศาสนากิจในปัจจุบัน เมื่อเวลาผ่านไปก็เป็นไปได้ที่คิดจะลดกิจกรรมด้านศาสนาทางด้านสุขภาพอนามัยไม่แข็งแรง ดังจะเห็นได้จากข้อมูลอีกส่วนหนึ่งว่าข้าราชการจำนวนน้อยเท่านั้น คือร้อยละ 27.2 ที่ตอบว่าต้องการทำงานต่อไปหลังเกษียณอายุราชการ ซึ่งคงเป็นเพราะข้าราชการกลุ่มนี้ไม่มีปัญหาทางเศรษฐกิจเพราะเกษียณแล้วยังมีเงินปานาญใช้จ่ายหรือภาวะสุขภาพไม่เอื้ออำนวยให้ต้องทำงาน ซึ่งแตกต่างจากผู้สูงอายุกลุ่มอื่นที่มีความจำเป็นทางเศรษฐกิจจึงต้องค้นรนขวนขวายเพื่อความอยู่รอดของตนเองต่อไป



**ตารางที่ 8** ร้อยละของข้าราชการกรุงเทพมหานคร จำแนกตามความคิดที่จะเตรียมตัวไว้สำหรับการดำเนินชีวิตเมื่อเกษียณอายุราชการ

แบบแผนการดำเนินชีวิตหลังเกษียณ	คิด	ไม่คิด	รวม
ต้องการทำงานต่อไป	27.2	72.8	100.0 (615)
ต้องการพักผ่อนอยู่กับครอบครัว	40.8	59.2	100.0 (615)
ดำเนินชีวิตอย่างอิสระ	47.8	52.2	100.0 (615)
เข้าหาศาสนา	50.6	49.4	100.0 (615)
บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม	41.0	59.0	100.0 (615)
เข้าร่วมกิจกรรมผู้สูงอายุ	31.1	68.9	100.0 (615)
คิดที่จะทำอะไรไว้แล้วในอนาคต	87.8	12.2	100.0 (615)