

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งศึกษาถึงความต้องการในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ได้ศึกษาทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษา ดังนี้

1. แนวความคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการเกษียณอายุ
2. แนวความคิดการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุและความต้องการของมนุษย์
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวความคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุงาน (Reirement) เป็นกระบวนการทางสังคมในการประกอบอาชีพที่กำหนดให้บุคคลที่ได้รับการจ้างงานต้องออกจากงาน (สุรกุล เจนอบรม, 2534:52) ซึ่งเป็นภาระที่บุคคลต้องถอนตัวออกจากงานประจำที่ทำอยู่เมื่ออย่างเข้าสู่วัยหนึ่งแล้ว ซึ่งโดยทั่วไปบุคคลจะมีอายุอยู่ระหว่าง 55 – 60 ปี การเข้าสู่ภาวะการเกษียณมิใช่เป็นการสิ้นสุดในการดำเนินชีวิตต่อไป แต่เป็นการเริ่มต้นชีวิตใหม่ที่แตกต่างไปจากการใช้ชีวิตแบบเดิม เช่น การมีเวลาว่างให้แก่งานอดิเรก การทำงานอาสาสมัคร หรือกิจกรรมอื่นตามความสนใจ (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2534 :133)

ความหมายของการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุนี้มีผู้ให้ความหมายไว้มากมาย ดังต่อไปนี้

ราชบัณฑิตยสถาน (2538:112) ได้ให้ความหมายของการเกษียณอายุไว้ว่า หมายถึง การครบกำหนดอายุรับราชการ สิ้นกำหนดเวลารับราชการหรือทำงาน

พูนทรัพย์ จรรยาสุภาพ (2530:4) ให้ความหมายของการเกษียณอายุว่าเป็นการถอนตัวออกมาจากภาวะการหนึ่งไปสู่ภาวะการหนึ่ง เช่น การว่างจากสังคม หรือสิ่งแวดล้อมหนึ่งไปสู่อีกสังคมหนึ่ง เป็นการถอนตัวออกจากบทบาทในหน่วยงานเพื่อไปมีบทบาทอีกบทบาทหนึ่งกับครอบครัว หน่วยงานอื่นหรือมีธุรกิจส่วนตัว

บรรลุ ศิริพานิช (2539:6) กล่าวว่า การเกษียณอายุ หมายถึง การที่ต้องหยุดทำงานที่เคยทำอยู่เป็นประจำ เพราะเหตุอายุครบกำหนดที่หน่วยงานนั้นกำหนดไว้ เช่น ราชการไทย กำหนดให้ข้าราชการครบกำหนดเกษียณอายุเมื่ออายุครบ 60 ปี ถ้างานที่ทำเป็นงานเอกชนก็อาจ

มีการกำหนดอายุให้แตกต่างกันไปตามแต่องค์การนั้น ๆ จะกำหนดไว้ ซึ่งมักจะอนุโลมใช้เวลา 60 ปี ตามราชการเป็นส่วนมาก บางแห่งกำหนดไว้ 55 ปี เป็นต้น

ชวาร์ท (Schwartz, 1979 อ้างถึงใน มาลี ใหญ่สูงเนิน, 2535:19) ได้กล่าวว่าการเกษียณอายุเป็นการเปลี่ยนแปลงระบบความเป็นอยู่หรือย้ายแผนการดำเนินชีวิตซึ่งปกติมักเกี่ยวข้องกับบทบาท ค่านิยม และความสนใจที่เปลี่ยนแปลงไป

นอกจากนี้เบอร์นไซด์ (Burnside, 1981:603) ได้กล่าวถึงการเกษียณอายุคล้ายคลึงกับ แอชเลย์ (Atchley, 1991:197) ว่าเป็นวงจรชีวิตในการประกอบอาชีพที่อยู่ในช่วงต่ำสุดของการจ้างงาน ความรับผิดชอบต่ออาชีพและโอกาสในการทำงานต่างๆ จะลดต่ำลง การเกษียณอายุเป็นบทบาททางสังคมที่กำหนดให้มีการแทนที่บุคคลตามลัทธิหน้าที่และความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ นอกจากนี้การเกษียณอายุเป็นกระบวนการให้แต่ละบุคคลจัดเตรียมชีวิตเพื่อการเริ่มแสวงหา เพื่อการปรับตัวหรือมีกิจกรรมอื่นๆ หรือแม้แต่การปลีกตัวออกจากสังคม

สำหรับประเทศไทย ตามพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญ การเกษียณอายุ หมายถึง การที่ข้าราชการมีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ พ้นจากราชการเมื่อสิ้นปีงบประมาณเมื่อมีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ เนื่องจากถือว่าผู้ที่มีอายุเกิน 60 ปีขึ้นไปนั้น มักมีการเสื่อมสมรรถภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีความต้านทานโรคต่ำ ความคล่องตัวและความคิดอ่านมีจำกัดมากขึ้น ดังนั้นวัยนี้จึงเหมาะที่จะหยุดการทำงานที่ต้องใช้กำลังกายและความคิดที่ก่อให้เกิดความเครียด (กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2524:46)

จากความหมายของการเกษียณอายุดังกล่าวข้างต้น จึงพอสรุปได้ว่าการเกษียณอายุเป็นกระบวนการทางสังคมที่ทำให้ออกจากตำแหน่งทางสังคมหรือหน้าที่การงานเมื่อถึงอายุที่กำหนดตามกฎหมายของแต่ละประเทศ ดังนั้น การเกษียณอายุของข้าราชการจึงหมายถึงการที่ข้าราชการจะต้องออกจากงานเมื่อมีอายุครบเกณฑ์ที่กฎหมายประกาศไว้ นั่นคือ 60 ปีบริบูรณ์

ความต้องการของผู้เกษียณอายุ

ศรีทับทิม พานิชพันธ์ (2525:25) ได้มีแนวความคิดเกี่ยวกับความต้องการของผู้เกษียณอายุในตนเองเดียวกับสุธีรา นุ้ยจันทร์ (2530:6-17) ดังนี้คือ

1. ความต้องการการสนับสนุนจากครอบครัว ผู้เกษียณอายุต้องการความเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว แต่จากแนวโน้มของสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้ขนาดครอบครัวเปลี่ยนจากครอบครัวขยายไปเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ซึ่งทำให้ผู้เกษียณอายุอาจถูกปล่อยให้อยู่อย่างโดดเดี่ยว ดังนั้นบุคคลในครอบครัวควรจะระลึกและเข้าใจถึงความต้องการความรัก ความใกล้ชิด ความยกย่องนับถือ และเห็นคุณค่าของผู้เกษียณอายุดังกล่าวด้วย

2. ความต้องการการประกันรายได้ เนื่องจากรายได้อาจลดลงจากการเกษียณซึ่งหากผู้เกษียณอายุได้มีการประกันสังคม หรือบำเหน็จบำนาญ ก็จะช่วยทำให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข มีความมั่นคง และไม่เป็นการระของลูกหลานและครอบครัว

3. ความต้องการมีส่วนร่วมในสังคมซึ่งผู้เกษียณอายุราชการต้องการความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลในชุมชนและต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ตลอดจนการยอมรับนับถือจากเพื่อนบ้าน และบุคคลในสังคม

4. ความต้องการที่จะลดการพึ่งพาคนอื่นให้น้อยลงไม่ให้เป็นภาระของบุตรหลานหากครอบครัวและสังคมได้ส่งเสริมให้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในครอบครัวและสังคม อาจจะเป็นการช่วยให้ผู้สูงอายุรู้จักพึ่งตนเอง ไม่เป็นภาระแก่สังคมได้

5. ความต้องการที่จะมีความรู้เรื่องการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุและการดูแลสุขภาพ สุขภาพ รวมถึงความรู้และประสบการณ์ใหม่ ๆ ในสังคมเพื่อปรับตัวให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายตามวัยและสิ่งแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม

นอกจากนี้ พอยด์ทรีแนท (Pottemad, 1980 อ้างใน อุษา ศาสตร์ภักดี, 2536:36) ได้กล่าวถึงความต้องการของบุคคลในวัยต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยเกษียณอายุว่ามีความต้องการในด้านต่าง ๆ ดังนี้คือ

1. ชีวิตการทำงาน
2. ความรู้สึกทางอารมณ์
3. ชีวิตครอบครัว เป็นความต้องการความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว
4. ชีวิตในสังคม มีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของสังคม
5. การใช้เวลาว่าง เพื่อให้เกิดประโยชน์ตามความสนใจและความถนัด

คิวด์ (Kidd, 1973:272) ได้เน้นถึงความต้องการเฉพาะของผู้ใหญ่ ซึ่งประกอบด้วยความต้องการด้านต่าง ๆ คือ ด้านครอบครัว และความสัมพันธ์ในครอบครัว ต้องการเป็นผู้บริโภค และการยังชีพ ต้องการมีความสัมพันธ์ทางสังคม ต้องการมีความบันเทิงและต้องการที่จะมีสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจ

กล่าวโดยสรุปจากแนวความคิดเกี่ยวกับความต้องการของผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุราชการ ความต้องการในที่นี้หมายถึงความรู้สึกว่าตนเองขาดสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งสิ่งที่ขาดนั้นอาจเป็นวัตถุที่จับต้องได้ เป็นรูปธรรมหรือนามธรรม เมื่อใดมนุษย์เกิดความต้องการจะแสวงหาความต้องการเพื่อตอบสนองความต้องการที่ยังขาดอยู่ หากเปรียบเทียบความต้องการของบุคคลโดยทั่วไปแล้วจะเห็นว่าผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุราชการมักมีความต้องการทางด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคม มากกว่าความต้องการในด้านปัจจัยสี่ ซึ่งบุคคลที่จะช่วยสนองความต้องการของผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณได้ก็คือบุคคลที่ใกล้ชิดซึ่งอาจเป็นบุคคลในครอบครัว เพื่อนสนิท เพื่อนบ้าน หรือเพื่อนร่วมงาน ตลอดจนบุคคลในสังคมที่ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน (รัชณี เต็มอุดม, 2539:38)

ผลกระทบของการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุ เป็นการกำหนดเกณฑ์อายุเพื่อให้บุคคลออกจากงานหากเป็นหน่วยงานราชการจะเรียกว่า การเกษียณอายุราชการ ซึ่งในประเทศไทยใช้เกณฑ์อายุครบ 60 ปี บริบูรณ์ สำหรับในหน่วยงานเอกชนจะเรียกว่าเกษียณอายุงาน ซึ่งจะใช้เกณฑ์อายุเท่าใดก็ได้แล้วแต่ดุลยพินิจของหน่วยงานนั้น ๆ การเกษียณอายุราชการนี้แม้ว่าบุคคลจะทราบล่วงหน้าก็ตามแต่ก็มักจะก่อให้เกิดผลกระทบต่อตัวผู้เกษียณในหลาย ๆ ด้าน ซึ่งล้วนแต่มีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้เกษียณอายุทั้งสิ้น

การเกษียณอายุเป็นวิกฤตการณ์อย่างหนึ่งที่เป็นปัญหาและมีผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่และจิตใจของผู้เกษียณ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีอาชีพทำงานประจำ เช่น ข้าราชการ ซึ่งต้องเผชิญกับการสูญเสียบทบาทการทำงานและการสูญเสียรายได้ นอกจากการเปลี่ยนแปลงของสุขภาพและการสูญเสียชีวิตคู่ (Atchley, 1976:111) เนื่องจากการเกษียณอายุนั้นทำให้เกิดการสูญเสียบทบาทที่สำคัญของชีวิตไปอย่างหนึ่ง ทำให้ผู้เกษียณมีความเครียดทางจิตใจที่ต้องรับกับสภาพการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น การขาดการพบปะกับเพื่อนร่วมงาน การสูญเสียอำนาจหน้าที่และบทบาททางสังคม การมีสถานภาพสังคมที่ต่ำลง การมีรายได้ที่ลดลงและมีเวลาว่างมาก ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ได้สร้างความหดหู่และเศร้าใจแก่ตัวผู้เกษียณเป็นอย่างมาก (สมศรี กันธมาลา, 2529:23) เนื่องจากก่อนนี้บุคคลจะเกษียณอายุมักจะมีภาระงาน ตำแหน่งหน้าที่การงานที่มั่นคงอยู่ในระดับที่ค่อนข้างสูง เมื่อต้องออกจากงานก็จะรู้สึกว่าศักดิ์ศรีลดลง รู้สึกอาย เสียหน้า ไร้สมรรถภาพ ว่าเหว และเศร้าซึม นอกจากนี้งานยังเป็นองค์ประกอบหนึ่งของบุคลิกภาพ การออกจากงานจึงเท่ากับว่าได้สูญเสียบุคลิกภาพของตนไป โดยเฉพาะบุคคลที่ให้ความสำคัญแก่งานมากและคิดว่างานให้ความสุขความพอใจแก่ตนเอง บุคคลนั้นก็จะไม่ยอมรับสภาพการเกษียณอายุงาน (อัมพล สุอำพัน, 2531:15) จากผลการวิจัยของฮูเกอร์และเวนทิส (Hootker and Ventis, 1984 Quoted in Hooyman and Kiyak, 1988:132) ได้ให้การสนับสนุนว่าผู้เกษียณอายุที่ให้คุณค่าแก่การทำงานสูงจะมีความพึงพอใจในชีวิตน้อยกว่าผู้เกษียณอายุที่ให้คุณค่าแก่การทำงานต่ำ ซึ่งอธิบายได้ว่าบุคคลที่คิดว่างานเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในชีวิตย่อมจะไม่ยอมรับการเกษียณอายุเมื่อต้องเกษียณอายุเพราะถูกบังคับจากกฎเกณฑ์ของสังคมจึงเกิดความไม่พอใจกับสภาพของตนเองหลังการเกษียณอายุมีความรู้สึกต่อต้าน ในทางตรงข้ามบุคคลที่ไม่ยึดมั่นอยู่กับงานจนเกินไปจะยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงหลังเกษียณอายุได้ง่ายกว่า

วิจิตร บุญยะโหดระ (2533:9-13) ได้กล่าวถึงปัญหาของผู้เกษียณอายุ ซึ่งถือว่าเป็นวิกฤตการณ์ร้ายแรงที่ผู้เกษียณอายุจะต้องเผชิญ โดยถือว่าเป็นอันตราย 3 ประการ ของผู้เกษียณ คือ ปัญหาด้านสุขภาพอนามัย ปัญหาด้านเศรษฐกิจ และปัญหาด้านสังคมและจิตวิทยา ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของ ทองใบ หงส์เวียงจันทร์ (2532:29) และธีระยุทธ ทัศนะ (2530:3) ที่ได้กล่าวถึงปัญหาของผู้เกษียณอายุในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ปัญหาด้านสุขภาพอนามัย ซึ่งเกิดขึ้นจากการเกษียณอายุทำให้ระบบแบบแผนของชีวิตเปลี่ยนแปลง ไม่มีกำหนดการทำงานที่แน่นอน ทำให้บุคคลเกิดความไม่สบายใจ ซึ่งจะเป็นอันตรายต่อสุขภาพจิตและก่อให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ อีกสาเหตุหนึ่งเกิดความรู้สึกต่อต้านการเกษียณอายุซึ่งอาจนำไปสู่ความเจ็บป่วยทางร่างกาย นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงบทบาทและสถานภาพทางสังคม ทำให้ขาดการติดต่อกับบุคคลอื่นในแวดวงการทำงาน ซึ่งส่งผลต่อจิตใจทำให้มีจิตใจเศร้าหมอง และส่งผลต่อร่างกายในที่สุด

2. ปัญหาด้านเศรษฐกิจ การเกษียณอายุทำให้รายได้ลดลง ขณะเดียวกันหากผู้เกษียณมีภาระรับผิดชอบต่อครอบครัว หรือไม่สามารถปรับตัวให้เหมาะสมกับรายได้ที่ลดลงได้ ย่อมเกิดปัญหาด้านเศรษฐกิจ นอกจากนี้อาจเกิดปัญหาเรื่องที่อยู่อาศัย และปัญหาการทำงานหลังเกษียณอายุได้ หากไม่มีการเตรียมตัวในด้านรายได้และการใช้จ่ายตลอดจนที่อยู่อาศัยมาก่อน

3. ปัญหาทางด้านสังคมและจิตวิทยา จะพบว่าเมื่อเกษียณอายุแล้ว บทบาทและสถานภาพของบุคคลย่อมเปลี่ยนแปลงไป มีเวลาว่างมากขึ้น ทำให้บุคคลมีความรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้ไร้ประโยชน์ ไม่มีคุณค่า ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพจิตได้ สำหรับปัญหาด้านจิตวิทยามักพบว่าผู้เกษียณนั้นจะได้รับการเคารพยกย่องน้อยลง การติดต่อกับบุคคลอื่นลดลง ถ้าผู้เกษียณอายุไม่ได้เตรียมตัวเตรียมใจไว้ล่วงหน้ามักเกิดปัญหาด้านมโนทัศน์ต่อตนเองและต่อสังคมได้

นอกจากนี้ สุรกุล เจนอบรม (2534:57-58) ได้กล่าวถึงผลกระทบของการเกษียณอายุราชการที่มีต่อการดำเนินชีวิตของผู้เกษียณ ดังนี้คือ

1. ผลกระทบด้านร่างกาย เนื่องจากผู้เกษียณเป็นผู้สูงอายุซึ่งโดยธรรมชาติจะมีการเปลี่ยนแปลงและการเสื่อมโทรมของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย หากผู้เกษียณอายุไม่สามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายจะทำให้เกิดผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต โดยทำให้เกิดความไม่พึงพอใจในชีวิต ซึ่งจากผลการวิจัยของ กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527:30) พบว่าผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีจะมีการปรับตัวได้ดีด้วย ซึ่งจะเห็นได้ว่าสถานภาพทางด้านสุขภาพนั้นเป็นตัวแปรสำคัญที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณด้วย

2. ผลกระทบด้านจิตใจ จะเห็นว่าการเกษียณอายุราชการนั้นมีผลกระทบด้านจิตใจของผู้เกษียณอายุเป็นอย่างมาก ผู้เกษียณอายุอาจมีมโนทัศน์ที่ไม่ดีต่อการเกษียณอายุ เนื่องจากผลการเกษียณนั้นอาจก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงดังนี้ (บรรลู่ ศิริพานิช, 2539:89-90)

2.1 การเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลันของกิจวัตรประจำวันหรือกิจกรรมที่เคยปฏิบัติเป็นประจำในแต่ละวันทำให้มีเวลาว่างมากขึ้นประกอบกับการลดลงของกิจกรรมต่างๆ ในสังคมด้วย

2.2 การเปลี่ยนแปลงในอาชีพและรายได้ เนื่องจากการเกษียณทำให้รายได้ลดลง

2.3 การสูญเสียสถานภาพทางสังคมและตำแหน่งหน้าที่การงาน การได้รับการยอมรับ การได้รับความเคารพยกย่องจากเพื่อนร่วมงาน ผู้ใต้บังคับบัญชา หรือบุคคลอื่นในสังคมลดลงอย่างทันที ทำให้ผู้เกษียณอายุราชการเกิดความรู้สึกว่าคุณค่าและศักดิ์ศรีของตนเองลดลง

2.4 ผลกระทบต่อความสัมพันธ์กับคู่ชีวิตและสมาชิกในครอบครัว เนื่องจากผู้เกษียณอายุราชการมีเวลาอยู่บ้านมากขึ้น ทำให้มีบทบาทหรือมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของครอบครัวมากขึ้น คู่ชีวิตหรือสมาชิกในครอบครัวอาจรู้สึกไม่ชิน เกิดอาการหงุดหงิดหรือไม่สบายใจ

3. ผลกระทบด้านสังคม การเกษียณอายุราชการเป็นการถอนบทบาททางสังคมภายนอก ทำให้ผู้เกษียณอายุมีเวลาว่างมากและมีสังคมเฉพาะภายในบ้าน ขาดการพบปะกับเพื่อนร่วมงาน บทบาททางสังคมและอำนาจต่างๆ ก็ลดลง ส่งผลต่อปัญหาด้านจิตใจ ทำให้เกิดความเหงาและว้าเหว่ ซึ่งหากไม่มีบทบาทใหม่มาทดแทนจะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจต่อชีวิต

4. ผลกระทบด้านเศรษฐกิจ เมื่อเกษียณอายุราชการทำให้รายได้ลดลง ขณะเดียวกันรายจ่ายเกี่ยวกับสุขภาพที่เสื่อมลงก็จะเพิ่มขึ้นทำให้ประสบปัญหาทางด้านเศรษฐกิจด้วย

กล่าวโดยสรุปจะเห็นว่า การเกษียณอายุราชการนั้นได้ก่อให้เกิดปัญหาและผลกระทบต่อตัวผู้เกษียณอายุราชการเป็นอย่างมาก ในด้านอัตมโนทัศน์ผู้เกษียณอายุราชการจะรู้สึกว่าตนเองด้อยคุณภาพ ไม่มีความสำคัญ ไม่มีประโยชน์ต่อสังคมเพราะไม่ได้ประกอบอาชีพ ในด้านจิตใจทำให้รู้สึกเหงาและว้าเหว่ เศร้าซึมและขาดเพื่อนขาดการทำงานที่เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ในด้านสังคม ผู้เกษียณอายุราชการจะถูกเปลี่ยนแปลงด้านบทบาทหน้าที่และสถานภาพทางสังคม ซึ่งบางคนอาจเคยมีสถานภาพทางสังคมสูง เมื่อเกษียณอายุราชการแล้วก็กลายเป็นบุคคลธรรมดา ในทางเศรษฐกิจก็จะมีผลกระทบเนื่องจากมีรายได้ต่ำลง เกิดการเปลี่ยนแปลงวิธีการดำเนินชีวิต สำหรับในด้านสุขภาพนั้นก็เกิดผลกระทบจากปัญหาด้านจิตใจและด้านสังคม เมื่อมีปัญหาด้านจิตใจก็ส่งผลให้สุขภาพเสื่อมโทรมเร็วขึ้น นอกจากจะก่อให้เกิดปัญหาและผลกระทบต่อตัวบุคคลแล้ว การเกษียณอายุราชการยังส่งผลกระทบต่อหน่วยงานได้อีกด้วย ดังจะเห็นได้จากการที่บุคคลใกล้เกษียณอายุราชการมักขาดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ขาดความกระตือรือร้นในการทำงาน ส่งผลให้งานด้อยประสิทธิภาพ (วีระ สุเมธาพันธ์, 2525: 67) นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อครอบครัวและบุคคลที่ใกล้ชิดอีกด้วย ดังนั้นหากผู้เกษียณอายุราชการได้มีการเตรียมตัวล่วงหน้าเป็นอย่างดีตั้งแต่ก่อนเกษียณอายุราชการ ก็จะช่วยลดความรู้สึกสูญเสีย สามารถแสดงบทบาทได้อย่างเหมาะสม และช่วยให้ปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการ (ฉัตรตริยา นาคเกษม, 2538: 34) ซึ่งส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตหลังเกษียณอายุราชการได้อีกด้วย

แนวความคิดการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุและความต้องการของมนุษย์

การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

การเกษียณอายุ เป็นภาวะของการเปลี่ยนแปลงบทบาทการดำเนินชีวิต เนื่องจากกลายเป็นวิกฤตการณ์ที่ทำให้เกิดปัญหาและผลกระทบอย่างมากมายต่อผู้เกษียณอายุทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและเศรษฐกิจ โดยเฉพาะผู้ที่มียาชีพทำงานประจำเช่นข้าราชการ ดังนั้นหากมีการส่งเสริมให้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุก็จะช่วยให้ผู้เกษียณสามารถปรับตัวภายหลังเกษียณได้เป็นอย่างดี (Eyde and Rich, 1983:216) มีความพร้อมและมีความพึงพอใจในชีวิต (วิจิตร บุญยะโทตระ, 2535:49) และประสบผลสำเร็จในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณ ซึ่งจากการศึกษาของ ศิริวรรณ สินไชย (2531:82) ช่อทิพย์ บุญญานันท์ (2534:74) และไดแคลแมน (Diekelmann, 1978 Quoted in Stone et al, 1987:691) พบว่าผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณนั้นจะสามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตได้ภายหลังเกษียณดีกว่าผู้ที่ไม่มีการเตรียมตัว ดังนั้นผู้ที่ประกอบอาชีพที่ต้องมีการเกษียณอายุเช่นข้าราชการ จึงควรให้ความสนใจต่อการเตรียมรับสภาพการเกษียณอายุเพื่อการดำรงชีวิตที่เป็นสุขภายหลังเกษียณ การเตรียมตัวที่ดีจะมีส่วนช่วยให้บุคคลปรับการเปลี่ยนแปลงของชีวิตภายหลังเกษียณได้ง่ายขึ้น (เกษม และกุลยา ตันติผลาชีวะ, 2538:10) หากมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณยิ่งเร็วเท่าไรก็ยิ่งดีเท่านั้น (Leedy and Wynbandt, 1987:187)

วิจิตร บุญยะโทตระ (2533:10) ได้เสนอแนะว่าการวางแผนการเกษียณอายุจะทำได้ล่วงหน้านาน ๆ เช่น 10 ปี ก่อนเกษียณอายุ การวางแผนล่วงหน้าทำให้เกิดความคุ้นเคยกับแนวคิดในการเกษียณอายุและมีการวางแผนได้อย่างรัดกุมยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านการเงิน สุขภาพ และการใช้เวลาว่าง ขณะเดียวกัน สมบูรณ์ ศาลยาชีวิน (2526:56-57) ได้ให้ความเห็นว่าประมาณ 5 ปีสุดท้ายของวัยกลางคน ผู้ใหญ่จะมีความวิตกกังวลกับชีวิตตอนออกจากงาน จะขาดการสังสรรค์สมาคมกับเพื่อนร่วมงาน มีความรู้สึกไม่มีค่าในตัวเอง รายได้ก็ลดลง ดังนั้นควรมีการเตรียมตัวสำหรับเกษียณไว้ล่วงหน้าจะช่วยให้ทัศนคติดีขึ้น ซึ่งการเตรียมตัวก่อนเกษียณดังกล่าวควรมีการวางแผนในด้านการเงิน การดำรงชีวิตหลังเกษียณ ตลอดจนงานอดิเรก กิจกรรมในสังคมรวมถึงสุขภาพด้วย นอกจากนี้

ชะลอ ธรรมศิริ (2536:9-11) ได้ให้ความเห็นว่า ก่อนเกษียณ 3 ปี ควรเตรียมตัวในเรื่องที่อยู่อาศัย การเงิน สุขภาพอนามัยและด้านอารมณ์

สมศรี กันธมาลา (2529:70-72) ได้เสนอแนะให้บุคคลมีการเตรียมตัวและเตรียมใจเพื่อการเกษียณอายุ ดังนี้

1. การเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุ บุคคลควรมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุในด้านต่าง ๆ คือ

1.1 การเตรียมด้านร่างกายเพื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ควรมีการออกกำลังกายอย่างเหมาะสม และมีการตรวจเช็คร่างกายด้วย

1.2 การเตรียมตัวด้านสังคม จะต้องรู้จักกำหนดบทบาทหน้าที่ของตนที่มีต่อบุตรหลานหรือสมาชิกอื่น ๆ เตรียมสร้างสัมพันธภาพในสังคมต่อบุคคลอื่นด้วย

1.3 การจัดเตรียมที่อยู่อาศัย ควรจะมีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองเพราะผู้ที่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองจะรู้สึกมั่นคง อบอุ่น และสามารถจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับการใช้ชีวิตในวัยสูงอายุได้ หากไม่มีบ้านเป็นของตนเองควรเตรียมการวางแผนอยู่ร่วมกับบุตรหลาน

1.4 การเตรียมฐานะการเงิน ควรมีการวางแผนการใช้จ่ายและเตรียมเงินสำรองสำหรับตนเองและครอบครัวไว้ใช้ภายหลังการเกษียณอายุ

1.5 ควรเตรียมทำกิจกรรมต่าง ๆ ภายหลังการเกษียณอายุจะทำให้ไม่เกิดความเจียบเหงา

2. การเตรียมใจเพื่อรับการเกษียณอายุราชการ ได้แก่

2.1 การเตรียมความพร้อมในด้านความคิดเกี่ยวกับงานประจำที่เคยทำและไม่ต้องทำภายหลังเกษียณอายุ การเกษียณอายุใหม่ ๆ อาจทำให้ไม่คุ้นเคย จึงควรหางานอดิเรกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมซึ่งสามารถช่วยได้มาก

2.2 การเตรียมทำความเข้าใจที่ถูกต้องกับเกียรติยศ ชื่อเสียง การนำหลักธรรมในพุทธศาสนามาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ จะช่วยผ่อนคลายความเศร้าเสียใจได้

2.3 การเตรียมบริหารเวลาให้ถูกต้อง เพราะผู้เกษียณมีเวลารว่างมากต้องจัดสรรเวลาให้เกิดประโยชน์โดยแบ่งเวลาสำหรับตนเอง ครอบครัว และสังคม เป็นต้น

จากแนวความคิดในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของบุคคล อาจกล่าวได้ว่าเป็นสิ่งที่สำคัญมากต่อคนที่มีอาชีพโดยเฉพาะข้าราชการ ซึ่งสามารถทำได้หลายอย่าง เช่น การสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจ การเตรียมหางานพิเศษหรืองานอดิเรกเพื่อชดเชยอาชีพ และการวางแผนว่าจะใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุราชการอย่างไร (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2530:30) นอกจากนี้บุคคลควรวางแผนเตรียมตัวในการดูแลสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ ตลอดจนที่อยู่อาศัยและการใช้เวลาว่างในด้านการบินเหิง สันทนาการต่าง ๆ รวมถึงกิจกรรมในสังคมซึ่งอาจเป็นงานสาธารณกุศลต่าง ๆ ด้วย (สุรกุล เจนอบรม, 2534:66-82) ซึ่งการวางแผนเตรียมตัวในด้านต่าง ๆ นี้ควรวางแผนและเตรียมการไว้ล่วงหน้าก่อนเกษียณอายุเป็นเวลานานหรือประมาณ 10-15 ปี ก่อนเกษียณอายุ (พาร์ดินสัน และคณะ, 2531:77)

กล่าวโดยสรุป จากแนวคิดในการเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุราชการนั้นจะเห็นได้ว่าการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งที่บุคคลจะต้องเตรียมตัวให้พร้อมทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจ และสังคม ซึ่งอาจเตรียมได้ทั้งในระดับบุคคลและการสนับสนุนทางสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสนับสนุนจากหน่วยงานของบุคคลนั่นเอง

ความต้องการของมนุษย์

ความต้องการของมนุษย์มีมากมายและแตกต่างกันออกไปเนื่องจากความแตกต่างระหว่างบุคคล อาทิ เพศ สรีระทางร่างกายสติปัญญาและความสามารถพิเศษ อารมณ์ สังคม ความรู้และประสบการณ์ จึงทำให้บุคคลสนใจและมีความต้องการแตกต่างกันไป (นิภา แก้วศรีงาม, 2527:15-18) ซึ่งมาสโลว์ (Maslow, 1987:52) ได้จำแนกความต้องการของมนุษย์ไว้ ดังนี้

1. ความต้องการทางร่างกาย (Physiological Needs) เป็นความต้องการที่ทุกคนต้องการ ได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค เป็นต้น
2. ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Safety Needs) ความต้องการที่จะได้รับการป้องกันอันตรายและการคุกคามต่าง ๆ รวมถึงการแสวงหาความมั่นคงด้วย
3. ความต้องการความรักและความเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Love and Belonging Needs) ได้แก่ ความต้องการเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคม เช่น ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว การเป็นสมาชิกของสมาคม กลุ่มของสโมสรและชมรมใดชมรมหนึ่ง เช่น ชมรมพระเครื่องและวัตถุโบราณ ชมรมภาพถ่าย สมาคมศิษย์เก่า เป็นต้น นอกจากนี้ยังต้องการยอมรับจากสมาชิกหรือเพื่อนในกลุ่มด้วย
4. ความต้องการเกียรติ ความเคารพนับถือ และการยกย่องจากบุคคลอื่น และความภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem Needs) คนทุกคนต้องการชื่อเสียงและคำยกย่องรวมถึงการยอมรับนับถือในความสามารถของตนด้วย
5. ความต้องการที่จะเป็นบุคคลโดยสมบูรณ์ (Self-Actualization Needs) หมายถึง การมีเอกลักษณ์ มีศักยภาพ (Potentialities) พึงพอใจในความสำเร็จของตน การตัดสินใจได้ด้วยตนเอง และสามารถบรรลุเป้าหมายของตนได้ รวมถึงความมีปัญญา มีความคิดสร้างสรรค์ ความกล้าหาญ ความรอบรู้ ความซื่อตรง ความรัก และความไม่เห็นแก่ตัว

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าความต้องการของมนุษย์ตามความคิดของมาสโลว์เริ่มต้นจากความต้องการทางด้านร่างกายก่อนเมื่อความต้องการด้านนี้ได้รับการตอบสนองแล้วความต้องการด้านอื่นจึงจะตามมาตามลำดับ

ในการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกษียณอายุราชการทำให้ทราบว่าการที่ข้าราชการสามารถใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอย่างมีความสุขได้นั้นจะต้องมีการเตรียมตัวก่อนที่จะมีการเกษียณอายุราชการซึ่งต้องมีการวางแผนอย่างมีขั้นตอน การศึกษาความต้องการในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ในที่นี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาถึงความต้องการการสนับสนุนจากมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการและความต้องการความรู้ในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ รวมทั้งหมด 5 ด้าน ประกอบด้วย ด้านร่างกายและจิตใจ ด้านรายได้และการใช้จ่าย ด้านงานอดิเรก ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการมีส่วนร่วมในสังคม เนื่องจากหากทราบถึงความต้องการและได้สนองตอบความต้องการนั้นแล้วจะช่วยลดปัญหาที่เกิดขึ้นภายหลังเกษียณอายุราชการของข้าราชการได้เป็นอย่างดี และก่อให้เกิดความพึงพอใจแก่ข้าราชการที่จะเกษียณอายุราชการนั้นด้วย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในประเทศ

กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527) ศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับปรุงตัวของผู้เกษียณอายุราชการในเขตอำเภอเมือง และอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับปรุงตัวของผู้เกษียณอายุ ได้แก่ ความสมดุลของรายรับกับรายจ่าย ระดับตำแหน่งหน้าที่การงานก่อนเกษียณ ระยะเวลาหลังเกษียณอายุ การมีส่วนร่วมในสังคม และสถานภาพทางสุขภาพ นอกจากนี้ยังพบว่าผู้เกษียณที่มีส่วนร่วมในสังคมมากจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้เกษียณที่มีส่วนร่วมในสังคมน้อย และผู้เกษียณอายุที่มีรายรับกับรายจ่ายสมดุลกันจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้เกษียณอายุที่มีรายจ่ายที่ไม่สมดุลกัน และผู้เกษียณอายุที่มีสถานภาพทางสุขภาพดี จะปรับตัวได้ดีกว่าผู้เกษียณอายุที่มีสุขภาพไม่ดี

สมศรี กันธมาลา (2529) ศึกษาบทบาทของผู้เกษียณอายุให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม ผลการศึกษาพบว่า ผู้ที่จะเกษียณอายุเป็นผู้ที่สมรสแล้วและอยู่กับคู่สมรส มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจพอใช้ โดยส่วนใหญ่มีฐานะพอเลี้ยงตนเองได้ มีบ้านพักอาศัยเป็นของตนเอง มีการเตรียมตัวที่จะเกษียณอายุโดยได้เตรียมความพร้อมในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และเตรียมประกอบอาชีพภายหลังเกษียณอายุ โดยจะประกอบธุรกิจส่วนตัว รับผิดชอบต่อภาระในด้านการมีส่วนร่วมในกิจกรรมเพื่อสังคม ส่วนใหญ่สนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมถ้ามีโอกาส แต่คาดหวังว่าจะมีโอกาสใช้ความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ความชำนาญที่มีอยู่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมแต่ขึ้นอยู่กับความพร้อมและโอกาสของแต่ละบุคคล สำหรับทัศนะเกี่ยวกับการจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ เห็นสมควรให้มีการออกกฎหมายประกันสังคมสำหรับผู้สูงอายุ นอกจากนี้เห็นควรให้มีบริการพิเศษสำหรับผู้สูงอายุ ในด้านการรักษาพยาบาล พาหนะเดินทาง การมี

แกนกลางในการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ เพื่อมีส่วนร่วมกิจกรรมในสังคมเพื่อเป็นการรวมกลุ่มผู้อาวุโสที่มีความรู้ ความชำนาญ และประสบการณ์ ให้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความรู้ ทั้งยังเป็นการส่งเสริมคุณค่าของผู้อาวุโส โดยให้คำปรึกษาด้านวิชาการแก่บุคคลหรือองค์กรต่างๆ

มารศรี นุชแสงพลี (2532) ศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ : ศึกษากรณีผู้สูงอายุในชุมชนบ่อนไก่ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุสูงสุด คือ รายได้ รองลงมาคือ สุขภาพ ระดับการศึกษา และระดับความถี่ในการปฏิสัมพันธ์กับบุตรหลาน และการมีงานอดิเรก ลักษณะภูมิหลังของผู้สูงอายุที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ คือ สถานภาพสมรส นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้สูงอายุที่มีงานอดิเรกทำในเวลาว่างและมีความถี่ในการปฏิสัมพันธ์กับบุตรหลานสูงจะเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูงด้วย

จารุพรรณ ศรีสว่าง (2532) ศึกษาวิจัยเรื่อง กิจกรรมและความคาดหวังของข้าราชการเกษียณอายุในประเทศไทย ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เข้าร่วมกิจกรรมหลังเกษียณ เช่น งานอดิเรก หรืองานยามว่าง การเข้าร่วมเป็นสมาชิกของสมาคมหรือกลุ่มทำงานเพิ่มรายได้ และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมประเภทการทำงานอดิเรกหรืองานยามว่าง คือ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ตำแหน่งหน้าที่การงานครั้งสุดท้าย ระดับตำแหน่งกับสภาวะสุขภาพ

วิมล ทาบุราญ (2532) ศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของข้าราชการทหารหลังเกษียณ ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของข้าราชการเกษียณ คือ เพศ ระดับการศึกษา ความสัมพันธ์ในครอบครัว และการมีส่วนร่วมในสังคม โดยผู้ที่มีการศึกษาและความสัมพันธ์ในครอบครัวสูง จะมีความพึงพอใจมากกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาและความสัมพันธ์ในครอบครัวต่ำ นอกจากนี้ผู้เป็นสมาชิกขององค์กรจะมีระดับความพึงพอใจมากกว่าผู้ที่ไม่ได้เป็นสมาชิก

ช่อทิพย์ บุญยานันท์ (2534) ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตครุที่เตรียมตัวและไม่ได้เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ ผลการศึกษาพบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต โดยผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณจะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่ไม่ได้เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุซึ่งผู้ที่มีสุขภาพดีจะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่มีสุขภาพไม่ดี

เบญจมา เลหาพูนรังสี (2534) ศึกษาวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการกับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือนจังหวัดนครราชสีมา ผลการศึกษาพบว่า ผู้เกษียณอายุราชการส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอยู่ในระดับต่ำ การปรับตัวภายหลังเกษียณอยู่ในระดับปานกลาง และพบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุ โดยที่การเตรียมตัวด้านการใช้เวลา นั้นมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวภายหลังเกษียณมากที่สุด รองลงมาคือ การเตรียมตัวด้านจิตใจ นอกจากนี้ยังพบว่า สถานภาพสมรสและสัมพันธ์ภาพในครอบครัวมี

ความสัมพันธ์กับการปรับตัวภายหลังเกษียณ โดยผู้ที่มีสถานภาพสมรสคู่จะมีการปรับตัวดีกว่าผู้ที่มีสถานภาพโสด หย่า หม้าย แยก

สุนน มาคะพุด (2534) ศึกษาวิจัยเรื่อง ประสิทธิภาพของการอบรมเรื่องการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุของข้าราชการตำรวจระดับประทวนในเขตกรุงเทพมหานคร โดยได้ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่ได้รับการอบรมกับกลุ่มที่ไม่ได้รับการอบรมการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มที่ได้รับการอบรมมีคะแนนความรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวของผู้เกษียณอายุ การปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิตของผู้เกษียณอายุ ความพึงพอใจในชีวิตทั่วไปและความรู้สึกต่อการเกษียณอายุสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการอบรม

สุลักษณ์ มีชูทรัพย์ และคณะ (2535) ได้ทำการสำรวจการเตรียมตัวของบุคคลก่อนเกษียณอายุ ผลการศึกษาพบว่า มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจ และสังคม ในระดับปานกลาง โดยเพศชายจะมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในด้าน เศรษฐกิจและสังคม แตกต่างจากเพศหญิง

ตามพวรรณ แซ่มซ้อย (2536) ศึกษาวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมกับความสามารถในการปฏิบัติพัฒนาภิกิจของข้าราชการบำนาญ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี ผลการศึกษาพบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุและการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการปฏิบัติพัฒนาภิกิจของข้าราชการบำนาญ

อุทัยวรรณ กสานต์สกุล (2536) ศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ : ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการบำนาญกระทรวงมหาดไทย ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุมากที่สุด คือ สถานภาพทางการเงิน รองลงมาคือ การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ความสัมพันธ์ในครอบครัว ความสัมพันธ์กับเพื่อน และการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรม ตามลำดับ ส่วนปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ คือ สถานภาพสมรสและระดับการศึกษา

อุษา ศาสตรร์ภักดี (2536) ศึกษาวิจัยเรื่อง การมีส่วนร่วมของสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มสมาชิกผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุในระดับปานกลาง นอกจากนี้ยังพบว่า ระดับการศึกษาสุขภาพร่างกาย และการได้รับการสนับสนุนจากกลุ่มอิทธิพลเป็นปัจจัยที่ไม่มีอิทธิพลต่อการมีส่วนร่วมของสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุ ความคาดหวังผลประโยชน์ที่จะได้รับการเป็นสมาชิก ความสนใจในข่าวสารเกี่ยวกับชมรมผู้สูงอายุมีอิทธิพลต่อการมีส่วนร่วมของสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุ

พวงผกา ชื่นแสงเนตร (2538) ศึกษาวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว พฤติกรรมการดูแลตนเอง และความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในเขตพื้นที่พัฒนาอุตสาหกรรมชายฝั่งทะเลภาคตะวันออก จังหวัดชลบุรี ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ อายุ

การศึกษา รายได้ ความพอเพียงของรายได้ ภาวะสุขภาพ สัมพันธภาพในครอบครัว และ พฤติกรรมการดูแลตนเอง

กรณีการ พงษ์สนธิ และคณะ (2538) ศึกษาวิจัยเรื่อง การเตรียมตัวก่อน เกษียณอายุของบุคลากรในสถาบันอุดมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ในด้านงานอดิเรกมากที่สุด รองลงมาคือ การเตรียมตัวก่อน ลีนชีวิต การเตรียมตัวด้านเศรษฐกิจ การเตรียมตัวด้านที่อยู่อาศัย และการเตรียมตัวด้านการมีส่วนร่วมในชุมชน ตามลำดับ นอกจากนี้พบว่าบุคลากรมีปัญหาในเรื่องสุขภาพและการเจ็บป่วย ตลอดจนมีอาการที่เปลี่ยนแปลงง่าย

ฉัตรตริยา นาคเกษม (2538) ศึกษาวิจัยเรื่อง ความคิดเห็นของข้าราชการก่อน เกษียณ สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการส่วนกลางเกี่ยวกับการศึกษานอกระบบโรงเรียน สำหรับข้าราชการผู้สูงอายุก่อนและหลังการเกษียณอายุ ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่มีความ คิดเห็นว่าควรจัดการให้ข่าวสาร ข้อมูลต่างๆ สำหรับข้าราชการก่อนเกษียณอายุให้มากที่สุด เพราะเป็นช่วงที่เตรียมตัวจะเกษียณอายุ และควรเป็นข่าวสารความรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อน เกษียณอายุ อาทิ หลักโภชนาการ การรักษาสุขภาพอนามัย การออกกำลังกาย เป็นต้น

รัชณี ฝนทองมงคล (2538) ศึกษาวิจัยเรื่องการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุภายหลัง เกษียณอายุราชการ ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนหนึ่งเคยได้รับความรู้มาก่อนเกษียณอายุ และมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณในด้านงานอดิเรก ด้านสุขภาพ ด้านอาชีพ ด้านรายได้และที่อยู่ อาศัย อยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 63.4) นอกจากนี้ยังพบว่า มีทัศนคติต่อชีวิตภายหลัง เกษียณอายุเป็นไปในทางบวก ซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิตในปัจจุบัน ส่วนปัญหาที่สำคัญคือปัญหา ด้านสุขภาพ (ร้อยละ 70)

มาลัย ชูดวง (2539) ศึกษาวิจัยเรื่อง การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบสำหรับ ข้าราชการก่อนเกษียณอายุ สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่มี ความต้องการกิจกรรมการศึกษานอกระบบในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพกายและจิตใจมากที่สุด รองลงมาคือ การมีส่วนร่วมในสังคมโดยต้องการให้หน่วยงานจัดกิจกรรมก่อนเกษียณ 1 ปี

ดารณีย์ ศรีสวัสดิ์กุล (2539) ศึกษาวิจัยเรื่อง การเตรียมการเกษียณอายุราชการ : ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ผลการศึกษาพบว่า ข้าราชการ มีการเตรียมการเกษียณอายุในระดับปานกลาง และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมการ เกษียณอายุ คือความสัมพันธ์กับครอบครัว และความสัมพันธ์กับเพื่อน ส่วนปัจจัยที่ไม่มี ความสัมพันธ์กับการเตรียมการเกษียณอายุ คือ อายุ การศึกษา สถานภาพสมรส สถานภาพ ทางตำแหน่ง สถานภาพทางสุขภาพ สถานภาพทางเศรษฐกิจ และความต้องการสนับสนุนจาก หน่วยงาน

รัชณี เต็มอุดม (2539) ศึกษาวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อน เกษียณอายุ การสนับสนุนทางสังคมกับสุขภาพจิตของข้าราชการบำนาญในเขตอำเภอเมือง

จังหวัดนครพนม ผลการศึกษาพบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุและการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของข้าราชการบำนาญ

ดวงจันทร์ บุญรอดชู (2540) ศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของข้าราชการศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการกระทรวงสาธารณสุข ส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวเกษียณอายุในระดับค่อนข้างสูง โดยมีการเตรียมด้านจิตใจและอารมณ์มากที่สุด รองลงมาคือ ด้านที่พักอาศัย และด้านร่างกาย ส่วนด้านการเงินและการใช้จ่ายอยู่ในระดับปานกลาง สำหรับ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณอายุข้าราชการ ได้แก่ ระยะเวลาก่อนเกษียณ ระดับการศึกษา สถานภาพการสมรส การอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การสนับสนุนจากหน่วยงาน และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณ โดยพบว่าข้าราชการที่มีระยะเวลาใกล้เกษียณมากกว่าจะมีการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีระยะเวลาก่อนเกษียณที่ไกลออกไป ข้าราชการที่มีระดับการศึกษาสูง จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีระดับการศึกษาต่ำ ข้าราชการที่เคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่ไม่เคยได้รับการเตรียมตัว ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวสูง จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวต่ำ ข้าราชการที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับสูง จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนในระดับต่ำกว่า ข้าราชการที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมสูงจะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในระดับต่ำ ข้าราชการที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานสูง จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในระดับต่ำกว่า และข้าราชการมีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับปานกลางขึ้นไป จะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีกว่าข้าราชการที่มีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในระดับต่ำ

งานวิจัยในต่างประเทศ

แมคเฟอร์สัน (McPherson, 1979) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ “การดำเนินชีวิตก่อนเกษียณ และการวางแผนก่อนเกษียณอายุ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตก่อนเกษียณกับระดับการวางแผนสำหรับเกษียณและการตัดสินใจเกษียณกลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 55 – 64 ปี ผลการศึกษาพบว่า ลักษณะอาชีพ รายได้ ระดับการศึกษา ภาวะสุขภาพ และการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติต่อการเกษียณและการตัดสินใจเกษียณ ซึ่งส่งผลต่อการวางแผนก่อนเกษียณด้วย

บูทเนอร์ (Beutner, 1980) ได้ศึกษาเรื่อง “ความแตกต่างด้านทัศนคติและพฤติกรรม การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุระหว่างข้าราชการชายและหญิงของมหาวิทยาลัย” โดยศึกษากลุ่มตัวอย่างอายุระหว่าง 18-70 ปี จำนวน 5,280 ราย พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งเพศชายและเพศหญิง

มีระดับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุเพิ่มขึ้นตามระดับอายุที่เพิ่มขึ้น โดยเพศหญิงจะมีการเตรียมตัวและมีความสนใจในการรับข่าวสารเกี่ยวกับการวางแผนก่อนเกษียณมากกว่าเพศชาย

กริฟฟิธ (Griffith, 1983) ได้ศึกษา “โปรแกรมการวางแผนก่อนการเกษียณอายุของครูโรงเรียนประถมศึกษาในรัฐเท็กซัส” จำนวน 118 โรงเรียน พบว่า ร้อยละ 10 มีโปรแกรมการให้ความช่วยเหลือครูในการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุ ซึ่งโปรแกรมนี้อาจจะเป็นแบบพบปะเพื่อให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลเกี่ยวกับรายได้ การจัดระบบค่าใช้จ่าย และกฎหมายที่ควรรู้โดยจัดให้กับครูภายใน 1 ปี ก่อนถึงวันเกษียณอายุ ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นว่าโปรแกรมนี้อาจมีประโยชน์เป็นอย่างมากในด้านกฎหมาย การรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การปรับตัวเกี่ยวกับบทบาทที่เปลี่ยนแปลงไปและการหางานอื่นทำ เป็นต้น

โฮวาร์ด (Howard, 1986) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ผลของการอบรมให้ความรู้ในการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุต่อการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ” ในสหรัฐอเมริกาพบว่า ผู้ที่ได้รับการอบรมจะมีการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมและมีการวางแผนในการดำรงชีวิตมากกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการอบรม

ดัทเชอร์ (Dutcher, 1989) ได้ศึกษา “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณ” โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างจากลูกจ้างที่เกษียณแล้ว จำนวน 104 ราย เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า ระดับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของเพศชายและเพศหญิง ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณแตกต่างกัน โดยเพศชายจะมีความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณมากกว่าผู้ที่มีสถานภาพสมรสหม้ายหรือหย่า นอกจากนี้ยังพบว่า ระดับของการเข้าร่วมกิจกรรม (Activities) และภาวะสุขภาพ (Health) นั้นมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณด้วย

คริฟส์ (Cripps, 1992) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ผลของการจัดโปรแกรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณที่มีต่อทัศนคติต่อการเกษียณ ความพึงพอใจในงานอดิเรกและการเข้าร่วมกิจกรรมงานอดิเรก” พบว่าโปรแกรมดังกล่าวได้ช่วยให้ผู้เข้าร่วมในโครงการสามารถวางแผนก่อนเกษียณอายุได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้ผลการศึกษาดังกล่าวยังพบว่า โปรแกรมการเตรียมตัวก่อนเกษียณนี้มีอิทธิพลต่อทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณและส่งผลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้วย

คอนราด (Conrad, 1993) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การเตรียมตัวและการตัดสินใจเกษียณของครูประถมศึกษา” พบว่า การเข้าร่วมโปรแกรมการวางแผนเตรียมตัวเพื่อเกษียณของครูประถมศึกษานั้นขึ้นกับระดับการศึกษา และเพศชายจะเข้าร่วมโปรแกรมดังกล่าวมากกว่าเพศหญิง ซึ่งส่งผลทำให้มีความแตกต่างกันในเรื่องทัศนคติต่อการเกษียณและความพร้อมในการเกษียณ และพบว่าผู้ที่แต่งงานแล้วและโสดจะมีการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุดีกว่าผู้ที่เป็นหม้าย หรือหย่าร้าง นอกจากนี้ยังพบว่า ตัวแปรพยากรณ์ที่ดีที่สุดในการตัดสินใจเกษียณ คือ ทัศนคติต่อการเกษียณ และจำนวนปีของการทำงาน

แลนเดอร์ (Landers, 1993) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ผลของการวางแผนก่อนเกษียณที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตหลังเกษียณของครู” โดยสุ่มตัวอย่างจากสมาชิกที่อยู่ในระบบเกษียณโดยใช้เกณฑ์ของรายได้เป็นหลัก จำนวนทั้งสิ้น 812 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มที่ยังไม่เกษียณ 641 ราย และกลุ่มที่เกษียณแล้ว 171 ราย การเก็บข้อมูลใช้แบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่าระดับรายได้และลักษณะงานมีความสัมพันธ์กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ ความพึงพอใจในชีวิตนั้นมีความสัมพันธ์กับการวางแผนก่อนเกษียณ และสมาชิกส่วนใหญ่เห็นว่าควรมีการวางแผนก่อนเกษียณโดยหน่วยงานควรจะมีการจัดประชุมสัมมนา หรือให้ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับการเตรียมตัวเกษียณอายุก็จะเป็นประโยชน์ต่อการวางแผนก่อนเกษียณของสมาชิกเป็นอย่างมาก

คูเมลาชูว์ (Kumelachew, 1996) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การวิเคราะห์การเตรียมความพร้อมในการเกษียณของบุคลากรในมหาวิทยาลัย” กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคลากรในมหาวิทยาลัยอเมริกัน จำนวน 1,039 ราย มีวัตถุประสงค์ในการศึกษาเพื่อวิเคราะห์ถึงทัศนคติต่อการเกษียณ การรับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณและพฤติกรรมการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณโดยในเพศหญิงมีความแตกต่างกันในด้านสถานภาพทางตำแหน่ง และระยะเวลาใกล้เกษียณ สำหรับเพศชายนั้นมีความแตกต่างกันในด้านระดับการศึกษาและสถานภาพทางตำแหน่ง ถึงแม้ว่าจะมีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณแต่การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณและการจัดกิจกรรมสำหรับการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณก็ยังคงค่อนข้างน้อย ซึ่งส่วนใหญ่แล้วนั้นมีความต้องการให้หน่วยงานจัดกิจกรรมช่วยเหลือในการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ นอกจากนี้ผลการศึกษายังพบว่า การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเกษียณนั้นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณ โดยผู้ที่ได้รับข้อมูลข่าวสารมากกว่าจะสามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุได้ดีกว่า ซึ่งหน่วยงานควรจัดโปรแกรมการศึกษาเกี่ยวกับการวางแผนเตรียมตัวก่อนเกษียณให้กับบุคลากรตั้งแต่นั้น ๆ ในช่วงเวลาที่ยังทำงานอยู่

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเกษียณอายุราชการทำให้ผู้วิจัยเกิดแนวคิดในประเด็นที่ว่าหากข้าราชการมีการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุราชการ โดยได้รับความรู้ทั้ง 5 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านรายได้และการใช้จ่าย ด้านงานอดิเรก ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการมีส่วนร่วมในสังคม อาจช่วยลดความวิตกกังวล และช่วยให้ผู้เกษียณอายุราชการสามารถปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการนี้ควรกระทำทั้งในระดับบุคคลและสังคม ดังนั้นการสนับสนุนจากหน่วยงานจึงน่าจะมีส่วนกระตุ้นให้บุคลากรได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการได้อีกทางหนึ่ง นอกเหนือจากการเตรียมตัวในระดับปัจเจกบุคคลและการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและเพื่อน ซึ่งบุคคลควรให้ความสำคัญต่อการวางแผนเตรียมการให้พร้อมก่อนเข้าสู่วัยเกษียณอายุราชการ เพื่อให้สามารถปรับตัวได้ดีและใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีภายหลังเกษียณต่อไป