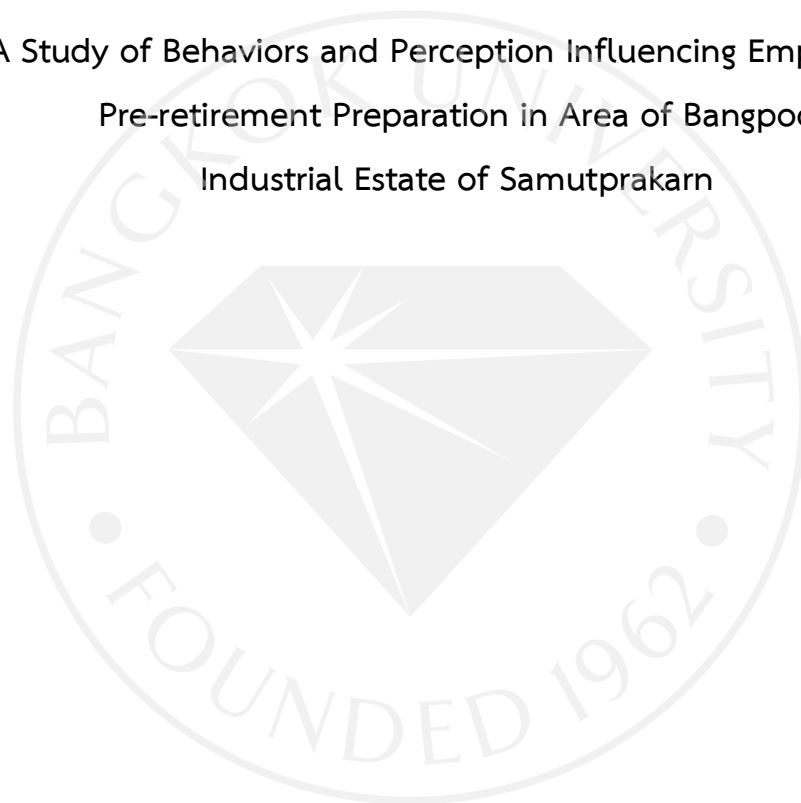


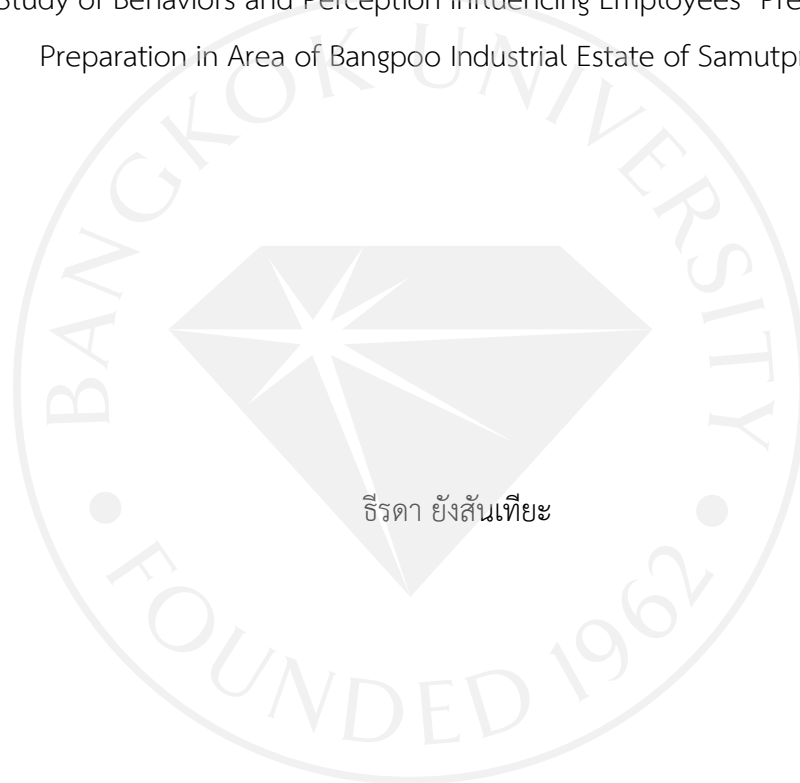
การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ  
ของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู  
จังหวัดสมุทรปราการ

A Study of Behaviors and Perception Influencing Employees'  
Pre-retirement Preparation in Area of Bangpoo  
Industrial Estate of Samutprakarn



การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ  
ของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู  
จังหวัดสมุทรปราการ

A Study of Behaviors and Perception Influencing Employees' Pre-retirement  
Preparation in Area of Bangpoo Industrial Estate of Samutprakarn



ธีรดา ยังสันเทียะ

การค้นคว้าอิสระเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต  
มหาวิทยาลัยกรุงเทพ  
ปีการศึกษา 2561



© 2563

ธีรดา ยังสันเทียะ

สงวนลิขสิทธิ์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยกรุงเทพ  
อนุมัติให้การค้นคว้าอิสระเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต

เรื่อง การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงาน  
บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ผู้วิจัย อีรดา ยังสันเทียะ

ได้พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐธินิชา ณ นคร)

ผู้เชี่ยวชาญ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุทธินันท์ พรหมสุวรรณ)

(อาจารย์ วิรัตน์ รัตตากร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

6 กุมภาพันธ์ 2563

ธีรดา ยังสันเทียะ. ปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, กุมภาพันธ์ 2563, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.

การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัท เอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ (61 หน้า)

อาจารย์ที่ปรึกษา: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐนิชา ณ นคร

### บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของพฤติกรรมด้านการปรับตัว ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย ด้านการใช้เวลาว่าง และอิทธิพลของการรับรู้ด้านจิตใจด้านสุขภาพร่างกาย ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล และการทดสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา และการทดสอบความน่าเชื่อถือด้วยวิธีของครอนบาร์คกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้ค่าเท่ากับ 0.944 แจกแบบสอบถามกับพนักงานบริษัทเอกชนในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 400 คน และวิธีการทางสถิติแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ สถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ สถิติทดสอบหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้วยวิธีวิเคราะห์แบบพหุคูณ พบว่า พฤติกรรมการปรับตัว การเงิน ที่อยู่อาศัย การใช้เวลาว่าง มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน และการรับรู้ด้านจิตใจ ด้านสุขภาพร่างกาย มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ: พฤติกรรม, การรับรู้, การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ, พนักงานบริษัทเอกชน

Yangsanthia, T. M.B.A., February 2020, Graduate School, Bangkok University.  
A Study of Behaviors and Perception Influencing Employees' Pre-retirement Preparation in Area of Bangpoo Industrial Estate of Samutprakarn (61 pp.)  
Advisor: Asst. Prof. Nathanicha Na-nakorn, Ph.D.

### ABSTRACT

The objectives of this research was to study the influence of Behavior in terms of adjustment, financial, accommodation, leisure activities and the influence of Perception in terms of physical health, mental health influencing Employees' Pre-retirement Preparation in Area of Bangpoo Industrial Estate of Samutprakarn. The questionnaires were used as the data collection tool, after being checked for the content validity and the reliability by using Cronbach's alpha, which was used for 30 participants with a value of .944. The sample group included 400 employees. The statistical data analysis was conducted using the descriptive statistics including percentage, mean, standard deviation, and the inferential statistics including the Multiple Regression Analysis. The result found that the Behavior in terms of adjustment, financial, accommodation, leisure activities and the influence of Perception in terms of physical health, mental health were significant influenced to the employees Pre-Retirement Preparation in Area of Bangpoo Industrial Estate of Samutprakarn at the significant level of 0.05

*Keywords: Behavior, Perception of Retirement Preparation, Pre-Retirement Preparation, Employees*

## กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าอิสระในครั้งนี้ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยความกรุณาจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐธินิชา ณ นคร อาจารย์ที่ปรึกษาวิชาการค้นคว้าอิสระ ซึ่งได้ให้ความรู้ ช่วยชี้แนะ ปรับปรุงแก้ไข และตรวจทานตลอดจนให้คำปรึกษา ซึ่งเป็นประโยชน์ในการทำงานวิจัย งานค้นคว้าอิสระครั้งนี้เสร็จสมบูรณ์ไปได้ด้วยดี รวมถึงท่านอาจารย์ท่านอื่น ๆ ที่ได้ถ่ายทอดวิชาความรู้ให้ และการนำข้อมูลมาประยุกต์ใช้ในงานค้นคว้าอิสระ ทำให้สามารถนำวิชาการต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ และกลุ่มบุคคลที่เป็นส่วนสำคัญที่ทำให้การศึกษางานวิจัยครั้งนี้สัมฤทธิ์ผล คือ พนักงานบริษัทเอกชนในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ที่เสียสละเวลาอันมีค่าเพื่อตอบแบบสอบถาม และให้ความร่วมมือที่ดี ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา ที่คอยให้การสนับสนุนในการศึกษา ตลอดจนให้คำปรึกษา คอยเป็นกำลังใจที่ดีเสมอมา จนกระทั่งทำให้การค้นคว้าอิสระนี้สำเร็จไปได้ด้วยดี

ขอขอบพระคุณพี่ ๆ เพื่อน ๆ น้อง ๆ ทั้งในรุ่นเดียวกันและรุ่นอื่น ๆ ที่คอยให้กำลังใจ ส่งเสริม สนับสนุน และช่วยเหลือมาโดยตลอด

ธีรดา ยังสันเทียะ

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ฌ
สารบัญภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
1.3 ขอบเขตของงานวิจัย	5
1.4 สมมติฐานการวิจัยและวิธีการทางสถิติ	6
1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
1.6 คำนิยามศัพท์เฉพาะ	7
บทที่ 2 วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
2.1 แนวคิดเกี่ยวกับระบบควบคุมของผู้เกษียณอายุ	9
2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการเกษียณอายุ	11
2.3 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมก่อนการเกษียณอายุ	12
2.4 แนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ก่อนการเกษียณอายุ	13
2.5 แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ	14
2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	15
บทที่ 3 วิธีการวิจัย	
3.1 ประเภทและรูปแบบการวิจัย	18
3.2 กลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	21
3.3 กระบวนการและขั้นตอนเก็บรวบรวมข้อมูล	21
3.4 สมมติฐานการวิจัย	22
3.5 วิธีการทางสถิติที่ใช้สำหรับงานวิจัย	22



สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	
4.1 การรายงานผลด้วยสถิติเชิงพรรณนา	23
4.1.1 ข้อมูลส่วนบุคคลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม	23
4.1.2 พฤติกรรมของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	32
4.1.3 การรับรู้ของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	36
4.1.4 การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	39
4.2 การรายงานผลด้วยสถิติเชิงอนุมาน	40
บทที่ 5 สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลการวิจัย	44
5.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	49
บรรณานุกรม	48
ภาคผนวก	50
ประวัติผู้เขียน	61
เอกสารข้อตกลงว่าด้วยการอนุญาตให้ใช้สิทธิ์ในรายงานการค้นคว้าอิสระ	

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1: แสดงค่าความเชื่อมั่น (Cronbach's Alpha Analysis Test)	22
ตารางที่ 4.1: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล ด้านเพศของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	23
ตารางที่ 4.2: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล ด้านอายุของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	24
ตารางที่ 4.3: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล ด้านระดับการศึกษาของ พนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	24
ตารางที่ 4.4: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล ด้านสถานภาพของ พนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	25
ตารางที่ 4.5: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล ด้านรายได้เฉลี่ยของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	25
ตารางที่ 4.6: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคลด้านครอบครัวของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	26
ตารางที่ 4.7: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล ด้านภาระเลี้ยงดูของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	27
ตารางที่ 4.8: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล ด้านลักษณะที่อยู่อาศัยของ พนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	28
ตารางที่ 4.9: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล ด้านหนี้สินของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	28
ตารางที่ 4.10: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคล ด้านสุขภาพโรคประจำตัวของ พนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	29
ตารางที่ 4.11: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคลการใช้สิทธิ์การรักษาพยาบาลของ พนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	29
ตารางที่ 4.12: จำนวนและค่าร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคลการทำประกันชีวิต ของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	30

## สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.13: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลเกี่ยวกับกิจกรรมที่คาดว่าจะทำหลังเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	30
ตารางที่ 4.14: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของพฤติกรรม ด้านการปรับตัวของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	32
ตารางที่ 4.15: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของพฤติกรรม ด้านการเงินของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	33
ตารางที่ 4.16: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของพฤติกรรม ด้านที่อยู่อาศัยของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	34
ตารางที่ 4.17: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของพฤติกรรม ด้านการใช้เวลาว่างของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	35
ตารางที่ 4.18: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นการรับรู้ด้านจิตใจของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	36
ตารางที่ 4.19: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นการรับรู้ด้านสุขภาพร่างกายของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	37
ตารางที่ 4.20: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ	39
ตารางที่ 4.21: แสดงค่าอิทธิพลของพฤติกรรมที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ (Multiple Regression Analysis)	40

## สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.22: แสดงค่าอิทธิพลของการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อน เกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ (Multiple Regression Analysis)	41



## สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1.1: ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยแต่ละกลุ่มอาชีพในวัยเกษียณต่อเดือน	4
ภาพที่ 1.2: กรอบแนวคิด	6



## บทที่ 1

### บทนำ

#### 1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เนื่องจากปัจจุบันผู้สูงอายุโลกเพิ่มมากขึ้น เมื่อเทียบกับสัดส่วนประชากรวัยอื่นอย่างรวดเร็ว หลากหลายประเทศทั่วโลกกำลังเผชิญกับจำนวนประชากรผู้สูงอายุที่มีมากขึ้น ประชากรที่เกิดในยุค Baby Boomers ได้เข้าสู่วัยสูงอายุ สาเหตุหลักมาจากอัตราการเกิดและอัตราการตายของประชากรในประเทศลดลง อันเนื่องมาจากประชากรแต่งงานน้อย ใช้ชีวิตโสดมากขึ้น การรักษาพยาบาลที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น ส่งผลให้ประชากรมีอายุไขที่ยืนยาว ซึ่งสาเหตุเหล่านี้ได้ปรากฏให้เห็นในประเทศที่พัฒนาแล้ว หรือในหลายประเทศทั่วโลก อาทิเช่น ประเทศฝรั่งเศส สิงคโปร์ ญี่ปุ่น สวีเดน ฯลฯ (World Health Organization, 2001) กรมอนามัยโลกคาดการณ์ว่าในอนาคตจะมีประชากรอายุ 60 ปี ขึ้นไปเพิ่มขึ้น อย่างน้อยร้อยละ 3 ต่อปี ซึ่งจำนวนผู้สูงอายุทั่วโลก มีจำนวนประมาณ 963 ล้านคน หรือร้อยละ 13 ของประชากรทั่วโลก คาดว่าจะมีจำนวนประชากรสูงอายุมากถึงประมาณ 1.4 พันล้านคน ในปี พ.ศ. 2573 และในปี พ.ศ. 2593 จะเพิ่มขึ้นถึง 2 พันล้านคน ข้อมูลจากระบบสถิติจำนวนผู้สูงอายุปี พ.ศ. 2561 ได้มีการสำรวจ จำนวนประชากรผู้สูงอายุทั่วประเทศไทย มีจำนวนเพิ่มขึ้นเป็น 10.6 ล้านคน จากจำนวนประชากรทั้งหมด 66 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 16.06 ส่วนใหญ่ของประชากรผู้สูงอายุเป็นเพศหญิง ร้อยละ 55.79 และจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว ในปี พ.ศ. 2565 คาดว่าประเทศไทยจะกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุในปี พ.ศ. 2574 และสังคมผู้สูงวัย ในปี พ.ศ. 2593 โดยมีร้อยละ 20 และ 30 ของประชากรทั้งหมดที่เป็นผู้สูงอายุตามลำดับ จากสถิติดังกล่าวนี้ ส่งผลให้ประเทศไทยได้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางด้านประชากรศาสตร์อย่างมาก (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2561)

เมื่อสังคมไทยกำลังเริ่มก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ หมายความว่า จากคนไทย 3 คน มี 1 ใน 3 คนนั้นเป็นผู้สูงอายุ ซึ่งจากเดิมคนวัยทำงาน 4-5 คน ดูแลผู้สูงอายุ 1 คน กลายเป็นคนวัยทำงาน 1-2 คน ต้องดูแลผู้สูงอายุ 1 คน จึงทำให้ต้องแบกรับภาระหนักขึ้น รวมทั้งปัญหาที่พบในวัยผู้สูงอายุ เช่น ปัญหาทางด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ สภาพจิตและอารมณ์ ที่อยู่อาศัย ตลอดจนจนถึงปัญหาในด้านการปรับตัว (เพ็ญประภา เบญจวรรณ, 2558) ซึ่งปัญหาต่าง ๆ ล้วนเกิดขึ้นกับผู้ที่ก้าวเข้าสู่การเกษียณที่ไม่มีการเตรียมความพร้อมทั้งสิ้น แต่อย่างไรก็ตาม ประเทศไทยซึ่งเป็นรายแรกของประเทศกำลังพัฒนา ที่กำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ซึ่งนับว่าเป็นความเสี่ยงไม่น้อย การเตรียมความพร้อมเป็นสิ่งสำคัญที่สามารถสร้างได้ตั้งแต่เนิ่น ๆ หากเริ่มเตรียมตัวก่อนก็ย่อมได้เปรียบ เมื่อเรามีสุขภาพกายที่ดี ย่อมทำให้มีแรงกาย ค่าใช้จ่ายเรื่องการรักษาพยาบาลก็ลดทอนไป มีพลังในการทำงานอย่างเต็มที่ ส่งผลให้มีเงินไปต่อยอดหรือลงทุนเพื่อเป้าหมายอื่นได้ ความพร้อมด้านการเงิน ซึ่งถือเป็นตัวชี้วัดความ

มั่งคั่งที่สำคัญในการดำรงชีวิต การวางแผนการเงินก็เปรียบเสมือนเป็นการวางแผนชีวิต ยิ่งใกล้เกษียณ ก็ยิ่งต้องเตรียมความพร้อมให้รอบด้าน ทั้งจิตใจที่เข้มแข็งเข้าใจทุกการเปลี่ยนแปลง ร่างกายที่แข็งแรง พร้อมรับมือกับการใช้ชีวิตที่มั่นคง เพื่อส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดียามเกษียณ

ในปัจจุบันหลายคนยังมีความสุขกับชีวิตการทำงาน จนลืมคิดเรื่องการวางแผนชีวิตหลังจากเกษียณแล้วชีวิตจะทำอะไรต่อไป มีจำนวนไม่น้อยที่ไม่มีเวลาปรับตัว จนกระทั่งวันเกษียณอายุได้มาถึง ก่อให้เกิดปัญหาทางด้านจิตใจ รู้สึกเคืองคว้าง หดหู่ใจ รายได้ที่ได้รับเป็นประจำหายไป และไม่มีรายได้จากช่องทางอื่น นอกเหนือจากงานประจำที่ตนเคยทำอยู่ ในทางกลับกัน ถ้าได้เริ่มต้นวางแผนตั้งแต่อายุยังน้อย มีการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ โดยการสร้างขวัญกำลังใจที่ดี พร้อมในการเผชิญหน้ากับวัยเกษียณ มองโลกในแง่ดี พร้อมทั้งจะแก้ปัญหาด้วยความมีสติ และการเตรียมความพร้อมด้านร่างกาย เป็นสิ่งที่ต้องดูแลเอาใจใส่อย่างสม่ำเสมอ เพื่อที่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณได้อย่างสุขสบาย ไม่ต้องกังวลเรื่องค่าใช้จ่ายในบั้นปลายชีวิต ถ้าไม่มีแผนการใช้จ่ายอย่างรัดกุม เงินอาจหมดไปอย่างรวดเร็ว อย่างไรก็ตาม การเตรียมตัวในด้านต่าง ๆ ควรปฏิบัติและทำให้สำเร็จก่อนเกษียณอายุทำงาน เพราะต้องใช้เวลานานและต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่อง หากได้เตรียมความพร้อมไว้เร็วเท่าไร ก็จะยิ่งทำให้คุ้นชินกับการเกษียณอายุมากขึ้นเท่านั้น

คำว่า “เกษียณอายุ” ตามพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายว่า ครบกำหนดอายุรับราชการ สิ้นกำหนดเวลารับราชการหรือการทำงาน (ราชบัณฑิตยสถาน, 2554) กล่าวคือ การเกษียณอายุ คือ การพ้นจากสภาพการทำงาน เพื่อจะให้ร่างกายได้พักผ่อนจากการทำงานมาครั้งก่อนชีวิต การเกษียณอายุเป็นเหมือนการเปลี่ยนแปลงชีวิตแบบเฉียบพลัน (เฉก ณะสิริ, 2550) หลายคนทำใจยากเมื่อต้องมานั่งอยู่บ้านเฉย ๆ อย่างไรก็ตาม การเกษียณอายุไม่ได้หมายความว่า จะกลายเป็นคนชราไปในทันที แต่นับเป็นช่วงเวลาที่ดี ที่จะได้เริ่มทำสิ่งใหม่ ๆ เช่น มีเวลาดูแลสุขภาพตัวเอง มีเวลาอยู่กับครอบครัวมากขึ้น หลังจากเกษียณแล้ว คนที่อยู่ในช่วงวัยนี้ จะต้องใช้ชีวิตต่อไปอีก 10-20 ปี หรืออาจมากกว่านั้น จะต้องมีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก มากไปกว่านั้นหากผู้เกษียณไม่มีบุตรหลานคอยดูแล ยังต้องหาช่องทาง เพื่อทำให้วัยเกษียณเป็นช่วงที่มีความสุขมากที่สุด ไปจนถึงวันสุดท้ายของลมหายใจ การใช้ชีวิตต่อจากนี้จะต้องปรับตัวต่อวิถีการดำรงชีวิตแบบใหม่ ต้องเผชิญกับสภาวะการว่างงาน ปัญหาสุขภาพ ขาดสังคมเพื่อนฝูง อายุที่มากขึ้นร่างกายก็ย่อมเสื่อมถอยไปตามกาลเวลา การปรับตัวต่อสภาพจิตใจ หากไม่ได้มีการเตรียมความพร้อมมาก่อน หรือไม่สามารถปรับตัวได้ ก่อให้เกิดผลกระทบต่อจิตใจ บางคนจึงอาจมีภาวะซึมเศร้าเกิดขึ้น รวมทั้งด้านเศรษฐกิจ รายได้ที่เคยได้รับเป็นประจำทุก ๆ เดือนหายไป (สุขใจ น้ำมุด, 2557) พอหมดวาระในการทำงาน รู้สึกว่าตนเองด้อยคุณค่าเนื่องมาจากอำนาจที่เคยมีอยู่หมดไป (ธิดารัตน์ อติชาตินันท์ และแพรวพรรณ มังคลา, 2554) การถูกลดบทบาทจากที่เป็นหัวหน้าครอบครัว กลายเป็นเพียงผู้อาศัย ดังนั้นจงอย่ายึดติดต้องยอมรับ และเตรียมพร้อมต่อสิ่งต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น







อย่าคิดว่าทุกสิ่งทุกอย่างจะอยู่กับเราไปตลอดชีวิต

เมื่อถึงจุดหนึ่งที่เราทุกคนต้องเตรียม นั่น คือการวางแผนเกษียณอายุ เหตุผลหลักในการวางแผนเกษียณอายุเป็นเรื่องสำคัญก็เพราะในความเป็นจริงแล้ว ยิ่งคนเราอายุมากขึ้นเท่าไร นั่นไม่ได้หมายความว่า ทุกคนจะมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เหมือนตอนที่ยังมีแรงทำงาน พออายุมากขึ้น ความเสี่ยงต่อโรคร้ายไข้เจ็บยิ่งสูง (บรรลุ ศิริพานิช, 2550) ช่วงชีวิตหลังเกษียณจะไม่สามารถคาดเดาค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นได้เลย ว่าค่าใช้จ่ายในการดำรงชีวิตหลังเกษียณนั้นจะแตกต่างกับในช่วงก่อนวัยเกษียณหรือไม่ ดังนั้นถ้าไม่มีแผนการใช้จ่ายอย่างรัดกุมแล้ว เงินจำนวนนั้นก็อาจหมดไปอย่างรวดเร็ว (สุขใจ น้ำพุต, 2557) ไม่ว่าจะเป็นเงินออม หรือรายได้อื่น ๆ ที่ได้รับในช่วงวัยหลังเกษียณ นี่สิเลือกรูปแบบการดำรงชีวิต ที่อยู่อาศัย รวมไปถึงการดูแลสุขภาพร่างกายของผู้เกษียณเอง ประชากรวัยทำงานส่วนใหญ่จะได้รับเงินก้อนที่สะสม หลังจากทำงานมาอย่างยาวนาน ไม่ว่าจะเป็นเงินสะสมจากกองทุนประกันสังคม เงินชดเชยตามกฎหมาย บำนาญ เงินจากกองทุนชราภาพประกันสังคม กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ เงินที่เก็บสะสมมาด้วยตนเอง จากประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์ หรือประกันชีวิตแบบบำนาญ เป็นต้น

นอกจากนี้ สิ่งที่เราควรให้ความสำคัญนั้น คือ จะบริหารเงินก้อนสุดท้ายอย่างไร เพื่อไม่ให้เงินหมดไปก่อนวัยอันควร และจะมั่นใจได้อย่างไรว่าเงินเก็บของเรา จะมีเพียงพอให้เราใช้จ่ายไปได้ตลอดจนถึงวัยหลังเกษียณ คนส่วนใหญ่ไม่ว่าใครก็อยากมีชีวิตอย่างมีความสุขในวัยหลังเกษียณ ทั้งการใช้จ่าย การดำรงชีวิตโดยที่ไม่เป็นภาระของลูกหลาน เพราะหากไม่มีการวางแผนอย่างเป็นระบบ ขาดสติ หรือขาดการวางแผนที่ดี อาจเสี่ยงต่อใช้ชีวิตอย่างลำบาก ถ้าหากไม่มีเงินออมเงินมากพอที่จะสามารถดูแลตัวเองตอนเกษียณได้ อีกทั้งธนาคารแห่งประเทศไทย (ธปท.) แสดงความเป็นห่วงว่าประเทศไทยนั้น ยังไม่เตรียมความพร้อมกับผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นและคนมีอายุยืนขึ้น และพบว่าคนไทยในปัจจุบันเริ่มสร้างหนี้ตั้งแต่อายุน้อยและยังคงมีภาระหนี้สินในระดับสูงถึงแม้เกษียณแล้วก็ตาม



ภาพที่ 1.1: ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยแต่ละกลุ่มอาชีพในวัยเกษียณต่อเดือน

ค่าใช้จ่ายวัยเกษียณต่อเดือน			
กลุ่มอาชีพ (เฉลี่ยทุกจังหวัด ไม่รวมค่าเช่าที่อยู่อาศัย)	พอเพียง	สะดวกสบาย	หรูหรา
 ผู้บริหารบริษัทเอกชน หรือ รัฐบาลกิจ	18,030	29,446	53,541
 จักรายการ	16,056	25,968	43,464
 อาชีพที่ต้องใช้ใบประกอบวิชาชีพ เช่น แพทย์ พยาบาล วิศวกร กษัตริย์ ผู้สอบบัญชี	15,545	21,164	40,754
 พนักงานในสำนักงาน เช่น พนักงานบัญชี พนักงานทรัพยากร บุคคล พนักงานการเงิน	11,460	18,268	35,778
 พนักงานให้บริการ เช่น พนักงานขาย พนักงานโรงแรม พนักงานทำความสะอาด พนักงานขับรถ	8,153	12,366	21,887
 พนักงานในโรงงาน	7,248	9,494	14,005
 ระดับฐานราก เช่น เกษตรกร ผู้ใช้แรงงาน	5,679	9,193	21,541
 อาชีพอื่นๆ	9,748	14,767	32,668

ที่มา: ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย. (2559). *ประมาณการค่าใช้จ่ายอย่างไร...พอใช้หลังเกษียณ*.  
สืบค้นจาก [https://www.set.or.th/set/financialplanning/lifeevent.do?  
name=lifeevent\\_detail\\_postretire-2&innerMenuId=47](https://www.set.or.th/set/financialplanning/lifeevent.do?name=lifeevent_detail_postretire-2&innerMenuId=47).

จากภาพที่ 1.1 ในแต่ละคนอาจมีเป้าหมายของความสุขในการใช้ชีวิตที่แตกต่างกันออกไป บางคนอยากมีชีวิตที่เรียบง่าย ประหยัดมัธยัสถ์ ใช้เงินไม่มากนัก ในขณะที่บางคนต้องการซื้อความสุขให้ตัวเองหลังเกษียณเพื่อเป็นรางวัลชีวิตหลังจากทำงานหนักมาทั้งชีวิต แต่ทั้งนี้ค่าใช้จ่ายหลังวัยเกษียณจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับวิถีการดำรงชีวิต หรือไลฟ์สไตล์ของแต่ละคนที่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตาม สิ่งที่ควรตระหนักคือการเก็บออมเพื่อวัยเกษียณ หากเริ่มเก็บเงินตั้งแต่เริ่มต้นทำงาน นำเงินออมเหล่านั้นที่ได้ไปลงทุนเพื่อผลตอบแทนที่ดีกว่า ใช้จ่ายเงินฟุ่มเฟือยให้น้อยลง เพียงเท่านี้ก็สามารถบรรลุเป้าหมายทางการเงินได้ และจะส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีในภายหลังเกษียณ

จากประเด็นปัญหาข้างต้นที่กล่าวมา ผู้วิจัยจึงสนใจจัดทำเป็นแนวทางการศึกษาออกมาเป็นหัวข้อวิจัย คือ การศึกษาพฤติกรรมและการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ เพื่อนำผลการศึกษาไปใช้ให้เกิดประโยชน์โดยตรงกับผู้ที่กำลังเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ และเพื่อเป็นข้อมูลประกอบให้หน่วยงานเอกชน รวมไปถึงเพื่อเป็นแนวทางการรับมือเบื้องต้นกับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต และสามารถใช้ชีวิตหลังการเกษียณได้อย่างมีความสุข

## 1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 เพื่อศึกษาอิทธิพลของพฤติกรรมที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

1.2.2 เพื่อศึกษาอิทธิพลของการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

## 1.3 ขอบเขตของการวิจัย

### 1.3.1 ขอบเขตของประชากร

ประชากรที่จะศึกษา คือ กลุ่มพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 400 คน

### 1.3.2 ตัวแปรอิสระและตัวแปรตามที่ใช้ในการวิจัย

กำหนดตัวแปรในการวิจัยเป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

#### 1.3.2.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) ประกอบด้วย

##### 1) พฤติกรรม ประกอบด้วย

- ด้านการปรับตัว
- ด้านการเงิน
- ด้านที่อยู่อาศัย
- ด้านการใช้เวลาว่าง

##### 2) การรับรู้ ประกอบด้วย

- ด้านจิตใจ
- ด้านสุขภาพร่างกาย

#### 1.3.2.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variables)

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ

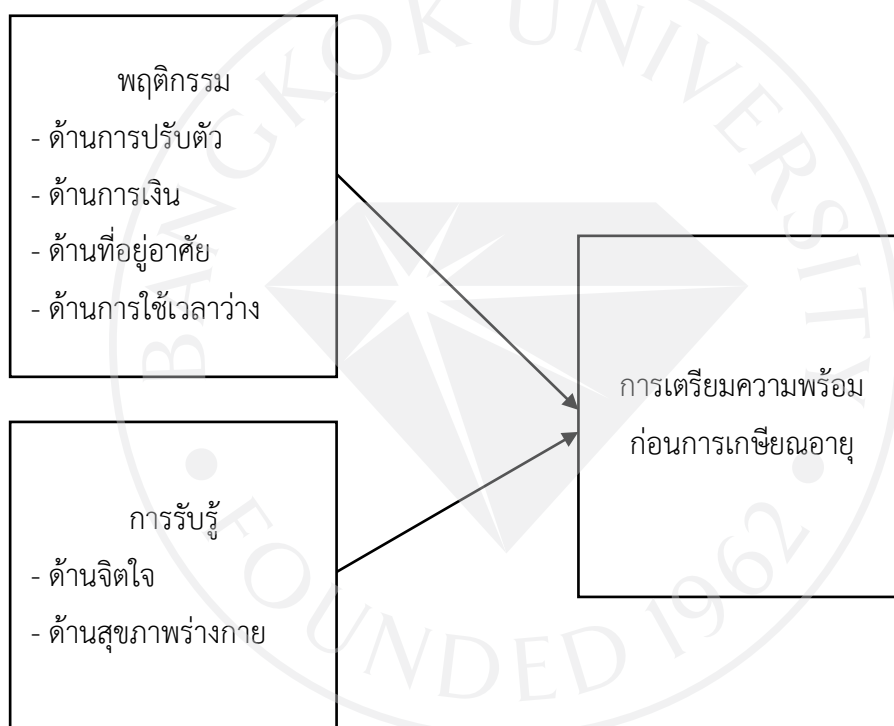
### 1.3.3 กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ มีกรอบแนวคิด ดังนี้

ภาพที่ 1.2: กรอบแนวคิด

ตัวแปรอิสระ (Independent Variables)

ตัวแปรตาม (Dependent Variables)



## 1.4 สมมติฐานการวิจัยและวิธีการทางสถิติ

### 1.4.1 สมมติฐานการวิจัย

การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ กำหนดสมมติฐาน ดังนี้

1.4.1.1 อิทธิพลของพฤติกรรมที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

1.4.1.2 อิทธิพลของการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ทั้งนี้ การทดสอบสมมติฐานทั้งสองจะทดสอบที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

#### 1.4.2 วิธีการทางสถิติที่ใช้สำหรับงานวิจัย

วิธีการทางสถิติที่ใช้สำหรับงานวิจัยนี้ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่

1.4.2.1 รายงานผลโดยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

1.4.2.2 รายงานผลโดยสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ได้แก่ การวิเคราะห์สมมติฐานทั้ง 2 ข้อ โดยใช้สถิติการวิจัย ดังนี้

1) สมมติฐานข้อที่ 1 ใช้สถิติทดสอบหาความสัมพันธ์แบบถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis)

2) สมมติฐานข้อที่ 2 ใช้สถิติทดสอบหาความสัมพันธ์แบบถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis)

### 1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับสำหรับงานวิจัย ดังนี้

1.5.1 ผลการวิจัยนี้ทราบถึงระดับพฤติกรรมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ในด้านการปรับตัว ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการใช้เวลาว่าง

1.5.2 ผลการวิจัยนี้ทราบถึงระดับการรับรู้ก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ในด้านจิตใจ และด้านสุขภาพร่างกาย

1.5.3 เพื่อเป็นแนวทางให้กับบุคคลที่ใกล้เกษียณอายุ เป็นแนวทางการวางแผน และแนวทางการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตหลังเกษียณที่ดี

### 1.6 นิยามศัพท์เฉพาะ

1.6.1 การเกษียณอายุ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงสถานภาพในการประกอบอาชีพของพนักงานบริษัทที่ได้รับการจ้างออกเมื่ออายุถึงเกณฑ์ที่กฎหมายหรือหน่วยงานกำหนด

1.6.2 พฤติกรรมด้านการปรับตัว หมายถึง ในวัยผู้สูงอายุ มักจะมีความเสื่อมสภาพทางด้านร่างกายไปตามกาลเวลา ประสิทธิภาพการทำงานต่าง ๆ ในร่างกายลดลง ซึ่งต้องปรับตัวให้มีความกระฉับกระเฉง ควบคุมการรับประทานอาหาร ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ รักษาระดับอารมณ์ให้คงที่ ฝึกจิตใจให้สงบ ยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้

1.6.3 พฤติกรรมด้านการเงิน หมายถึง การวางแผนการเงินล่วงหน้า เพื่อรองรับค่าใช้จ่ายที่จะเกิดขึ้นภายหลังเกษียณ โดยการประเมินรายรับรายจ่ายล่วงหน้า และเตรียมรับมือกับค่าใช้จ่ายยามฉุกเฉิน รวมถึงหาช่องทางรายรับอื่น ๆ สำรองไว้

1.6.4 พฤติกรรมด้านที่อยู่อาศัย หมายถึง การเลือกที่อยู่อาศัย สภาพที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม เครื่องใช้ภายในบ้าน เพื่อรองรับในยามเกษียณอายุ

1.6.5 พฤติกรรมด้านการใช้เวลาว่าง หมายถึง โอกาสหรือกิจกรรมใหม่ ๆ มาทดแทน บทบาทหน้าที่เดิม ซึ่งเป็นกิจกรรมเข้าร่วมกับสังคม

1.6.6 การรับรู้ด้านจิตใจ หมายถึง การรับรู้ในด้านต่าง ๆ รวมถึงความรู้สึก นึกคิด การทำใจยอมรับ ก่อนการสิ้นสุดการทำงาน เพื่อที่จะเตรียมใจรับมือกับสิ่งที่กำลังเกิดขึ้น

1.6.7 การรับรู้ด้านสุขภาพร่างกาย หมายถึง การดูแลสุขภาพ การเลือกรับประทานอาหารที่ดีและมีประโยชน์ รวมถึงการดูแลร่างกาย หมั่นออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และพักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อย 6-8 ชั่วโมง

1.6.8 การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณ หมายถึง การเตรียมตัวเพื่อให้มีความพร้อมก่อนที่จะถึงเกณฑ์เกษียณอายุ โดยเป็นการเตรียมตัวรับมือกับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้น ที่แสดงถึงความตื่นตัวที่จะรองรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ

1.6.9 พนักงานบริษัทเอกชน หมายถึง พนักงานที่ปฏิบัติงานในเขตพื้นที่นิคมอุตสาหกรรม บางปู จังหวัดสมุทรปราการ

1.6.10 นิคมอุตสาหกรรมบางปู ก่อตั้งเมื่อปี 2520 สถานที่ตั้ง 649 หมู่ 4 ถนนสุขุมวิท กิโลเมตร 34-37 ตำบลบางปูใหม่ แพรรักษา อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ มีพื้นที่ทั้งหมด 5,472-2-68 ไร่ มีจำนวนโรงงานในบริเวณนิคมอุตสาหกรรมทั้งสิ้น 350 โรงงาน

## บทที่ 2

### วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของ พนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และเอกสารที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางและกรอบแนวคิดในการศึกษา ดังนี้

- 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับระบบความคุ้มครองผู้เกษียณอายุ
- 2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการเกษียณอายุ
- 2.3 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมก่อนเกษียณอายุ
- 2.4 แนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ก่อนเกษียณอายุ
- 2.5 แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ
- 2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับระบบความคุ้มครองผู้เกษียณอายุ

ประเทศไทยแบ่งประชากรที่มีงานทำเป็น 2 ประเภท คือ

1) แรงงานในระบบ (Formal Sector) หมายถึง เป็นแรงงานที่มีงานจ้างงานแบบมี เงินเดือนที่ชัดเจนแน่นอน มีรายได้ประจำที่ต้องได้รับ และมีการคุ้มครองสิทธิสวัสดิการต่าง ๆ ตามที่ กฎหมายกำหนด รวมถึงได้ยังมีสิทธิได้รับความคุ้มครองจากการเป็นสมาชิกกองทุนประกันสังคม นั่น คือ การประกันสุขภาพ และการชราภาพ เป็นต้น

2) แรงงานนอกระบบ (Informal Sector) หมายถึง แรงงานอิสระ ทำงานไม่เต็มเวลา ไม่มีรายได้ที่แน่นอน เช่น คนขับรถรับจ้าง แรงงานก่อสร้าง แรงงานรายชั่วโมง เป็นต้น

##### 2.1.1 กองทุนประกันสังคม

เป็นกองทุนที่จัดตั้งขึ้นเพื่อเป็นหลักประกันในการดำรงชีวิตของลูกจ้าง หรือผู้ประกันตน โดยนายจ้างและลูกจ้างมีหน้าที่จ่ายเงินสมทบเข้ากองทุนประกันสังคมทุกเดือน ในส่วนกองทุน ประกันสังคมช่วยรับผิดชอบค่ารักษาพยาบาล เมื่อยามเจ็บป่วย ทูพพลภาพ คลอดบุตร สงเคราะห์ บุตร ว่างาน ชราภาพ รวมถึงเสียชีวิต ในขณะที่ผู้ประกันตนมีรายได้จากการทำงาน ต้องส่งเงินสมทบ เข้ากองทุน เพื่อไว้ใช้จ่ายชีพเมื่อชราภาพหรือเกษียณอายุ

2.1.1.1 ผลตอบแทนที่ผู้ประกันตนจะได้รับกรณีชราภาพ กรณีเป็นผู้ประกันตนมาตรา 33 ซึ่งผู้ประกันตนจะได้รับผลตอบแทนในรูปแบบเงินบำเหน็จและเงินบำนาญ โดยมีเงื่อนไขสิทธิ ดังนี้

1) เงื่อนไขสิทธิการรับเงินบำเหน็จ ความเป็นผู้ประกันตนสิ้นสุดลง หรือบุคคล ทูพพลภาพหรือเสียชีวิต และผู้ประกันตนมีอายุครบ 55 ปีบริบูรณ์ จ่ายเงินสมทบตั้งแต่ 1-179 เดือน

2) เงื่อนไขสิทธิการรับเงินบำนาญ ความเป็นผู้ประกันตนสิ้นสุดลง และผู้ประกันตน มีอายุครบ 55 ปีบริบูรณ์ จ่ายเงินสมทบมาแล้วไม่น้อยกว่า 180 เดือน

2.1.1.2 สิทธิประโยชน์ที่จะได้รับ เพื่อเป็นรายได้จากเกษียณอายุ แบ่งเป็น 2 กรณี

1) จะได้รับเงินบำนาญเป็นรายเดือน ในอัตราร้อยละ 20 ของค่าจ้างเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้ายของการทำงานเป็นฐาน ในกรณีที่จ่ายเงินสมทบไม่น้อยกว่า 180 เดือน

2) จะได้ปรับเพิ่มอัตราชราภาพจากข้อที่ 1 ขึ้นอีกเป็นร้อยละ 1.5 ต่อการจ่ายเงินสมทบทุก 12 เดือน ในกรณีจ่ายเงินสมทบเกิน 180 เดือน

ยกตัวอย่างเช่น ผู้ประกันตนได้รับค่าจ้างเฉลี่ย 15,000 บาทมาโดยตลอด มีการส่งเงินสมทบมาแล้ว 20 ปี มีอายุ 55 ปีบริบูรณ์ และความประกันตนสิ้นสุดลง จะได้รับเงินบำนาญชราภาพ ดังนี้

- 15 ปีแรก ได้อัตราเงินบำนาญ 20% ของค่าจ้างเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย จะได้เงินบำนาญเท่ากับ 3,000 บาทต่อเดือน ซึ่งคำนวณได้จาก  $15,000 \times 20\%$

- 5 ปี หลัง ได้อัตราเงินบำนาญ เพิ่มปีละ  $1.5\% \times 5 \text{ ปี} = 7.5\%$  ซึ่งหมายความว่า จะได้รับเงินบำนาญเท่ากับ 4,125 บาทต่อเดือน ซึ่งคำนวณได้จาก  $15,000 \times 27\%$

ในกรณีที่ผู้ประกันตนเสียชีวิต ทายาทของผู้ประกันตนมีสิทธิได้รับเงินบำเหน็จ เป็น 10 เท่าของเงินบำนาญรายเดือน

2.1.2 กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ

การออมเงินจากการจ่ายเงินสะสมร่วมกันของลูกจ้างและนายจ้างในแต่ละเดือน ซึ่งนับว่าเป็นอีกแหล่งรายได้ของพนักงานภาคเอกชน กองทุนนี้จัดตั้งขึ้นเพื่อให้ลูกจ้างมีวินัยในการออมอย่างต่อเนื่องและมีเงินออมไว้ใช้จ่ายในยามเกษียณ ในการจัดตั้งกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ ทางบริษัทจะขอข้อมูลเกี่ยวกับนายจ้าง และลูกจ้าง เช่น อายุของพนักงาน อายุงาน การลงทุนประเภทต่าง ๆ ระดับความรู้เรื่องตราสาร การยอมรับความเสี่ยง ฯลฯ

เงินออมของสมาชิกที่จ่ายเข้ากองทุนสำรองเลี้ยงชีพ โดยยินยอมให้นายจ้างหักไม่ต่ำกว่าร้อยละ 2 แต่ไม่เกิน ร้อยละ 15 ของค่าจ้างในแต่ละเดือน ในกรณีที่ลูกจ้างลาออกและมีอายุงานน้อยกว่า 5 ปี จะได้รับเงินส่วนของนายจ้าง 50% แต่ถ้าครบ 5 ปีจะได้รับ 100% โดยผลประโยชน์จะไม่มี การจ่ายดอกเบี้ย หรือเงินปันผลระหว่างงวด แต่จะจ่ายคืนเมื่อลาออกจากงาน หรือเกษียณอายุ เป็นต้น

2.1.3 สวัสดิการจากภาครัฐสำหรับผู้สูงอายุ

นอกจากผู้เกษียณได้รับเงินข้างต้นที่กล่าวมา ยังมีสิทธิที่จะได้รับเงินช่วยเหลือเพิ่มเติมจากรัฐบาลคือ เบี้ยยังชีพคนชรา เป็นเบี้ยจัดสรรให้กับผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งรัฐบาลมีการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุ หรือผู้เกษียณมาอย่างต่อเนื่อง



ปัจจุบันมีการปรับเปลี่ยนนโยบายการจ่ายเงินสงเคราะห์เพื่อยังชีพให้กับผู้เกษียณอายุ หรือผู้สูงอายุตามนโยบายรัฐบาล จ่ายเบี้ยยังชีพเป็นแบบขั้นบันได ดังนี้

อายุระหว่าง 60-69 ปี จะได้รับเบี้ยยังชีพ 600 บาทต่อเดือน

อายุระหว่าง 70-79 ปี จะได้รับเบี้ยยังชีพ 700 บาทต่อเดือน

อายุระหว่าง 80-89 ปี จะได้รับเบี้ยยังชีพ 800 บาทต่อเดือน

อายุ 90 ปีขึ้นไป จะได้รับเบี้ยยังชีพ 1,000 บาทต่อเดือน

ตามที่กล่าวมานั้น คือผลตอบแทนที่พนักงานภาคเอกชนพึงจะได้รับหลังเกษียณอายุ ทั้งสวัสดิการจากภาครัฐ และผลตอบแทนการออมจากเงินได้จากงานประจำที่เคยทำ ทั้งนี้เงินดังกล่าวที่แต่ละบุคคลได้รับจะไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับหลากหลายปัจจัย ดังนั้น ผู้เกษียณควรวางแผนเงินหลังจากเกษียณ เพื่อให้ผู้เกษียณมีชีวิตหลังเกษียณอย่างมีความสุข และไม่เป็นการระงับของลูกหลานต่อไป

## 2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการเกษียณอายุ

2.2.1 ความหมายการเกษียณอายุ มีผู้ให้ความหมายการเกษียณอายุ ดังต่อไปนี้

Atchley (1991) ให้ความหมายว่า การเกษียณอายุ เป็นวงจรชีวิตการประกอบอาชีพการทำงาน จัดว่าอยู่ในช่วงที่สิ้นสุดของการจ้างงาน การรับผิดชอบต่ออาชีพ รวมทั้งโอกาสในการทำงานลดต่ำลง การเกษียณอายุเป็นบทบาทที่ถูกสังคมกำหนดขึ้น ให้มีการแทนที่บุคคลตามสิทธิ หน้าที่ นอกจากนี้การเกษียณอายุยังรวมถึงกระบวนการให้แต่ละบุคคลจัดเตรียมชีวิตเพื่อที่จะเริ่มแสวงหาเพื่อการปรับตัวในอนาคต

Schwartz & Bilsky (1987) ให้ความหมายว่า การเกษียณอายุ คือ การเปลี่ยนแปลงระบบการเป็นอยู่ หรือย้ายแผนการดำรงชีวิต เกี่ยวข้องกับบทบาทหน้าที่ที่เปลี่ยนแปลงไป ความสนใจและค่านิยมก็ได้เปลี่ยนแปลงไปด้วย

เอกจิตรา คำมีศรีสุข (2556) กล่าวถึง เกษียณอายุการทำงาน คือ การที่ยุติจากงานประจำตามเงื่อนไขกฎระเบียบข้อบังคับที่กำหนดไว้ ตามภาวะสุขภาพของบุคคล หรือตามความพึงพอใจที่จะยุติการปฏิบัติหน้าที่การทำงานของบุคคลนั้น ๆ หรือต้องยุติจากการประกอบอาชีพตามเงื่อนไขข้อกำหนด ซึ่งเกิดจากระเบียบ ข้อปฏิบัติ ภาวะทางสุขภาพ หรือเงื่อนไขที่เกิดจากเหตุอื่น ๆ

เพ็ญประภา เบ็ญจวรรณ (2558) ให้ความหมายการเกษียณไว้ว่า เป็นช่วงสุดท้ายของการทำงาน หน้าที่ ความรับผิดชอบต่องานลดลง เป็นการถอนตัวจากภาวการณ์หนึ่งไปสู่ภาวการณ์หนึ่ง ซึ่งมีการกำหนดเกณฑ์ในแต่ละประเทศไม่เหมือนกัน ซึ่งมีเกณฑ์การเกษียณอายุอยู่ระหว่าง 55-65 ปี



## 2.2.2 รูปแบบการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุมี 2 รูปแบบ คือ

1) การเกษียณอายุ (Retirement) เป็นเงื่อนไขของการพ้นสภาพการเป็นพนักงานประจำของบริษัท หรือการสิ้นสุดสัญญาจ้าง โดยส่วนใหญ่กำหนดเกณฑ์จากอายุพนักงาน คือ บุคคลที่มีอายุ 55 ปีบริบูรณ์

2) การเกษียณอายุก่อนกำหนด (Early Retirement) หมายถึง การพ้นสภาพการเป็นพนักงานประจำก่อนถึงภาวะเทียบข้อบังคับการเกษียณอายุ อาจเกิดจากสาเหตุ การที่หน่วยงานหรือบริษัท มีนโยบายเพื่อจะลดค่าใช้จ่ายของบริษัท หรือมีการปรับลดขนาดขององค์กรลง รวมถึงปัญหาสุขภาพของพนักงาน ปัญหาส่วนตัว เป็นต้น

กล่าวโดยสรุปจากแนวคิดเกี่ยวกับ การเกษียณอายุ หมายถึง วงจรชีวิตของคนในการประกอบอาชีพ เป็นสิ่งที่ลูกจ้างหรือคนวัยทำงานต้องเจอ ซึ่งไม่มีใครสามารถหลีกเลี่ยงได้ เมื่อถึงเกณฑ์กำหนดการเกษียณอายุ จึงต้องยุติบทบาทหน้าที่จากงานประจำ ตามที่กฎระเบียบของหน่วยงานหรือสังกัดนั้น ๆ กำหนด หรือเกิดจากภาวะสุขภาพของบุคคล ที่ประสิทธิภาพ หรือไม่สามารถปฏิบัติงานนั้น ๆ ได้อีกต่อไป

## 2.3 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมก่อนการเกษียณอายุ

### 2.3.1 ความหมายพฤติกรรมก่อนการเกษียณอายุ

คำว่า พฤติกรรม ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายว่า เป็นการกระทำหรือการแสดงอาการออกทางกล้ามเนื้อ ความคิด และความรู้สึก เพื่อตอบสนองสิ่งเร้า (ราชบัณฑิตยสถาน, 2554)

วรรณรา ชื่นวัฒนา (2557) กล่าวถึง แนวคิดพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเกษียณอายุ แบ่งออกเป็น 4 ด้าน

1) การเตรียมตัวด้านการปรับตัว บุคคลในวัยผู้สูงอายุ มักจะมีความเสื่อมสภาพทางด้านร่างกายไปตามกาลเวลา ประสิทธิภาพการทำงานต่าง ๆ ในร่างกายลดลง ซึ่งต้องปรับตัวให้มีความกระฉับกระเฉง ควบคุมการรับประทานอาหาร ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ รักษาระดับอารมณ์ให้คงที่ ฝึกจิตใจให้สงบ ยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้

2) การเตรียมตัวด้านการเงิน เมื่อเกษียณอายุ รายได้หลักที่เคยได้รับจากการทำงานย่อมหมดไป ดังนั้นควรวางแผนการเงินไว้ล่วงหน้า เพื่อรองรับค่าใช้จ่ายที่จะเกิดขึ้นภายหลังเกษียณ โดยการประเมินรายรับรายจ่ายล่วงหน้า และเตรียมรับมือกับค่าใช้จ่ายยามฉุกเฉิน รวมถึงหาช่องทางรายรับอื่น ๆ สำรองไว้ เช่น การออมสะสมทรัพย์ในรูปแบบต่าง ๆ การลงทุน การซื้อที่ดิน รวมไปถึงการปล่อยเช่า เป็นต้น

3) การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย การเลือกที่อยู่อาศัย สภาพที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม เครื่องใช้ภายในบ้าน เพื่อรองรับในยามเกษียณอายุ สำหรับครอบครัวในสังคมไทย ผู้สูงอายุมักจะนิยมอาศัยอยู่กับบุตรหลาน ในขณะที่เดียวกัน ผู้สูงอายุที่ไม่มีบุตรหลานคอยเลี้ยงดู ควรวางแผนเรื่องที่อยู่อาศัยตั้งแต่นั้น ๆ เพื่อเตรียมความพร้อมในบั้นปลายชีวิต

4) การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาว่าง ซึ่งผู้เกษียณไม่ควรมองตนเองว่าเป็นคนไร้บทบาท แต่ควรมองหาโอกาสหรือกิจกรรมใหม่ ๆ มาทดแทนบทบาทหน้าที่เดิม ซึ่งการที่มีกิจกรรมเข้าร่วมกับสังคม จะส่งผลให้ผู้เกษียณตระหนักถึงคุณค่าของตนและมีการปรับตัวได้ดี นอกจากนี้ ผลการวิจัย พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมจะมีส่วนช่วยให้มีสุขภาพจิตที่ดี หมายความว่า ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมหรือเข้าสังคมบ่อย ๆ จะมีสุขภาพจิตที่ดีกว่าผู้ที่ใช้เวลาเข้าร่วมกิจกรรมหรือเข้าสังคมน้อยครั้ง

จิณณรัตน์ วราบุญนาคริรมย์ (2558) กล่าวถึง พฤติกรรมก่อนเกษียณอายุไว้ว่า เมื่อถึงวาระแห่งการเกษียณอายุ ทำให้ต้องมีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ที่จะเกิดขึ้นอย่างมาก ซึ่งแน่นอนว่าย่อมส่งผลกระทบต่อผู้เกษียณไม่ทางตรงก็ทางอ้อม รวมถึงครอบครัวผู้เกษียณเอง ด้านการเงิน ผู้เกษียณจะมีรายได้ลดน้อยลง ในขณะที่เดียวกันนั้นมีการค่าใช้จ่ายเท่าเดิม ความรู้สึกหดหู่ใจ เศร้าใจ เมื่อวัยเกษียณใกล้เข้ามาทุกที การที่ปรับตัวได้เร็วย่อมได้เปรียบ เพราะจะสามารถตั้งตัวได้เร็วกว่าบุคคลทั่วไปที่ไม่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้

สรุปได้ว่าพฤติกรรมก่อนเกษียณอายุ คือ การเตรียมตัวก่อนที่จะเริ่มก้าวเข้าสู่วัยเกษียณอายุ การที่บุคคลนั้นจะมีความเข้าใจในทุกด้านเกี่ยวกับชีวิตการเกษียณอายุการทำงาน ส่งผลให้การเตรียมความพร้อมเป็นเรื่องง่าย เพราะสามารถที่จะเข้าใจ ยอมรับ และปรับตัวไปในทิศทางเดียวกัน รวมถึงปัจจัยด้านเศรษฐกิจ จึงจำเป็นต้องเริ่มต้นปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงให้เร็ว หากยังปรับตัวเร็วจะยิ่งได้เปรียบ และส่งผลให้มีชีวิตที่สุขสบายหลังเกษียณ

## 2.4 แนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ก่อนการเกษียณอายุ

ความหมายของการรับรู้ก่อนการเกษียณอายุ

Bernstein (1999) ให้ความหมายว่า การรับรู้ เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นหลังจากมีสิ่งเร้ามา กระตุ้นความรู้สึก และถูกตีความหมาย โดยการใช้ความรู้ ความเข้าใจ และประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ซึ่งการรับรู้เป็นสิ่งที่ต้องการการเรียนรู้ ดังนั้นหากการรับรู้จะเป็นเพียงแค่รับสัมผัสเท่านั้น

จิณณรัตน์ วราบุญนาคริรมย์ (2558) ให้ความหมายการรับรู้ (Perception) คือ การตีความว่าสิ่งที่รู้สึกนั้น คือ อะไร การรับรู้เป็นกระบวนการทางความคิด (Cognitive Process) ที่สลับซับซ้อน มนุษย์ต้องมีการตัดสินใจก่อนที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเสมอ ในการตัดสินใจมนุษย์ต้องอาศัยข้อมูลที่ตนได้รับจากแหล่งต่าง ๆ และอาศัยกระบวนการรู้สึก (Sensation) เก็บข้อมูลดิบของสิ่งเร้าส่งไปยังสมอง และเข้าสู่กระบวนการรับรู้ ทั้งนี้กระบวนการรับรู้มี 3 ขั้นตอน คือ

1) การเลือกรับรู้ สิ่งเร้ารอบกายมีมากมายจะกระทบประสาทสัมผัส ทั้งห้าตลอดเวลา สิ่งเร้าที่จะรับผ่านเข้าสู่สมองคือสิ่งเร้าที่มนุษย์ตั้งใจที่จะมองและหรือรับฟังเท่านั้น สิ่งเร้าที่เลือกมักจะเป็นสิ่งเร้าที่มีความหมาย และมีประโยชน์ต่อตัวเรา โดยจะเลือกรับรู้เฉพาะสิ่งเร้าที่ สอดคล้องกับความต้องการ ค่านิยม และเจตคติของเรา

2) การจัดระเบียบและประเภทของสิ่งเร้า การเลือกรับรู้ของบุคคลอยู่ภายใต้อิทธิพลของปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายในของผู้รับรู้ การรับรู้ของแต่ละคนจะแตกต่างกันไปเนื่องจากการเรียนรู้ ประสบการณ์ ความสนใจ ความต้องการ และค่านิยม เป็นตัวกำหนด การตีความสิ่งเร้าไม่เหมือนกันบุคคลจะเลือกรับรู้สิ่งเร้าที่มีความหมาย ความสำคัญอยู่ในความสนใจของตนและจัดประเภทของสิ่งเร้าตามประสบการณ์การเรียนรู้และการมุ่งเน้นของตนเอง

3) การตีความ การรับรู้ตรงสภาพความเป็นจริงเรียกว่า การรับรู้ตามภาวะวิสัย (Objective Phenomenal) และการตีความว่าสิ่งเร้า คือ อะไรตามประสาทสัมผัสโดยไม่มีการปรับเข้าสู่ภาวะวิสัย คือ การรับรู้ตามอัตวิสัย (Subjective Phenomenal)

เรื่องรำไพ โยธาใหญ่ (2559) กล่าวถึง การที่ผู้เกษียณอายุต้องเผชิญกับสภาวะการณ์การดำรงชีวิตหลังเกษียณ จำเป็นต้องมีการเตรียมความพร้อม การรับรู้ก่อนเกษียณ ด้านจิตใจ ยอมรับการเปลี่ยนแปลง เพื่อลดความเครียด สร้างขวัญกำลังใจที่ดีให้กับตนเอง ลดความเบื่อหน่าย มองโลกในแง่ดี ลดความวิตกกังวลต่าง ๆ และการรับรู้ด้านสุขภาพร่างกาย ควรต้องใส่ใจอย่างมาก เลือกรับประทานอาหารที่ดีและมีประโยชน์ หมั่นออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และพักผ่อนให้เพียงพอ

ภัทร์ชนัน สมสมาน และสมประสงค์ โกศลบุญ (2558) ให้ความหมายว่า การรับรู้ การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ส่งผลถึงการแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง รวมไปถึงพฤติกรรม

สรุปการรับรู้ก่อนการเกษียณอายุดังกล่าว สามารถสรุปความหมายได้ว่า การรับรู้การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของแต่ละบุคคลจะแตกต่างกันออกไป และมีพฤติกรรมเตรียมตัวแตกต่างกัน

## 2.5 แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ

Atchley (1991) กล่าวถึง การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุมี 2 ระยะ ดังนี้

1) การเตรียมตัววางแผนระยะไกล (Remote Phase) เป็นระยะที่สามารถเริ่มจะเรียนรู้ เริ่มตระหนักถึงการเกษียณอายุ มีการเตรียมความพร้อมด้านการเงิน ด้านสุขภาพและการใช้เวลาว่าง ซึ่งอาจจะเริ่มได้ตั้งแต่ตอนเริ่มทำงานใหม่ ๆ เพื่อเตรียมความพร้อมให้กับตนเอง และครอบครัวเพื่อความสะดวกรสบายในอนาคต

2) การเตรียมตัววางแผนระยะใกล้ (Near Phase) เป็นระยะที่รู้สึกว่ายัยเกษียณอายุ จะมีผลกระทบต่อบทบาทหน้าที่ในชีวิตมากขึ้น อันเนื่องมาจากมีเวลาเหลือให้กับการทำงานอีกไม่มากนัก เริ่มสังเกตเห็นได้จากบุคคลรอบข้างเริ่มทยอยเกษียณอายุกันไปจำนวนไม่น้อย ดังนั้นการเตรียมตัวดูแลตนเองก่อนการเกษียณอายุจึงมีความสำคัญสำหรับผู้เกษียณ

Leedy & Wynbrant (1987) แนะนำว่า บุคคลที่ควรเริ่มต้นวางแผนการเกษียณอายุ ควรเริ่มตั้งแต่อายุ 30 ปี เพื่อให้บุคคลนั้นได้มีการเตรียมตัวและเตรียมใจที่จะใช้ชีวิตภายหลังจากเกษียณอายุการทำงานได้อย่างมีความสุข จะช่วยให้ผู้เกษียณอายุ มีคุณภาพชีวิตในช่วงสุดท้ายของชีวิตที่ดี

สมฤดี รัสมิตติคุณ (2550) กล่าวไว้ว่า การวางแผนการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ ควรกระทำในขณะที่ยังมีงานหรือมีรายได้ประจำอยู่ และที่สำคัญควรมีการวางแผนล่วงหน้า โดยใช้เวลา 15-20 ปี ก่อนการเกษียณอายุ เพราะการวางแผนในช่วงวัยก่อนเกษียณตอนต้น จะทำให้การวางแผนเป็นไปอย่างง่ายและได้ผลดีกว่าการพร้อมความพร้อมในช่วงวัยก่อนเกษียณตอนปลาย เมื่อมีการเตรียมความพร้อมที่รอบคอบในการศึกษาหาข้อมูลในด้านต่าง ๆ จะทำให้ได้ข้อมูลที่เหมาะสมยามากขึ้น

สรุปได้ว่า การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณ เริ่มได้ตั้งแต่เริ่มทำงาน การเตรียมความพร้อมรับมือต่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น หากวางแผนตั้งแต่ทำงานใหม่ ๆ ก็จะสามารถรับมือได้ดีกว่าลดความเครียด ไร้ความวิตกกังวลหลังเกษียณ ผลกระทบต่าง ๆ ก็ย่อมลดลงไปด้วย

## 2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

กฤษณา มยุระสุวรรณ (2550) ศึกษาเรื่อง การวางแผนก่อนการเกษียณอายุของพนักงานบริษัท A พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย สมรสแล้ว สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี อายุ 45-49 ปี ไม่มีผู้อยู่ในอุปการะ มีรายได้เดือนละ 20,001-40,000 บาท มากกว่า 1 ใน 3 เป็นพนักงานระดับปฏิบัติงาน ทำในฝ่ายบริการมากที่สุด อายุการทำงาน 15-20 ปี ไม่ได้วางแผนด้านการประกันชีวิต และสุขภาพ เพราะส่วนใหญ่มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และเสริมสุขภาพด้วยการเดินออกกำลังกายเป็นประจำ ส่วนใหญ่เตรียมพร้อมด้านหนี้สินชำระ วางแผนค่าใช้จ่าย การทำธุรกิจหรือประกอบอาชีพใหม่ และคิดว่าอาชีพหรือรายได้เสริมมีความสำคัญ และพบว่า อาชีพเสริมที่คนสนใจมากที่สุด คือ การค้าขาย กลุ่มตัวอย่างมากที่สุด มีกรรมสิทธิ์ในบ้านและที่ดิน และวางแผนใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุทำงานอดิเรก และกิจกรรมที่ชอบ คือ ดูโทรทัศน์ ออกกำลังกาย อ่านหนังสือ แต่ไม่ได้

วางแผนเข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม ผลการศึกษาพบว่า การวางแผนก่อนการเกษียณอายุอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งด้านสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิตใจ ที่อยู่อาศัย การจัดการทางการเงิน ครอบครัว ด้านการประกอบอาชีพและด้านสังคม

เนษพร นาคสีเหลือง (2557) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการออมเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของพนักงาน ธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่ ได้ศึกษาพฤติกรรมการออม ปัจจัยที่มีผลต่อการออมเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ พบว่า ส่วนใหญ่ มีความถี่ในการออมต่อปี 4 ครั้งขึ้นไป มีเงินออมเฉลี่ยเดือนละ 5,000 บาทขึ้นไป มีระยะเวลาการออม 1-6 ปี มีการออมในรูปแบบเงินฝากประจำ และการออมประเภทอื่น เช่น กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ ปัจจัยที่มีผลต่อการออมน้อยที่สุด คือ ทศนคติการออม รองลงมา คือ อัตราผลตอบแทน การยอมรับความเสี่ยง และปัจจัยด้านเศรษฐกิจ

อนรรฆวีประวีร์ เกิดแย้ม (2560) ศึกษาเรื่อง การวางแผนที่อยู่อาศัยหลังเกษียณของพนักงาน 3 ช่วงวัย กรณีศึกษา ธนาคารอาคารสงเคราะห์ การเคหะแห่งชาติ และบริษัทแกรนด์คาแนล แลนด์ จำกัด (มหาชน) พบว่า ช่วงวัยคนเจนเอ็กซ์ มีการวางแผนที่อยู่อาศัยสูงที่สุด ซึ่งมีการวางแผนที่อยู่อาศัยเพื่อวัยเกษียณ มีร้อยละ 80 โดยมีการวางแผนเป็น 2 แบบ คือ แบบที่ 1 อาศัยอยู่ที่บ้านหลังเดิม แต่ปรับปรุงที่อยู่อาศัย ร้อยละ 41 โดยเน้นการปรับปรุงห้องนอนและห้องน้ำ ตั้งงบประมาณไว้ไม่เกิน 3 แสนบาท และแบบที่ 2 คือ วางแผนย้ายที่อยู่อาศัย บางส่วนมีการวางแผนย้ายกลับไปภูมิลำเนาเดิม หรือที่อยู่อาศัยตามแบบที่ต้องการ คือ ปลูกบ้านเอง 2 ชั้น มี 3 ห้องนอน 3 ห้องน้ำ พื้นที่ขนาด 200 ตารางเมตร โดยตั้งงบประมาณไม่เกิน 3 ล้านบาท และช่วงวัยคนเจนวาย ร้อยละ 73 มีการวางแผนเกษียณรองลงมา และน้อยสุด คือ คนวัยเจนบี ร้อยละ 72 ซึ่งทั้งสองวัยนี้ก็มี การวางแผนที่อยู่อาศัยเพื่อวัยเกษียณทั้ง 2 แบบเช่นกัน โดยช่วงวัยที่ เหมาะสมในการวางแผนที่อยู่อาศัยเพื่อวัยเกษียณที่สุด คือ ช่วงอายุ 29-35 ปี

เรืองรำไพ โยธาใหญ่ (2559) ศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุการทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี พบว่า การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุในภาพรวม ประชากรที่มีเพศ แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมไม่แตกต่างกัน ทุกด้านอยู่ในระดับมาก ซึ่งมีการเตรียมพร้อมด้านการเงินมากที่สุด รองลงมา คือ ด้านที่อยู่อาศัย และการใช้เวลาว่าง

จิณณรัตน์ วราบุญนาคริรมย์ (2558) ศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของพนักงานบริษัทยูซีเอ็น โลจิสติกส์ (ประเทศไทย) จำกัด ศึกษาเรื่องการรับรู้ พฤติกรรม การเปรียบเทียบ และความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้และพฤติกรรม การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของพนักงานวัยเจนเอเรชั่นบี เจเนอเรชั่นเอ็กซ์ และเจนเอเรชั่นวาย บริษัทยูซีเอ็น โลจิสติกส์ (ประเทศไทย) จำกัด จำนวน 119 คน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุระหว่าง 21-34 ปี ระดับ

การศึกษาปริญญาตรีมากที่สุด มีสถานะภาพโสด ไม่มีบุตรมากที่สุด มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 3-4 คน และมีภาระเลี้ยงดูครอบครัว 1-2 คน เป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย ส่วนใหญ่ยังมีหนี้สินหรือผ่อนชำระค่าใช้จ่าย ไม่ได้วางแผนการทำประกันสุขภาพ และประกันชีวิต ไม่มีโรคประจำตัว เพราะส่วนใหญ่มีสุขภาพแข็งแรง มีอายุงานมากกว่า 11 ปี มีตำแหน่งเป็นพนักงานปฏิบัติการ รายได้ต่อเดือน 10,000-20,000 บาท ผลการศึกษา พบว่า การรับรู้การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุในภาพรวมของพนักงานอยู่ในระดับมาก เช่น การรับรู้การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ ด้านเศรษฐกิจ

ศิริวรรณ มนอัคระผดุง และพิทักษ์ ศิริวงศ์ (2559) ศึกษาเรื่อง การเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา พบว่า ระดับผู้บริหารมีระยะเวลาการเตรียมตัวที่แตกต่างกัน บางส่วนวางแผนเกษียณตั้งแต่ อายุ 25-30 ปี มีการเตรียมตัวด้านการเงิน และที่อยู่อาศัย เนื่องจากต้องใช้เวลาเก็บออม ส่วนใหญ่แล้วผู้บริหารเริ่มเก็บออมอย่างจริงจัง เมื่ออายุ 45-55 ปี ซึ่งเก็บออมจากเงินเดือนและการหารายได้พิเศษ เช่น การสอนพิเศษ ลงทุนหุ้นในระยะยาว และกองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ รวมทั้งลดการใช้จ่ายเงินฟุ่มเฟือย และเมื่ออายุ 55-60 ปี เริ่มเตรียมตัวเกษียณ ด้านจิตใจ และการใช้เวลาว่าง นอกจากนี้ ผู้บริหารที่มีสถานะภาพโสดบางราย สนใจศึกษาข้อมูลสถานที่ดูแลผู้สูงอายุไว้ เพื่อเป็นทางเลือกให้กับบั้นปลายชีวิต ด้านสุขภาพร่างกาย ผู้บริหารทุกคนใส่ใจด้านสุขภาพ เลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสม ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง มีการตรวจสุขภาพร่างกายอย่างสม่ำเสมอ รวมถึงทำประกันสุขภาพเพื่อลดค่าใช้จ่าย ด้านจิตใจ ผู้บริหารจะเตรียมความพร้อมก่อน 5 ปี ยอมรับว่าจะมีคนเคารพนับถือน้อยลง ได้มีการแลกเปลี่ยนความคิดกับผู้บริหารที่เกษียณอายุไปแล้ว ด้านการใช้เวลาว่าง ทำกิจกรรม เช่น งานอดิเรก กิจกรรมสาธารณะประโยชน์ และพบประสังสรรค์กับครอบครัว เป็นต้น



### บทที่ 3 วิธีการวิจัย

งานวิจัย เรื่องการศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งผู้ศึกษาได้กำหนดระเบียบวิธีการวิจัย ดังนี้

- 3.1 ประเภทและรูปแบบการวิจัย
- 3.2 กลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 3.3 กระบวนการและขั้นตอนเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.4 สมมติฐานการวิจัย
- 3.5 วิธีการทางสถิติและวิเคราะห์ข้อมูล

#### 3.1 ประเภทและรูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยใช้แบบสอบถามแบบปลายปิด (Close-ended Questionnaire) ประกอบด้วยข้อมูลส่วนบุคคล พฤติกรรมก่อนเกษียณอายุ การรับรู้ก่อนเกษียณอายุ และการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ตามรายละเอียด ดังนี้

##### 3.1.1 แบบสอบถาม (Questionnaire) มีทั้งหมด 4 ส่วน ดังนี้

3.1.1.1 ข้อมูลส่วนบุคคลของพนักงานบริษัทเอกชนในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู ข้อมูลส่วนบุคคล มีจำนวน 13 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ รายได้เฉลี่ย จำนวนบุตร ภาระเลี้ยงดูครอบครัว ลักษณะที่อยู่อาศัย หนี้สิน โรคประจำตัว สิทธิที่ใช้ในการรักษาพยาบาล ประกันชีวิต และกิจกรรมที่คาดว่าจะทำหลังเกษียณอายุ โดยใช้คำถามแบบปลายปิด (Close-end Question)

3.1.1.2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ โดยใช้คำถามแบบปลายปิด (Close-end Question) โดยใช้การประเมินค่าของ Likert (1932) โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบ 5 ระดับความคิดเห็น คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด ใช้เกณฑ์การให้คะแนนจากการวัดระดับความเห็นเป็นช่วงคะแนน ระดับการวัดมี ดังนี้

สำหรับการวัดระดับความคิดเห็น มีระดับการวัด ดังนี้

มีพฤติกรรมเห็นด้วยน้อยที่สุด	มีค่าคะแนนเป็น 1
มีพฤติกรรมเห็นด้วยน้อย	มีค่าคะแนนเป็น 2
มีพฤติกรรมเห็นด้วยปานกลาง	มีค่าคะแนนเป็น 3
มีพฤติกรรมเห็นด้วยมาก	มีค่าคะแนนเป็น 4
มีพฤติกรรมเห็นด้วยมากที่สุด	มีค่าคะแนนเป็น 5

สำหรับการวัดระดับความคิดเห็นเป็นช่วงคะแนน มีระดับการวัด ดังนี้

ค่าเฉลี่ย	ความหมาย
4.21-5.00	มีพฤติกรรมเห็นด้วยมากที่สุด
3.41-4.20	มีพฤติกรรมเห็นด้วยมาก
2.61-3.40	มีพฤติกรรมเห็นด้วยปานกลาง
1.81-2.60	มีพฤติกรรมเห็นด้วยน้อย
1.00-1.80	มีพฤติกรรมเห็นด้วยน้อยที่สุด

3.1.1.3 ข้อมูลเกี่ยวกับการรับรู้ที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ใช้คำถามแบบปลายปิด (Close-end Question) โดยใช้การประเมินค่าของ Likert (1932) โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกคำตอบ 5 ระดับความคิดเห็น คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด ใช้เกณฑ์การให้คะแนนจาก การวัดระดับความคิดเห็นเป็นช่วงคะแนน ระดับการวัดมี ดังนี้

สำหรับการวัดระดับความคิดเห็น มีระดับการวัด ดังนี้

มีการรับรู้น้อยที่สุด	มีค่าคะแนนเป็น 1
มีการรับรู้น้อย	มีค่าคะแนนเป็น 2
มีการรับรู้ปานกลาง	มีค่าคะแนนเป็น 3
มีการรับรู้มาก	มีค่าคะแนนเป็น 4
มีการรับรู้มากที่สุด	มีค่าคะแนนเป็น 5

สำหรับการวัดระดับความคิดเห็นเป็นช่วงคะแนน มีระดับการวัด ดังนี้

ค่าเฉลี่ย	ความหมาย
4.21-5.00	มากที่สุด
3.41-4.20	มีการรับรู้มาก
2.61-3.40	มีการรับรู้ปานกลาง
1.81-2.60	มีการรับรู้น้อย
1.00-1.80	มีการรับรู้น้อยที่สุด



3.1.1.4 ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ โดยใช้คำถามแบบปลายปิด (Close-end Question) โดยใช้การประเมินค่าของ Likert (1932) โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกคำตอบ 5 ระดับความคิดเห็น คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด ใช้เกณฑ์การให้คะแนน จาก การวัดระดับความคิดเห็นตามช่วงคะแนน ระดับการวัดมี ดังนี้

สำหรับการวัดระดับความคิดเห็น มีระดับการวัดดังนี้

มีการเตรียมความพร้อมน้อยที่สุด	มีค่าคะแนนเป็น 1
มีการเตรียมความพร้อมน้อย	มีค่าคะแนนเป็น 2
มีการเตรียมความพร้อมปานกลาง	มีค่าคะแนนเป็น 3
มีการเตรียมความพร้อมมาก	มีค่าคะแนนเป็น 4
มีการเตรียมความพร้อมมากที่สุด	มีค่าคะแนนเป็น 5

สำหรับการวัดระดับความคิดเห็นเป็นช่วงคะแนน มีระดับการวัด ดังนี้

ค่าเฉลี่ย	ความหมาย
4.21–5.00	มีการเตรียมความพร้อมมากที่สุด
3.41–4.20	มีการเตรียมความพร้อมมาก
2.61–3.40	มีการเตรียมความพร้อมปานกลาง
1.81–2.60	มีการเตรียมความพร้อมน้อย
1.00–1.80	มีการเตรียมความพร้อมน้อยที่สุด

3.1.2 การทดสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity Test) และทดสอบความน่าเชื่อถือ (Reliability Test) ของแบบสอบถามแบบ (Questionnaire)

3.1.2.1 การทดสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity Test)

งานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จแล้ว มอบให้กับอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา และแก้ไขตามคำแนะนำ

3.1.2.2 การทดสอบความน่าเชื่อถือ (Reliability Test)

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่เสร็จแล้ว มาทดสอบความน่าเชื่อถือ (Reliability Test) โดยการแจกแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้แก่ พนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ โดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) ซึ่งได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ 0.944

ตารางที่ 3.1: แสดงค่าความเชื่อมั่น (Cronbach's Alpha Analysis Test)

ตัวแปร	จำนวนข้อ	ค่าความเชื่อมั่น
ด้านพฤติกรรม		
การปรับตัว	6	0.817
ด้านการเงิน	7	0.866
ด้านที่อยู่อาศัย	6	0.811
ด้านการใช้เวลาว่าง	6	0.878
การรับรู้ก่อนเกษียณอายุ		
ด้านจิตใจ	7	0.819
ด้านร่างกาย	7	0.807
การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ	6	0.866
รวม	45	0.944

### 3.2 กลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ศึกษา ผู้วิจัยเลือกกำหนดประชากร คือ พนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ผู้วิจัยไม่ทราบจำนวนที่แน่นอน จึงใช้ตารางการคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่างของ Yamane (1973) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ระดับความคลาดเคลื่อน  $\pm 5\%$  ซึ่งได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คน จากจำนวนประชากรทั้งหมด และจะใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Sampling)

### 3.3 กระบวนการและขั้นตอนเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จากพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ มีการเก็บข้อมูล ดังนี้

3.3.1 ผู้วิจัยจัดทำและปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามให้เรียบร้อย

3.3.2 ผู้วิจัยทำการแจกแบบสอบถามโดยการสุ่มแบบชั้นภูมิ ให้กับพนักงานที่ปฏิบัติงานอยู่ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู

3.3.3 ผู้วิจัยได้มีการชี้แจงรายละเอียด และอธิบายวัตถุประสงค์ในการทำวิจัยครั้งนี้ รวมไปถึงถึงหลักการตอบคำถาม เพื่อให้เกิดความผิดพลาดของการตอบแบบสอบถามน้อยที่สุด

3.3.4 ตรวจสอบสมบรูณ์ ความถูกต้อง และความครบถ้วนของคำตอบของแบบสอบถามในแต่ละส่วน

3.3.5 นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ในลำดับถัดไป

### 3.4 สมมติฐานการวิจัย

การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ มีระเบียบวิธีการดังต่อไปนี้

3.4.1 อิทธิพลของพฤติกรรมที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

3.4.2 อิทธิพลของการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

การทดสอบสมมติฐานทั้ง 2 ข้อ จะทำการทดสอบที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

### 3.5 วิธีการทางสถิติที่ใช้สำหรับงานวิจัย

วิธีการทางสถิติที่ใช้สำหรับงานวิจัยนี้แบ่งได้ 2 ประเภท ได้แก่

3.5.1 การรายงานผลด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ซึ่งได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

3.5.2 การรายงานผลด้วยสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ซึ่งได้แก่ การวิเคราะห์สมมติฐานทั้งสองข้อ มีการใช้สถิติการวิจัย ดังนี้

3.5.2.1 สมมติฐานข้อที่ 1 จะใช้สถิติทดสอบหาความสัมพันธ์แบบถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis)

3.5.2.2 สมมติฐานข้อที่ 2 จะใช้สถิติทดสอบหาความสัมพันธ์แบบถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis)

## บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิจัยเรื่อง การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอผลการศึกษา โดยการนำเสนอผลการวิจัยแบ่ง ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ส่วนที่ 3 การรับรู้ของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ส่วนที่ 4 การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

### 4.1 การรายงานผลด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics)

4.1.1 ข้อมูลส่วนบุคคลเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลส่วนบุคคลมีจำนวน 13 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ รายได้เฉลี่ย จำนวนบุตร ภาวะเสี่ยงดูโรคครบถ้วน ลักษณะที่อยู่อาศัย หนี้สินผ่อนชำระ โรคประจำตัว สิทธิที่ใช้รักษาพยาบาล ประกันชีวิต กิจกรรมที่วางแผนหลังการเกษียณอายุ ปรากฏผลดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 4.1: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านเพศของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	218	54.50
หญิง	182	45.50
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.1 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลด้านเพศ อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล ด้านเพศของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถามจำนวนประชากร 400 คน พบว่าส่วนใหญ่ เป็นเพศชาย จำนวน 218 คน คิดเป็นร้อยละ 54.50 และเพศหญิง จำนวน 182 คน คิดเป็นร้อยละ 45.50

ตารางที่ 4.2: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

อายุ (ปี)	จำนวน	ร้อยละ
23-30 ปี	111	27.75
31-38 ปี	86	21.50
39-46 ปี	102	25.50
47-55 ปี	101	25.25
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.2 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลด้านอายุ อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้ ข้อมูลส่วนบุคคล ด้านอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่าส่วนใหญ่ อายุ 23-30 ปี จำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 27.75 รองลงมา อายุ 39-46 ปี จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50 อายุ 47-55 ปี จำนวน 101 คน คิดเป็นร้อยละ 25.25 และน้อยที่สุด อายุ 31-38 ปี จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 21.50

ตารางที่ 4.3: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านระดับการศึกษาของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ระดับการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่าปริญญาตรี	127	31.75
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	226	56.50
ปริญญาโทหรือสูงกว่า	47	11.75
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.3 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลด้านระดับการศึกษา อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล ด้านระดับการศึกษาของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรม บางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่าส่วนใหญ่ มีการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า จำนวน 226 คน คิดเป็นร้อยละ 56.50 รองลงมา คือ ระดับต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 127 คน คิดเป็นร้อยละ 31.75 และน้อยที่สุด ระดับปริญญาโทหรือสูงกว่า จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 11.75

ตารางที่ 4.4: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านสถานภาพของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

สถานภาพ	จำนวน	ร้อยละ
โสด	146	36.50
สมรส	237	59.25
หย่าร้าง	11	2.75
แยกกันอยู่	6	1.50
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.4 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลด้านสถานภาพ อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้ ข้อมูลส่วนบุคคลด้านสถานภาพของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่าส่วนใหญ่ มีสถานภาพสมรส จำนวน 237 คน คิดเป็นร้อยละ 59.25 รองลงมา คือ โสด จำนวน 146 คน คิดเป็นร้อยละ 36.50 หย่าร้าง จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 2.75 และแยกกันอยู่ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 1.50

ตารางที่ 4.5: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านรายได้เฉลี่ยของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

รายได้เฉลี่ย	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 20,000 บาท	79	19.75

(ตารางมีต่อ)

ตารางที่ 4.5 (ต่อ): จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านรายได้เฉลี่ยของพนักงานบริษัทเอกชน  
ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

รายได้เฉลี่ย	จำนวน	ร้อยละ
20,001-40,000 บาท	159	39.75
40,001-60,000 บาท	100	25.00
สูงกว่า 60,001	62	15.50
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.5 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคล ด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือน อธิบาย  
รายละเอียดได้ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล ด้านรายได้เฉลี่ยของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู  
จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่าส่วนใหญ่ มีรายได้เฉลี่ย 20,001-  
40,000 บาท จำนวน 159 คน คิดเป็นร้อยละ 39.75 รองลงมา มีรายได้เฉลี่ย 40,000-60,000 บาท  
จำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 25.00 รายได้เฉลี่ยต่ำกว่า 20,000 บาท จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อย  
ละ 19.75 และน้อยที่สุด มีรายได้เฉลี่ยสูงกว่า 60,000 บาท จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 15.50

ตารางที่ 4.6: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านครอบครัวของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขต  
นิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

จำนวนบุตร	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มีบุตร	172	43.00
1 คน	98	24.50
2 คน	102	25.50
3 คนขึ้นไป	28	7.00
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.6 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคล ด้านจำนวนบุตร อธิบายรายละเอียดได้  
ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล ด้านจำนวนบุตรของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถามพบว่า ส่วนใหญ่ ไม่มีบุตร จำนวน 172 คน คิดเป็นร้อยละ 43.00 รองลงมา มีบุตร 2 คน จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50 มีบุตร 1 คน จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 24.50 และน้อยที่สุด มีบุตร จำนวน 3 คนขึ้นไป จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 7.00

ตารางที่ 4.7: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านภาระเลี้ยงดูของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ภาระเลี้ยงดูครอบครัว	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มี	100	25.00
1 คน	79	19.75
2-3 คน	156	39.00
4 คนขึ้นไป	65	16.25
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.7 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคล ด้านภาระเลี้ยงดูครอบครัว อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล ด้านภาระเลี้ยงดูครอบครัวของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่า ส่วนใหญ่มีภาระที่ต้องเลี้ยงดูครอบครัว 2-3 คน จำนวน 156 คน คิดเป็นร้อยละ 39 รองลงมา ไม่มีภาระที่ต้องเลี้ยงดูครอบครัว จำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 25.00 มีภาระที่ต้องเลี้ยงดูครอบครัว 1 คน จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 19.75 และน้อยที่สุด มีภาระเลี้ยงดูครอบครัว 4 คนขึ้นไป จำนวน 65 คน คิดเป็นร้อยละ 16.25



ตารางที่ 4.8: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านลักษณะที่อยู่อาศัยของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ลักษณะที่อยู่อาศัย	จำนวน	ร้อยละ
บ้านเดี่ยว	173	43.25
ทาวน์เฮ้าส์/บ้านแฝด	144	36.00
ตึกแถว/ห้องแถว	24	6.00
คอนโดมิเนียม/อพาร์ทเมนท์	30	7.50
บ้านเช่า/ที่อยู่อาศัยชั่วคราว	29	7.25
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.8 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคล ด้านลักษณะที่อยู่อาศัย อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล ด้านลักษณะที่อยู่อาศัยของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่า ส่วนใหญ่ อาศัยอยู่บ้านเดี่ยว จำนวน 173 คน คิดเป็นร้อยละ 43.25 รองลงมา อาศัยอยู่ทาวน์เฮ้าส์/บ้านแฝด จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 36.00 อาศัยอยู่คอนโดมิเนียม/อพาร์ทเมนท์ จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 7.50 อาศัยอยู่บ้านเช่า/ที่อยู่อาศัยชั่วคราว จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 7.25 และน้อยที่สุด อาศัยอยู่ตึกแถว/ห้องแถว จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 6.00

ตารางที่ 4.9: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านหนี้สินของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

หนี้สินผ่อนชำระ	จำนวน	ร้อยละ
มี	276	69.00
ไม่มี	124	31.00
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.9 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลด้านการเงิน หนี้สินผ่อนชำระ อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล หนี้สินผ่อนชำระของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่าส่วนใหญ่ มีหนี้สินที่ต้องผ่อนชำระ จำนวน 276 คน คิดเป็นร้อยละ 69.00 และไม่มีหนี้สินที่ต้องผ่อนชำระ จำนวน 124 คน คิดเป็นร้อยละ 31.00

ตารางที่ 4.10: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล ด้านสุขภาพโรคประจำตัวของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

โรคประจำตัว	จำนวน	ร้อยละ
มี	88	22.00
ไม่มี	312	78.00
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.10 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคล ด้านโรคประจำตัว อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล ด้านโรคประจำตัว ของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่าส่วนใหญ่ ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 312 คน คิดเป็นร้อยละ 78.00 และมีโรคประจำตัว จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 22.00

ตารางที่ 4.11: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลการใช้สิทธิ์ค่ารักษาพยาบาลของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

สิทธิ์ค่ารักษาพยาบาล	จำนวน	ร้อยละ
ประกันสังคม	124	31.00
สวัสดิการของบริษัท	232	58.00
ประกันสุขภาพ	25	6.25
จ่ายค่ารักษาพยาบาลเอง	19	4.75
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.11 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคล การใช้สิทธิ์ค่ารักษาพยาบาล อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล ด้านการใช้สิทธิ์ค่ารักษาพยาบาลของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่าส่วนใหญ่สวัสดิการของบริษัท จำนวน 232 คน คิดเป็นร้อยละ 58.00 รองลงมา ใช้สิทธิ์ประกันสังคม จำนวน 124 คน คิดเป็นร้อยละ 31.00 ใช้สิทธิ์จากประกันสุขภาพ จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 6.25 และน้อยที่สุด จ่ายค่ารักษาพยาบาลเอง จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 4.75

ตารางที่ 4.12: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลการทำประกันชีวิตของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ประกันชีวิต	จำนวน	ร้อยละ
มี	233	58.25
ไม่มี	167	41.75
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.12 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคล การทำประกันชีวิต อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล ด้านการทำประกันชีวิตของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่าส่วนใหญ่ มีประกันชีวิต จำนวน 233 คน คิดเป็นร้อยละ 58.25 และไม่มีประกันชีวิต จำนวน 167 คน คิดเป็นร้อยละ 41.75

ตารางที่ 4.13: จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลเกี่ยวกับกิจกรรมที่คาดว่าจะทำหลังเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

กิจกรรม	จำนวน	ร้อยละ
ทำสวน/ปลูกต้นไม้	132	33.00
เลี้ยงดูบุตร/หลาน	123	30.75

(ตารางมีต่อ)

ตารางที่ 4.13 (ต่อ): จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลเกี่ยวกับกิจกรรมที่คาดว่าจะทำหลังเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

กิจกรรม	จำนวน	ร้อยละ
ออกกำลังกาย	46	11.50
ท่องเที่ยว	23	5.75
กิจกรรมด้านศาสนา	4	1.00
กิจกรรมด้านสังคม	3	0.75
กิจกรรมด้านการเมือง	1	0.25
อื่น ๆ	1	0.25
รวม	400	100

จากตารางที่ 4.13 ผลการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคล เกี่ยวกับกิจกรรมที่วางแผนหลังการเกษียณอายุ อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ข้อมูลส่วนบุคคล เกี่ยวกับกิจกรรมที่คาดว่าจะทำหลังเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า ส่วนใหญ่ วางแผนทำสวน/ปลูกต้นไม้ จำนวน 132 คน คิดเป็นร้อยละ 33.00 รองลงมา เลี้ยงดูบุตร/หลาน จำนวน 123 คน คิดเป็นร้อยละ 30.75 ทำอาชีพค้าขาย จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 16.75 ออกกำลังกายดูแลสุขภาพ จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 11.50 ท่องเที่ยว จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 5.75 กิจกรรมด้านศาสนา จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.00 กิจกรรมด้านสังคม จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 0.75 และน้อยที่สุด เท่ากันสองอันดับ คือ กิจกรรมด้านการเมือง จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.25 และ อื่น ๆ จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.25

4.1.2 พฤติกรรมของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ตารางที่ 4.14: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของพฤติกรรมด้านการปรับตัวของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

พฤติกรรม ด้านการปรับตัว	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความสำคัญ
1. ท่านตระหนักถึงพฤติกรรมการใช้จ่ายมากขึ้น เช่น ชื้อเฉพาะของที่จำเป็น	4.28	0.82	ระดับมากที่สุด
2. ท่านมีการปรับพฤติกรรมให้เป็นคนร่าเริง อารมณ์ขัน	4.19	0.81	ระดับมากที่สุด
3. ท่านสนใจที่จะศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับธุรกิจส่วนตัว	4.17	0.83	ระดับมาก
4. ท่านสนใจศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคที่เกิดจากวัยสูงอายุ	4.13	0.94	ระดับมาก
5. ท่านมีการวางแผนประกอบธุรกิจส่วนตัวยามเกษียณอายุ	4.08	0.91	ระดับมาก
6. ท่านพยายามควบคุมอาหารประเภทไขมัน และรับประทานผักผลไม้มากขึ้น	4.07	0.91	ระดับมาก
รวม	4.15	0.62	ระดับมาก

จากตารางที่ 4.14 ผลการศึกษาพฤติกรรม ด้านการปรับตัวของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 4.15 อยู่ในระดับมาก อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ระดับค่าเฉลี่ยพฤติกรรม ด้านการปรับตัวของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ หากพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าส่วนใหญ่ ใส่ใจในเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้จ่าย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28 อยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมา การปรับพฤติกรรมให้เป็นคนร่าเริง อารมณ์ขัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 อยู่ในระดับมากที่สุด การสนใจศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับธุรกิจส่วนตัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.17 อยู่ในระดับมาก สนใจศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคที่เกิดจากวัยสูงอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.13 อยู่ในระดับมาก มีการวางแผนประกอบธุรกิจส่วนตัวยามเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.08 อยู่ในระดับมาก และน้อยที่สุด คือ การให้

ความสำคัญกับการควบคุมอาหารประเภทไขมัน และรับประทานผักผลไม้มากขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.07 อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.15: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของพฤติกรรมด้านการเงินของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

พฤติกรรมด้านการเงิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความสำคัญ
1. ท่านมีการเตรียมวางแผนล่วงหน้าเกี่ยวกับรายรับ-รายจ่าย	4.08	0.84	ระดับมาก
2. ท่านเก็บออมเงินไว้ใช้ยามเกษียณอายุอย่างสม่ำเสมอ	3.95	0.85	ระดับมาก
3. ท่านมีการเตรียมเงินสำรองไว้ใช้สำหรับจ่ายค่ารักษาพยาบาลในยามเจ็บป่วย	3.91	0.88	ระดับมาก
4. ท่านมั่นใจว่าเงินที่เก็บออมของท่านจะมีเพียงพอสำหรับการใช้ชีวิตยามเกษียณอายุ	3.72	0.95	ระดับมาก
5. ท่านมีการวางแผนโดยการนำเอาเงินไปลงทุนเพื่อให้มีรายได้เพิ่มเติมเมื่อเกษียณอายุ	3.75	0.99	ระดับมาก
6. ท่านมีการวางแผนค่าใช้จ่ายเพื่อการศึกษาของบุตรหลาน	3.78	1.03	ระดับมาก
7. ท่านมีการวางแผนด้านการเงินนอกเหนือจากรายจ่ายในชีวิตประจำวัน	3.87	0.93	ระดับมาก
รวม	3.87	0.73	ระดับมาก

จากตารางที่ 4.15 ผลการศึกษาพฤติกรรมด้านการเงินของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 3.87 อยู่ในระดับมาก อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ระดับค่าเฉลี่ยพฤติกรรมด้านการเงินของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ ได้ให้ความสำคัญกับการเตรียมวางแผนล่วงหน้าเกี่ยวกับรายรับ-รายจ่าย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.08 อยู่ในระดับมาก รองลงมา

คือ การเก็บออมเงินไว้ใช้ยามเกษียณอายุอย่างสม่ำเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.95 อยู่ในระดับมาก มีการเตรียมเงินสำรองไว้ใช้สำหรับจ่ายค่ารักษาพยาบาลในยามเจ็บป่วย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.91 อยู่ในระดับมาก มีการวางแผนด้านการเงินนอกเหนือจากรายจ่ายในชีวิตประจำวัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.87 อยู่ในระดับมาก มีการวางแผนค่าใช้จ่ายเพื่อการศึกษาของบุตรหลาน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.78 อยู่ในระดับมาก มีการวางแผนโดยการนำเอาเงินไปลงทุนเพื่อให้มีรายได้เพิ่มเติมเมื่อเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.75 อยู่ในระดับมาก และน้อยที่สุด มั่นใจว่าเงินที่เก็บออมของท่านจะมีเพียงพอสำหรับการใช้ชีวิตยามเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.72 อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.16: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของพฤติกรรมด้านที่อยู่อาศัยของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

พฤติกรรมด้านที่อยู่อาศัย	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความสำคัญ
1. ท่านมีการวางแผนจัดเตรียมความพร้อมที่อยู่อาศัยเมื่อยามเกษียณอายุ	4.20	0.81	ระดับมาก
2. ท่านมีการวางแผนปรับปรุงที่อยู่อาศัยไว้ให้เหมาะสมกับวัยสูงอายุเพื่อให้เกิดความสะดวกสบายและปลอดภัยมากขึ้น	4.05	0.85	ระดับมาก
3. ท่านมีการวางแผนย้ายที่อยู่อาศัยเพื่อไปอยู่กับบุตรหลาน	3.54	1.25	ระดับมาก
4. ท่านวางแผนจะซื้อบ้านเพื่อใช้ชีวิตเมื่อยามเกษียณอายุ	3.64	1.21	ระดับมาก
5. ท่านเตรียมเงินสำรองไว้สำหรับซ่อมแซมที่อยู่อาศัยเมื่อยามเกษียณอายุ	3.72	0.99	ระดับมาก
6. ท่านหมั่นตรวจสอบอุปกรณ์เครื่องใช้ภายในบ้านให้อยู่ในสภาพดีอยู่เสมอ	3.92	0.89	ระดับมาก
รวม	3.85	0.73	ระดับมาก

จากตารางที่ 4.16 ผลการศึกษาพฤติกรรม ด้านที่อยู่อาศัยของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 3.85 อยู่ในระดับมาก อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ระดับค่าเฉลี่ยพฤติกรรม ด้านที่อยู่อาศัยของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานส่วนใหญ่ ได้มีการวางแผนจัดเตรียมความพร้อมที่อยู่อาศัยเมื่อยามเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.20 อยู่ในระดับมาก มีการวางแผนปรับปรุงที่อยู่อาศัยไว้ให้เหมาะสมกับวัยสูงอายุเพื่อให้เกิดความสะดวกสบายและปลอดภัยมากขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.05 อยู่ในระดับมาก หมั่นตรวจสอบอุปกรณ์เครื่องใช้ภายในบ้านให้อยู่ในสภาพดีอยู่เสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 อยู่ในระดับมาก มีการเตรียมเงินสำรองไว้สำหรับซ่อมแซมที่อยู่อาศัยเมื่อยามเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.72 อยู่ในระดับมาก วางแผนจะซื้อบ้านเพื่อใช้ชีวิตเมื่อยามเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.64 อยู่ในระดับมาก และน้อยที่สุด วางแผนย้ายที่อยู่อาศัยเพื่อไปอยู่กับบุตรหลาน ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.54 อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 4.17: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของพฤติกรรมด้านการใช้เวลาว่างของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

พฤติกรรมด้านการใช้เวลาว่าง	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความสำคัญ
1. ท่านมีกิจกรรมรองรับไว้สำหรับการเกษียณอายุอยู่แล้ว	3.96	0.87	ระดับมาก
2. ท่านวางแผนจะเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา เพื่อบำเพ็ญประโยชน์ต่อส่วนรวมเมื่อเกษียณอายุ	3.71	1.02	ระดับมาก
3. ท่านมีกิจกรรมยามว่างที่ทำแล้วสามารถช่วยผ่อนคลายจิตใจได้ดี	3.99	0.83	ระดับมาก
4. ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตนเองสนใจหรือถนัด	4.06	0.82	ระดับมาก
5. ท่านมีการวางแผนเดินทางไปพักผ่อนที่ต่างจังหวัดหรือต่างประเทศ	3.94	0.98	ระดับมาก
6. ท่านหากิจกรรมทำในเวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เช่น ออกกำลังกาย ทำสวน	4.17	0.80	ระดับมาก
รวม	3.97	0.69	ระดับมาก

จากตารางที่ 4.17 ผลการศึกษาพฤติกรรม ด้านการใช้เวลาว่างของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 3.97 อยู่ในระดับมาก อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้



ระดับค่าเฉลี่ยพฤติกรรม ด้านการใช้เวลาว่างของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานส่วนใหญ่ ทำกิจกรรมทำในเวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เช่น ออกกำลังกาย ทำสวน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.17 อยู่ในระดับมาก รองลงมา คือ ได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตนเองสนใจหรือถนัด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.06 อยู่ในระดับมาก มีกิจกรรมยามว่างที่ทำแล้วสามารถช่วยผ่อนคลายจิตใจได้ดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.99 อยู่ในระดับมาก มีกิจกรรมรองรับไว้สำหรับการเกษียณอายุอยู่แล้ว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.96 อยู่ในระดับมาก มีการวางแผนเดินทางไปพักผ่อนที่ต่างจังหวัด หรือต่างประเทศ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.94 อยู่ในระดับมาก และน้อยที่สุด คือวางแผนจะเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา เพื่อบำเพ็ญประโยชน์ต่อส่วนรวมเมื่อเกษียณอายุ 3.71

#### 4.1.3 การรับรู้ของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ตารางที่ 4.18: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของการรับรู้ด้านจิตใจของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

การรับรู้ด้านจิตใจ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความสำคัญ
1. ท่านทำใจยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้เมื่อใกล้เกษียณอายุ	4.24	0.82	ระดับมากที่สุด
2. ท่านรับรู้ถึงการถูกลดบทบาทหน้าที่ทางสังคมเมื่อใกล้เกษียณอายุ	4.05	0.90	ระดับมาก
3. ท่านมีความเครียด หรือวิตกกังวลใจเมื่อใกล้เกษียณอายุ	3.32	1.15	ระดับปานกลาง
4. ท่านมีการฝึกการลดความเครียด/ความไม่สบายใจด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น นั่งสมาธิ ฟังธรรมะ	3.67	1.00	ระดับมาก
5. ท่านคอยฝึกตนเองให้เป็นคนใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์อยู่เสมอ	4.15	0.80	ระดับมาก
6. ท่านเตรียมใจปรับบทบาทหน้าที่ จากหัวหน้าครอบครัว กลายเป็นผู้อาศัย	3.66	1.04	ระดับมาก
7. ท่านมักมีกิจกรรมที่คล้ายคลึงกับคนในครอบครัวอยู่เสมอ	4.06	0.88	ระดับมาก
รวม	3.88	0.62	ระดับมาก

จากตารางที่ 4.18 ผลการศึกษาการรับรู้ ด้านจิตใจของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 3.88 อยู่ในระดับมาก อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ระดับค่าเฉลี่ยการรับรู้ ด้านจิตใจของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานส่วนใหญ่ทำใจยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้เมื่อใกล้เกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.24 อยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมา คือ การฝึกตนเองให้เป็นคนใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.15 อยู่ในระดับมาก มีกิจกรรมที่คลายเครียดกับคนในครอบครัวอยู่เสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.06 อยู่ในระดับมาก รับรู้ถึงการถูกลดบทบาทหน้าที่ทางสังคมเมื่อใกล้เกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.05 อยู่ในระดับมาก มีการฝึกการลดความเครียด/ความไม่สบายใจด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น นั่งสมาธิ ฟังธรรมะ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.67 อยู่ในระดับมาก เตรียมใจปรับบทบาทหน้าที่ จากเป็นหัวหน้าครอบครัว มาเป็นผู้อาศัย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.66 อยู่ในระดับมาก และน้อยที่สุด มีความเครียด หรือวิตกกังวลใจเมื่อใกล้เกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.32 อยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 4.19: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของการรับรู้ ด้านสุขภาพร่างกายของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

การรับรู้ด้านสุขภาพร่างกาย	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความสำคัญ
1. ท่านสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพเมื่อมีอายุมากขึ้น	4.24	0.77	ระดับมากที่สุด
2. ท่านสามารถยอมรับความเสื่อมถอยของสภาพร่างกายได้	4.22	0.79	ระดับมากที่สุด
3. ท่านนอนหลับพักผ่อนเพียงพอ อย่างน้อย 6-8 ชั่วโมง	4.07	0.90	ระดับมาก
4. ท่านรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และหลีกเลี่ยงอาหารที่เป็นโทษต่อร่างกาย	4.03	0.82	ระดับมาก
5. ท่านดูแลสุขภาพออกกำลังกาย สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	3.80	1.08	ระดับมาก
6. ท่านมีวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสม เช่น เดินเร็วแทนการวิ่ง	3.95	0.92	ระดับมาก

(ตารางมีต่อ)

ตารางที่ 4.19 (ต่อ): ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของการรับรู้ ด้านสุขภาพร่างกายของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

การรับรู้ด้านสุขภาพร่างกาย	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความสำคัญ
7. ท่านปรับนิสัยการรับประทานอาหารเพื่อป้องกันโรคและเพื่อสุขภาพมากขึ้น	4.03	0.86	ระดับมาก
รวม	4.05	0.65	ระดับมาก

จากตารางที่ 4.19 ผลการศึกษาการรับรู้ ด้านสุขภาพร่างกายของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ มีค่าเฉลี่ยโดยรวมเท่ากับ 4.05 อยู่ในระดับมาก อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ระดับค่าเฉลี่ยการรับรู้ ด้านสุขภาพร่างกายของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า พนักงานส่วนใหญ่ให้ความสำคัญกับการยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพเมื่อมีอายุมากขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.24 อยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมา คือ พนักงานสามารถยอมรับความเสื่อมถอยของสภาพร่างกายได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.22 อยู่ในระดับมากที่สุด การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และหลีกเลี่ยงอาหารที่เป็นโทษต่อร่างกาย และมีการปรับนิสัยการรับประทานอาหารเพื่อป้องกันโรค และเพื่อสุขภาพมากขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.03 อยู่ในระดับมาก มีวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสม เช่น เดินเร็ว แอโรบิก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.95 อยู่ในระดับมาก และน้อยที่สุด คือ การออกกำลังกาย สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.95 อยู่ในระดับมาก

4.1.4 การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคม  
อุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

ตารางที่ 4.20: ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นของการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความสำคัญ
1. ท่านได้ตระหนักถึงการเตรียมความพร้อมเกษียณอายุตั้งแต่เริ่มทำงาน	3.93	0.97	ระดับมาก
2. ท่านวางแผนการใช้เวลาว่างยามเกษียณเพื่อไปทำกิจกรรมต่าง ๆ	4.04	0.80	ระดับมาก
3. ท่านมีการเตรียมวางแผนไปฝึกวิชาชีพอื่น ๆ เพื่อหารายได้ยามเกษียณ	3.83	0.92	ระดับมาก
4. ท่านมีการปรึกษาหารือเรื่องการวางแผนชีวิตยามเกษียณกับกลุ่มเพื่อนหรือบุคคลที่เกษียณอายุแล้ว	3.75	0.98	ระดับมาก
5. ท่านได้มีการวางแผนทำประกันชีวิตก่อนเกษียณอายุ	3.84	1.03	ระดับมาก
6. ท่านเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ	3.96	0.92	ระดับมาก
รวม	3.89	0.76	ระดับมาก

จากตารางที่ 4.20 ผลการศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ อธิบายรายละเอียดได้ ดังนี้

ระดับค่าเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ มีการวางแผนการใช้เวลาว่างยามเกษียณเพื่อไปทำกิจกรรมต่าง ๆ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.04 อยู่ในระดับมาก เตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.96 อยู่ในระดับมาก ตระหนักถึงการเตรียมความพร้อมเกษียณอายุ

ตั้งแต่เริ่มทำงาน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.93 อยู่ในระดับมาก มีการวางแผนทำประกันชีวิตก่อนเกษียณอายุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.84 อยู่ในระดับมาก มีการเตรียมวางแผนไปฝึกวิชาชีพอื่นๆ เพื่อหารายได้ยามเกษียณ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.83 อยู่ในระดับมาก มีการปรึกษาหารือเรื่องการวางแผนชีวิตยามเกษียณกับกลุ่มเพื่อนหรือบุคคลที่เกษียณอายุแล้ว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.83 อยู่ในระดับมาก

#### 4.2 การรายงานผลด้วยสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics)

การวิเคราะห์สมมติฐานทั้งสองข้อโดยมีการใช้สถิติวิจัย ดังนี้

4.2.1 สมมติฐานข้อที่ 1 จะใช้สถิติทดสอบหาความสัมพันธ์แบบถดถอยถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) เพื่อศึกษาตัวแปรของพฤติกรรมมีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ปรากฏผล ดังตารางที่ 4.21

ตารางที่ 4.21: แสดงค่าอิทธิพลของพฤติกรรมที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ (Multiple Regression Analysis)

พฤติกรรม	สัมประสิทธิ์การถดถอย (Beta)	ค่า t	Sig (P-Value)
ด้านการปรับตัว	0.181	5.150	0.016*
ด้านการเงิน	0.175	4.320	0.000*
ด้านที่อยู่อาศัย	0.245	5.764	0.000*
ด้านการใช้เวลาว่าง	0.385	9.601	0.000*

$R^2 = 0.679$ ,  $F\text{-Value} = 211.628$ ,  $N = 400$ ,  $P\text{-Value} \leq 0.05^*$

จากตารางที่ 4.21 พบว่า อิทธิพลของพฤติกรรมมีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ในด้านการปรับตัว มีอิทธิพลร้อยละ 18.1 ด้านการเงิน มีอิทธิพลร้อยละ 17.5 ด้านที่อยู่อาศัย มีอิทธิพลร้อยละ 24.5 และด้านการใช้เวลาว่าง มีอิทธิพลร้อยละ 38.5 มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

4.2.2 สมมติฐานข้อที่ 2 จะใช้สถิติทดสอบหาความสัมพันธ์แบบถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) เพื่อศึกษาตัวแปรการรับรู้ที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ปรากฏผลดังตารางที่ 4.22

ตารางที่ 4.22: แสดงค่าอิทธิพลของการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ (Multiple Regression Analysis)

การรับรู้	สัมประสิทธิ์การถดถอย (Beta)	ค่า t	Sig (P-Value)
ด้านจิตใจ	0.388	8.020	0.000*
ด้านสุขภาพร่างกาย	0.341	7.045	0.000*

$R^2 = 0.428$ , F-Value = 150.538, N = 400, P-Value  $\leq 0.05^*$

จากตารางที่ 4.22 พบว่า อิทธิพลของการรับรู้ มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ในด้านจิตใจ มีอิทธิพลร้อยละ 38.8 และด้านสุขภาพร่างกาย มีอิทธิพลร้อยละ 34.1 มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

## บทที่ 5

### สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

ผลการศึกษาเรื่อง การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ สรุปผลการศึกษาได้ ดังนี้

- 5.1 สรุปผลการศึกษา
- 5.2 ข้อเสนอแนะ

#### 5.1 สรุปผลการศึกษา

การสรุปผลการศึกษานำเสนอเป็น 2 ส่วน ดังนี้

5.1.1 ผลการรายงานด้วยข้อมูลสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ผลการวิเคราะห์จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถามของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ เพศชาย ร้อยละ 54.50 และเพศหญิง ร้อยละ 45.50 อายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่อายุ 23-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 27.75 รองลงมา อายุ 39-46 ปี คิดเป็นร้อยละ 25.50 อายุ 47-55 ปี คิดเป็นร้อยละ 25.25 และน้อยที่สุด อายุ 31-38 ปี คิดเป็นร้อยละ 21.50 ระดับการศึกษาของพนักงาน จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 56.50 รองลงมา คือ ระดับต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 31.75 และน้อยที่สุด ระดับปริญญาโทหรือสูงกว่า คิดเป็นร้อยละ 11.75 สถานภาพของพนักงาน จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 59.25 รองลงมา คือ สถานภาพโสด คิดเป็นร้อยละ 36.50 สถานภาพหย่าร้าง คิดเป็นร้อยละ 2.75 และสถานภาพแยกกันอยู่ คิดเป็นร้อยละ 1.50 รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของพนักงาน จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ย 20,001-40,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 39.75 รองลงมา มีรายได้เฉลี่ย 40,000-60,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 25.00 รายได้เฉลี่ยต่ำกว่า 20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 19.75 และน้อยที่สุด มีรายได้เฉลี่ยสูงกว่า 60,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 15.50 จำนวนบุตรของพนักงาน จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่ไม่มีบุตร คิดเป็นร้อยละ 43.00 รองลงมา มีบุตร 2 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50 มีบุตร 1 คน คิดเป็นร้อยละ 24.50 และน้อยที่สุด มีบุตร 3 คนขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 7.00 ด้านภาระเลี้ยงดูครอบครัวของพนักงาน จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่มีภาระที่ต้องเลี้ยงดูครอบครัว 2-3 คน คิดเป็นร้อยละ 39 รองลงมา ไม่มีภาระที่ต้องเลี้ยงดูครอบครัว คิดเป็น

ร้อยละ 25.00 มีภาระที่ต้องเลี้ยงดูครอบครัว 1 คน คิดเป็นร้อยละ 19.75 และน้อยที่สุด มีภาระเลี้ยงดูครอบครัวมากกว่า 4 คนขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 16.25 ลักษณะที่อยู่อาศัยของพนักงาน จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่อาศัยอยู่บ้านเดี่ยว คิดเป็นร้อยละ 43.25 รองลงมา อาศัยอยู่ทาวน์เฮ้าส์/บ้านแฝด คิดเป็นร้อยละ 35 อาศัยอยู่คอนโดมิเนียม/อพาร์ทเมนต์ คิดเป็นร้อยละ 7.50 อาศัยอยู่บ้านเช่า/ที่อยู่อาศัยชั่วคราว คิดเป็นร้อยละ 7.25 และน้อยที่สุด อาศัยอยู่ตึกแถว/ห้องแถว คิดเป็นร้อยละ 6.00 หนี้สินผ่อนชำระของพนักงาน จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่มีหนี้สินที่ต้องผ่อนชำระ คิดเป็นร้อยละ 69.00 และไม่มีหนี้สินที่ต้องผ่อนชำระ คิดเป็นร้อยละ 31.00 ด้านโรคประจำตัวของพนักงาน จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่มีสุขภาพที่แข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 78.00 และมีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 22.00 การใช้สิทธิ์ค่ารักษาพยาบาลของพนักงาน จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่ใช้สวัสดิการของบริษัท รักษาพยาบาล คิดเป็นร้อยละ 58.00 รองลงมา ใช้สิทธิ์ประกันสังคม คิดเป็นร้อยละ 31.00 ใช้สิทธิ์จากประกันสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 6.25 และน้อยที่สุด จ่ายค่ารักษาพยาบาลเอง คิดเป็นร้อยละ 4.75 การทำประกันชีวิตของพนักงาน จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม ส่วนใหญ่มีการตระถึงการทำประกันชีวิต คิดเป็นร้อยละ 58.25 และไม่มีประกันชีวิต คิดเป็นร้อยละ 41.75 กิจกรรมที่คาดว่าจะทำหลังเกษียณอายุของพนักงาน ส่วนใหญ่วางแผนทำสวน/ปลูกต้นไม้ คิดเป็นร้อยละ 33.00 รองลงมา เลี้ยงดูบุตร/หลาน คิดเป็นร้อยละ 30.75 ทำอาชีพค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 16.75 ดูแลสุขภาพ ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 11.50 ท่องเที่ยว คิดเป็นร้อยละ 5.75 กิจกรรมด้านศาสนา คิดเป็นร้อยละ 1.00 กิจกรรมด้านสังคม คิดเป็นร้อยละ 0.75 และน้อยที่สุด เท่ากันสองอันดับ คือ กิจกรรมด้านการเมือง คิดเป็นร้อยละ 0.75 และอื่น ๆ คิดเป็นร้อยละ 0.75

ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลผลระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่า พฤติกรรมด้านการปรับตัว อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.15 ด้านการเงิน อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.87 ด้านที่อยู่อาศัย อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.85 ด้านการใช้เวลาว่าง อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.97

ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลผลระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการรับรู้ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่า การรับรู้ด้านจิตใจ อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.88 ด้านสุขภาพร่างกาย ระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.05



ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลผลระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ จากที่คัดเลือกให้ทำแบบสอบถาม พบว่า อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.89

#### 5.1.2 ผลการรายงานข้อมูลด้วยสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics)

ซึ่งได้แก่ การสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลของสมมติฐานทั้ง 2 ข้อ ดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 พบว่า ค่าอิทธิพลของพฤติกรรมด้านการปรับตัว มีอิทธิพลร้อยละ 18.1 มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ด้านการเงิน มีอิทธิพลร้อยละ 17.5 มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ด้านที่อยู่อาศัย มีอิทธิพลร้อยละ 24.5 มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ และด้านการใช้เวลาว่าง มีอิทธิพลร้อยละ 38.5 มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีระดับนัยสำคัญที่ 0.05 สอดคล้องกับแนวคิดของ วรรณรา ชื่นวัฒนา (2557) ได้กล่าวถึง แนวคิดพฤติกรรมกรรมการเตรียมความพร้อมเกษียณอายุแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ การเตรียมตัวด้านการปรับตัว ซึ่งต้องปรับตัวให้มีความกระฉับกระเฉง ควบคุมการรับประทานอาหาร ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ รักษาาระดับอารมณ์ให้คงที่ ฝึกจิตใจให้สงบ ยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้ การเตรียมตัวด้านการเงิน เมื่อเกษียณอายุ รายได้หลักที่เคยได้รับจากการทำงานย่อมหมดไป ดังนั้นควรวางแผนการเงินไว้ล่วงหน้า เพื่อรองรับค่าใช้จ่ายที่จะเกิดขึ้นภายหลังเกษียณ การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัย การเลือกที่อยู่อาศัย สภาพที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม เครื่องใช้ภายในบ้าน เพื่อรองรับในยามเกษียณอายุ การเตรียมความพร้อมด้านการใช้เวลาว่าง ซึ่งผู้เกษียณไม่ควรมองตนเองว่าเป็นคนไร้บทบาท แต่ควรมองหาโอกาสหรือกิจกรรมใหม่ ๆ มาทดแทนบทบาทหน้าที่เดิม ซึ่งการที่มีกิจกรรมเข้าร่วมกับสังคม จะส่งผลให้ผู้เกษียณตระหนักถึงคุณค่าของตนและมีการปรับตัวได้ดี และสอดคล้องกับแนวคิดของ จิณณรัตน์ วราบุญนาคริรมย์ (2558) ได้กล่าวถึง พฤติกรรมก่อนเกษียณอายุไว้ว่า เมื่อถึงวาระแห่งการเกษียณอายุ ทำให้ต้องมีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ที่จะเกิดขึ้นอย่างมาก ซึ่งแน่นอนว่าย่อมส่งผลกระทบต่อผู้เกษียณไม่ทางตรงก็ทางอ้อม นอกจากนี้ พฤติกรรมก่อนเกษียณอายุยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ กฤษณา มยุระสุวรรณ (2550) ได้ศึกษาเรื่องการวางแผนก่อนการเกษียณอายุของพนักงานบริษัท A พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย สมรสแล้ว สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี อายุ 45-49 ปี ไม่มีผู้อยู่ในอุปการะ มีรายได้เดือนละ 20,001-40,000 บาท มากกว่า 1 ใน 3 เป็นพนักงานระดับปฏิบัติงาน ทำในฝ่ายบริการมากที่สุด อายุการทำงาน 15-20 ปี ไม่ได้วางแผนด้านการประกันชีวิตและสุขภาพ เพราะส่วนใหญ่มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และเสริมสุขภาพด้วยการเดินออกกำลังกายเป็นประจำ ส่วนใหญ่เตรียมพร้อมด้านหนี้สินค่า

ชำระ วางแผนค่าใช้จ่าย การทำธุรกิจหรือประกอบอาชีพใหม่ และคิดว่าอาชีพหรือรายได้เสริมมีความสำคัญ และพบว่า อาชีพเสริมที่คนสนใจมากที่สุด คือ การค้าขาย กลุ่มตัวอย่างมากที่สุด มีกรรมสิทธิ์ในบ้านและที่ดิน และวางแผนใช้เวลาว่างหลังเกษียณอายุทำงานอดิเรก และกิจกรรมที่ชอบ คือ ดูโทรทัศน์ ออกกำลังกาย อ่านหนังสือ แต่ไม่ได้วางแผนเข้าร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม ผลการศึกษาพบว่า การวางแผนก่อนการเกษียณอายุอยู่ในระดับปานกลางทั้งด้านสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิตใจ ที่อยู่อาศัย การจัดการทางการเงิน ครอบครัว ด้านการประกอบอาชีพและด้านสังคม ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ เนษพร นาคสีเหลือง (2557) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการออมเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของพนักงาน ธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่ ได้ศึกษาพฤติกรรมการออม ปัจจัยที่มีผลต่อการออมเพื่อเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ พบว่า ส่วนใหญ่ มีความถี่ในการออมต่อปี 4 ครั้งขึ้นไป มีเงินออมเฉลี่ยเดือนละ 5,000 บาทขึ้นไป มีระยะเวลาการออม 1-6 ปี มีการออมในรูปแบบเงินฝากประจำ และการออมประเภทอื่น เช่น กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ ปัจจัยที่มีผลต่อการออมน้อยที่สุด คือ ทักษะคิดการออม รองลงมา คือ อัตราผลตอบแทนการยอมรับความเสี่ยง และปัจจัยด้านเศรษฐกิจ และนอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ อนรรชธิประวีร์ เกิดแย้ม (2560) ศึกษาเรื่อง การวางแผนที่อยู่อาศัยหลังเกษียณของพนักงาน 3 ช่วงวัย กรณีศึกษา ธนาคารอาคารสงเคราะห์ การเคหะแห่งชาติ และบริษัทแกรนด์ คาแนล แลนด์ จำกัด (มหาชน) พบว่า ช่วงวัยคนเจนเอ็กซ์ มีการวางแผนที่อยู่อาศัยสูงที่สุด ซึ่งมีการวางแผนที่อยู่อาศัยเพื่อวัยเกษียณ มีร้อยละ 80 โดยมีการวางแผนเป็น 2 แบบ คือ แบบที่ 1 อาศัยอยู่ที่บ้านหลังเดิม แต่ปรับปรุงที่อยู่อาศัย ร้อยละ 41 โดยเน้นการปรับปรุงห้องนอนและห้องน้ำ ตั้งงบประมาณไว้ไม่เกิน 3 แสนบาท และแบบที่ 2 คือ วางแผนย้ายที่อยู่อาศัย บางส่วนมีการวางแผนย้ายกลับไปภูมิลำเนาเดิม หรือที่อยู่อาศัยตามแบบที่ต้องการ คือ ปลูกบ้านเอง 2 ชั้น มี 3 ห้องนอน 3 ห้องน้ำ พื้นที่ขนาด 200 ตารางเมตร โดยตั้งงบประมาณไม่เกิน 3 ล้านบาท และช่วงวัยคนเจนวายร้อยละ 73 มีการวางแผนเกษียณรองลงมา และน้อยสุด คือ คนวัยเจนบี ร้อยละ 72 ซึ่งทั้งสองวัยนี้มีการวางแผนที่อยู่อาศัยเพื่อวัยเกษียณทั้ง 2 แบบเช่นกัน โดยช่วงวัยที่ เหมาะสมในการวางแผนที่อยู่อาศัยเพื่อวัยเกษียณที่สุด คือ ช่วงอายุ 29-35 ปี

สมมติฐานข้อที่ 2 พบว่า ค่าอิทธิพลของการรับรู้ด้านจิตใจ มีอิทธิพลร้อยละ 38.8 มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ และด้านสุขภาพร่างกาย มีอิทธิพลร้อยละ 34.1 มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีระดับนัยสำคัญที่ 0.05 สอดคล้องกับแนวคิดของ Bernstein (1999) ให้ความหมายว่า การรับรู้ เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นหลังจากมีสิ่งเร้ามากระตุ้นความรู้สึก และถูกตีความหมาย โดยการใช้ความรู้ ความเข้าใจ และประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ซึ่งการรับรู้เป็นสิ่งที่ต้องการการเรียนรู้ ดังนั้น หากการ

รับรู้จะเป็นเพียงแค่รับสัมผัสเท่านั้น ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ เรื่องรำไพ โยธาใหญ่ (2559) ได้กล่าวว่า การที่ผู้เกษียณอายุต้องเผชิญกับสภาวะการดำรงชีวิตหลังเกษียณ จำเป็นต้องมีการเตรียมความพร้อม การรับรู้ก่อนเกษียณ ด้านจิตใจ ยอมรับการเปลี่ยนแปลง เพื่อลดความเครียด สร้างขวัญกำลังใจที่ดีให้กับตนเอง ลดความเบื่อหน่าย มองโลกในแง่ดี ลดความวิตกกังวลต่าง ๆ และการรับรู้ด้านสุขภาพร่างกาย ควรต้องใส่ใจอย่างมาก เลือกรับประทานอาหารที่ดีและมีประโยชน์ หมั่นออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และพักผ่อนให้เพียงพอ และสอดคล้องกับแนวคิดของ ภักร์ชนัน สมสมาน และสมประสงค์ โกศลบุญ (2558) ได้ให้ความหมายว่า การรับรู้การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ส่งผลถึงการแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง รวมไปถึงพฤติกรรม นอกจากนี้การรับรู้ก่อนเกษียณอายุยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ จินฉัตรณ์ วราบุญนาคภริมย์ (2558) ได้ศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของพนักงานบริษัทยูเซ็น โลจิสติกส์ (ประเทศไทย) จำกัด ศึกษาเรื่องการรับรู้ พฤติกรรม การเปรียบเทียบ และความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้และพฤติกรรม การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของพนักงานวัยเจนเอเรชั่นบี เจเนอเรชั่นเอ็กซ์ และ เจเนอเรชั่นวาย บริษัทยูเซ็น โลจิสติกส์ (ประเทศไทย) จำกัด จำนวน 119 คน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุระหว่าง 21-34 ปี ระดับการศึกษาปริญญาตรีมากที่สุด มีสถานะภาพโสด ไม่มีบุตรมากที่สุด มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 3-4 คน และมีภาระเลี้ยงดูครอบครัว 1-2 คน เป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย ส่วนใหญ่ยังมีหนี้สินหรือผ่อนชำระค่าใช้จ่าย ไม่ได้วางแผนการทำประกันสุขภาพ และประกันชีวิต ไม่มีโรคประจำตัว เพราะส่วนใหญ่มีสุขภาพแข็งแรง มีอายุงานมากกว่า 11 ปี มีตำแหน่งเป็นพนักงานปฏิบัติการ รายได้ต่อเดือน 10,000-20,000 บาท ผลการศึกษา พบว่า การรับรู้การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุในภาพรวมของพนักงานอยู่ในระดับมาก เช่น การรับรู้การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ ด้านเศรษฐกิจ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริวรรณ มนอัคระผดุง และพิทักษ์ ศิริวงศ์ (2559) ได้ศึกษาเรื่องการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการ ของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา พบว่า ระดับผู้บริหารมีระยะเวลาการเตรียมตัวที่แตกต่างกัน บางส่วนวางแผนเกษียณตั้งแต่ อายุ 25-30 ปี มีการเตรียมตัวด้านการเงิน และที่อยู่อาศัย เนื่องจากต้องใช้ระยะเวลาเก็บออม ส่วนใหญ่แล้วผู้บริหารเริ่มเก็บออมอย่างจริงจัง เมื่ออายุ 45-55 ปี ซึ่งเก็บออมจากเงินเดือน และการหารายได้พิเศษ เช่น การสอนพิเศษ ลงทุนหุ้นในระยะยาว และกองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ รวมทั้งลดการใช้จ่ายเงินฟุ่มเฟือย และเมื่ออายุ 55-60 ปี เริ่มเตรียมตัวเกษียณ ด้านจิตใจ และการใช้เวลาว่าง นอกจากนี้ ผู้บริหารที่มีสถานะภาพโสดบางราย สนใจศึกษาข้อมูลสถานที่ดูแลผู้สูงอายุไว้ เพื่อเป็นทางเลือกให้กับบั้นปลายชีวิต ด้านสุขภาพร่างกาย ผู้บริหารทุกคนใส่ใจด้านสุขภาพ เลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสม ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง มีการตรวจสุขภาพร่างกายอย่างสม่ำเสมอ รวมถึงทำประกันสุขภาพเพื่อลดค่าใช้จ่าย ด้านจิตใจ ผู้บริหารจะเตรียมความพร้อมก่อน 5 ปี ยอมรับว่าจะมีคนเคารพนับถือน้อยลง ได้มีการแลกเปลี่ยนความคิดกับผู้บริหารที่เกษียณอายุไปแล้ว ด้านการ

ใช้เวลาว่าง ทำกิจกรรม เช่น งานอดิเรก กิจกรรมสาธารณะประโยชน์ และพบประสังสรรค์กับครอบครัว เป็นต้น

## 5.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

5.2.1 เนื่องจากขอบเขตในการวิจัยครั้งนี้มีสถานประกอบการจำนวนมาก จึงทำให้ผู้วิจัยไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน ควรเจาะจงกลุ่มตัวอย่างไปยังสถานประกอบการโดยตรง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่แม่นยำมากขึ้น

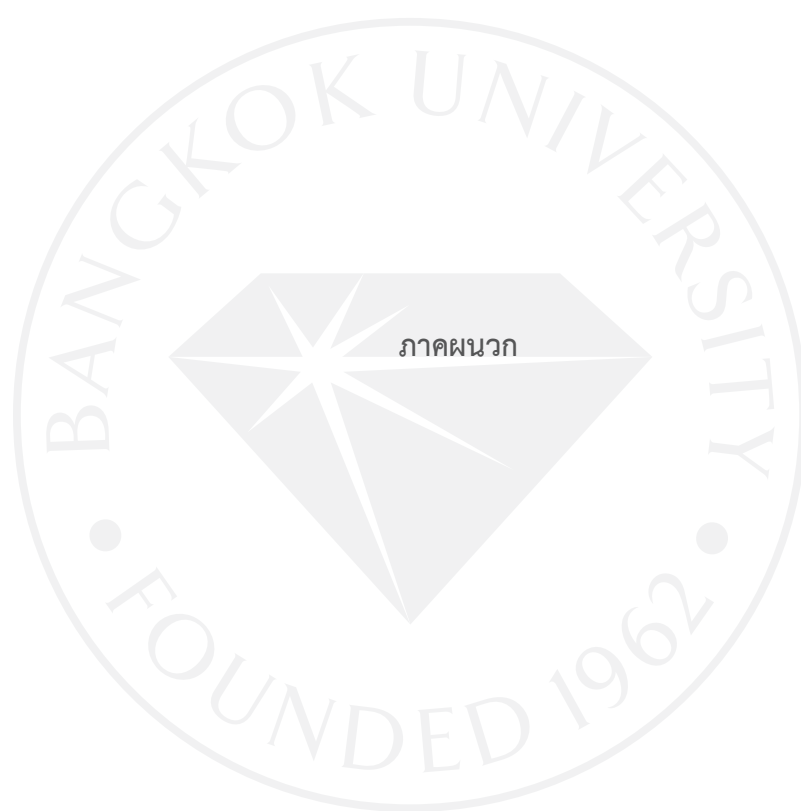
5.2.2 จากที่ผู้วิจัยได้ศึกษากลุ่มบุคคลที่มีความกระตือรือร้นในการเตรียมความพร้อมสูง คือ บุคคลที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไป และควรทำวิจัยเพิ่มเติมจากประเด็นข้างต้น

5.2.3 ควรศึกษาปัญหาและอุปสรรคของการดำรงชีวิตหลังการเกษียณของพนักงานบริษัท เพื่อนำไปเป็นแนวทางให้บุคคลที่กำลังเตรียมความพร้อมเกษียณอายุ เพื่อให้สามารถเตรียมตัวรับมือกับปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ภายหลังเกษียณได้ต่อไปได้อย่างมีคุณภาพ

### บรรณานุกรม

- กฤษณา มยุระสุวรรณ. (2550). *การวางแผนก่อนการเกษียณอายุของพนักงานบริษัท A*. สารนิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- จินนรัตน์ วราบุญนาคริรมย์. (2558). *การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของพนักงานบริษัท ยูเซ็น โลจิสติกส์ (ประเทศไทย) จำกัด*. สารนิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ฉก ณะสิริ. (2550). *ทำอย่างไรชีวิตจะยืนยาวและมีความสุข*. กรุงเทพฯ: นานามีบุ๊กส์.
- ธิดารัตน์ อติชาตินันท์ และแพรวพรรณ มังคลา. (2554). *การวางแผนการเงินเพื่อเตรียมการเกษียณอายุของพนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค*. สัมมนาปัญหาทางธุรกิจปริญญาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย. (2559). *ประมาณการค่าใช้จ่ายอย่างไร...พอใช้หลังเกษียณ*. สืบค้นจาก [https://www.set.or.th/set/financialplanning/lifeevent.do?name=lifeevent\\_detail\\_postretire-2&innerMenuId=47](https://www.set.or.th/set/financialplanning/lifeevent.do?name=lifeevent_detail_postretire-2&innerMenuId=47).
- เนษพร นาคสีเหลือง. (2557). *ปัจจัยที่มีผลต่อการออมเพื่อเตรียมความพร้อมเกษียณอายุของพนักงานกรุงเทพ จำกัด มหาชน (สำนักงานใหญ่)*. การค้นคว้าอิสระปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2550). *คู่มือผู้สูงอายุ: ฉบับเตรียมตัวก่อนสูงอายุ (เตรียมตัวก่อนเกษียณการงาน)*. กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.
- เพ็ญประภา เบญจวรรณ. (2558). *การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ*. วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 2(1), 82-92.
- ภัทร์ชนัน สมสมาน และสมประสงค์ โกศลบุญ. (2558). *ปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้วัฒนธรรม และพฤติกรรมเชิงนวัตกรรมของพนักงาน: กรณีศึกษา บริษัท ไทยแอนิเมชัน จำกัด*. วารสารบริหารธุรกิจ, 38(146), 9-24.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2554). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554*. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.
- เรืองรำไพ โยธาใหญ่. (2559). *การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุทำงานของประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี*. งานนิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วรรณรา ชื่นวัฒนา. (2557). *การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ*. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี, 6, 197-202.

- ศิริวรรณ มนต์ระผดุง และพิทักษ์ ศิริวงศ์. (2559). การเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหาร  
สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา. *วารสารวิจัยและพัฒนา วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์*  
*สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 11(2), 49-62.
- สมฤดี ชัมภิตติคุณ. (2550). การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของบุคลากรฝ่ายการพยาบาล  
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์. สารนิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2561). *ประชากรสูงอายุไทย: การเกื้อหนุนทางเศรษฐกิจและสังคม จาก*  
*ผลการสำรวจปี พ.ศ. 2561 (รายงานการวิจัย)*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- สุขใจ น้ำผุด. (2557). *กลยุทธ์การบริหารการเงินบุคคล (พิมพ์ครั้งที่ 6)*. กรุงเทพฯ:  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อนรรฆวีปะวีร์ เกิดแย้ม. (2560). *การวางแผนที่อยู่อาศัยหลังเกษียณของคนทำงาน 3 ช่วงวัย*  
*กรณีศึกษา: ธนาคารอาคารสงเคราะห์ การเคหะแห่งชาติ และบริษัท แกรนด์ คาแนล*  
*แลนด์ จำกัด (มหาชน)*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เอกจิตรา คำมีศรีสุข. (2556). *การบริหารจัดการองค์กรธุรกิจเพื่อสังคมในการสร้างรายได้แก่*  
*ผู้สูงอายุไทย*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- Atchley, R. C. (1991). *Social force and aging* (6<sup>th</sup> ed.). California: Wad Worth.
- Bernstein, B. (1999). *Perception is everything*. New York: Ronjo Magic.
- Leedy, J. J., & Wynbrand, J. (1987). *Executive retirement management*. New York:  
Facts on File.
- Likert, R. (1932). A technique for the measurement of attitudes. *Archives of*  
*Psychology*, 22(140), 5-55.
- Schwartz, S. H., & Bilsky, W. (1987). Toward a universal psychological structure of  
human values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(3), 550–  
562.
- World Health Organization. (2001). *The world health report 2001: Mental health:  
new understanding, new hope*. Retrieved from  
[https://www.who.int/whr/2001/en/whr01\\_en.pdf?ua=1](https://www.who.int/whr/2001/en/whr01_en.pdf?ua=1).
- Yamane, T. (1973). *Statistic: An introductory analysis* (3<sup>rd</sup> ed.). New York: Harper &  
Row.





## แบบสอบถาม

เรื่อง การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงาน บริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อนำไปประกอบการศึกษา ระดับปริญญาโท บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยกรุงเทพ ซึ่งผลการวิจัยนี้จะนำไปใช้เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการเตรียมความพร้อมและการปฏิบัติตัวในเรื่องพฤติกรรม และการรับรู้ ที่มีผลต่อพฤติกรรมเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ ผู้วิจัยจึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่าน ในการตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ และตรงกับความเป็นจริงหรือความเห็นของท่านมากที่สุด ทั้งนี้เพื่อให้การศึกษามีประสิทธิภาพเกิดประสิทธิผลและสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

การศึกษาพฤติกรรม และการรับรู้ ที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตนิคมอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ แบบสอบถามทั้งหมดแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมก่อนเกษียณอายุ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ก่อนเกษียณอายุ

ส่วนที่ 4 การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ

ทั้งนี้ ผู้วิจัยจะนำข้อมูลในภาพรวมที่ได้รับมาแปลผล ข้อมูลส่วนตัวของท่านทั้งหมดที่ผู้วิจัยได้รับจะถูกเก็บเป็นความลับและจะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อตัวท่านและหน่วยงาน ข้อมูลจะถูกนำมาใช้ในการวิเคราะห์เพื่อเป็นประโยชน์ทางด้านองค์ความรู้ต่อไป

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถามอันเป็นประโยชน์ สำหรับการศึกษานี้

ธีรดา ยังสันเทียะ

ผู้วิจัย



ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย  ลงในช่อง  หรือกรอกข้อมูลที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุด

1. เพศ

ชาย  หญิง

2.อายุ

23-30 ปี  31-38 ปี

39-46 ปี  47-55 ปี

3.ระดับการศึกษา

ต่ำกว่าปริญญาตรี

ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า

ปริญญาโทหรือสูงกว่า

4. สถานภาพ

โสด  สมรส

หย่าร้าง  แยกกันอยู่

5. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

ต่ำกว่า 20,000 บาท  20,001-40,000 บาท

40,001-60,000 บาท  สูงกว่า 60,001 บาท

6. จำนวนบุตรของท่าน

ไม่มีบุตร  1 คน

2 คน  3 คน ขึ้นไป

7. ท่านมีภาระต้องเลี้ยงดูครอบครัว

ไม่มี  1 คน

2-3 คน  4 คน

8. ลักษณะที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน

บ้านเดี่ยว  ทาวน์เฮ้าส์/บ้านแฝด

ตึกแถว/ห้องแถว  คอนโดมิเนียม/อพาร์ทเมนท์

บ้านเช่า/ที่อยู่อาศัยชั่วคราว

9. ท่านมีหนี้สินผ่อนชำระทุกเดือนหรือไม่

มี  ไม่มี

10. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

- มี  ไม่มี

11. สิทธิที่ท่านได้รับความคุ้มครอง ใช้สิทธิ์ค่ารักษาพยาบาลจาก

- สิทธิประกันสังคม สวัสดิการของบริษัท  
 ประกันสุขภาพ  จ่ายค่ารักษาพยาบาลเอง

12. ท่านมีการทำประกันชีวิตไว้หรือไม่

- มี  ไม่มี

13. กิจกรรมที่ท่านคิดว่าจะทำหลังจากเกษียณ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- เลี้ยงดูบุตรหลาน  ทำสวน/ปลูกต้นไม้  
 ค้าขาย  ออกกำลังกาย  
 กิจกรรมด้านการเมือง  กิจกรรมด้านศาสนา  
 กิจกรรมด้านสังคม  ท่องเที่ยว  
 อื่นๆ โปรดระบุ.....



ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมก่อนเกษียณอายุ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาแต่ละข้อและทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียว โดยพิจารณาระดับตามเกณฑ์ ดังนี้

ระดับความคิดเห็น 1 หมายถึง มีพฤติกรรมเห็นด้วยน้อยที่สุด

ระดับความคิดเห็น 2 หมายถึง มีพฤติกรรมเห็นด้วยน้อย

ระดับความคิดเห็น 3 หมายถึง มีพฤติกรรมเห็นด้วยปานกลาง

ระดับความคิดเห็น 4 หมายถึง มีพฤติกรรมเห็นด้วยมาก

ระดับความคิดเห็น 5 หมายถึง มีพฤติกรรมเห็นด้วยมากที่สุด

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
ด้านการปรับตัว					
1. ท่านตระหนักถึงพฤติกรรมการใช้จ่ายมากขึ้น เช่น ซื้อเฉพาะของที่จำเป็น					
2. ท่านมีการปรับพฤติกรรมให้เป็นคนร่าเริง อารมณ์ขัน					
3. ท่านสนใจที่จะศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับธุรกิจส่วนตัว					
4. ท่านสนใจศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรค ที่เกิดจากวัยสูงอายุ					
5. ท่านมีการวางแผนประกอบธุรกิจส่วนตัวยาม เกษียณอายุ					
6. ท่านพยายามควบคุมอาหารประเภทไขมัน และรับประทานผักผลไม้มากขึ้น					

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
พฤติกรรมด้านการเงิน					
1. ท่านมีการเตรียมวางแผนล่วงหน้าเกี่ยวกับรายรับ-รายจ่าย					
2. ท่านเก็บออมเงินไว้ใช้ยามเกษียณอายุอย่างสม่ำเสมอ					
3. ท่านมีการเตรียมเงินสำรองไว้ใช้สำหรับจ่ายค่ารักษาพยาบาลในยามเจ็บป่วย					
4. ท่านมั่นใจว่าเงินที่เก็บออมของท่านจะมีเพียงพอสำหรับการใช้ชีวิตยามเกษียณอายุ					
5. ท่านมีการวางแผนโดยการนำเอาเงินไปลงทุนเพื่อให้มีรายได้เพิ่มเติมเมื่อเกษียณอายุ					
6. ท่านมีการวางแผนค่าใช้จ่ายเพื่อการศึกษาของบุตรหลาน					
7. ท่านมีการวางแผนด้านการเงินนอกเหนือจากรายจ่ายในชีวิตประจำวัน					

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
ด้านที่อยู่อาศัย					
1. ท่านมีการวางแผนจัดเตรียมความพร้อมที่อยู่อาศัย เมื่อยามเกษียณอายุ					
2. ท่านมีการวางแผนปรับปรุงที่อยู่อาศัยไว้ให้เหมาะสม กับวัยสูงอายุเพื่อให้เกิดความสะดวกสบายและปลอดภัย มากขึ้น					
3. ท่านมีการวางแผนย้ายที่อยู่อาศัยเพื่อไปอยู่กับ บุตรหลาน					
4. ท่านวางแผนจะซื้อบ้านเพื่อใช้ชีวิตเมื่อยาม เกษียณอายุ					
5. ท่านเตรียมเงินสำรองไว้สำหรับซ่อมแซมที่อยู่อาศัย เมื่อยามเกษียณอายุ					
6. ท่านหมั่นตรวจสอบอุปกรณ์เครื่องใช้ภายในบ้านให้อยู่ ในสภาพดีอยู่เสมอ					

พฤติกรรมก่อนเกษียณอายุด้านการใช้เวลาว่าง

พฤติกรรม	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
ด้านการใช้เวลาว่าง					
1. ท่านมีกิจกรรมรองรับไว้สำหรับการเกษียณอายุอยู่แล้ว					
2. ท่านวางแผนจะเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา เพื่อบำเพ็ญประโยชน์ต่อส่วนรวมเมื่อเกษียณอายุ					
3. ท่านมีกิจกรรมยามว่างที่ทำแล้วสามารถช่วยผ่อนคลายจิตใจได้ดี					
4. ท่านได้ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตนเองสนใจหรือถนัด					
5. ท่านมีการวางแผนเดินทางไปพักผ่อนที่ต่างจังหวัดหรือต่างประเทศ					
6. ท่านหากิจกรรมทำในเวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เช่น ออกกำลังกาย ทำสวน					

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ก่อนเกษียณอายุ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาแต่ละข้อและทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียว โดยพิจารณาระดับตามเกณฑ์ดังนี้

ระดับความคิดเห็น 1 หมายถึง มีการรับรู้น้อยที่สุด

ระดับความคิดเห็น 2 หมายถึง มีการรับรู้น้อย

ระดับความคิดเห็น 3 หมายถึง มีการรับรู้ปานกลาง

ระดับความคิดเห็น 4 หมายถึง มีการรับรู้มาก

ระดับความคิดเห็น 5 หมายถึง มีการรับรู้มากที่สุด

การรับรู้ด้านจิตใจ

การรับรู้	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
ด้านจิตใจ					
1. ท่านทำใจยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้เมื่อใกล้เกษียณอายุ					
2. ท่านรับรู้ถึงการถูกลดบทบาทหน้าที่ทางสังคมเมื่อใกล้เกษียณอายุ					
3. ท่านมีความเครียด หรือวิตกกังวลใจเมื่อใกล้เกษียณอายุ					
4. ท่านมีการฝึกการลดความเครียด/ความไม่สบายใจ ด้วยวิธีต่าง ๆ เช่น นั่งสมาธิ ฟังธรรมะ					
5. ท่านคอยฝึกตนเองให้เป็นคนใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์อยู่เสมอ					
6. ท่านเตรียมใจปรับบทบาทหน้าที่ จากเดิมที่เป็นหัวหน้าครอบครัว กลายมาเป็นผู้อาศัย					
7. ท่านมีกิจกรรมที่คลายเครียดกับคนในครอบครัวอยู่เสมอ					

## การรับรู้ด้านสุขภาพร่างกาย

การรับรู้ก่อนเกษียณอายุ	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
ด้านสุขภาพร่างกาย					
1. ท่านสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ เมื่อมีอายุมากขึ้น					
2. ท่านสามารถยอมรับความเสื่อมถอยของสภาพ ร่างกายได้					
3. ท่านนอนหลับพักผ่อนเพียงพอ อย่างน้อย 6-8 ชั่วโมง					
4. ท่านเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และ หลีกเลี่ยงอาหารที่เป็นโทษต่อร่างกาย					
5. ท่านออกกำลังกายเป็นประจำ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง					
6. ท่านมีวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยของตน เช่น เดินเร็วแทนการวิ่ง					
7. ท่านปรับนิสัยการรับประทานอาหารเพื่อป้องกันโรค และเพื่อสุขภาพมากขึ้น					



ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ  
คำชี้แจง โปรดพิจารณาแต่ละข้อและทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียว โดยพิจารณาระดับตามเกณฑ์ ดังนี้

ระดับความคิดเห็น 1 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมน้อยที่สุด

ระดับความคิดเห็น 2 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมน้อย

ระดับความคิดเห็น 3 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมปานกลาง

ระดับความคิดเห็น 4 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมมาก

ระดับความคิดเห็น 5 หมายถึง มีการเตรียมความพร้อมมากที่สุด

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ

การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ	ระดับความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
1. ท่านได้ตระหนักถึงการเตรียมความพร้อมเกษียณอายุตั้งแต่เริ่มทำงาน					
2. ท่านวางแผนการใช้เวลาว่างยามเกษียณเพื่อไปทำกิจกรรมต่าง ๆ					
3. ท่านมีการเตรียมวางแผนไปฝึกวิชาชีพอื่น ๆ เพื่อหารายได้ยามเกษียณ					
4. ท่านมีการปรึกษาหารือเรื่องการวางแผนชีวิตยามเกษียณกับกลุ่มเพื่อนหรือบุคคลที่เกษียณอายุแล้ว					
5. ท่านได้มีการวางแผนทำประกันชีวิตก่อนเกษียณอายุ					
6. ท่านเตรียมศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ					

ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่ท่านได้สละเวลาตอบแบบสอบถาม

**ประวัติผู้เขียน****ชื่อ-นามสกุล**

ธีรดา ยังสันเทียะ

**อีเมล**

Theerada.yang@gmail.com

**ประวัติการศึกษา**

ระดับปริญญาตรี

คณะวิทยาการจัดการ สาขาธุรกิจระหว่างประเทศ

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตศรีราชา

**ประสบการณ์ทำงาน**

บริษัท อีสเทอนมารีไทม์ (ประเทศไทย) จำกัด



มหาวิทยาลัยกรุงเทพ

ข้อตกลงว่าด้วยการอนุญาตให้ใช้สิทธิในวิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์

วันที่ 18 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2563

ข้าพเจ้า (นาย/นาง/นางสาว) อธิธา ยั่งยืนเกียรติ อยู่บ้านเลขที่ 122/274

ชอย ทรัพย์บุญชัย 28 ถนน ศรีนครินทร์ ตำบล/แขวง บางเขน

อำเภอ/เขต ฝั่งจ. จังหวัด สมุทรปราการ รหัสไปรษณีย์ 10270

เป็นนักศึกษาของมหาวิทยาลัยกรุงเทพ รหัสประจำตัว 7610202561

ระดับปริญญา  ตรี  โท  เอก

หลักสูตร บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชา -

คณะ บริหารธุรกิจ ซึ่งต่อไปเรียกว่า “ผู้อนุญาตให้ใช้สิทธิ” ฝ่ายหนึ่ง และ

มหาวิทยาลัยกรุงเทพ ตั้งอยู่เลขที่ 119 ถนนพระราม 4 แขวงพระโขนง เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

10110 ซึ่งต่อไปเรียกว่า “ผู้ได้รับอนุญาตให้ใช้สิทธิ” อีกฝ่ายหนึ่ง ผู้อนุญาตให้ใช้สิทธิ และผู้ได้รับอนุญาตให้ใช้สิทธิ ตกลงทำสัญญากันโดยมีข้อความดังต่อไปนี้

ข้อ 1. ผู้อนุญาตให้ใช้สิทธิขอรับรองว่าเป็นผู้สร้างสรรค์และเป็นผู้มีสิทธิแต่เพียงผู้เดียวในงานวิทยานิพนธ์ / สารนิพนธ์หัวข้อ

การศึกษานวัตกรรม และการรับรู้ ที่มีผลต่อการเสริมความพร้อมก่อนเกษียณอายุ  
ของพนักงานบริษัทเอกชน ในเขตพิเศษอุตสาหกรรมบางปู จังหวัดสมุทรปราการ


ซึ่งถือเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต ของมหาวิทยาลัยกรุงเทพ (ต่อไปเรียกว่า “วิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์”)

ข้อ 2. ผู้อนุญาตให้ใช้สิทธิตกลงยินยอมให้ผู้ได้รับอนุญาตให้ใช้สิทธิโดยปราศจากค่าตอบแทนและไม่มีกำหนดระยะเวลาในการนำวิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์ ซึ่งรวมถึงแต่ไม่จำกัดเพียงการทำซ้ำ ดัดแปลง เผยแพร่ต่อสาธารณชน ให้เช่าต้นฉบับหรือสำเนา งาน ให้ประโยชน์อันเกิดจากลิขสิทธิ์แก่ผู้อื่น อนุญาตให้ผู้อื่นใช้สิทธิโดยจะกำหนดเงื่อนไขอย่างหนึ่งอย่างใดด้วยหรือไม่ก็ได้ ไม่ว่าทั้งหมดหรือเพียงบางส่วน หรือการกระทำอื่นใดในลักษณะทำนองเดียวกัน

ข้อ 3. หากกรณีมีข้อขัดแย้งในปัญหาลิขสิทธิ์ในวิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์ ระหว่างผู้อนุญาตให้ใช้สิทธิกับบุคคลภายนอกก็ดี หรือระหว่างผู้ได้รับอนุญาตให้ใช้สิทธิกับบุคคลภายนอกก็ดี หรือมีเหตุขัดข้องอื่นๆ เกี่ยวกับลิขสิทธิ์ อันเป็นเหตุให้ผู้ได้รับอนุญาตให้ใช้สิทธิไม่สามารถใช้งานนั้นออกทำซ้ำ เผยแพร่ หรือโฆษณาได้ ผู้อนุญาตให้ใช้สิทธิยินยอมรับผิดชอบและชดเชยค่าเสียหายแก่ผู้ได้รับอนุญาตให้ใช้สิทธิในความเสียหายต่างๆ ที่เกิดขึ้นแก่ผู้ได้รับอนุญาตให้ใช้สิทธิทั้งสิ้น

สัญญาที่ทำขึ้นสองฉบับ มีข้อความเป็นอย่างเดียวกัน คู่สัญญาได้อ่านและเข้าใจข้อความในสัญญานี้โดยละเอียดแล้ว จึงได้ลงลายมือชื่อให้ไว้เป็นสำคัญต่อหน้าพยาน และเก็บรักษาไว้ฝ่ายละฉบับ

ลงชื่อ  ผู้อนุญาตให้ใช้สิทธิ  
( น.ส. จีรดา ช่างเส้นแท่ง )

ลงชื่อ  ผู้ได้รับอนุญาตให้ใช้สิทธิ  
(อาจารย์ อัญญา จุลพิสิฐ)  
ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดและพื้นที่การเรียนรู้

ลงชื่อ  พยาน  
(ดร.สุชาดา เจริญพันธุ์ศิริกุล)  
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ลงชื่อ  พยาน  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกษมสันต์ พิพัฒน์ศิริศักดิ์)  
ผู้อำนวยการหลักสูตร/ ผู้รับผิดชอบหลักสูตร