

## บทที่ 5

### สรุปผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาก่อนเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการกรุงเทพมหานครครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจซึ่งใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองแล้วนำไปใช้เก็บตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เฉพาะข้าราชการกรุงเทพมหานครที่มีอายุ 50-60 ปี ที่ทำงานอยู่ในสำนักต่าง ๆ จำนวน 16 สำนัก ของส่วนราชการกรุงเทพมหานคร ทำให้ได้ประชากรที่เป็นตัวอย่างทั้งหมด 615 ราย เป็นข้าราชการชาย 207 คน และข้าราชการหญิง 408 คน

การศึกษานี้ได้กำหนดตัวแปรตามคือ (1) การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ (2) การเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านร่างกาย (3) การเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านจิตใจ (4) การเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านความเป็นอยู่ ส่วนตัวแปรอิสระคือ ลักษณะภูมิหลังทางประชากร เศรษฐกิจ สังคม โดยมีสมมติฐานหลักว่า ข้าราชการกรุงเทพมหานครที่มีปัจจัยทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคมแตกต่างกันมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุและประเภทของการเตรียมตัวก่อนเกษียณแตกต่างกันด้วย

การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น 2 ขั้นตอนคือ ตอนแรกเป็นการวิเคราะห์การเตรียมตัวก่อนเกษียณด้วยตารางไขว้ (Crosstabulation) ตอนที่สองเป็นการวิเคราะห์ประเภทของการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้วยค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean) และตารางไขว้ (Crosstabulation)

#### 1. การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่าสองในสามหรือร้อยละ 67.3 ของข้าราชการกรุงเทพมหานครมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ มีเพียงหนึ่งในสามหรือร้อยละ 32.7 ที่ตอบว่าไม่เตรียมตัว จากข้อค้นพบนี้แสดงว่า ข้าราชการกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการอยู่ในเกณฑ์ดี ทั้งนี้อาจมีผลมาจากบรรทัดฐานทางสังคมที่ว่างานในระบบของราชการนั้นเป็นงานที่มีระยะเวลาเป็นข้อจำกัด ผู้ที่จะเข้าทำงานราชการเมื่อมีอายุครบ 60 ปี จะต้องปลดเกษียณอายุ และออกจากราชการไป ทำให้สูญเสียบทบาทหน้าที่

การงานและรายได้ลดลง ข้าราชการจึงเห็นความสำคัญและคิดถึงความจำเป็นที่ตนเองควรได้มีการจัดการอย่างใดอย่างหนึ่งสำหรับการดำเนินชีวิตหลังเกษียณไปแล้ว ซึ่งวิธีการที่ดีที่สุดของการเป็นข้าราชการบำนาญที่ดีและมีความสุขในบั้นปลายของชีวิต คือการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ และเมื่อนำลักษณะภูมิหลังทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคมของข้าราชการมาหาความสัมพันธ์ ปรากฏว่า มีเพียง 2 ตัวแปรเท่านั้นที่มีอิทธิพลทำให้เกิดความแตกต่างในการเตรียมตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ อายุของข้าราชการ และการมีผู้สูงอายุในครอบครัวของข้าราชการ กรุงเทพมหานคร

นอกจากนี้ตัวแปรอื่น ๆ ซึ่งได้แก่ อายุ, สถานภาพสมรส, การมีผู้สูงอายุในครอบครัว, ความเป็นเจ้าของบ้าน, การศึกษา, ระดับตำแหน่ง และโครงสร้างครัวเรือน พบว่ามีทิศทางความสัมพันธ์สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนตัวแปร เช่น เพศ รายได้ครัวเรือน และจำนวนบุตรมีทิศทางความสัมพันธ์ตรงข้ามกับสมมติฐาน (ตารางที่ 45) กล่าวคือ ข้าราชการอายุมากเตรียมตัวมากกว่าข้าราชการอายุน้อย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้ที่มีอายุเข้าใกล้ 60 ปี จะเหลือเวลาในราชการน้อยลงจึงทำให้มีความคิดว่าตนควรเตรียมตัวไว้ก่อนเกษียณ ซึ่งต่างจากผู้ที่เหลืออายุราชการอีกหลายปีกว่าจะเกษียณจึงยังไม่คิดจะเตรียมตัว ส่วนสถานภาพสมรส พบว่าข้าราชการที่มีสถานภาพสมรสแบบอื่นๆ (โสด หม้าย หย่า ว่าง และแยกกันอยู่) เตรียมตัวมากกว่าข้าราชการที่มีสถานภาพสมรสสมรส สาเหตุที่เป็นเช่นนี้เพราะผู้ที่มีสถานภาพสมรสแบบอื่นๆ ต้องดำเนินชีวิตแต่เพียงลำพัง ทำให้ขาดเพื่อนคู่คิดหากไม่เตรียมตัวไว้ก่อนจะเกษียณอายุอาจพบปัญหาต่าง ๆ ได้ เนื่องจากขาดคนช่วยเหลือดูแลและเอาใจใส่เหมือนข้าราชการที่มีสถานภาพสมรสสมรส เมื่อพิจารณาการมีผู้สูงอายุในครอบครัว พบว่า ข้าราชการที่มีผู้สูงอายุในครอบครัวได้เห็นแบบอย่างวิถีชีวิตของผู้สูงอายุที่อยู่ใกล้ซิดจึงเตรียมตัวเอาไว้ก่อนเกษียณมากกว่าข้าราชการที่ไม่มีผู้สูงอายุในครอบครัวที่ตระหนักถึงวัยสูงอายุน้อย

สำหรับความเป็นเจ้าของบ้าน พบว่าข้าราชการที่เป็นเจ้าของบ้านเตรียมตัวมากกว่าข้าราชการที่ไม่เป็นเจ้าของบ้าน เนื่องจากการมีบ้านเป็นตัวแปรเชิงเศรษฐกิจ เมื่อข้าราชการมีความเป็นอยู่ที่พร้อมแล้วย่อมมีโอกาสได้จัดเตรียมตัวได้มากกว่าผู้ที่ยังไม่มีบ้านเป็นของตนเอง แต่เมื่อนำตัวแปรอายุเข้ามาควบคุม พบว่า ความเป็นเจ้าของบ้านผันแปรไปตามอายุของข้าราชการ ส่วนในเรื่องการศึกษาพบว่า ข้าราชการที่มีการศึกษาสูงเตรียมตัวมากกว่าข้าราชการที่มีการศึกษาค่ำ ทั้งนี้เพราะผู้ที่มีการศึกษาสูงย่อมแสวงหาข้อมูลและสนใจสิ่งต่างๆ รวมทั้งรู้จักใช้ความรู้ ความคิดในการวางแผนชีวิตได้ดีกว่าผู้ที่มีการศึกษาค่ำ ฉะนั้นจึงเห็นว่าการเตรียมตัวก่อนเกษียณ

อาชวราชากรจะทำให้ชีวิตหลังเกษียณมีความสุข สำหรับระดับตำแหน่งพบว่าข้าราชการที่ตำแหน่งสูงกว่าเตรียมตัวมากกว่าข้าราชการที่มีตำแหน่งต่ำกว่า ทั้งนี้คงเป็นเพราะผู้ที่มีตำแหน่งสูงมักเป็นผู้ที่มีความคิดกว้างไกลและคิดวางแผนในชีวิตได้ดีมากกว่า ประกอบกับหน้าที่ความรับผิดชอบในตำแหน่งทำให้ผู้ที่มีตำแหน่งสูงเตรียมตัวก่อนเกษียณมากกว่าผู้ที่มีตำแหน่งต่ำ เมื่อควบคุมด้วยอิทธิพลของตัวแปรอื่นแล้ว พบว่าความสัมพันธ์มีทิศทางที่ไม่แน่นอน ส่วนโครงสร้างครวเรือนพบว่าข้าราชการที่อยู่ครวเรือนแบบอื่นเตรียมตัวก่อนเกษียณมากกว่าข้าราชการที่อยู่ในครวเรือนเดี่ยว ที่เป็นเช่นนี้เพราะผู้ที่อยู่คนเดียวขอมหาคนคอยดูแลเอาใจใส่จะนั้นถ้าไม่วางแผนชีวิตให้ดีและรอบคอบแล้ว จะเกิดปัญหาต่างๆ ได้ไม่เหมือนกับผู้ที่อยู่ในครวเรือนเดี่ยว ความอบอุ่นของครอบครัวขอมทำให้ข้าราชการคิดถึงชีวิตอนาคตต่างจากผู้ที่อยู่คนเดียว และครวเรือนชาย แต่เมื่อควบคุมด้วยอิทธิพลของตัวแปรอื่นแล้วพบว่าความสัมพันธ์มีทิศทางไม่แน่นอน

ส่วนตัวแปร เช่น เพศ และจำนวนบุตรของข้าราชการนั้น พบว่าเพศหญิงมีแนวโน้มเตรียมตัวมากกว่าเพศชาย แต่เมื่อควบคุมด้วยอิทธิพลของตัวแปรอื่นกลับพบว่า ทั้งสองเพศมีการเตรียมตัวไม่แตกต่างกัน ส่วนจำนวนบุตรพบว่าผู้ที่มีบุตรมากมีแนวโน้มในการเตรียมตัวมากกว่าผู้ที่มีจำนวนบุตรน้อยกว่า และเมื่อควบคุมด้วยอิทธิพลของตัวแปรอื่นความสัมพันธ์ยังคงเหมือนเดิม แต่มีทิศทางความสัมพันธ์ตรงข้ามกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ สำหรับรายได้ครวเรือน พบว่า ข้าราชการที่มีรายได้ครวเรือนสูงกว่าเตรียมตัวมากกว่าข้าราชการที่รายได้ครวเรือนต่ำกว่า ทั้งนี้เพราะผู้ที่มีรายได้มากมีโอกาสได้รับการตอบสนอง และสามารถเลือกดำเนินชีวิตได้หลากหลายเนื่องจากมีเงินเป็นปัจจัยในการดำเนินการ ในขณะที่ผู้ที่มีรายได้น้อยยังต้องคั้นรนเพื่อความอยู่รอด โดยเฉพาะในสังคมเมืองหลวงที่มีค่าครองชีพสูง ผู้ที่มีรายได้น้อยจึงมีโอกาสคิดถึงอนาคตด้วยการเตรียมตัวไว้ก่อนเกษียณน้อยไปด้วย แต่เมื่อนำตัวแปรด้านอายุเข้ามาควบคุมและหาความสัมพันธ์อีกครั้ง พบว่ารายได้ครวเรือนผันแปรไปตามอายุ

ผลการศึกษาส่วนนี้ ให้ข้อสรุปได้ว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอาชวราชากรของข้าราชการกรุงเทพมหานครนั้น ปัจจัยที่มีผลต่อการเตรียมตัวคืออายุของข้าราชการ และการมีผู้สูงอายุในครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีบทบาท (Role Theory) ของ Cottrell (1942: 118-120) ที่อธิบายว่า บุคคลเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุจะต้องมีการปรับสภาพต่างๆ หลายอย่างจากบทบาทเดิมไปสู่บทบาทใหม่ ทำให้การที่มีอายุมากขึ้นหรือการที่ได้อาศัยอยู่ใกล้ชิดและเห็นแบบอย่างจากผู้สูงอายุในครอบครัวขอมส่งผลให้บุคคลผู้นั้นได้รับทราบถึงผลกระทบของการเกษียณอาชวราชากรผู้ใกล้เกษียณอายุราชการจึงเกิดความรู้สึกสูญเสียบทบาทหน้าที่ในสังคม, รายได้ลดลง, เล็งเห็น

คุณค่าของตนเองน้อยลง และรู้สึกมีเวลาว่างมากขึ้น ซึ่งปัญหาดังกล่าวพบว่า ถ้าผู้เกษียณอายุราชการได้มีการเตรียมตัวล่วงหน้า ตั้งแต่ก่อนเกษียณก็จะช่วยลดความรู้สึกสูญเสียและสามารถแสดงบทบาทในวัยหลังเกษียณอายุได้อย่างเหมาะสม ทฤษฎีบทบาทจึงเข้ามาช่วยส่งเสริมให้บุคคลได้มีการปรับเปลี่ยนบทบาทใหม่ เมื่อวัยเปลี่ยนไปด้วยการเตรียมความพร้อมก่อนการเป็นผู้สูงอายุในอนาคต

## 2. ประเภทของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ

### 2.1 การเตรียมตัวด้านร่างกาย

ข้าราชการที่ตอบว่าได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณจำนวนสองในสามของข้าราชการทั้งหมดนั้น ส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญกับการเตรียมตัวด้านร่างกายคิดเป็นสัดส่วนมากกว่าการเตรียมตัวด้านจิตใจ และด้านความเป็นอยู่ กล่าวคือ ร้อยละ 90.3 ได้มีการบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ, ร้อยละ 88.1 มีการตรวจสุขภาพร่างกายประจำปี และร้อยละ 79.9 มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ข้อค้นพบนี้สะท้อนให้เห็นว่าข้าราชการกรุงเทพมหานครให้ความสำคัญกับสิ่งที่จะมีผลกระทบต่อตัวเองมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะภาวะสุขภาพของข้าราชการที่สูงอายุจะมีความเสื่อมโทรมลงตามธรรมชาติ หากข้าราชการขาดความสนใจย่อมทำให้เกิดปัญหาจากความสูงอายุตามมาอย่างหลีกเลี่ยงได้ยาก ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ข้าราชการส่วนใหญ่มีความตระหนักถึงความสำคัญและได้มีการเตรียมตัวด้านร่างกายมากที่สุด

เมื่อนำลักษณะภูมิหลังทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคมมาศึกษาความสัมพันธ์ปรากฏว่า ข้าราชการส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวด้านร่างกายไม่แตกต่างกัน ยกเว้น จำนวนบุตรและระดับตำแหน่งที่พบว่า มีอิทธิพลทำให้เกิดความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและมีทิศทางความสัมพันธ์สอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้ (ตารางที่ 45) กล่าวคือ ข้าราชการที่มีบุตรน้อยเตรียมตัวด้านร่างกายมากกว่าข้าราชการที่มีบุตรมาก ทั้งนี้เพราะผู้ที่มีบุตรน้อยภาระในการดูแลส่งเสริมให้บุตรเติบโตจนสามารถประกอบอาชีพและช่วยเหลือตนเองได้ผ่านพ้นไปในขณะที่บิดามารดาจะมีเวลาเป็นของตนเองมากขึ้น ยังมีโอกาสให้ความสำคัญต่อสุขภาพของตนเองได้ สำหรับระดับตำแหน่งมีผลต่อการเตรียมตัวด้านร่างกายเพราะว่าผู้ที่มีตำแหน่งสูงมักทำงานด้านบริหารและมีพื้นฐานการศึกษาสูงด้วยจึงมีโลกทัศน์กว้างสามารถเข้าใจชีวิตและห่วงใยในสุขภาพของตนมากกว่าผู้ที่มีตำแหน่งต่ำ ที่เหลือจากนี้คือตัวแปรเพศ, อายุ, สถานภาพสมรส, การมีผู้สูงอายุ

ในครอบครัว, รายได้ครัวเรือน, ความเป็นเจ้าของบ้าน, การศึกษา และโครงสร้างครัวเรือน ไม่มีผลต่อการผันแปรของการเตรียมตัวด้านร่างกาย แต่ก็มีทิศทางของความสัมพันธ์สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ยกเว้นสถานภาพสมรสที่มีทิศทางตรงข้ามกับสมมติฐาน

## 2.2 การเตรียมตัวด้านจิตใจ

ข้าราชการกรุงเทพมหานครที่ตอบว่าได้มีการเตรียมตัวด้านจิตใจ ร้อยละ 83.1 ได้ตอบว่าปฏิบัติธรรมและประกอบกิจกรรมทางศาสนามากขึ้นในบั้นปลายของชีวิต ข้อมูลที่ค้นพบนี้สะท้อนให้เห็นว่า สังคมไทยส่วนใหญ่ยังมีความเชื่อในหลักศาสนาว่าจะทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถยอมรับความจริงในชีวิตได้ว่า การเกษียณอายุเป็นปรากฏการณ์ปกติที่ข้าราชการทุกคนต้องเผชิญ จึงไม่ควรเสียดาย อาลัยอาวรณ์หรือซีดมันจนเกินไป การเข้าศาสนามากขึ้นจะช่วยให้ข้าราชการสามารถปรับตัวเตรียมใจให้พร้อมและยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้

เมื่อนำลักษณะภูมิหลังทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคมมาศึกษาความสัมพันธ์ร่วมด้วยผลปรากฏว่า ข้าราชการส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวด้านจิตใจไม่แตกต่างกัน ยกเว้น เพศ และรายได้ครัวเรือน ที่พบว่ามิติอิทธิพลทำให้เกิดความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 45) กล่าวคือ ข้าราชการเพศหญิงมีการเตรียมตัวด้านจิตใจมากกว่าข้าราชการเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนี้เพราะโดยธรรมชาติหญิงชายมีจิตใจต่างกัน เพศชายจะมีบุคลิกเข้มแข็ง ส่วนเพศหญิงจะมีความอ่อนโยน การมองชีวิตและเข้าใจถึงจิตใจจึงเป็นเพศหญิงมากกว่าชาย ส่วนรายได้ครัวเรือน พบว่า ข้าราชการที่รายได้ครัวเรือนต่ำกว่ามีการเตรียมตัวด้านจิตใจมากกว่าข้าราชการที่มีรายได้ครัวเรือนสูงกว่า ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ที่ตรงข้ามกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เพราะผู้ที่มียาได้ต่ำมักจะเลือกดำเนินชีวิตที่ใช้ปัจจัยด้านการเงินน้อย กิจกรรมทางศาสนาก็จึงมีความเหมาะสมกับผู้มียาได้น้อยเพราะไม่ต้องใช้ปัจจัยการเงินในการเข้าร่วมก็สามารถกระทำได้ สำหรับตัวแปรอายุ, สถานภาพสมรส, จำนวนบุตร, การมีผู้สูงอายุในครอบครัว, ความเป็นเจ้าของบ้าน, การศึกษา, ระดับตำแหน่ง และโครงสร้างครัวเรือน พบว่า ไม่มีผลต่อการผันแปรต่อการเตรียมตัวด้านจิตใจ แต่อายุ, สถานภาพสมรส, จำนวนบุตร และการมีผู้สูงอายุในครอบครัว มีทิศทางความสัมพันธ์สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ยกเว้นความเป็นเจ้าของบ้าน, การศึกษา, ระดับตำแหน่ง และโครงสร้างครัวเรือน มีทิศทางความสัมพันธ์ตรงข้ามกับสมมติฐาน

## 2.3 การเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่

ข้าราชการกรุงเทพมหานครที่ได้ตอบว่ามีการเตรียมด้านความเป็นอยู่ในการศึกษาคั้งนี้ พบว่า ข้าราชการให้ความสำคัญกับการเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่น้อยกว่าการเตรียมตัว

ด้านร่างกาย และด้านจิตใจ โดยสามารถจำแนกรายละเอียดของการเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่แล้ว ปรากฏว่า ร้อยละ 84.7 ได้เตรียมตัวโดยใช้เวลาว่างทำงานอดิเรก รองลงมาคือร้อยละ 75.3 เตรียมเก็บเงินไว้ใช้จ่ายหลังเกษียณ, มีเพียงร้อยละ 52.8 ที่ตอบว่าเตรียมปรับปรุงที่อยู่อาศัยไว้แล้ว, ร้อยละ 49.9 ตอบว่าทำประกันชีวิตเพื่อสร้างหลักประกันในอนาคต, ร้อยละ 31.7 ตอบว่าเข้าร่วมกิจกรรมหรือชมรมผู้สูงอายุ และร้อยละ 26.9 เท่านั้นที่ตอบว่าได้จัดการเรื่องมรดกและพินัยกรรมไว้แล้ว ข้อค้นพบนี้แสดงว่า กิจกรรมการเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่ของข้าราชการนิยามให้ความสำคัญกับเรื่องใกล้ตัวมากกว่าสิ่งไกลตัว โดยสังเกตได้จากกิจกรรมที่เกี่ยวกับการสร้างหลักประกันในชีวิต การเข้าร่วมกิจกรรมสังคม และการจัดการเรื่องมรดก ต่างก็มีสัดส่วนของการเตรียมตัวน้อยมาก ที่เป็นเช่นนี้คงเป็นเพราะตามธรรมชาติแล้วทุกคนมักจะเห็นความสำคัญกับเรื่องราวต่างๆ ที่อยู่ใกล้ตัวตนเองมากกว่า นอกจากนี้ลักษณะงานในระบบราชการเป็นงานที่มีความมั่นคงและให้สวัสดิการทางสังคมที่ดี จึงทำให้ข้าราชการมักไม่คิดถึงเรื่องความเป็นอยู่ของตนเองมากนัก เพราะเมื่อเกษียณอายุไปแล้วก็ยังมีเงินบำเหน็จบำนาญให้ใช้จ่ายได้อีกต่อไป

เมื่อนำลักษณะภูมิหลังทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคมมาศึกษาความสัมพันธ์ร่วมด้วยผลปรากฏว่า ความเป็นเจ้าของบ้าน, การศึกษา และระดับตำแหน่ง มีอิทธิพลทำให้เกิดความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมีทิศทางความสัมพันธ์สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ (ตารางที่ 45) กล่าวคือ ข้าราชการที่เป็นเจ้าของบ้านเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่มากกว่าข้าราชการที่ไม่เป็นเจ้าของบ้าน ที่เป็นเช่นนี้เพราะการมีที่อยู่เป็นของตนเองช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายได้มากทำให้ผู้ที่ เป็นเจ้าของบ้านเหลือปัจจัยสำหรับการดำเนินกิจกรรมอื่นได้มากกว่าผู้ที่ไม่เป็นเจ้าของบ้าน สำหรับการศึกษพบว่า ผู้ที่มีการศึกษาสูงเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่มากกว่าผู้ที่มีการศึกษาดำ และ การศึกษาทำให้ข้าราชการรู้จักใช้ความรู้ของตนในการวางแผนชีวิต และความเป็นอยู่ได้อย่างเหมาะสมนั่นเอง ส่วนระดับตำแหน่ง พบว่าผู้ที่มีตำแหน่งสูงเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่มากกว่าผู้ที่มีตำแหน่งต่ำ คงเป็นเพราะผู้ที่มีตำแหน่งสูงมักจะมีการศึกษาสูงมาก่อนเมื่อมีตำแหน่งสูงรายได้ที่เป็นเงินเดือนก็จะสูงตามไปด้วย จึงเป็นธรรมดาที่จะสามารถปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับการเตรียมตัวเองได้มากกว่าผู้ที่มีตำแหน่งต่ำ

นอกจากนี้ ตัวแปรเพศ, อายุ, สถานภาพสมรส, จำนวนบุตร, การมีผู้สูงอายุในครอบครัว, รายได้ครัวเรือน และโครงสร้างครัวเรือน พบว่าไม่มีผลต่อการค้นแปรกับการเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่ แต่มีทิศทางของความสัมพันธ์สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ยกเว้นจำนวนบุตรที่มีทิศทางตรงข้ามกับที่ตั้งสมมติฐานไว้

กล่าวโดยสรุป การศึกษาประเภทของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการกรุงเทพมหานครทั้ง 3 ด้าน ดังกล่าวมานี้ เป็นการศึกษากิจกรรมต่างๆ ที่บุคคลผู้่างเข้าสู่วัยสูงอายุควรปฏิบัติ เนื่องจากว่าผู้จะเกษียณอายุราชการที่มีการเตรียมตัวด้านร่างกาย จิตใจ และความเป็นอยู่ โดยดำเนินกิจกรรมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์เพื่อให้ได้มาซึ่งการเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ จะทำให้ข้าราชการที่ใกล้เกษียณมีกิจกรรมใหม่มาทดแทนกิจกรรมที่สูญเสียบไป และเกิดความรู้สึกไม่ว่างมากนัก จึงเป็นการสนับสนุนทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) ของ Lemon, Bengtson และ Peterson (1972: 188-190) ที่ได้นำมากล่าวอ้างไว้ในตอนต้นว่า บุคคลที่่างเข้าสู่วัยสูงอายุ กิจกรรมนับว่าเป็นสิ่งสำคัญมาก ทฤษฎีกิจกรรมแสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมปฏิบัติอยู่เสมอ จะเป็นผู้สูงอายุที่มีบุคลิกภาพกระฉับกระเฉง มีความพึงพอใจในชีวิต และสามารถปรับตัวได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่ปราศจากกิจกรรม

### ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาครั้งนี้ มีข้อเสนอแนะในส่วนนโยบายดังต่อไปนี้

1. ข้าราชการควรให้ความสำคัญและสนใจต่อการเตรียมตัวด้านอื่น ๆ ควบคู่ไปกับการเตรียมตัวด้านร่างกาย (สุขภาพอนามัย) เพราะจากการศึกษาประเภทของการเตรียมตัวนั้น ข้าราชการกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวด้านร่างกายมากกว่าเตรียมตัวด้านจิตใจ และเตรียมตัวด้านความเป็นอยู่ จากข้อค้นพบนี้ จึงกล่าวได้ว่าข้าราชการกลุ่มนี้ให้ความสนใจต่อการเตรียมตัวในเรื่องใกล้ตัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งสิ่งที่จะเกิดกับข้าราชการเอง ได้แก่ ภาวะสุขภาพจะได้รับการดูแลเอาใจใส่มากที่สุด ส่วนกิจกรรมที่เป็นเรื่องยังไม่ถึงหรือไกลตัวออกไป เช่น การจัดเตรียมที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับวัยสูงอายุ หรือการเตรียมกิจกรรมสูงอายุต่าง ๆ ตลอดจนการวางแผนด้านทรัพย์สินมรดกจะพบว่าข้าราชการสูงอายุยังปฏิบัติกันน้อยมาก จึงถือว่าเป็นการเตรียมตัวที่ยังไม่ครอบคลุมอย่างเพียงพอ

2. ครอบครัวควรมีบทบาทในการดูแลเอาใจใส่ต่อข้าราชการที่สูงอายุ ตลอดจนให้ความร่วมมือในการดำเนินการใดๆ ของข้าราชการสูงอายุที่ได้กระทำเพื่อเตรียมตัวเองไว้ก่อนเกษียณ นอกจากนี้ควรส่งเสริมให้ข้าราชการได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมตัวด้านอื่นๆ ด้วย โดยอาจจะเป็นกำลังใจหรือเข้าไปมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ เช่น ช่วยพาไปตรวจสุขภาพร่างกายประจำปี, การชักชวนให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทาง

ศาสนา, การช่วยเหลือในด้านความเป็นอยู่อื่น ๆ เป็นต้น การดำเนินการดังกล่าวจึงน่าจะช่วยให้การวางแผนเพื่อดำเนินชีวิตหลังเกษียณของข้าราชการเป็นไปอย่างเหมาะสม เนื่องจากสังคมไทยระบบครอบครัวยังมีความเข้มแข็ง เพราะข้าราชการที่ใกล้เกษียณส่วนใหญ่ประสงค์ที่จะยังคงดำรงชีวิตอยู่กับคู่สมรสและบุตรของตนเองมากกว่าที่จะอยู่กับผู้อื่น

3. สังคมหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สถาบันพัฒนาข้าราชการกรุงเทพมหานครควรมีบทบาทในการส่งเสริมสนับสนุนให้ข้าราชการมีโอกาสได้รับความรู้ โดยจัดการอบรมสัมมนาเรื่องการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการไว้บ้างก็จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่เกษียณอายุราชการได้ในอนาคต เพราะจากผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่าข้าราชการส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับความรู้หรือศึกษาหาความรู้หรือเข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณจึงทำให้ไม่ตระหนักถึงการแสวงหาความรู้ไว้ก่อนที่จะเกษียณอายุ ปัจจุบันนี้จึงมีผลให้สัดส่วนของการเตรียมตัวของข้าราชการมีน้อยกว่าที่ควร เนื่องจากขาดความรู้ในเรื่องการเตรียมตัวก็เป็นได้

4. รัฐบาล ควรจัดหน่วยงานเฉพาะขึ้นมาสำรวจข้าราชการที่สูงอายุทั่วประเทศว่าในแต่ละปีมีข้าราชการที่จะเกษียณมากน้อยเพียงใด แล้วจัดให้ข้าราชการที่ใกล้เกษียณเข้ารับการฝึกอบรมเกี่ยวกับชีวิตของผู้สูงอายุเพื่อเป็นการเตรียมตัวก่อนเกษียณ โดยเชิญวิทยากรที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน เช่น ข้าราชการบำนาญที่ประสบความสำเร็จในชีวิต แพทย์ผู้เชี่ยวชาญ วิทยากรด้านผู้สูงอายุ ตลอดจนทนายความ นักกฎหมาย นักสังคมสงเคราะห์ และเจ้าหน้าที่อื่น ๆ มาให้ความรู้และข้อมูลเกี่ยวกับสวัสดิการทั้งภาครัฐ และเอกชนที่มีไว้สำหรับข้าราชการที่สูงอายุ เพื่อจะได้เพิ่มบทบาทหน้าที่ในสังคมและชดเชยกับการสูญเสียรายได้จากการเกษียณอายุ

นอกจากข้อเสนอแนะในเชิงนโยบายแล้ว เพื่อให้การศึกษาเรื่องการเตรียมตัวก่อนเกษียณมีความกว้างขวางมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในเชิงวิชาการดังต่อไปนี้

1. การศึกษาครั้งนี้ใช้วิธีการเก็บตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) เฉพาะข้าราชการกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 50-60 ปี และทำงานอยู่เฉพาะสำนักใหญ่ ๆ จำนวน 16 สำนักเท่านั้น โดยมิได้เก็บข้อมูลของข้าราชการที่ทำงานอยู่ตามสำนักงานเขตต่าง ๆ ที่ตั้งอยู่กระจัดกระจายออกไป นอกจากนี้ข้อมูลที่ได้รับตอบกลับก็มีเพียงร้อยละ 50 ของข้าราชการกรุงเทพมหานครทั้งหมด จึงทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างค่อนข้างน้อย และอาจไม่ครอบคลุมเพียงพอที่จะเป็นตัวแทนของประชากรทั้งหมด ผลการศึกษาจึงไม่อาจอ้างอิงถึงประชากรกลุ่มอื่นได้ ดังนั้นในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไปควรใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างให้ได้ขนาดของตัวอย่างเพิ่มขึ้น ทั้งนี้เพื่อจะช่วยให้ได้ผลการวิเคราะห์ที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น



2. ตัวแปรอิสระที่นำมาศึกษาในครั้งนี้ จำกัดอยู่เพียงตัวแปรที่เป็นภูมิหลังทางประชากร เศรษฐกิจ และสังคมที่จำเป็นเท่านั้น ในโอกาสต่อไปควรเพิ่มตัวแปรให้มีความหลากหลายมากยิ่งขึ้น เช่น การนับถือศาสนา การเปิดรับสื่อมวลชน ภาวะสุขภาพในปัจจุบัน เป็นต้น เพื่อจะได้ทราบปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวในด้านอื่นๆ และคัดตัวแปรที่มีอิทธิพลน้อยออกไป จะช่วยให้สามารถจัดความรู้ และหัวข้อสำหรับการเตรียมตัวได้อย่างเหมาะสมกับกลุ่มประชากร

3. ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาการเตรียมตัวก่อนเกษียณในข้าราชการกลุ่มอื่นบ้าง เช่น กลุ่มข้าราชการทหาร ตำรวจ พนักงานรัฐวิสาหกิจ ตลอดจนภาคธุรกิจเอกชน เป็นต้น เพื่อจะได้นำผลการศึกษามาเปรียบเทียบดูว่า ข้าราชการที่สังกัดส่วนราชการต่างกันจะมีการเตรียมตัวแตกต่างกันหรือไม่อย่างไร

4. ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพในเรื่องการเตรียมตัวก่อนเกษียณโดยวิธีการสัมภาษณ์ระดับลึก (Indepth Interview) เพื่อจะได้ข้อมูลที่ละเอียดลึกซึ้งในด้านพฤติกรรมหรือกิจกรรมที่ข้าราชการให้ความสนใจมากที่สุด