

# รูปแบบกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการ ของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏ ในเขตกรุงเทพมหานคร

## The Model of Retiring Activities Under Needs of Staff of Rajabhat Universities in Bangkok

นิตยา ทวีชีพ (Nittaya Tawecheep) \*

พิทักษ์ จันทร์เจริญ (Pitauk Chancharoen) \*\*

วรรณวิภา จัตูชัย (Wanwipa Chatuchai) \*\*\*

### บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ และ 3) พัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่าง คือ บุคลากรที่มีอายุระหว่าง 50-65 ปี ในสายวิชาการและสายสนับสนุน จำนวน 291 คน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ บุคลากรในระดับผู้บริหารรวม 6 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม และการสนทนากลุ่ม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิจัยเชิงคุณภาพใช้วิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า 1) ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง 2) ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ

\* คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต

\*\* สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต

\*\*\* คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต

มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 และ 3) รูปแบบกิจกรรมหลังเกษียณอายุควรเป็นกิจกรรมที่ตรงต่อความสนใจ และมีประโยชน์ต่อร่างกายและทางจิตใจของบุคลากรเกษียณอายุ ตลอดจนจัดมีการติดตามโครงการหลังเกษียณอายุในแต่ละปีอย่างต่อเนื่อง

**คำสำคัญ:** รูปแบบ, กิจกรรมหลังเกษียณอายุ, บุคลากรหลังเกษียณอายุ

## ABSTRACT

The purposes of this study were to 1) study factors of the arrangement of retiring activities and the arrangement of retiring activities 2) study the relationship between factors of the arrangement of retiring activities and the arrangement of retiring activities, and 3) develop the model of retiring activities under needs of staff of Rajabhat universities in Bangkok. Quantitative and qualitative research methods were adopted. The samples were 291 academic and administrative staff aged between 50-65 years, and the key informants were 6 executive-level staff. The tools used for data collection included questionnaires and focus group discussions. Regarding statistics, frequency, percentage, mean, standard deviation and Pearson's Correlation Coefficient were used for the analysis of the quantitative data, while content analysis was used for the analysis of qualitative data. It was found that 1) factors of the arrangement of retiring activities was at a high level overall, and the arrangement of retiring activities was at a moderate level overall 2) factors of the arrangement of retiring activities has a positive relationship with the arrangement of retiring activities at a statistical significance level of 0.001 and 3) The model of retiring activities should match the interests, and benefit the body and mind of the retiring staff. Moreover, the after-retirement projects should be monitored consistently every year.

**Keywords:** Model, Retiring Activities, Retiring Staff

## บทนำ

การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุของประชากรในประเทศไทยที่ผ่านมาหลายหน่วยงานยังคงมีปัญหอย่างต่อเนื่องในการเตรียมความพร้อมของบุคลากรก่อนเกษียณอายุ เนื่องจากประชากรสูงอายุในปัจจุบันได้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วทั้งจำนวนและสัดส่วนที่สูงขึ้น ต่างจากประชากรวัยแรงงานเพิ่มขึ้นในสัดส่วนที่ต่ำลง จากการสำรวจมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (2555, หน้า 19-20) ปี พ.ศ. 2503 พบว่า ประชากรอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป มีเพียง 1.5 ล้านคน หรือประมาณร้อยละ 5.4 ในปี พ.ศ. 2552 เพิ่มขึ้นเป็น 7.6 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 11.5 และ ปี พ.ศ. 2553 เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว เป็นร้อยละ 11.9 ซึ่งเห็นได้ว่า ภาวะประชากรผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงไปตามพัฒนาวิทยาการในด้านต่าง ๆ มากขึ้น รวมถึงการบริการทางการแพทย์และสาธารณสุขที่ทำให้การควบคุมโรคติดต่อ การป้องกันและรักษาโรคให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ประชากรมีอายุยืนยาวมากยิ่งขึ้น การเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของประชากรวัยสูงอายุ ซึ่งจะไม่เป็นปัญหามากนัก ถ้าประชากรกลุ่มนี้มีการวางแผนชีวิตบั้นปลายของตัวเองไว้ หรือมีการเตรียมความพร้อมในด้านกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ กิจกรรมการบริการผู้อื่น/อาสาสมัคร กิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ และกิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม เพื่อให้สามารถปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ตลอดจนสามารถช่วยเหลือตนเองได้จนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต แต่จากข้อมูลที่พบประชากรก่อนเกษียณอายุส่วนใหญ่จะประสบปัญหาหลักสำคัญคือ ปัญหาสุขภาพในเรื่องของความเจ็บป่วยและขณะเดียวกันปัญหาทางด้านเศรษฐกิจจะเกี่ยวข้องกับความไม่เพียงพอของรายได้ ตลอดจนการขาดการวางแผนหรือการเตรียมสำหรับการทำกิจกรรมในบั้นปลาย (พรชัย เอี่ยมขจรชัย, 2554, หน้า 2) อีกทั้งยังพบว่า ผู้ที่มีตำแหน่งที่สูงหรือผู้ที่เคยทำงานเกี่ยวข้องกับบุคคลจำนวนมากจะรู้สึกเหงาว่าเหว เพื่อหนายตนเองรู้สึกตัวเองไร้คุณค่าในสังคม และสูญเสียอำนาจเมื่อต้องพ้นจากตำแหน่งหน้าที่ไป ประกอบกับไม่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงจากสิ่งที่เคยปฏิบัติเป็นประจำและขาดสัมพันธ์ภาพในสังคม (Hurlock, 1980, p. 441 อ้างถึงใน สุเทพ พูลสวัสดิ์, 2550, หน้า 7) ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ธนพร วัฒนะโชติ (2548, หน้า 2) ยังพบว่า ผู้ที่ไม่ได้เตรียมตัวไว้ล่วงหน้าในระยะใกล้เกษียณอายุมักจะประสบปัญหา

ความเครียดและการปรับตัว บางคนอาจเกิดปัญหาโรคจิต โรคประสาท เพราะความสูญเสียมากที่สุดในชีวิตอย่างหนึ่ง ดังนั้น การเปลี่ยนแปลงทางด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้สูงอายุในช่วงการเกษียณอายุ ถือได้ว่าเป็นสิ่งเฝ้าต่อการแสดงพฤติกรรม และการปรับตัว หากการปรับตัวที่เหมาะสมจะแสดงถึงการมีสุขภาพที่ดี ได้แก่ ด้านสรีรวิทยา ด้านอัตมโนทัศน์ ด้านบทบาทหน้าที่ และด้านการพึ่งพาระหว่างกัน ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลมีความสุขในการใช้ชีวิต ในทางตรงกันข้ามการปรับตัวที่ไม่มีประสิทธิภาพจะก่อให้เกิดปัญหาที่เกิดสุขภาพไม่ดี เพราะสุขภาพของแต่ละบุคคลในสังคมขึ้นอยู่กับความสามารถในการปรับตัวต่อเหตุการณ์ในการเปลี่ยนแปลงของชีวิตนั่นเอง

ทั้งนี้ หากองค์การต่าง ๆ ได้มีการเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคลากรไว้จะเป็นการป้องกันปัญหา และลดความวิตกกังวลที่อาจต้องเผชิญในชีวิตหลังเกษียณอายุได้ เพราะการวางแผนการดำเนินชีวิตขั้นปลายไว้ล่วงหน้า และมีการเตรียมตัวให้พร้อมก่อนเกษียณอายุ จะสามารถทำให้เกิดการยอมรับตนเองต่อสภาพการเปลี่ยนแปลงได้ดีกว่าผู้ที่ไม่ได้เตรียมตัวเตรียมใจมาก่อน และจะช่วยลดภาระของครอบครัวและภาครัฐ ตลอดจนองค์การต่าง ๆ ที่จะต้องรับภาระค่าใช้จ่ายต่อการดูแลบุคลากรที่เกษียณอายุต่อไปในอนาคต

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร

## สมมติฐานการวิจัย

ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร

## กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องของผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## ทฤษฎีที่ใช้ในการวิจัย

### ทฤษฎีทางชีววิทยา (Biological Theory)

ตามหลักการทฤษฎีความเสื่อมโทรม (Wear and Tear Theory) อธิบายเกี่ยวกับระบบต่าง ๆ ในร่างกายจะค่อย ๆ เกิดความเสื่อมโทรมลงไปตามกาลเวลา ตลอดเวลาร่างกายก็จะเกิดการสึกหรอจากแหล่งภายนอกเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ได้แก่ สารเคมีที่มีอันตรายถึงแก่ชีวิตและทางอ้อม ได้แก่ ระบบร่างกายเสื่อมโทรมลงอันเป็นผลมาจากการขาดสารอาหาร การเสียดสี และความเครียด ดังนั้น เมื่อความชราภาพมาถึง ร่างกาย ก็จะเริ่มอ่อนล้า และอ่อนแอต่อปัจจัยต่าง ๆ ที่เข้ามา ซึ่งในที่สุดปัจจัยเหล่านั้นก็จะค่อย ๆ เข้ามาทำลายต่อระบบต่าง ๆ ของร่างกาย (Bowles, 1981, pp. 77-86)

### ทฤษฎีทางจิตสังคม (Psychosocial Theory)

ตามหลักการทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory) ทฤษฎีนี้จะมีผลต่อการปรับตัวต่อความชราภาพ และเน้นว่าพัฒนาการของผู้ใหญ่เป็นกระบวนการต่อเนื่องเมื่อถึงวัยกลางคน ผู้สูงอายุจะพยายามแสวงหาบทบาททางสังคมใหม่มาทดแทนบทบาททางสังคมเก่าที่ตนสูญเสียไป ขึ้นอยู่กับปัจจัยแรงจูงใจ สถานะทางเศรษฐกิจและสังคม สุขภาพ และยังขึ้นอยู่กับลักษณะทางสังคมอื่น ๆ เช่น ความยืดหยุ่น หรือข้อจำกัดของสังคม เช่น ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพทางสังคมสูง เป็นที่ต้องการของสังคม ก็ย่อมต้องการที่จะยังมีบทบาทต่อไปในสังคม (Atchley, 1989, pp. 83-90)

### ทฤษฎีทางสังคมวิทยา (Sociological Theory)

ตามหลักการทฤษฎีแห่งกิจกรรม (Activity Theory) อธิบายว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการและความจำเป็นเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ตอนต้นและผู้ใหญ่ตอนกลาง ถึงแม้ว่าจะเกษียณหรือหย่าร้าง ในทางปฏิบัตินั้นทฤษฎีกิจกรรมช่วยเพิ่มโอกาสทางสังคมให้กับผู้สูงอายุที่ต้องการแทนที่บทบาทของตนเองที่สูญเสียไป ทำให้ยังคงบทบาทบางอย่างของเขาไว้ได้ ก็จะทำให้บุคคลนั้นเป็นผู้สูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิต ทำให้มองโลกได้อย่างมีชีวิตชีวา มีความสุข ไม่หดหู่ และมีชีวิตที่ดีในสังคม (Passuth & Bengston, 1988 cited in Erber, 2005, pp. 330-331)

## วิธีการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Method) ประกอบด้วย การวิจัยเชิงปริมาณจากแบบสอบถาม และการวิจัยเชิงคุณภาพจากการสนทนากลุ่ม โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### การวิจัยเชิงปริมาณ

1. ประชากรในการวิจัยเชิงปริมาณ ได้แก่ บุคลากรที่มีอายุระหว่าง 50-65 ปี ที่ปฏิบัติงานทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุนมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขต กรุงเทพมหานคร ทั้งชายและหญิง ในปี 2556 จำนวน 6 แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏดุสิต มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี และ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร รวมทั้งสิ้น 473 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ตารางสำเร็จรูปของ Krejcie & Morgan ที่ความคลาดเคลื่อนร้อยละ 5 ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 291 คน สุ่มโดยวิธีแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยเชิงปริมาณ คือ แบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ อายุ สถานภาพ จำนวนบุตร การอยู่อาศัย ระดับการศึกษา รายได้ปัจจุบันต่อเดือน และตำแหน่งหน้าที่ปัจจุบัน เป็นแบบสอบถาม แบบตรวจสอบรายการ (Checklists)

ตอนที่ 2 ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ ประกอบด้วย (1) ปัจจัยด้านสุขภาพ (2) ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ (3) ปัจจัยด้านจิตใจและอารมณ์ (4) ปัจจัยด้านที่อยู่อาศัย และ (5) ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ลักษณะเป็นแบบสอบถามประเภทมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert) 5 ระดับ คือ ระดับการปฏิบัติมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 การจัดกิจกรรมหลังการเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยประยุกต์จากแนวคิดของสำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ (2556, หน้า 10-17) ประกอบด้วย กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ กิจกรรมการบริการผู้อื่น/อาสาสมัคร

กิจกรรม การเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ และกิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม ลักษณะเป็นแบบสอบถามประเภทมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert) 5 ระดับ คือ ระดับการเตรียมกิจกรรมมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

3. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ครั้งนี้ ได้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ดังนี้

3.1 สถานภาพของกลุ่มตัวอย่าง นำมาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3.2 ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร นำมาวิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร นำมาวิเคราะห์โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient)

### การวิจัยเชิงคุณภาพ

1. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key informants) คือ บุคลากรในระดับผู้บริหารที่ปฏิบัติงานมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ได้แก่ อธิการบดี/รองอธิการบดี/ผู้อำนวยการฝ่าย/แผนกที่เกี่ยวข้องกับการบริหารงานบุคคล ซึ่งในตำแหน่งใดก็ได้ จาก 6 แห่ง คัดเลือกตัวแทน จำนวน 2 คน ผู้เชี่ยวชาญและนักวิชาการที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผู้สูงอายุทั้งภาครัฐหรือเอกชน จำนวน 2 คน และบุคลากรที่เกษียณอายุแล้ว จำนวน 2 คน รวมทั้งสิ้น 6 คน

2. ศึกษาหลักเกณฑ์และวิธีการสร้างแบบบันทึกการสนทนากลุ่มเกี่ยวกับรูปแบบและแนวทางการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ

3. กำหนดหัวข้อการสนทนากลุ่มเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุเกี่ยวกับประเด็นกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ กิจกรรมการบริการ ผู้อื่น/อาสาสมัคร กิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ และกิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม เป็นแบบบันทึกการสนทนากลุ่ม เพื่อบันทึกผลการสนทนากลุ่ม

4. สร้างแบบบันทึกการสนทนากลุ่มเกี่ยวกับรูปแบบและแนวทางการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ



5. ดำเนินการตรวจสอบความเที่ยงตรงและความน่าเชื่อถือของข้อมูลเชิงคุณภาพตามหลักการตรวจสอบข้อมูลสามเเหล้า (Triangulation) การจดบันทึกภาคสนาม และการตรวจสอบข้อมูลจากเอกสาร จากนั้นเรียนที่ปรึกษา รวมถึงผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้องเชิงเนื้อหา จนแน่ใจว่าข้อมูลที่ได้มีความเที่ยงตรงและเชื่อถือได้

6. ตรวจสอบคุณภาพแบบแนวทางการสัมภาษณ์ข้อมูลโดยวิธีสามเเหล้าจากการเก็บรวบรวมข้อมูลที่หลากหลายวิธีการ ได้แก่ จากเอกสาร และการสนทนากลุ่ม เพื่อทำสนทนากลุ่มจากการได้เก็บข้อมูลมาแล้ว เพื่อตรวจสอบจากผู้ที่เกี่ยวข้องอีกครั้งหนึ่ง

7. นำแบบบันทึกการสนทนากลุ่มที่แก้ไขตามคำแนะนำ และดำเนินการจัดพิมพ์ เพื่อใช้เก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

8. หลังจากนั้นนำผลบันทึกการสนทนากลุ่มมาสรุปผลและเขียนรายงาน

9. วิเคราะห์ข้อมูล โดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ที่ได้จากการรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร สื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง และการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่ร่วมสนทนากลุ่ม เพื่อมาจำแนกหมวดหมู่ของข้อมูลให้เป็นระบบ

## ผลการวิจัย

1. จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 291 คน พบว่า ส่วนใหญ่มีอายุ 55-59 ปี จำนวน 136 คน คิดเป็นร้อยละ 46.74 สถานภาพสมรส จำนวน 180 คน คิดเป็นร้อยละ 61.85 มีจำนวนบุตร 1 คน จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 32.30 อาศัยอยู่กับสมาชิกครอบครัว จำนวน 230 คน คิดเป็นร้อยละ 79.03 มีระดับการศึกษาปริญญาโท จำนวน 146 คน คิดเป็นร้อยละ 50.17 มีรายได้ปัจจุบันต่อเดือน 30,001-45,000 บาท จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 35.05 และสายงานที่ปฏิบัติเป็นสายวิชาการ จำนวน 172 คน คิดเป็นร้อยละ 59.11

2. ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย 3.73 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.45 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าทุกด้านอยู่ในระดับมาก ปัจจัยด้านสุขภาพ เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ ปัจจัย

ด้านจิตใจและอารมณ์ ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ปัจจัยด้านที่อยู่อาศัย และ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ตามลำดับ

3. การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร ในภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 3.44 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.58 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมาก คือ กิจกรรมการศึกษา/การเรียนรู้ เป็นลำดับที่ 1 รองลงมาคือ กิจกรรมนันทนาการ และอยู่ในระดับปานกลาง คือ กิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วม กิจกรรมการบริการผู้อื่น/อาสาสมัคร และกิจกรรมการเสริมรายได้ด้านเศรษฐกิจ ตามลำดับ

4. ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

5. ผลการสนทนากลุ่ม (Focus Group) พบว่า การจัดกิจกรรมเพื่อรองรับบุคลากรเกษียณอายุให้มีประสิทธิภาพ ต้องยึดหลักการที่ว่าบุคลากรเกษียณอายุจากมหาวิทยาลัยราชภัฏ ล้วนแล้วแต่เป็นบุคคลที่มีคุณค่าและมีประสบการณ์ ทำอย่างไรจึงจะจัดกิจกรรมที่แสดงให้เห็นว่าบุคลากรเหล่านั้นยังมีคุณค่าต่อตนเอง และสังคมอยู่ หากเป็นบุคลากรสายสนับสนุนอาจจัดกิจกรรมประเภทให้บำเพ็ญประโยชน์ต่อส่วนรวม และหากเป็นบุคลากรสายวิชาการอาจจัดกิจกรรมในลักษณะการเป็นวิทยากร การถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ และการเป็นที่ปรึกษา อันจะก่อให้เกิดประโยชน์ได้ มากต่อองค์กร ชุมชน และสังคม ซึ่งมีกิจกรรมอีกประเภทหนึ่งที่น่าสนใจ คือ กิจกรรมทางศาสนา การทำกิจกรรมที่พัฒนาจิตใจไม่ไหว้ว่าเหว่ รู้สึกอบอุ่น ส่วนกิจกรรมนันทนาการควรมีประโยชน์ต่อทางร่างกาย จิตใจ และสุขภาพ ที่สำคัญกิจกรรมควรมีความหลากหลายตามความสนใจของบุคลากร และมุ่งเน้นให้เกิดการทำกิจกรรมร่วมกันอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ ควรส่งเสริมพฤติกรรมในเรื่องของการออมให้กับบุคลากรทั้งก่อนและหลังเกษียณ เพื่อสร้างความพร้อมในการใช้จ่ายเงินในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และควรมีการจัดการด้านเวลาของบุคลากร เพื่อให้บริหารตนเองได้ดีและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

## อภิปรายผลและข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ พบว่า ในภาพรวมทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุนอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ นิศารัตน์ กุลกชพร (2554) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลกับการเตรียมเกษียณอายุราชการของข้าราชการตำรวจจังหวัดยะลา ผลงานวิจัยพบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับสูง สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรชัย เอี่ยมขจรชัย (2554) ได้ศึกษารูปแบบการทำการกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของพนักงานธนาคารออมสิน ภาค 5 ผลงานวิจัยพบว่า โดยรวมอยู่ในระดับมาก อาจเนื่องจากบุคลากรมีการตระหนักและให้ความสำคัญในเรื่องการเตรียมพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ สอดคล้องกับแนวคิดของ ศิริวรรณ เรื่องกุล (2551, หน้า 15) ได้กล่าวว่า การเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคคลนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เพราะเป็นการสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจ การเตรียมหางานพิเศษหรืองานอดิเรกเพื่อชดเชยอาชีพ และเป็นส่วนส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุภายหลังเกษียณอายุมีการใช้ชีวิตได้อย่างเหมาะสม เช่นเดียวกับ สำนักส่งเสริมสุขภาพ (2556, หน้า 6) กล่าวเพิ่มเติมว่า เมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุ จุดสนใจจะมองไปที่การหาบทบาทใหม่ให้กับตนเอง และการเพิ่มกิจกรรมในเครือข่ายสังคมอื่นขึ้นมาแทนบทบาททางสังคม ได้แก่ การมีส่วนร่วม การเสียสละแก่ชุมชน และการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันในสังคมเพื่อจะให้มีมีความสุขในการดำเนินชีวิตในสังคม

2. การจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ในภาพรวม ทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุน อยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยของ เพ็ญประภา อริยะสุข (2553) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการเข้าร่วมโครงการเกษียณอายุก่อนกำหนดของพนักงานการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย: ศึกษาเฉพาะกรณีโรงไฟฟ้าพระนครใต้ ผลงานวิจัยพบว่า พนักงานมีแรงจูงใจในการเข้าร่วมโครงการเกษียณอายุ โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง อาจเนื่องจากบุคลากรส่วนใหญ่มีความต้องการใช้เวลาหลังเกษียณอายุกับครอบครัวและกิจวัตรประจำวันมากกว่าการทำการกิจกรรมหลังเกษียณอายุ สอดคล้องกับแนวคิดของ Schlossberg (2004 cited in Hoyer & Roodin, 2009, p. 391) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการปรับตัวไปเป็นผู้เกษียณอายุว่าอาจจะอยู่ในกลุ่มนันทถอย คือ เป็นผู้ที่จะทิ้งโอกาสที่ได้รับจากการเกษียณอายุ พวกเขา

อาจแค่ขอเวลานอกของชีวิต หรืออาจถอนตัวจากกิจกรรม ต่าง ๆ หรืออาจถอยไปสักพัก และดำเนินชีวิตต่อไปเมื่อพวกเขาพร้อม เช่นเดียวกับผู้บริหารบางกลุ่มที่ให้สัมภาษณ์ว่า บุคลากรจะให้ความสำคัญต่อการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุนั้น อาจมาจากปัจจัยในเรื่องของสุขภาพ การเดินทาง และอุบัติเหตุ ที่อาจจะเกิดขึ้นระหว่างการทำกิจกรรมนอกบ้าน และหากให้อยู่บ้านจะทำให้ครอบครัวรู้สึกมีความกังวลน้อยและเกิดความสบายในเรื่องต่าง ๆ มากกว่าที่จะให้เข้าร่วมกิจกรรมหลังเกษียณอายุ ตลอดจนการเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร และการรวมกลุ่มหลังเกษียณอายุ อาจจะเป็นปัจจัยที่เชื่อมโยงต่อการทำให้บุคลากรต้องการเข้าร่วมกิจกรรมหลังเกษียณอายุได้เช่นกัน

3. ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ปัจจัยในการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรชัย เขี่ยมขจรชัย (2554) ได้ศึกษารูปแบบการทำกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของพนักงานธนาคารออมสิน ภาค 5 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อรูปแบบการทำกิจกรรมหลังเกษียณอายุกับรูปแบบการทำกิจกรรมหลังเกษียณอายุ โดยรวมมีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน เนื่องจากบุคลากรที่มีอายุระหว่าง 50-65 ปี ปฏิบัติงานทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุน ส่วนใหญ่ตระหนักในคุณค่าของตนเองจึงให้ความสำคัญต่อการมีสุขภาพที่แข็งแรง ออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัย รู้จักใช้จ่ายอย่างพอเพียง เมื่อร่างกายมีความพร้อม และรู้สึกเกิดความปลอดภัยในชีวิตก็จะนำไปสู่การมีสุขภาพจิตที่ดี จิตใจและอารมณ์แจ่มใส ไม่เครียด ก็จะช่วยให้บุคลากรมีความสนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม และเกิดการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีอันนำไปสู่ความสุขในการใช้ชีวิตทางสังคม

4. รูปแบบกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า 1) ควรสร้างความตระหนักในคุณค่าของบุคลากรเกษียณอายุ สอดคล้องกับแนวคิดของ Papalia, Wendkos Olds & Feldman (2008, pp. 685-686) ได้กล่าวว่า ผู้สูงอายุจะตระหนักในการเห็นคุณค่าในตนเอง ตลอดจนจะให้ความสำคัญกับมิตรภาพ และเครือข่ายการสนับสนุนทาง

สังคมมากขึ้นเมื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุ 2) จัดทำแผนนโยบายเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุและหลังเกษียณอายุ 3) ผลักดันพัฒนาส่งเสริมในการสร้างความรู้ ทักษะ และอาชีพ ให้บุคลากรในวัยหลังเกษียณอายุ มีรายได้เลี้ยงดูตนเอง ตลอดจนมีส่วนร่วมในการทัศนศึกษา ดูงาน สัมมนา ทั้งในและต่างประเทศ เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเครือข่ายภายนอก ซึ่งจะช่วยให้บุคลากรนำองค์ความรู้มาปรับใช้ได้ในวัยหลังเกษียณอายุ สอดคล้องกับแนวคิดของ Naumanen และ Tukiainen (2008, p. 262) ได้กล่าวว่า ผู้เกษียณอายุยังคงต้องการมีส่วนร่วมในระดับสังคม และเป็นผู้ที่มีความสนใจในการปฏิบัติตามสิ่งที่ตนสนใจอย่างหลากหลายในวัยเกษียณอายุ ทั้งนี้ การจัดกิจกรรมจะเกิดผลสำเร็จนั้น องค์กรควรมีการสร้างเครือข่ายกลุ่มผู้สูงอายุเพื่อร่วมรับผิดชอบติดตามผลการดำเนินงานร่วมกัน ทั้งในด้านการให้ความรู้ การพัฒนาอาชีพ และการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้ทราบถึงปัญหาและวิธีการแก้ไข ในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุอย่างแท้จริง นอกจากนี้ ผู้บริหารส่วนใหญ่ยังให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า การจัดกิจกรรมสำหรับบุคลากรสายวิชาการ ควรมีการเปิดใช้ ยูทูปหรือเฟสบุ๊กเพื่อสร้างเครือข่ายกลุ่มบุคลากรหลังเกษียณอายุให้มีการติดต่อ ขาวสาร ส่งเสริมการจัดกิจกรรมจากการใช้เวลาว่าง ได้แก่ การท่องเที่ยวทั้งภายใน และภายนอกประเทศ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง การเป็นอาจารย์พิเศษ เป็นวิทยากร การเป็นที่ปรึกษาอาสาสมัครที่ปฏิบัติงานที่ปรึกษาในศาสตร์สาขาที่เคยปฏิบัติหน้าที่ งานช่วยฝึกอบรมการใช้ทักษะทางภาษาที่เกี่ยวข้องกับการเผยแพร่ความรู้ของกลุ่มเยาวชนในชมรมต่าง ๆ หรือสนับสนุนการเขียนบทความ ตำรา และเอกสารต่าง ๆ เพื่อตีพิมพ์เผยแพร่ในหน่วยงานต่าง ๆ หรือลงเว็บไซต์ เพื่อสร้างฐานข้อมูลของกลุ่มบุคลากรหลังเกษียณอายุ และมีการเล่นเกมส์ทางออนไลน์เพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ร่วมกัน รวมถึงควรมีการประสานงานกับหน่วยงานพัฒนาสังคมฯ ในเขตท้องที่ เพื่อจัดกิจกรรมเชิงรุกที่สร้างรายได้เสริมให้แก่ผู้เกษียณอายุ สำหรับการจัดกิจกรรมบุคลากรสายสนับสนุนควรมุ่งส่งเสริมให้บุคลากรมีกิจกรรมการเรียนรู้เป็นกลุ่ม และกิจกรรมที่ต้องใช้การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างต่อเนื่อง รวมถึงมีการจัดกิจกรรม นันทนาการเพื่อการพบปะสังสรรค์กับเพื่อนรุ่นเดียวกันหรือต่างวัยมากขึ้น ตลอดจนควรมีการวางแผนในด้านที่อยู่อาศัยด้านสุขภาพ และด้านเศรษฐกิจเพื่อมีรายได้หลังเกษียณและมีรายได้เลี้ยงดูตนเองและครอบครัว กิจกรรมอีกประเภทหนึ่งที่น่าสนใจของทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุน คือ กิจกรรมทางศาสนา การจัดการด้านเวลา

การทำกิจกรรมที่พัฒนาจิตใจไม่ให้ว่าเหว่ รู้สึกอบอุ่น ส่วนกิจกรรมนันทนาการมุ่งส่งเสริมกิจการที่หลากหลายและมีประโยชน์ต่อทางร่างกาย จิตใจ และสุขภาพของบุคลากร

## ข้อเสนอแนะการวิจัย

### 1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 มหาวิทยาลัยราชภัฏควรมีส่วนร่วมในการสำรวจความต้องการของบุคลากรก่อนและหลังเกษียณอายุ รวมถึงส่งเสริมให้บุคลากรมีการทัศนศึกษา ดูงาน สัมมนาทั้งในและต่างประเทศในแต่ละปี

1.2 มหาวิทยาลัยราชภัฏ ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรเข้ามามีส่วนร่วมในการผลักดันพัฒนาส่งเสริมในการสร้างความรู้ ทักษะ และอาชีพให้บุคลากรหลังเกษียณอายุมีรายได้เลี้ยงดูตนเอง โดยไม่เป็นภาระของครอบครัวและสังคม ตลอดจนติดตามผลการดำเนินงาน ทั้งในด้านการให้ความรู้การพัฒนาอาชีพ และการจัดกิจกรรมต่าง ๆ

1.3 มหาวิทยาลัยราชภัฏควรจัดตั้งกลุ่มในการประสานงานกับหน่วยงานภาครัฐในการจัดกิจกรรมของบุคลากรหลังเกษียณอายุ และเปิดช่องทางในการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารผ่านทางเว็บไซต์/วารสาร/จุลสาร/เฟสบุ๊คให้มากขึ้น

### 2. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

2.1 ผู้บริหารของมหาวิทยาลัยราชภัฏควรผลักดันให้มีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ เพื่อสร้างความตระหนักในความเข้าใจต่อตนเอง รวมถึงบทบาทหน้าที่ทางสังคมในอนาคตของบุคลากร

2.2 มหาวิทยาลัยราชภัฏที่เกี่ยวข้องนำรูปแบบการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุไปใช้ในการวางแผนพัฒนาบุคลากรหลังเกษียณอายุได้อย่างเหมาะสม และป้องกันช่วยเหลือผู้เริ่มเข้าสู่การเป็นผู้สูงวัยในองค์กร ให้มีสุขภาพกายและจิตใจที่ดีต่อไป

### 3. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรมีการศึกษาตัวแปรเพิ่มที่อาจมีผลต่อรูปแบบการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุ เช่น กิจกรรมด้านสุขภาพ กิจกรรมทางศาสนา เป็นต้น

3.2 ควรมีการศึกษารูปแบบการจัดกิจกรรมหลังเกษียณอายุในรูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยให้ความรู้และอบรมจริง เพื่อให้เกิดการลงมือปฏิบัติและนำไปใช้ต่อการเตรียมตัวหลังเกษียณอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University

## บรรณานุกรม

- ธนพร วัฒนนะโชติ. (2548). การปรับตัวหลังเกษียณอายุราชการของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดปัตตานี. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาพัฒนาสังคม, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.
- นิศารินทร์ กุลกชพร. (2554). ปัจจัยที่มีผลกับการเตรียมเกษียณอายุราชการของข้าราชการตำรวจจังหวัดยะลา. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาการศึกษาเพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- พรชัย เอี่ยมขจรชัย. (2554). รูปแบบการทำกิจกรรมหลังเกษียณอายุตามความต้องการของพนักงานธนาคารออมสิน ภาค 5. วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, สาขาการประกอบการ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- เพ็ญประภา อริยะสุข. (2553). ปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการเข้าร่วมโครงการเกษียณอายุก่อนกำหนดของพนักงานการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย: ศึกษาเฉพาะกรณีโรงไฟฟ้าพระนครใต้. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2555). รายงานประจำปีสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2553. กรุงเทพฯ: ทีคิวพี.
- ศิริวรรณ เรืองกุล. (2551). รายงานวิจัยเรื่องความต้องการในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของข้าราชการมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. สงขลา: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. (2556). ชุดความรู้เพื่อการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีคุณภาพ ด้านกฎหมายที่ผู้สูงอายุควรรู้. กรุงเทพฯ: ชุมชุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ. (2556). บทบาทผู้สูงอายุต่อสังคม ครอบครัว ชุมชน. 5 มิถุนายน 2556, จาก <http://anamai.moph.go.th>
- สุเทพ พูลสวัสดิ์. (2550). การเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสถานศึกษา. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการบริหารการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศิลปากร.



- Atchley, R. (1989). A Continuity Theory of Normal Aging. *The Gerontologist*, 29(1), 83-90.
- Bowles, L. T. (1981). Wear and tear: Common biological changes of aging. *Geriatrics*, 36(4), 77-86.
- Erber, J. T. (2005). *Aging and Older Adulthood*. Canada: Thomson Learning.
- Naumanen, M., & Tukiainen, M. (2008). *Practises in Old Age Ict-Education*. Retrieved 19 November 2013, from <http://cs.joensuu.fi/pages/int/index.php/publications>
- Papalia, D. E., Wendkos Olds, S., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development* (10th ed.). New York: Mc Graw-Hill.
- Hoyer, W. J., & Roodin, P. A. (2009). *Adult Development and Aging*. New York: McGraw-Hill.