

การเตรียมตัวเกษียณอายุราชการ ของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

ศิริวรรณ มนอัคระผดุง^{1*} พัทธ์ชัย ศิริวงศ์²

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการให้ความหมาย ที่มาของความหมาย และการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการ ของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้วิธีวิทยาการสร้างทฤษฎีฐานราก เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ให้ข้อมูลหลักคือ ผู้บริหารของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาที่จะเกษียณอายุราชการภายในช่วง 5 ปี (พ.ศ.2559-พ.ศ.2563) จำนวน 9 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีแปลความหมาย ตีความและจัดกลุ่มมโนทัศน์ โดยอาศัยความไวเชิงทฤษฎี ผลการวิจัย พบว่า การเกษียณอายุมี 3 ความหมาย ได้แก่ 1. การสิ้นสุดการรับราชการโดยพิจารณาจากศักยภาพของสมองและความสามารถในการทำประโยชน์ให้กับราชการได้ 2. การหยุดพักทำงานรับใช้องค์การและประเทศชาติตามกฎหมายกำหนด และ 3. การสิ้นสุดการทำงานเป็นการได้หยุดพักผ่อนและเริ่มชีวิตใหม่ สำหรับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุจะต้องมีการเตรียมพร้อม 5 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านการเงินและทรัพย์สิน 2. ที่อยู่อาศัย 3. ร่างกาย 4. จิตใจ และ 5. ด้านการใช้เวลาว่าง ทั้งนี้ จากการศึกษามีข้อสรุปเชิงทฤษฎีของการเตรียมตัวเกษียณอายุ ได้แก่ 1. เมื่อใดก็ตามที่ผู้บริหารสามารถวางแผนการเกษียณอายุเตรียมตัวด้านการเงินและทรัพย์สิน เมื่อนั้นชีวิตหลังเกษียณอายุเกิดความสุข และไม่เป็นภาระหนี้สินต่อครอบครัวหรือลูกหลาน 2. เมื่อใดก็ตามที่ผู้บริหารมีการเตรียมตัวเกษียณอายุ ด้านการเงินและทรัพย์สิน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านสุขภาพร่างกาย ตั้งแต่อายุราชการยังน้อย เมื่อนั้นผู้บริหารจะมีชีวิตที่ความมั่นคงและมีคุณภาพชีวิตที่ดี 3. เมื่อใดก็ตามที่ผู้บริหารเตรียมตัวเกษียณอายุ เมื่อนั้นผู้บริหารจะสามารถปรับตัวให้เผชิญการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายหลังเกษียณอายุได้และมีความพึงพอใจในชีวิต 4. เมื่อใดก็ตามที่ผู้บริหารเตรียมตัวเกษียณอายุ เมื่อนั้นผู้บริหารจะสามารถพึ่งตนเองได้ไม่เป็นภาระผู้อื่น และ 5. เมื่อใดก็ตามที่ผู้บริหารมีหลักศาสนายึดเหนี่ยวทางจิตใจ เมื่อนั้นผู้บริหารจะสามารถการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดีบนหลักความพอเพียงใช้ชีวิตอย่างมีเหตุผล และเข้าใจการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ

คำสำคัญ : เตรียมตัวเกษียณอายุราชการ, ผู้บริหาร, สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

¹ นักศึกษาปริญญาเอก สาขาจัดการ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

² รองศาสตราจารย์ ดร., สาขาการตลาด คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี e-mail: phitak@ms.su.ac.th

* ผู้นิพนธ์หลัก e-mail : siriwan_leklek@hotmail.com

Preparation for Retirement The Executive Officer : The Secretariat of The Senate

Siriwan Monataraphadung^{1*} Phitak Siriwong²

Abstract

Preparation for Executive Retirement : Secretariat of The Senate This research aims to study the meaning source of meaning and the preparation for executive retirement. This qualitative research used to grounded theory methodology. Data were collected through in-depth interviews. 9 key informants were executive office of the Secretariat of the Senate who was retired within five years (BC. 2559- 2563). Analysis using interpretation. and classification concepts based on theoretical sensitivity. Results showed that the meaning and source of the retirement of the Executive Office had three meanings: 1. Termination of service based the potential of the brain and its ability to serve as governor. 2. The rest work for the organization and the country as required by law and 3. To finish the rest stop and start a new life . Preparing for retirement has to be prepared five aspects: 1. financial and property 2. residential 3. physical 4. mental, and 5. the use of leisure time. The Studies were concluded the theoretical Retirement Preparation 1. Whenever executives can prepare for retirement planning and financial assets, then they will be happy after retirement , have enough money to spend and a not liability to the family and anyone. 2. Whenever executives are preparing to retire about financial and property housing and physical health, then the retirees will live stable and good quality of life. 3. Whenever the executive retirement preparation, then the executives are able to adapt to change of retirement that have satisfaction and have a good attitude about retirement. 4. Whenever the executive retirement preparation, then executives will independence. 5. Whenever religious leaders have a major psychological bond, then the executives will be able to better prepare for retirement on the principle of sufficient reason to live. And understand the changes, both physically and mentally.

Keywords : Preparation for Retirement, The Executive Officer, The Secretariat of the Senate

¹ Graduate student in Faculty of Management Science, Silpakorn University,

² Associate Professor Dr., Program of Marketing in Faculty of Management Science, Silpakorn University,
e-mail :phitak@ms.su.ac.th

* Corresponding author, e-mail: siriwan_leklek@hotmail.com

บทนำ

ปัจจุบันเทคโนโลยีทางการแพทย์มีความก้าวหน้าทำให้ผู้คนมีอายุยืนยาวขึ้น และมีภาวะการเจริญพันธุ์หรือการเกิดที่ลดลง ส่งผลให้ประเทศต่างๆ เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างรวดเร็ว (Aging Society) องค์การสหประชาชาติได้นิยามว่า ประเทศใดมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นสัดส่วนเกินร้อยละ 10 หรือ อายุ 65 ปีขึ้นไป เกินร้อยละ 7 ของประชากรทั้งประเทศ ถือว่าประเทศนั้นได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ และเมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 20 หรือ อายุ 65 ปีขึ้นไป เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 14 ถือว่าประเทศนั้นได้เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (completed aged society) (สำนักงานสถิติแห่งชาติ,มปป.) สำหรับประเทศที่พัฒนาแล้ว อาทิ ญี่ปุ่น เยอรมัน และสหรัฐอเมริกา ได้เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2538 (United Nation,1996:1) ส่วนประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมาตั้งแต่ปี 2544 และในปี 2568 ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์,2558:1) ซึ่งรวดเร็วกว่าทั่วโลกโดยเฉลี่ยที่องค์การสหประชาชาติได้คาดการณ์ไว้ว่าภายในปีพ.ศ. 2593 (ค.ศ. 2050) ประชากรสูงอายุ 60 ปี จะเพิ่มขึ้นเป็น 2 พันล้านคน คิดเป็น 21% ของประชากรทั้งหมด ถือได้ว่าสังคมโลกจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัวในเวลานั้น (United Nation,2015:3)

จากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรและการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วในกระแสโลกาภิวัตน์ (Globalization) ได้ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจและสังคมในภาพรวมของประเทศ ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจของประเทศในระยะยาว (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ,2558:13) ผู้สูงอายุที่มากขึ้นทำให้อัตราส่วนพึ่งพิงในวัยสูงอายุเพิ่มมากขึ้น ทำให้ภาครัฐต้องรับภาระในการจัดสวัสดิการเลี้ยงดูผู้สูงอายุสูงขึ้น และมีแนวโน้มสูงขึ้นทุกปี โดยอาจส่งผลให้หนี้สาธารณะสูงขึ้นจนเข้าใกล้ระดับสูงสุดที่ร้อยละ 60 ต่อ GDP ในอนาคต (ธนาคารแห่งประเทศไทย,2558:2) และเมื่อประชากรเข้าสู่วัยสูงอายุ จะต้องเผชิญการเปลี่ยนแปลงที่ก่อให้เกิดปัญหาในหลายด้าน เช่น ปัญหาทางด้านสุขภาพร่างกาย สภาพจิตใจ และอารมณ์ เศรษฐกิจ ที่อยู่อาศัย ตลอดจนปัญหาในการปรับตัวเข้ากับสังคมและครอบครัว เป็นต้น (บรรลु ศิริพานิช, 2539:2) ดังนั้น ปัญหาและผลกระทบต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุคือปัญหาที่สามารถเกิดขึ้นกับผู้เกษียณอายุได้เช่นเดียวกัน (เพ็ญประภา เบญจวรรณ,2558) ซึ่ง อิตารันต์ อติชาตินันท์ และแพรวพรรณ มังคลา (2554) พบว่าผลกระทบของการเกษียณอายุมีหลายด้าน ได้แก่ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านการใช้เวลาว่าง และด้านความสัมพันธ์กับคู่ชีวิตและสมาชิกในครอบครัว

การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุจึงเป็นสิ่งจำเป็นถือเป็นการวางแผนชีวิตอย่างหนึ่งที่มีเป้าหมายอยู่ที่ความสุขในชีวิตหรือมีความสุขสมบูรณ์ในชีวิต (ประนอม โอทกานนท์ 2554: 39) หากมีการเตรียมตัวเกษียณอายุให้เหมาะสมทั้งด้านเศรษฐกิจ สถานที่อยู่อาศัย สุขภาพร่างกาย จิตใจ และการใช้เวลา (บรรลु ศิริพานิช, 2550: 39-92) จะสามารถลดผลกระทบ และป้องกันปัญหาต่างๆ ภายหลังการเกษียณได้ จากศึกษาของ Dutcher (1989) และพิมพ์พิมุข โพธิ์ปักขีย์ (2550) พบว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้เกษียณ กล่าวคือ ผู้ที่มีการเตรียมตัวให้พร้อมก่อนการเกษียณอายุนั้นจะมีความพึงพอใจในชีวิตและทัศนคติเกี่ยวกับการเกษียณอายุที่ดีกว่าผู้ที่ไม่มีการเตรียมตัว

สำหรับระยะเวลาในการเตรียมเกษียณอายุที่เหมาะสมนั้น นักวิชาการได้ให้ความคิดเห็นแตกต่างกัน อาทิ Atchley (1991) ได้เสนอแนะให้มีการเตรียมวางแผนการเกษียณอายุไว้ล่วงหน้าอย่างน้อย 10-15 ปี ส่วน Leedy and Wynbrandt (1987: 96-97) ได้เสนอแนะให้บุคคลมีการเตรียมความพร้อมให้เร็วที่สุด โดยให้เริ่มวางแผนเตรียมการไว้ตั้งแต่อายุ 30 ปี เพื่อให้เกิดเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องเป็นการป้องกันภาวะวิกฤติในช่วงสุดท้ายของชีวิต

จากข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการเตรียมตัวเกษียณอายุของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา เนื่องจากสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภามีแนวโน้มการเกษียณอายุของบุคลากรและผู้บริหารสูงขึ้นทุกปี หากบุคลากรขาดการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุจะทำให้เกิดปัญหาต่อตนเอง ครอบครัว และส่งผลกระทบต่อสังคมได้ ผู้บริหารเป็นหัวใจสำคัญในการบริหารองค์การ เป็นพลังสำคัญสนับสนุนการทำงานด้านวิชาการ และการกลั่นกรองกฎหมายให้กับสมาชิกสภานิติบัญญัติแห่งชาติ เพื่อกำหนดเป็นนโยบายในการบริหาร และขับเคลื่อนประเทศได้ การเกษียณอายุทำให้ผู้บริหารหมดวาระจากการทำงาน ไม่มีอำนาจการบังคับบัญชา ไม่มีบทบาททางสังคม และมีการพบปะผู้ร่วมงานลดลง อาจทำให้เกิดความเครียด และความว้าวุ่นได้ ดังนั้นการศึกษากการเตรียมตัวเกษียณอายุครั้งนี้ จะทำให้เข้าใจวิธีคิดและรูปแบบการเตรียมตัวเกษียณอายุของผู้บริหาร ทั้งนี้ผลจากการวิจัยจะเป็นประโยชน์ในการกำหนดรูปแบบการเตรียมการเกษียณอายุให้กับผู้บริหาร และบุคลากรของสำนักงาน รวมทั้งเป็นแนวทางการจัดทำแผนส่งเสริมเพื่อการเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคลากรของสำนักงานต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาการให้ความหมาย และที่มาของความหมายของการเกษียณอายุของผู้บริหารของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา
2. เพื่อศึกษาการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหารของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดหลักการและทฤษฎีเกี่ยวกับการเกษียณอายุราชการ และผลกระทบของการเกษียณอายุ รวมถึงการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการ
2. ขอบเขตด้านประชากร ประชากรหรือผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้บริหารของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประกอบด้วย ผู้อำนวยการสำนัก ที่ปรึกษาระดับ 11 และรองเลขาธิการวุฒิสภา ซึ่งเป็นผู้บริหารที่จะเกษียณอายุในปีงบประมาณ พ.ศ. 2559 - 2563 (ระหว่าง 30 กันยายน 2559- 30 กันยายน 2563) จำนวน 9 คน (ข้อมูลจากสำนักบริหารงานกลาง สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา, มีนาคม 2559)
3. ขอบเขตด้านพื้นที่การศึกษา ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่ศึกษาคือ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา
4. ขอบเขตด้านระยะเวลา การวิจัยครั้งนี้เริ่มศึกษาตั้งแต่เดือน เมษายน พ.ศ. 2559 ถึงเดือน มิถุนายน พ.ศ. 2559 รวมเป็นระยะเวลา 3 เดือน

แนวคิดทฤษฎี และทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

1. ความหมายของการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุ (Retirement) เป็นการครบกำหนดอายุรับราชการ สิ้นกำหนดเวลารับราชการ หรือทำงาน (ราชบัณฑิตยสถาน, 2554) ซึ่งสอดคล้องกับ บรรลุ ศิริพานิช (2550) ที่กล่าวว่าเกษียณอายุ หมายถึง การยุติการทำงานที่เคยทำอยู่ประจำ การถดถอย การออกจากสังคม กลุ่มผู้ร่วมงาน และชีวิตที่เดินตามเวลาของงาน เหตุเพราะอายุครบกำหนดตามที่หน่วยงานนั้นๆ กำหนดไว้ เช่น หน่วยงานราชการไทยจะกำหนดให้ข้าราชการครบกำหนดการเกษียณอายุเมื่อมีอายุครบ 60 ปี เป็นต้น ส่วน Burnside (1981) และ Atchley (1994) ได้ให้ความหมายว่า การเกษียณอายุจึงเป็นบทบาททางสังคมที่กำหนดให้มีการแทนที่บุคคล ตามสิทธิหน้าที่และความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ เป็นการถอนตัวออกจากสิ่งแวดล้อมหนึ่งไปสู่สิ่งแวดล้อมใหม่ นอกจากนี้ นาดยา รัตนอัมภา

(2540) ให้ความหมายของการเกษียณอายุว่า เป็นการสิ้นสุดหรือยุติการทำงานของผู้ที่ปฏิบัติงานมาเป็นเวลานานจนไม่สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป จึงต้องยุติการทำงานออกจากตำแหน่งทางสังคมหรือหน้าที่การทำงานตามอายุกำหนด

2. ประเภทของการเกษียณอายุ สำนักงานข้าราชการพลเรือน (2551) ได้กำหนดไว้ 2 ประเภทใหญ่คือ

2.1. การเกษียณอายุแบบตายตัว (Fix Retirement) หมายถึง เกษียณที่มีกำหนดอายุไว้นแน่นอน เช่น การกำหนดอายุเกษียณ 60 ปีทุกคน หรือการกำหนดอายุเกษียณสำหรับผู้ปฏิบัติงานในสายวิชาการ 65 ปี และบุคคลผู้ปฏิบัติงานในสายงานบริหาร 60 ปี เป็นต้น

2.2. การเกษียณอายุแบบยืดหยุ่น (Flexible Retirement) หมายถึง การไม่กำหนดอายุเกษียณไว้นแน่นอนว่าจะเป็นอายุเท่าไร บุคคลสามารถเลือกอายุเกษียณที่ทำได้ และเป็นการเปิดโอกาสให้เกษียณก่อนอายุเกษียณที่เรียกว่า Early Retirement

3. แนวคิดการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ จากการศึกษาเมื่่นักวิชาการที่เสนอแนวทางการเตรียมตัวเกษียณอายุที่น่าสนใจ ดังนี้

3.1 Atchley (1994: 210) ได้เสนอว่าการเตรียมความตัวเกษียณอายุควรมีการเตรียมตัวอย่างน้อย 10-15 ปี ก่อนเกษียณ โดยแบ่งระยะการเตรียมตัวออกเป็น 2 ระยะ คือ

3.1.1 ระยะก่อนการเกษียณนานๆ (Remote Phase) ระยะนี้ความคิดเรื่องการเกษียณอายุยังอยู่ ห่างไกลมาก การเตรียมความพร้อมในระยะนี้สามารถเริ่มได้ตั้งแต่ก่อนวัยทำงาน หรือเริ่มเมื่อวัยทำงาน สิ่งที่เหมาะสมเตรียมในระยะนี้ ได้แก่ ด้านการเงิน การใช้เวลาว่าง การพัฒนาทักษะต่างๆ และการดูแลสุขภาพ

3.1.2 ระยะใกล้เกษียณ (Near Phase) ระยะนี้บุคคลเริ่มรู้สึ่ว่าการเกษียณอายุใกล้เข้ามาถึงตนเองแล้ว เช่น อาจเห็นคู่สมรส หรือเพื่อนร่วมงานวัยใกล้เคียงกันเกษียณอายุ สิ่งที่ต้องเตรียมในระยะนี้ ได้แก่ ด้านจิตใจ และด้านทัศนคติต่อการเกษียณอายุ หากบุคคลได้มีการเตรียมความพร้อมในระยะก่อนการเกษียณนานๆ มาอย่างดี จะไม่เกิดทัศนคติด้านลบต่อการเกษียณอายุ

3.2 Leedy and Wynbarand (1987:131-137) ได้เสนอว่าการเตรียมความตัวเกษียณอายุไว้ 4 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านร่างกายและจิตใจ ควรมีการดูแลสุขภาพกายและจิตใจอย่างสม่ำเสมอ 2. การวางแผนทางการเงิน เช่น วางแผนเป้าหมายด้านการเงิน บันทึกรายจ่ายประมาณการรายรับ 3. การเตรียมตัวด้านที่อยู่อาศัย 4. การเตรียมตัวเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ บันทึกรายงานกิจกรรมทางสังคมต่างๆ ที่ตนเองสนใจเข้าไปสำรวจเพื่อให้เกิดความเคยชินก่อนการเกษียณอายุ และเป็แบบแผนการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ

3.3 วันชัย แก้วสุมาลี (2552) กล่าวว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุก่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้ที่เตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุและบุคคลรอบข้างใน 6 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านจิตใจ สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยสติ ไม่ประมาท สามารถเอาชนะใจตนเองด้วยการยอมรับสภาพความจริงได้อย่างสงบ 2. ด้านร่างกาย ทำให้สุขภาพอนามัยสมบูรณ์ แข็งแรง การเจ็บป่วยลดลง 3. ด้านทรัพย์สินเงินทอง สามารถควบคุมรายรับรายจ่ายได้เป็นระบบ มีมาตรฐานการครองชีพที่ดีภายหลังเกษียณอายุ 4. ด้านกิจกรรมการใช้เวลาว่างได้พบปะพูดคุยกับเพื่อนวัยเดียวกันและเพื่อนต่างวัย สามารถทำประโยชน์ต่อสังคมได้ 5. ด้านสัมพันธ์ภาพในครอบครัวได้ทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยกันนครอบครัว ทำให้เกิดความรักใคร่ผูกพัน 6. ด้านที่อยู่อาศัย มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง ทำให้เกิดความอบอุ่นใจ

3.4 ทฤษฎี ขวัญไชยสิทธิ์ (2555) ได้เสนอว่า การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุควรเริ่มกระทำตั้งแต่วัยทำงานหรือช่วงวัยกลางคน คือช่วงอายุระหว่าง 55-65 ปี ช่วงนี้เรียกว่า Prime of Life หรือช่วงดีเลิศแห่งชีวิต คือ ไม่แก่เกินไป ยังคงมีความเป็นหนุ่มเป็นสาว จึงเป็นช่วงที่เหมาะสมอย่างยิ่งในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงาน ซึ่งเป็นการเตรียมพร้อมในด้านต่างๆ 6 ด้าน คือ ด้านจิตใจ ด้านร่างกาย ด้านทรัพย์สินเงินทอง ด้านกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ด้านสัมพันธภาพในครอบครัว และด้านที่อยู่อาศัย

วิธีการดำเนินวิจัย

วิธีวิทยา การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกวิธีดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีวิทยาการสร้างทฤษฎีฐานราก (Grounded Theory) (Glaser and Strauss, 1968) โดยทำการศึกษาจากปรากฏการณ์จริงเพื่อสร้างความรู้และทำความเข้าใจกระบวนการให้ความหมายของคน และการพัฒนาเป็นโมทัศน์และสร้างทฤษฎีด้วยวิธีวิทยานี้จึงช่วยให้ผู้วิจัยสามารถสร้างแนวคิดหรือมโนทัศน์ของการให้ความหมายการเกษียณอายุ และการเตรียมตัวเกษียณอายุได้ จากสัมภาษณ์ สังเกตแสวงหาคำตอบโดยการวิเคราะห์ข้อมูลไปพร้อมกับการสร้างมโนทัศน์จากบทสัมภาษณ์คนแรกและหาคำอธิบายภายใต้มโนทัศน์นั้น นำมาเชื่อมโยงเชิงเหตุผลกันเป็นสมมุติฐานชั่วคราว (Temporary Hypothesis) สมมุติฐานชั่วคราวที่ได้นี้ผู้วิจัยใช้เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักคนถัดไป ผู้วิจัยจะดำเนินการสัมภาษณ์ต่อไปเรื่อยๆ โดยไม่ได้กำหนดจำนวนว่าใช้เท่าใด ผู้วิจัยจะยุติการเก็บข้อมูลเมื่อคำตอบที่ได้จากการสัมภาษณ์มีลักษณะซ้ำๆ เริ่มไม่มีความแตกต่าง ผู้วิจัยจึงยุติการสัมภาษณ์ หรือที่เรียกว่าทฤษฎีถึงจุดอิ่มตัว (Theoretical Saturation) ต่อจากนั้นผู้วิจัยจัดกลุ่มมโนทัศน์ที่ได้เพื่อพัฒนาเป็นข้อสรุปเชิงทฤษฎี (Theoretical Generalization) อันกลายเป็นทฤษฎีฐานรากในที่สุด ซึ่งก็คือข้อสรุปเชิงทฤษฎีในการนำเสนอการให้ความหมาย ทัศนคติที่มีต่อการเกษียณอายุ และการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหารของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยใช้เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ สมุดบันทึกข้อมูลในภาคสนาม เครื่องบันทึกเสียงแนวคำถามในการสัมภาษณ์ มีการตรวจสอบจากแนวคำถามจากและคุณภาพเบื้องต้นจากผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อให้ได้แนวคำถามที่เที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) และ ผู้วิจัยเป็นเครื่องมือหนึ่งที่สำคัญที่สุดในการเก็บข้อมูลงานวิจัย (ชาย โพธิสิตา, 2554 :294-297)

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยศึกษาข้อมูลในระดับทุติยภูมิโดยการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหัวข้องานวิจัย และได้เริ่มดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นผู้บริหารของสำนักงาน โดยมีการ พุดคุยตะล่อมถาม (Probe) เพื่อผู้ให้ข้อมูลได้คำสำคัญ (Key word) แล้วถามต่อไปเรื่อยๆ ร่วมกับการสังเกต ซึ่งผู้วิจัยจะต้องอาศัยความไวเชิงทฤษฎีในการเก็บข้อมูลและตีความจนเกิดการอิ่มตัวของข้อมูลจึงยุติการสัมภาษณ์

การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยใช้กระบวนการตรวจสอบข้อมูลแบบ 3 เสา (Triangulation) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เชื่อถือ

1. การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (Data Triangulation) ผู้วิจัยตรวจสอบแหล่งข้อมูลทางเวลา ตำแหน่ง บุคคลแตกต่างกันตรวจสอบว่ามีข้อมูลต่างกันหรือไม่อย่างไร
2. การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิจัย (Investigator Triangulation) ในการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยมีเพื่อนผู้ร่วมวิจัยเข้าไปสังเกตและเก็บข้อมูล เพื่อเป็นการตรวจสอบว่าข้อมูลที่ได้มีความเหมือนและต่างกันหรือไม่

3. การตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) นอกจากการสัมภาษณ์แล้ว ผู้วิจัยจะการใช้การสังเกตพฤติกรรมของผู้ให้ข้อมูลควบคู่กับการซักถามด้วย

การวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การลงรหัสข้อมูล เมื่อผู้วิจัยสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักคนแรกเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยลงรหัสของข้อมูลเพื่อไม่ให้ปะปนกันและสะดวกนำไปใช้

ขั้นตอนที่ 2 การพิมพ์บทสัมภาษณ์ นักวิจัยถอดเทปสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ (Verbatim) และนำมาพิมพ์เป็นบทสัมภาษณ์ (Transcript) และนำบทสัมภาษณ์มาตรวจสอบกับข้อมูลดิบจากเครื่องบันทึกเสียงโดยใช้วิธีการอย่างนี้ทุกครั้งเมื่อสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคน

ขั้นตอนที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูล รวบรวมข้อมูลให้มีความสมบูรณ์ สร้างเป็นมโนทัศน์ย่อย (Concept) ที่ได้จากการตีความบทสัมภาษณ์และตรวจสอบข้อมูลแบบ 3 เสา มาจัดเป็นกลุ่มมโนทัศน์ (Category) หากค้นพบมโนทัศน์ใหม่ๆ ในบทสัมภาษณ์ก็จะทำการกำหนดให้เป็นมโนทัศน์กลุ่มใหม่ขึ้นเรื่อยๆ จนกระทั่งไม่พบประเด็นใหม่ๆ แล้วนำข้อมูลมาจัดกลุ่มมโนทัศน์ วิเคราะห์ ตีความ เพื่อสร้างทฤษฎีฐานรากต่อไป

ผลการศึกษาวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการให้ความหมายและที่มาของความหมายของการเกษียณอายุราชการ และการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา โดยผลการศึกษา มีรายละเอียด ดังนี้

1. ความหมายของการเกษียณอายุราชการ ในทัศนะของผู้บริหารของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

การให้ความหมายของการเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ซึ่งจะเกษียณในอายุราชการช่วง 5 ปี (ระหว่าง 30 กันยายน 2559 - 30 กันยายน 2563) จำนวน 9 คน พบว่ามี 3 ความหมาย ดังนี้

1.1 การสิ้นสุดการรับราชการโดยพิจารณาจากศักยภาพของสมองและความสามารถในการทำประโยชน์ให้กับราชการได้ หากบุคคลคนนั้นยังสามารถทำประโยชน์และองค์การประสงค์ที่จะให้บุคคลทำงานรับราชการ การทำงานไม่ควรถูกกำหนดด้วยเวลาการสิ้นสุดราชการ เพื่อให้บุคคลเหล่านั้นเป็นพลังขับเคลื่อนองค์กรต่อไป ดังนั้น ศักยภาพของบุคคลควรจะเป็นตัวกำหนดการหมดเวลาทำงานหรือสิ้นสุดการรับราชการ มิใช่ระยะเวลาตามอายุของบุคคลตามที่กฎหมายกำหนด

1.2 การหยุดพักทำงานรับใช้องค์การและประเทศชาติตามกฎหมายกำหนด การรับราชการก็เปรียบเสมือนการทำงานตามข้อตกลงที่ระบุไว้ตามกฎหมาย เมื่อรับราชการต้องทำงานเต็มที่เต็มความสามารถ จนกระทั่งรับราชการครบตามเงื่อนไขสัญญาอายุครบหกสิบปี ซึ่งรัฐเลิกจ้างและให้เป็นการสิ้นสุดการมาปฏิบัติราชการตามกฎหมายกำหนด

1.3 การสิ้นสุดการทำงานเป็นการได้หยุดพักผ่อนและเริ่มชีวิตใหม่ เนื่องจากบุคคลนั้นได้ทุ่มเทให้กับการทำงานมายาวนานและถึงเวลาที่จะได้หยุดพักเพื่อใช้เวลาที่เหลือดูแลสุขภาพกายและใจ อยู่กับครอบครัว และใช้ชีวิตอย่างเป็นอิสระตามความปรารถนาของตนและครอบครัว เพื่อให้ชีวิตมีความสุขจนถึงวาระสุดท้าย ดังนั้นเมื่ออายุครบกำหนดจึงสมควรที่จะพักผ่อนและไม่ควรต่ออายุราชการ เพื่อให้ผู้บริหารยุคใหม่ได้เติบโตก้าวหน้า และนำพาองค์กรต่อไป

2. การเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ผลการศึกษามีดังนี้

2.1. ระยะเวลาการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหาร พบว่าผู้บริหารซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักมีการเตรียมตัวเกษียณอายุทุกคน โดยมีระยะเวลาการเตรียมตัวแตกต่างกันออกไป บางส่วนได้เริ่มวางแผนเกษียณอายุตั้งแต่ อายุ 25-30 ปี โดยมีการเตรียมตัวด้านการเงินก่อนอันดับแรก รองลงมาคือด้านที่อยู่อาศัย โดยสองด้านดังกล่าวต้องใช้ระยะเวลาในการเก็บออมเพื่อให้มีเพียงพอหลังเกษียณ โดยรวมผู้บริหารทุกคนได้เริ่มมาให้ความสำคัญกับการเตรียมตัวเกษียณอย่างจริงจังประมาณอายุ 45-55 ปี เพื่อเตรียมความพร้อมทุกๆ ด้านทั้งการเงิน ที่อยู่อาศัย และสุขภาพกาย อย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้เมื่ออายุประมาณ 55-60 ปี จะเริ่มเตรียมตัวด้านจิตใจ เมื่อเห็นรุ่นบุคลการที่นับถือได้เกษียณอายุไป และในช่วงนี้ได้เริ่มมีการเตรียมตัวศึกษาเกี่ยวกับการลงทุนหรือการหารายได้ การใช้เวลาว่างและงานอดิเรกเพื่อรองรับชีวิตหลังเกษียณอายุ

2.2 สำหรับการเตรียมตัวเกษียณอายุของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา สามารถจำแนกตามด้านต่างๆ ที่สำคัญได้แก่ การเตรียมตัวด้านการเงินและทรัพย์สิน ด้านที่อยู่อาศัย ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านการใช้เวลาว่าง ดังนี้

2.2.1 ด้านการเงินและทรัพย์สิน การเตรียมตัวเพื่อการเกษียณอายุของผู้บริหารของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา จะมีการเตรียมความพร้อมตั้งแต่เนิ่นๆ โดยมีเตรียมตัวด้านนี้ก่อนด้านอื่นๆ เพื่อให้เกิดความมั่นคงในชีวิต ผู้บริหารหลายคนได้เริ่มออมและมีการวางแผนด้านการเงินตั้งแต่อายุราชการยังน้อย โดยผู้บริหารบางรายได้รับการปลูกฝังนิสัยการออมมาตั้งแต่เด็กจึงเริ่มมีการวางแผนการเก็บเงินตั้งแต่รับราชการการช่วง 3 - 5 ปีแรก เพื่อใช้ชีวิตและทำธุรกิจหลังเกษียณอายุ โดยเริ่มเก็บออมจากเงินเดือนบางส่วน และหารายได้พิเศษจากการสอนพิเศษตามความรู้ความสามารถของตน เพื่อรองรับแผนใช้ชีวิตหลังเกษียณ

ผู้บริหารทุกคนวางแผนด้านการเงินเพื่อใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุทุกคน โดยมีเป้าหมายเพื่อไม่ให้มีภาระหนี้สินหลังเกษียณอายุ ทั้งนี้มีรูปแบบการเตรียมตัวด้านการออมเงินและค่าใช้จ่ายเพื่อการเกษียณอายุราชการ ที่น่าสนใจ ดังนี้

วางแผนการเงินเพื่อการลงทุน/หารายได้ ผู้บริหารมีการแบ่งเงินเดือนและค่าตอบแทน สะสมไว้เพื่อ เตรียมตัวเกษียณด้านการเงิน ดังนี้

- เพิ่มหุ้นสหกรณ์ และซื้อพันธบัตรรัฐบาล ลงทุนพันธบัตรต่างประเทศ ซื้อประกันออมทรัพย์ รวมถึง ลงทุนในกองทุนรวมหุ้นระยะยาว (Long Term Equity Fund :LTF) และ ลงทุนกับกองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ (Retirement Mutual Fund: RMF) เพื่อสร้างผลตอบแทนในอนาคต

- ศึกษาหาข้อมูลทำธุรกิจขนาดเล็กในอนาคตหลังเกษียณอายุ เช่น เปิดร้านกาแฟหรือร้านอาหารและเครื่องดื่ม เป็นต้น

- ซื้อสังหาริมทรัพย์ เพื่อเพิ่มมูลค่า และสร้างดอกผลหรือค่าเช่า
- หางานสำรองทำหลังเกษียณ เพื่อมีรายได้เพิ่ม เช่น การสอนพิเศษ การเขียนหนังสือ แปลงาน และการเป็นที่ปรึกษาหรือเป็นผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง เป็นต้น

วางแผนด้านทรัพย์สิน

- ผ่อนบ้าน คอนโด เพื่อสะสมเป็นทรัพย์สินเพิ่มเติมก่อนเกษียณ มีการผ่อนรถยนต์คันใหม่เพื่อใช้สำหรับเดินทางยามเกษียณอายุ

- จัดสรรเงินและทรัพย์สินเพื่ออุปการะเลี้ยงดูหลานของตน และเตรียมจัดสรรเป็นมรดกให้ทายาท และจัดสรรเงินเพื่อการเดินทางท่องเที่ยว

กล่าวโดยสรุปได้ว่า ผู้บริหารทราบดีว่ารายได้หลังเกษียณรายได้จะลดลง จะมีเงินบำนาญเป็นหลักเท่านั้น ในการดำรงชีพ ดังนั้น ต้องมีการออมหรือสะสมทรัพย์สินก่อนเกษียณ เพื่อไม่ให้มีภาระหนี้สินหลังเกษียณ โดยผู้บริหารบางส่วนที่ยังมีภาระการผ่อนทรัพย์สิน เช่น คอนโด รถยนต์ หรือ ประกันชีวิต จะวางแผนให้มีการผ่อนชำระให้หมดเมื่อเกษียณอายุ รวมทั้งพยายามลดการบริโภคสินค้าฟุ่มเฟือย เช่น เครื่องประดับราคาแพง รองเท้า กระเป๋า เสื้อผ้าทำงาน ของตกแต่งบ้าน และ การรับประทานอาหารราคาแพง เป็นต้น เพื่อมีเงินเหลือเก็บใช้จ่ายอย่างสบายสามารถนำไปซื้อของดูแลสุขภาพ และท่องเที่ยวได้ตามอัธยาศัย ไม่มีภาระหนี้เป็นภาระต่อตนเองและครอบครัว ผู้บริหารส่วนใหญ่เข้าใจการใช้จ่ายเงินทองอย่างมีเหตุผล โดยมีหลักยึดทางพระพุทธศาสนาในการใช้ชีวิตอย่างพอเพียง

2.2.2 ด้านที่อยู่อาศัย ผู้บริหารทุกคนมีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง บางส่วนเป็นบ้านที่ได้รับมรดกจากพ่อแม่ บางส่วนได้ซื้อบ้านหรือที่พักอาศัยเป็นทรัพย์สินของตนเอง เมื่อเกษียณอายุแล้วมีการวางแผนเพื่อที่อยู่อาศัย โดยส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่บ้านของตนเองที่อยู่ปัจจุบันซึ่งจะอยู่กับคู่สมรส มีบางส่วนที่เป็นโสดจะพักอาศัยกับพี่สาวที่เกษียณอายุแล้ว และบางรายจะอยู่บ้านมีหลานมาพักอาศัยอยู่ด้วยเพื่อดูแลกัน หรือมีการซื้อบ้านไว้ต่างจังหวัดเพื่อจะได้พักอาศัยร่วมกับคู่สมรสหรือครอบครัว และพี่น้อง เครือญาติเมื่อเกษียณอายุเพื่อที่จะได้ช่วยเหลือดูแลกัน

อย่างไรก็ดี ผู้บริหารบางส่วนศึกษาหารูปแบบบ้านสำหรับผู้สูงอายุเพื่อเป็นแบบในการปรับปรุงบ้านให้เหมาะกับการอยู่อาศัยหลังเกษียณอายุ โดยเตรียมปรับปรุงซ่อมแซมบ้านหลายๆ พื้นที่ อาทิ ปรับเปลี่ยนห้องนอนให้โล่งโปร่ง เดินสะดวก ระบายง่าย ปรับพื้นที่บ้านชั้นล่างให้สามารถพักผ่อนแทนการขึ้นบันไดไปพักผ่อนชั้นบนของบ้าน ปรับปรุงพื้นที่รอบบ้านโดยปลูกต้นไม้ให้ร่มรื่นเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ รวมทั้งปรับปรุงห้องน้ำให้สะดวกในการใช้โดยมีราวจับ เพื่อลดอุบัติเหตุในห้องน้ำ และใช้โถสุขภัณฑ์ชักโครก แทนการใช้ส้วมซึมเพื่อถนอมต้นขาและเข่าของผู้สูงอายุ

นอกจากนี้ ผู้บริหารที่มีสถานะภาพโสดบางรายได้สนใจศึกษาหาข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ดูแลผู้สูงอายุไว้เป็นทางเลือก เพื่อดูแลตนเองหลังเกษียณอายุ เช่น สถานดูแลผู้สูงอายุ (nursing home) หรือบ้านพักผู้สูงอายุเอกชน ซึ่งผู้บริหารมีทัศนะเชิงบวกกับสถานดูแลผู้สูงอายุเหล่านี้

2.2.3 ด้านสุขภาพร่างกาย ผู้บริหารทุกคนมีการเอาใจใส่ดูแลสุขภาพร่างกาย โดยมีการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างสม่ำเสมอ ทำประกันสุขภาพ เพื่อลดค่าใช้จ่ายดูแลสุขภาพและเป็นแผนสำรองด้านการดูแลสุขภาพในอนาคต ทั้งนี้การใส่ใจดูแลสุขภาพของผู้บริหารส่วนใหญ่มีสาเหตุหลักมาจากตรวจพบปัญหาความผิดปกติหรือความเสื่อมของร่างกาย จึงพยายามใส่ใจดูแลสุขภาพมากยิ่งขึ้น สำหรับการดูแลสุขภาพจะเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัย เช่น อาหารที่มีแคลอรีต่ำ เนื้อไม่ติดมัน อาหารเพื่อสุขภาพ ข้าวกล้องและโยเกิร์ต เป็นต้น นอกจากนี้ยังพยายามปฏิบัติตัวตามที่แพทย์แนะนำเพื่อลดหรือหลีกเลี่ยงความเสี่ยงการเกิดโรคที่เกิดพร้อมกับอายุที่มากขึ้น และมีการออกกำลังกายสม่ำเสมอ เช่น เดินเร็ว วิ่งเหยาะๆ แอโรบิก โยคะ ปั่นจักรยานอยู่กับที่ เป็นต้น

2.2.4 ด้านจิตใจ ผู้บริหารส่วนใหญ่จะเตรียมตัวด้านจิตใจเมื่อประมาณช่วง 5 ปี ก่อนเกษียณอายุ โดยทุกคนเข้าใจว่า เมื่อเกษียณอายุราชการแล้วจะมีคนมาเคารพนับถือลดลง มีกิจกรรมทางสังคมลดลงไปพร้อมกับบทบาทอำนาจหน้าที่การทำงาน โดยผู้บริหารบางส่วนเข้าใจการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจจากการแลกเปลี่ยนความคิดกับผู้บริหารที่เกษียณอายุไปแล้ว ทำให้ไม่วิตกกังวลเรื่องอำนาจที่ตนมีอยู่ในช่วงที่รับราชการ มองเห็นความสุขการใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุ และได้มีอิสระจากกฎเกณฑ์ของระบบราชการ อันเป็นช่วงชีวิตที่มีความสุขอีกช่วงเวลาหนึ่ง หากมีการดูแลสุขภาพจิตและสุขภาพกายให้ดี ทั้งนี้ผู้บริหารส่วนใหญ่ได้นำหลักคำสอนทาง

พระพุทธศาสนาเข้ามาเป็นสิ่งที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ มีสติในการพิจารณาชีวิตทุกชีวิตมีเกิด แก่ เจ็บตาย มีลาภมียศ เสื่อมลาภ เสื่อมยศ ต้องรู้จักปล่อยวางไม่เอาชีวิตเราไปเปรียบเทียบกับคนอื่น และมีความพอเพียงในชีวิต

2.2.5 ด้านการใช้เวลาว่าง จากการศึกษาพบว่า ผู้บริหารมีการเตรียมตัวเพื่อใช้เวลาว่างหลังเกษียณหลากหลายรูปแบบ มีดังนี้

2.2.5.1. งานอดิเรก ผู้บริหารส่วนใหญ่ได้เตรียมศึกษาหางานอดิเรกที่ตนชอบและมีความถนัด โดยมีการคิดไว้ล่วงหน้าว่าจะทำงานอดิเรก เพราะชีวิตหลังเกษียณอายุจะมีเวลาว่างมากกว่าตอนที่รับราชการ ดังนั้นจึงได้เตรียมตัวหางานอดิเรกทำเพื่อการพักผ่อนอยู่กับบ้าน เช่น อ่านหนังสือประเภท ท่องเที่ยว สืบสวนสอบสวน สุขภาพ ปลุกต้นไม้ เป็นต้น นอกจากนี้ผู้บริหารส่วนใหญ่ศึกษาหางานอดิเรกที่เพิ่มรายได้ เช่น เขียนหนังสือ แปลหนังสือ สอนหนังสือ เปิดร้านอาหารและเครื่องดื่มเล็กๆ เป็นต้น

2.2.5.2. ออกกำลังกาย ผู้บริหารทุกคนทราบดีถึงประโยชน์การออกกำลังกายว่าสามารถช่วยลดโรคภัยไข้เจ็บและทำให้สุขภาพแข็งแรง ดังนั้นเมื่อมีเวลาว่างจะออกกำลังกาย เช่น เดินเร็ว วิ่งเหยาะๆ เข้าฟิตเนสออกกำลังกาย ปั่นจักรยาน แอโรบิก โยคะ เป็นต้น

2.2.5.3. ทำกิจกรรมสาธารณประโยชน์ ผู้บริหารบางรายได้เข้าร่วมกิจกรรมของวัด และเขตในการทำบุญ เลี้ยงพระ บริจาคข้าวของเครื่องใช้เพื่อช่วยเหลือผู้อื่น นอกจากนี้มีผู้บริหารบางรายที่ต้องการใช้ความรู้ความสามารถทางวิชาการในการให้ความรู้ทางด้านการเมืองการปกครองที่ตนมีความรู้และประสบการณ์ถ่ายทอดให้กับนักเรียน นักศึกษา เยาวชน ตามที่ตนมีศักยภาพ

2.2.5.4. เดินทางพบปะสังสรรค์กับครอบครัวและเพื่อนสนิท ผู้บริหารบางส่วนจะใช้เวลาว่างเพื่อเดินทางไปเยี่ยมเยียนครอบครัว ญาติ พี่น้องในต่างจังหวัด เพื่อติดต่อสื่อสารและพบปะสังสรรค์ หรือท่องเที่ยวไปกับเพื่อนฝูงที่สนิท เช่น เพื่อนระดับมัธยม มหาวิทยาลัย ที่ทำงาน หรือเพื่อนที่ร่วมอบรมในระหว่างการทำงาน เป็นต้น

ข้อสรุปเชิงทฤษฎี

จากการศึกษาความหมาย และการเตรียมตัวเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ผู้วิจัยสามารถสรุปข้อสรุปเชิงทฤษฎีจากผลการศึกษาดังนี้

1. เมื่อใดก็ตามที่ผู้บริหารสามารถวางแผนเกษียณอายุเตรียมตัวด้านการเงินและทรัพย์สิน เมื่อนั้นชีวิตหลังเกษียณอายุเกิดความสุข มีเงินใช้จ่ายเพียงพอ และไม่เป็นภาระหนี้สินต่อครอบครัวหรือลูกหลาน

2. เมื่อใดก็ตามที่ผู้บริหารมีการเตรียมตัวเกษียณอายุ ด้านการเงินและทรัพย์สิน ด้านที่อยู่อาศัย และด้านสุขภาพร่างกาย ตั้งแต่อายุราชการยังน้อย เมื่อนั้นผู้บริหารจะมีชีวิตที่ความมั่นคงและมีคุณภาพชีวิตที่ดีหลังเกษียณ

3. เมื่อใดก็ตามที่ผู้บริหารเตรียมตัวเกษียณอายุ เมื่อนั้นผู้บริหารจะสามารถปรับตัวให้เผชิญการกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายหลังการเกษียณอายุได้ และมีความพึงพอใจในชีวิต

4. เมื่อใดก็ตามที่ผู้บริหารเตรียมตัวเกษียณอายุ เมื่อนั้นผู้บริหารพึ่งตนเองได้ มีอิสระในการดำเนินชีวิต ไม่เป็นภาระของผู้อื่น เช่น ญาติ พี่น้อง ลูกหลาน คนใกล้ชิด ตลอดจนสังคม เป็นต้น

5. เมื่อใดก็ตามที่ผู้บริหารมีหลักศานายึดเหนี่ยวทางจิตใจ เมื่อนั้นผู้บริหารจะสามารถเตรียมตัวเกษียณอายุได้ดิบหนหลักความพอเพียงใช้ชีวิตอย่างมีเหตุผล ไม่ฟุ้งเฟ้อ และ เข้าใจการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจของตน

อภิปรายผลการศึกษาวิจัย

จากผลการศึกษาผู้วิจัยขออภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การศึกษาดังนี้

1. การให้ความหมายและที่มาของความหมายของการเกษียณอายุของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา การวิจัยครั้งนี้ พบว่ามี 3 ความหมาย ได้แก่

1.1 การสิ้นสุดการรับราชการโดยพิจารณาจากศักยภาพของสมองและความสามารถในการทำประโยชน์ให้กับราชการได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นาดยา รัตนอัมภา (2540) ที่ให้ความหมายของการเกษียณอายุว่าเป็นการสิ้นสุด หรือยุติการทำงานของผู้ที่ปฏิบัติงานมาเป็นเวลานาน จนไม่สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป จึงต้องยุติการทำงานออกจากตำแหน่งทางสังคมหรือหน้าที่การงานตามอายุกำหนด และ สอดคล้องกับแนวคิดของสำนักงานข้าราชการพลเรือนที่มีรูปแบบการเกษียณอายุแบบยืดหยุ่นตามศักยภาพและความสนใจของผู้เกษียณอายุ

1.2 การหยุดพักทำงานรับใช้องค์การและประเทศชาติตามกฎหมายกำหนด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ บรรลุ ศิริพานิช (2550) ที่นิยามว่าการเกษียณอายุเป็นการยุติการทำงานประจำ ตามที่กฎหมายกำหนด และสอดคล้องกับแนวคิดของสำนักงานข้าราชการพลเรือนที่มีรูปแบบการเกษียณอายุไว้แบบตายตัวตามกฎหมายระเบียบ

1.3 การสิ้นสุดการทำงานเป็นการได้หยุดพักผ่อนและเริ่มชีวิตใหม่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Burnside (1981) และ Atchley (1994) ได้ให้ความหมายว่าการเกษียณอายุจึงเป็นบทบาททางสังคมที่กำหนดให้มีการแทนที่บุคคล ตามสิทธิหน้าที่และความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ เป็นการถอนตัวออกจากสิ่งแวดล้อมหนึ่งไปสู่อีกสิ่งแวดล้อมใหม่

2. การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุของผู้บริหารสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา จากการศึกษาพบว่า ผู้บริหารมีการเตรียมตัวเกษียณอายุ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการเงินและทรัพย์สิน ที่อยู่อาศัย ร่างกาย จิตใจ และด้านการใช้เวลาว่าง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ บรรลุ ศิริพานิช (2550) และใกล้เคียงกับงานวิจัยของ วันชัย แก้วสุมาลี (2552) ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์ (2555) พบว่า การเตรียมตัวการเกษียณอายุไว้ 6 ด้าน ได้แก่ ด้านจิตใจ ด้านร่างกาย ด้านทรัพย์สิน เงินทอง ด้านกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ด้านสัมพันธภาพในครอบครัว และด้านที่อยู่อาศัย และจากการศึกษาพบว่าเมื่อผู้บริหารส่วนใหญ่การเตรียมตัววางแผนการเกษียณอายุอย่างต่อเนื่องสอดคล้องกับการศึกษาของ Atchley (1994: 210) พบว่าทำให้สามารถมีคุณภาพชีวิตที่ดี และมีความมั่นคงในชีวิต และ การเตรียมตัวจะช่วยลดความวิตกกังวล ช่วยทำให้มีทัศนคติที่ดีการเป็นผู้สูงอายุ สามารถปรับตัวต่อการดำรงชีวิตภายหลังเกษียณอายุได้อย่างมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี สอดคล้องกับการศึกษาของ Dutcher (1989) และ พิมพ์พิมพ์ โพธิ์ปักขีย์ (2550) อีกทั้งการเตรียมตัวเกษียณอายุของผู้บริหาร เป็นการปรับตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ

อย่างไรก็ดี สิ่งที่ค้นพบจากการวิจัยนี้ คือ ผู้บริหารทุกคนมีการวางแผนเพื่อเตรียมตัวเกษียณอายุ มีการน้อมนำหลักพระพุทธศาสนามาปรับใช้กับการดำเนินชีวิต ทำให้มีความพอประมาณในการใช้จ่าย และยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับร่างกายและจิตใจ อีกทั้งผู้บริหารมีการศึกษาหาความรู้ ในหลายๆด้าน อาทิ หาดูอาชีพรองรับเมื่อเกษียณอายุ ปรับปรุงที่อยู่ให้เหมาะสมกับการพักอาศัย วางแผนการใช้เวลาว่างโดยการทำกิจกรรมต่างๆ ส่งผลให้ผู้บริหารเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการวิจัย

1. การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านการเงิน ควรเริ่มจากการสร้างนิสัยการออมแต่วัยเยาว์ และมีการเก็บเงินเป็นส่วนๆ และควรผ่อนทรัพย์สินให้หมดก่อนเกษียณ รวมทั้งศึกษาการลงทุนเพื่อการสร้างรายได้เพิ่มเติม วางแผนทางการเงินอย่างมีเป้าหมาย
2. การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านที่อยู่อาศัย ควรมีการผ่อนหรือหาที่พักอาศัยตั้งแต่วัยทำงานเพื่อไม่เป็นการระงับด้านการเงินเมื่อเกษียณอายุ และมีที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมกับตนเองและครอบครัวเมื่อเกษียณอายุ
3. การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านร่างกาย ควรมีการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และพักผ่อนอย่างเพียงพอ รวมทั้งควรมีการตรวจสุขภาพเป็นประจำ เพื่อมีสุขภาพที่ดีและพึ่งตนเองได้
4. การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านจิตใจ ควรมีการวางแผนเพื่อสืบทอดตำแหน่งเพื่อสร้างผู้บริหารรุ่นใหม่ และควรมีการจัดกิจกรรมการเตรียมตัวเกษียณอายุให้กับผู้ใกล้เกษียณได้เตรียมจิตใจ เข้าใจการเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้นเมื่อเกษียณอายุ
5. การเตรียมตัวเกษียณอายุด้านการใช้เวลาว่าง ควรมีการศึกษาและมีการวางแผนการทำงานอดิเรกที่ชอบก่อนเกษียณอายุไม่น้อยกว่า 5 ปี เพื่อให้แผนการทำงานอดิเรกเกิดขึ้นได้ตามความประสงค์

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยในอนาคต

1. ในการวิจัยครั้งนี้ได้ศึกษาการเตรียมตัวเกษียณอายุเฉพาะผู้บริหารของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ซึ่งการวิจัยครั้งต่อไปควรเป็นการศึกษาการเตรียมตัวเกษียณอายุของบุคลากรสำนักงาน รวมทั้งศึกษาปัญหาอุปสรรคในการเตรียมตัวการเกษียณของบุคลากร เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการกำหนดแผนพัฒนาทรัพยากรบุคคลของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาต่อไป
2. ควรใช้ข้อสรุปเชิงทฤษฎีจากการศึกษาครั้งนี้เป็นแนวทางในการศึกษาการให้ความหมาย และที่มาของความหมาย การเตรียมตัวเกษียณอายุของผู้บริหารภาครัฐองค์การอื่นๆ เพื่อหาข้อสรุปที่ชัดเจน

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.เอกสารประมวลสถิติด้านสังคม 1/2558 ประชากรสูงอายุ:ปัจจุบัน
อนาคต (20 มกราคม 2558). สืบค้นเมื่อวันที่ 24 เมษายน 2559. https://www.msociety.go.th/more_news.php?cid=73.
- ชาย โพธิ์สิตา.(2554). ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพฯ : อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- ทยณฐ ขวัญไชยสิทธิ์ และคณะ. (2555). รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของครูโรงเรียนเอกชน
จังหวัดนนทบุรี .นนทบุรี: สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ธนาคารแห่งประเทศไทย.2558. รายงานการวิจัย “การวัดระดับทักษะทางการเงินกับการออมเพื่อการเกษียณ”
สืบค้นเมื่อวันที่ 24 เมษายน 2559. https://www.bot.or.th/Thai/Segmentation/Student/setthatat/DocLib_Settha_Paper_2558/FI_Doc_Prize1_2558.pdf.
- จิตรรัตน์ อติชาตินันท์ และแพรวพรรณ มังคลา.(2554). การวางแผนการเงินเพื่อเตรียมการเกษียณอายุของ
พนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค. งานวิจัยปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต คณะวิทยาการจัดการ
มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- นาคยา รัตนอัมภา.(2540). การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุราชการของพยาบาลวิชาชีพ ในโรงพยาบาลศูนย์
สังกัดกระทรวงสาธารณสุข.วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- บรรลุ ศิริพานิช.(2539). รายงานการวิจัย “ชมรมผู้สูงอายุ การศึกษารูปแบบการดำเนินงานที่เหมาะสม” สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย.
- บรรลุ ศิริพานิช.(2550). คู่มือผู้สูงอายุ : ฉบับเตรียมตัวก่อนสูงอายุ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน
- ประนอม โอทกานนท์. (2554). *ชีวิตที่สุขสมบูรณ์ของผู้สูงอายุไทย หลักการ งานวิจัยและบทเรียนจากประสบการณ์*. พิมพ์ครั้งที่2. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พิมพ์พิมุข โพธิ์ปักขีย์. (2550). ปัจจัยทางชีวสังคม ทักษะต่อการเกษียณอายุ ความเครียดจากภาระหนี้สินกับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของข้าราชการครูในจังหวัดพิจิตร.วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เพ็ญประภา เบญจวรรณ. (2558) . การเตรียมความพร้อมก่อนการเกษียณอายุ.วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 มกราคม –มิถุนายน 2558.
- วันชัย แก้วสุมาลี. (2552). ความเชื่อ ทักษะ และพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2554). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554. กรุงเทพฯ: ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้น.
- สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน. (2551). บำเหน็จบำนาญ. สืบค้นเมื่อวันที่ 26 เมษายน 2559, [http://www2.cgd.go.th/impor/พรบ ข้าราชการพลเรือน.pdf](http://www2.cgd.go.th/impor/พรบ%20ข้าราชการพลเรือน.pdf)
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.ทิศทางของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 .เอกสารประกอบการระดมความคิดเห็นทิศทางของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (กรกฎาคม 2558). สืบค้นเมื่อวันที่ 30 เมษายน 2559, http://www.nesdb.go.th/article_attach/Book_Plan12.pdf
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ . เตรียมตัวให้พร้อมไว้...ในวัยผู้สูงอายุ (ตอนที่ 1). (มปป.).สืบค้นเมื่อวันที่ 25 เมษายน 2559, http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/citizen/news/poll_elderly-1.jsp
- Atchley, R. C. (1991).Social Force and Aging. 6th ed. California: Wadworth Publishing Company.
- Atchley, R.C. (1994). Social forces and Aging: An Introduction to Social Gerontology. Belmont, California:Wadsworth.
- Burnside, T. M. (1981). Nursing and the Aged. New York: Mc Graw Hill Book Company.
- Burside, I.M. (1988). The Nursing and Ages. New York: Mc. Graw-Hill Book.
- Dutcher, Helen Heydrick. 1989. “Factors that Relate to Satisfaction in retirement” Dissertation.,1767:DAI-A 50/06.
- Glaser,Barney G., and Strauss,Anselm L. (1967). The Discovery Grounded Theory : Strategies for Qualitative 9 Research. Aldine,pp 271.
- Jack J. Leedy and James Wynbrandt .(1987). Executive Retirement Management: A Manager's Guide to the Planning and Implementation of a Successful Retirement .
- Leedy,Jack J.Wynbarand .(1987).Excutive Retirement Managenent. New York: Fact on File Publications.
- United Nation.(1996).“Lifelong preparation for old age in asia and the pacific” Economic and social commission for asia and population (ESCAP).New York.

United nation.(2015) .World Population Ageing 2015.Retrieved April 28,2016.

http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WPA2015_Highlights.pdf