บทที่ 2

แนวความคิด และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง "ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม ที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ" ผู้ศึกษาขอเสนอแนวความคิดและผลงานที่เกี่ยวข้องดังนี้ คือ

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการเกษียณอายุราชการ
2. ทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
3. ผลกระทบของการเกษียณอายุราชการ
4. ปัญหาและความต้องการของข้าราชการบำนาญ
5. แนวความคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
7. การอธิบายสรุปกรอบแนวความคิด

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการเกษียณอายุราชการ

1. ความหมายของ "เกษียณอายุ"

"เกษียณ" หมายถึงสิ้นไป หรือ การกำหนดค่าของอายุ ยึดชั้นของอายุ คำว่า "เกษียณอายุราชการ" หมายถึงการออกจากตำแหน่งทางสังคมหรือหน้าที่การงานตามอายุโดยเกณฑ์การเกษียณอายุจะใช้แตกต่างกันตั้งแต่ 60-65 ปี (กัลยา ตันติผลาชีวะ, 2524 : 159) สำหรับในประเทศไทยตามพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญนั้น การเกษียณอายุราชการ หมายถึงข้าราชการที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ จะต้องพ้นจากราชการเมื่อสิ้นปีงบประมาณที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ (กองอัตรากำลังและส่งเสริมสมรรถภาพกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย, 2512:19)

การพิจารณากำหนดอายุในการปลดเกษียณตามพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (ฉบับที่ 13) พ.ศ. 2523 ได้บัญญัติไว้ว่า (ทรงวิทย์ แก้วศรี และทัศนีย์ ดุสิตสุทธิรัตน์, 2526 : 262-263)

"ข้าราชการที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์แล้วเป็นอันพ้นจากราชการเมื่อสิ้นปีงบประมาณนั้น เว้นไว้แต่กรณีที่จำเป็นอย่างยิ่งเพื่อประโยชน์ในการรักษาความมั่นคงของราชอาณาจักร หรือเพื่อประโยชน์อย่างยิ่งแก่ราชการในด้านการศึกษา หรือการพัฒนาประเทศ หรือ เป็นข้าราชการพลเรือนในพระองค์ คณะรัฐมนตรีจะอนุมัติให้ต่ออายุราชการได้คราวละ 1 ปีจนถึงอายุ 65 ปีบริบูรณ์ก็ได้"

สรุปได้ว่า กฎหมายว่าด้วยบำเหน็จบำนาญข้าราชการที่ใช้อยู่ในปัจจุบันนี้กำหนดให้อายุของข้าราชการที่จะเกษียณอายุราชการมีอายุ 60 ปีบริบูรณ์ และต่ออายุราชการได้อีกคราวละ 1 ปี จนถึงอายุ 65 ปีบริบูรณ์

การเกษียณอายุงาน (Retirement) หรือเกษียณอายุราชการเป็นกระบวนการทางสังคมในการประกอบอาชีพที่กำหนดให้บุคคลที่ได้รับการจ้างงานต้องออกจากงานเมื่อถึงช่วงอายุที่กำหนดไว้ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง การเกษียณอายุหมายถึง การถอนตัวออกจากภาวะการณ์หนึ่งไปสู่อีกภาวะการณ์หนึ่ง จากสิ่งแวดล้อมหนึ่งไปสู่สิ่งแวดล้อมใหม่ เช่น การถอนตัวออกจากภาวะการเป็นข้าราชการไปสู่ภาวะของการเป็นอิสระ หมดภาระหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติ หรือไปสู่บทบาทหน้าที่ธุรกิจส่วนตัว เป็นต้น

แคสเตทเตอร์ (Castetter, 1976 : 476) กล่าวถึงการเกษียณอายุงานว่าเป็นกระบวนการให้บริการอย่างต่อเนื่องแก่คนงาน ซึ่งเป็นการรักษาระบบการทำงานไว้โดยจะมีบุคคลากรในจำนวนที่เหมาะสมกับงาน และอยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสมในเวลาอันสมควรแก่การปฏิบัติงาน

เบอร์นไซด์ (Burnside, 1976 : 603) กล่าวถึงการเกษียณอายุว่าเป็นวงจรชีวิตในการประกอบอาชีพที่อยู่ในช่วงต่ำสุดของการจ้างงาน ความรับผิดชอบต่ออาชีพ และโอกาสในการทำงานต่าง ๆ จะลดต่ำลงอย่างสุดขีด บุคคลที่เกษียณจะมีรายได้ในรูปของบำเหน็จบำนาญโดยไม่ต้องทำงาน ดังนั้นการเกษียณอายุงานจึงเป็นบทบาททางสังคมที่กำหนดให้มีระบบการแทนที่บุคคลตามสิทธิหน้าที่ และความสัมพันธ์กับคนอื่น นอกจากนี้การเกษียณอายุงานยังเป็นกระบวนการให้แต่ละบุคคลได้มีการจัดเตรียมชีวิตเพื่อการเริ่มแสวงหาสิ่งใหม่เพื่อการปรับตัว หรือแม้แต่การปลีกตัวออกจากสังคมเมื่อเกษียณอายุงานแล้ว

2. การกำหนดอายุของการเกษียณอายุราชการ

การกำหนดอายุเกษียณของแต่ละประเทศแตกต่างกันไป ตามสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม แต่จะอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 55-65 ปี ซึ่งบางประเทศก็พิจารณาลักษณะงานเข้าไปประกอบด้วย คือ งานระดับบริหาร หรืองานใช้กำลังสมอง จะให้เกษียณอายุราชการสูงกว่างานที่ใช้กำลังกายหรือระดับล่างลงมา ดังตัวอย่างการกำหนดอายุเกษียณในบางประเทศ ดังนี้ (พูนทรัพย์ จรรยาสุภาพ, 2530:39-40)

1. ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้กำหนดตามอายุตัวและอายุงานมี 3 อายุ คือ

1. อายุตัว 55 ปี เมื่ออายุงาน 30 ปี
2. อายุตัว 60 ปี เมื่ออายุงาน 20 ปี
3. อายุตัว 62 ปี เมื่ออายุงาน 5 ปี

นอกจากนี้ในประเทศสหรัฐอเมริกาเองก็ยังมีการเกษียณอายุราชการเมื่อ 65 ปี ด้วยเช่นกัน ในบางอาชีพ เช่น อาจารย์ในมหาวิทยาลัยที่มีความสามารถ และมีผลงานค้นคว้าดีเป็นพิเศษที่อายุเกิน 65 ปี อาจจะได้รับการว่าจ้างให้ทำงานสอนหรือวิจัยในมหาวิทยาลัยต่อเมื่อถึงอายุ 70 ปี บุคคลนั้นจะต้องถูกปลดออกจากงานเพื่อรับบำนาญโดยไม่มีข้อแม้ใด ๆ (พีรสิทธ์ คำนวณศิลป์ และคณะ, 2523 : 152-153)

2. ประเทศอังกฤษ กำหนดเกษียณอายุ 60 ปี โดยมีระบบการเลือกเกษียณอายุก่อนกำหนดได้

3. ประเทศฝรั่งเศส กำหนดตามระดับผู้ปฏิบัติงานมี 3 อายุคือ

1. งานระดับต้น เกษียณเมื่ออายุ 55 ปี
2. งานระดับกลาง เกษียณเมื่ออายุ 60 ปี
3. งานระดับสูง เกษียณเมื่ออายุ 65 ปี

4. ประเทศญี่ปุ่น กำหนดเกษียณเมื่ออายุ 60 ปี

5. ประเทศฟิลิปปินส์ กำหนดเกษียณเมื่ออายุ 65 ปี โดยมีอายุงาน 15 ปี

6. ประเทศมาเลเซีย กำหนดเกษียณเมื่ออายุ 55 ปี โดยมีระบบการเลือกเกษียณ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

7. ประเทศอินโดนีเซีย กำหนดตามระดับตำแหน่งมี 3 อายุ คือ

1. ต่ำกว่าผู้อำนวยการ เกษียณเมื่ออายุ 58 ปี

2. ผู้อำนวยการ เกษียณเมื่ออายุ 60 ปี

3. สูงกว่าผู้อำนวยการ เกษียณเมื่ออายุ 65 ปี

ในประเทศอินโดนีเซีย ยังมีการกำหนดเกษียณอายุราชการ เมื่ออายุ 55 ปี ด้วยเช่นกัน (จีระ เจริญเลิศ, 2529:98)

8. ประเทศสวีเดน เดนมาร์ค ซึ่งเป็นประเทศที่มีคนอายุยืนมาก กำหนดเกษียณอายุราชการเมื่ออายุได้ 70 ปี

9. ประเทศอาฟริกา เกษียณอายุราชการ 55 ปี (สมบูรณ์ ศาลยาชีวิน, 2526 : 59)

สำหรับประเทศไทย เริ่มกำหนดเกษียณอายุราชการในสมัยรัชกาลที่ 5 ในพระราชบัญญัติเบี้ยบำนาญ ร.ศ. 120 มาตรา 16 ได้กำหนดไว้ว่า ข้าราชการคนใดอายุครบ 55 ปี ก็ต้องออกจากราชการเพราะเหตุสูงอายุ เว้นไว้แต่รัฐบาลเห็นว่าผู้นั้นยังไม่มีความชรามาเบียดเบียน และยังมีความสามารถในการปฏิบัติราชการก็ให้รับราชการต่อไปอีกคราวละ 5 ปี จะเป็นคราวหนึ่งหรือสองคราวก็ได้ (ทรงวิทย์ แก้วศรี, ทัศนีย์ ดุสิตสุทธิรัตน์, 2526:262-263)

ผู้ที่รับราชการนอกจากจะเกษียณอายุราชการเมื่อตนเองอายุได้ 60 ปีบริบูรณ์ แล้วยังต้องเปลี่ยนสถานภาพตนเองกลายเป็นผู้สูงอายุเมื่อมีอายุ 60 ปี ด้วยเช่นเดียวกัน เนื่องจากประเทศไทยถือเกณฑ์กำหนดบุคคลที่จะเป็นผู้สูงอายุตามเกณฑ์ในที่ประชุมสมัชชาโลกว่าด้วยผู้สูงอายุซึ่งเป็นเกณฑ์สากลที่กำนดให้ชายและหญิงที่มีอายุครบ 60 ปี ขึ้นไปเป็นผู้สูงอายุ (สมบูรณ์ ศาลยาชีวิน, 2526: 59)

ข้าราชการที่รับราชการมาจนอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์ จะต้องถูกออกจากราชการ โดยวิธีการเกษียณมีสิทธิที่จะได้รับประโยชน์ตอบแทนหรือได้รับความช่วยเหลือจากทางราชการ คือ

1. มีสิทธิได้รับบำเหน็จบำนาญ
2. ได้รับเงินค่ารักษาพยาบาล
3. ได้รับเงินช่วยเหลือการศึกษาบุตร
4. ได้รับเงินช่วยเหลือพิเศษ

3. ระยะต่าง ๆ ของการเกษียณอายุการทำงาน

แอชเลย์ (Atchly R.C. 1988 : 196-198) ได้กล่าวไว้ว่า การเกษียณอายุงานเป็นกระบวนการที่บุคคลจะต้องพบกับการเปลี่ยนแปลงในระยะต่าง ๆ 5 ระยะ แต่ก่อนที่จะเริ่มเข้าสู่ระยะต่าง ๆ ของการเกษียณอายุการทำงานจะเริ่มด้วยระยะเวลาก่อนการเกษียณ

ระยะก่อนการเกษียณ (Pre - Retirement) เป็นระยะก่อนการเกษียณอายุงานแบ่งออกเป็น 2 ช่วง คือ Remote Phase กับ Near Phase โดยที่ระยะ Remote Phase เป็นระยะเวลาก่อนเกษียณนาน ๆ ผู้เกษียณจะไม่วิตกกังวลต่อการเกษียณแต่เมื่อใกล้จะเกษียณคือช่วง Near Phase ผู้เกษียณจะเริ่มกังวลต่อการที่ต้องพบกับการเกษียณอายุ ในระยะนี้ถ้าบุคคลมีการเตรียมตัวที่จะเกษียณอายุการทำงาน จะมีความพร้อมที่จะเกษียณอายุไม่วิตกกังวลต่อการเกษียณอายุหรือมีความวิตกกังวลเพียงเล็กน้อย

1. ระยะหลังเกษียณใหม่ ๆ (Honeymoon Phase) เป็นระยะช่วงหลังเกษียณใหม่ ๆ เป็นระยะที่มีความสุขที่ได้พักผ่อนจากการทำงาน รู้สึก

หลุดพ้นจากหน้าที่ได้ทำในสิ่งที่ต้องการมีเวลาว่างที่เป็นอิสระในระยะนี้ แต่ละบุคคลจะอยู่ในช่วงเวลาที่แตกต่างกันอาจจะเป็น 1-5 ปี หรือน้อยกว่า 1 ปี ก็ได้

2. ระยะเริ่มเบื่อหน่าย (Disenchantment Phase) เป็นระยะที่เริ่มมีความรู้สึกเบื่อหน่ายต่อการเกษียณอายุงาน มีความเหงา และขาดเพื่อนหงุดหงิดง่าย เกิดความรู้สึกไม่พอใจต่อชีวิตที่ดำเนินอยู่ ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงไม่ได้

3. ระยะเริ่มปรับตัว (Reorientation Phase) เป็นระยะของการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงและสภาวะหลังการเกษียณที่ต้องเผชิญต่างๆ

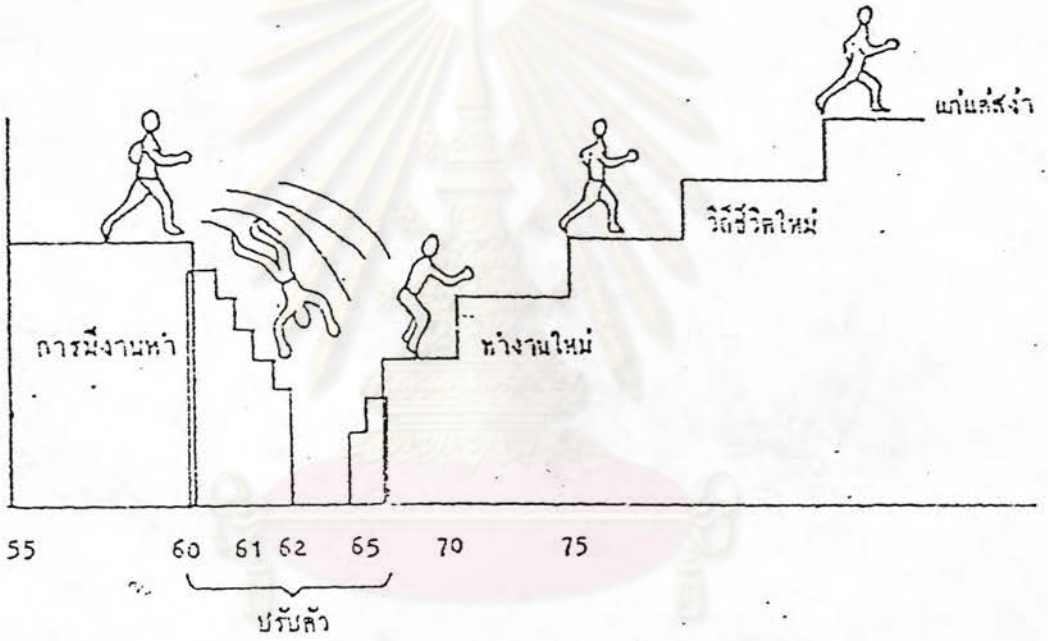
4. ระยะปรับตัวได้ (Stabilization Phase) เป็นระยะที่มีการปรับตัวได้แล้วและมีความเคยชินต่อการดำเนินชีวิตหลังการเกษียณอายุงาน

5. ระยะสิ้นสุด (Termination Phase) เป็นระยะสุดท้ายของการดำเนินชีวิตผู้เกษียณต้องพึ่งพาผู้อื่นไม่สามารถช่วยตัวเองได้ ระยะนี้จะรวมไปถึงสภาวะสุดท้ายของการมีชีวิตด้วย

ผู้เกษียณอายุทุกคนอาจจะไม่อยู่ในทั้ง 5 ระยะ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับลักษณะบุคคลและสิ่งแวดล้อมของแต่ละคน และเมื่อพิจารณาแล้ว ระยะที่มีปัญหามากที่สุด คือ ระยะที่ 2 (Disenchantment Phase)

การเปลี่ยนแปลงในระยะต่าง ๆ เหล่านี้ ผู้เกษียณอายุราชการแต่ละคนจะเผชิญกับปัญหาที่แตกต่างกันไปในแต่ละช่วงเวลาและไม่จำเป็นที่ทุกคนจะต้องผ่านทุกระยะบางคนอาจมีระยะที่ 1 หรือ 2 สั้นมากจนอาจไม่พบเลยก็ได้ เช่นคนที่เกษียณอายุจากงานหนึ่งแล้วมีงานใหม่ทำต่อไปเลย เป็นต้น บางคนอาจมีระยะ ที่ 2 ยาวนานมาก เพราะปรับตัวไม่ได้ เกิดความทุกข์จนถึงแก่กรรมใน

ช่วงนี้ได้ เกี่ยวกับช่วงระยะเวลาที่ผู้เกษียณอายุราชการมักมีปัญหาในการปรับตัว พบว่าส่วนใหญ่จะอยู่ในช่วง 60-65 ปี หลังจากนั้นผู้ที่เกษียณอายุราชการมักจะสามารถปรับตัวได้หรือมีการกลับเข้าทำงานใหม่ ทำให้ดำรงชีวิตต่อไปได้อย่างมีความสุขหรือที่เรียกว่า "แก่อย่างสง่า" ในยามบั้นปลายของชีวิต (บรรลุ ศิริพานิช 2531 : 99) ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 แสดงขั้นตอนการปรับตัวของผู้เกษียณอายุราชการ

2. <u>ทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ</u> (Theories of Aging)

นักการศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุได้รวบรวมทฤษฎีที่ จะอธิบายเกี่ยวกับผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ ซึ่งจัดได้เป็น 2 แนว คือ

1. ทฤษฎีทางด้านชีววิทยา

1.1 ทฤษฎีทำลายตนเอง (Autoimmunity Theory)

1.2 ทฤษฎีความผิดพลาด (Error Theory)

2. ทฤษฎีทางด้านสังคมวิทยา ที่จะนำมาอธิบายมี 5 ทฤษฎี คือ

2.1 ทฤษฎีบทบาท (Role Theory)

2.2 ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory)

2.3 ทฤษฎีการแยกตนเอง (Disengagement Theory)

2.4 ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory)

2.5 ทฤษฎีการประทับตรา (Labeling Theory)

1. <u>ทฤษฎีทางด้านชีววิทยา</u> เป็นทฤษฎีที่พยายามอธิบายถึงสาเหตุแห่งความชราของสิ่งชาร ได้แก่ ทฤษฎีดังต่อไปนี้ (บริบูรณ์ พรพิบุลย์, 2526)

1.1 ทฤษฎีทำลายตนเอง (Autommunity Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่าเมื่ออายุมากขึ้นร่างกายจะสร้างภูมิคุ้มกันตามปกติน้อยลง พร้อมๆ กับสร้างภูมิคุ้มกันชนิดทำลายตนเองมากขึ้นทำให้ร่างกายต่อสู้กับเชื้อโรคได้ไม่ดี เจ็บป่วยง่าย และภูมิคุ้มกันทำลายตนเองจะไปทำลายเซลล์ต่างๆ ของร่างกาย โดยเฉพาะถ้าไปทำลายเซลล์ที่เจริญเต็มที่แล้ว และไม่มีการแบ่งตัวใหม่ เช่น เซลล์สมอง เซลล์กล้ามเนื้อหัวใจ ทำให้หัวใจวายได้ง่าย นอกจากนี้ยังมีทฤษฎีความผิดพลาด (Error Theory) ที่อธิบายถึงสาเหตุที่ทำให้ร่างกายเสื่อมโทรมลงในวัยสูงอายุอีกด้วย

1.2 ทฤษฎีความผิดพลาด (Error Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่าเมื่อคนหรือสัตว์มีอายุมากขึ้น ๆ ยีนของผู้นั้นจะค่อย ๆ เกิดความผิดปกติ และความผิดปกตินี้จะค่อย ๆ มากขึ้น จนถึงจุดหนึ่งที่ทำให้เซลล์ต่าง ๆของร่างกายเสื่อมและหมดอายุลง

2. <u>ทฤษฎีทางด้านสังคมวิทยา</u> เป็นทฤษฎีที่พยายามจะวิเคราะห์เหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุต้องมีสถานภาพทางสังคมเปลี่ยนแปลงไปจากครั้งที่ยังอยู่ในวัยผู้ใหญ่ รวมทั้งเป็นทฤษฎีที่พยายามจะช่วยให้ผู้สูงอายุอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ทฤษฎีทางด้านสังคมวิทยามีหลายทฤษฎี แต่ที่จะนำมากล่าวถึงมี 5 ทฤษฎี คือ

2.1 ทฤษฎีบทบาท (Role Theory) จะทำให้ผู้ที่ศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุเข้าใจว่าทำไมผู้สูงอายุบางคนจึงมีปัญหาในการปรับตัวเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ (Cooley, 1972 อ้างถึงใน Crandall, 1980 : 117) บุคคลนั้นจะได้รับบทบาททางสังคมที่แตกต่างกันไปตลอดชั่วชีวิต เช่น บทบาทของการเป็นนักเรียน ลูก สามี ภรรยา พ่อ แม่ เป็นต้น และบุคคลจะอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขเพียงใดนั้นย่อมขึ้นอยู่กับการปฏิบัติตนต่อบทบาทที่ตนกำลังเป็นอยู่ได้เหมาะสมเพียงใด โดยที่อายุเป็นองค์ประกอบสำคัญประการหนึ่งในการที่จะกำหนดบทบาทของบุคคลในแต่ละช่วงชีวิตที่ดำเนินไปของบุคคลนั้น ดังนั้นบุคคลจะปรับตัวต่อการเป็นผู้สูงอายุได้ดีเพียงใด จึงน่าจะขึ้นอยู่กับการยอมรับถึงบทบาทในแต่ละช่วงชีวิตที่ผ่านมาของตนเอง การศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีบทบาทจะทำให้บุคคลได้มีโอกาสเตรียมตัวถึงบทบาทของตนเองที่จะต้องมีการเปลี่ยนไปตามกระบวนการทางอายุ ด้วยสังคมใช้เกณฑ์มาตราฐานทางอายุเป็นเครื่องกำหนดบทบาท และความเหมาะสมของบุคคลที่อยู่ในบทบาทนั้น เช่น ผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุแล้ว ถ้าหากยังทำตนเหมือนกับคนในวัยหนุ่มสาวก็จะถูกสังคมตำหนิว่าไม่เหมาะสม และโดยปกติเมื่อบุคคลเข้าสู่วัยสูงอายุก็มักจะสูญเสียบทบาททางสังคมที่เคยได้รับมาแต่อดีต เช่น สูญเสียบทบาทของการทำงานตามหน้าที่เมื่อการเกษียณอายุงานมาถึง ซึ่งบุคคลต่างก็พยายามที่จะพัฒนาบทบาททางสังคมของตนขึ้นมาใหม่ เพื่อทดแทนบทบาทที่ตนได้สูญเสียไป

นอกจากนี้สังคมก็สามารถที่จะเข้ามามีส่วนช่วยในเรื่องบทบาทของผู้สูงอายุได้อีกทางหนึ่ง โดยการให้ผู้สูงอายุเหล่านั้นมีโอกาสได้บทบาททางสังคมคืนมาอีกครั้ง เช่น ในรูปของอาสาสมัคร กลุ่มเพื่อน การทำงานบางส่วนหรือการส่งเสริมในรูปของบทบาท ปู่ ย่า ตา ยาย เพื่อให้ครอบครัวได้เห็นถึงความสำคัญของผู้สูงอายุ ทฤษฎีบทบาท (Role Theory) ยังมีความเกี่ยวข้องกับทฤษฎีที่สำคัญอีก 2 ทฤษฎี คือ ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) และทฤษฎีการแยกตนเอง (Disengagement Theory) ซึ่งทั้งสองทฤษฎีนี้ได้มาจากพื้นฐานการศึกษาเกี่ยวกับชีวิตของวัยผู้ใหญ่ที่เมืองเคนซัส ซิตี้ หรือ Kansas City Study of Adult Life (Havighurst, 1968) ซึ่งจะได้กล่าวในรายละเอียดต่อไป

2.2 ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) ทฤษฎีกิจกรรมนี้พัฒนาขึ้นมาจากการวิเคราะห์ของ Robert Havighurst (2534 : 33 อ้างถึงใน สุรกุล เจนอบรม) ได้ทำการศึกษาคนผิวขาวจำนวน 300 คน ที่มีฐานะปานกลางและมีสุขภาพดีโดยกลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 50-90 ปี การศึกษาดังกล่าวนี้ได้ทำการสัมภาษณ์บุคคลทั้ง 300 คน ดังกล่าวในช่วงระยะเวลามากกว่า 6 ปี โดยสัมภาษณ์เป็นระยะ ๆ ผลสรุปของทฤษฎีกิจกรรมแสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมปฏิบัติอยู่เสมอ ๆ จะมีบุคลิกที่กระฉับกระเฉง และการมีภาระกิจอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้มีความพึงพอใจในชีวิตและปรับตัวได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่ปราศจากกิจกรรมหรือบทบาทภาระกิจหน้าที่ใด ๆ กล่าวคือ จะเห็นว่า ผู้สูงอายุควรจะมีกิจกรรมทำต่อไปตามกำลังความสามารถ เนื่องจากกิจกรรมทางสังคมถือเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับมนุษย์ทุกวัย ทฤษฎีกิจกรรมเชื่อว่า กิจกรรมและบทบาทต่างๆ ซึ่งบุคคลจำต้องเลิกไปจะถูกทดแทนด้วยกิจกรรมใหม่ และยังทำนายว่า ผู้สูงอายุที่ยังคงรักษากิจกรรมทางสังคมไว้ได้จะเป็นผู้มีภาพพจน์ต่อตนเองในทางบวก มี

การปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดี มีความพึงพอใจในชีวิต และจะเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ ทฤษฎีนี้เป็นที่ยอมรับกันอย่างกว้างขวางจากนักสังคมศาสตร์ และผู้ปฏิบัติงานด้านผู้สูงอายุ

ทฤษฎีกิจกรรมเชื่อว่า กิจกรรมทางสังคมเป็นแก่นแท้ของชีวิตและจำเป็นสำหรับทุกวัย กิจกรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ ทั้งนี้เนื่องจากการมีบทบาทที่ดีทางสังคม (Social Well Being) ของผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับความคล่องแคล่วที่ยังคงอยู่ทัศนะเกี่ยวกับตนเอง (Self Conception) และเกี่ยวกับโลกซึ่งจะเป็นทัศนะที่ถูกต้องเพียงไรนั้นเป็นผลมาจากการสังสรรค์และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมทฤษฎีกิจกรรมยืนยันว่า ผู้สูงอายุที่สามารถดำรงกิจกรรมทางสังคมไว้ได้จะเป็นผู้มีความพึงพอใจในชีวิตสูงมีภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองในด้านบวก กล่าวโดยสรุปทฤษฎีกิจกรรมเป็นทฤษฎีที่เชื่อว่าผู้สูงอายุจะมีชีวิตเป็นสุขได้นั้นควรมีบทบาทหรือกิจกรรมทางสังคมพอสมควร เช่น การมีงานอดิเรกทำหรือการเป็นสมาชิกกลุ่มกิจกรรม สมาคม ชมรม เป็นต้น

2.3 ทฤษฎีการแยกตนเอง (Disengagement Theory) ทฤษฎีการแยกตนเองเป็นอีกทฤษฎีหนึ่งที่รู้จักกันอย่างแพร่หลาย และเป็นทฤษฎีที่ก่อให้เกิดความคิดเห็นขัดแย้งกันในทางทฤษฎีสังคมของผู้สูงอายุ ทฤษฎีการแยกตนเอง (Disengagement Theory) ปรากฏเป็นครั้งแรกในหนังสือชื่อ "Growing Old" ของ Elaine Cumming และ William Henry ในปี ค.ศ. 1961 (2534 : 35 อ้างถึงใน สุรกุล เจนอบรม) ซึ่งกล่าวว่า เป็นเรื่องธรรมดาและหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่ผู้สูงอายุจะต้องลดกิจกรรมของตนเองและบทบาททางสังคม เมื่อตนเข้าสู่วัยสูงอายุ ผู้สูงอายุพยายามจะหลีกเลี่ยงหนีจากความกดดัน และความตึงเครียดโดยการถอนตัว (Withdrawal) ออกจากสังคม ซึ่งเป็นผลจากการที่

รู้สึกว่าตนเองมีความสามารถลดลง นอกจากนี้นักทฤษฎีการแยกตนเองเชื่อว่า การที่ผู้สูงอายุไม่เกี่ยวข้องกับกิจกรรม และบทบาททางสังคมนั้น เป็นการถอนสถานภาพและบทบาทของตนเองให้แก่หนุ่มสาว หรือคนที่จะมีบทบาทหน้าที่ได้ดีกว่า ทั้งนี้เพราะความต้องการสูงสุดของสังคม คือ ต้องการทักษะและแรงงานจากคนรุ่นใหม่มากกว่าการได้จากผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไป จะคุ้นเคยต่อการไม่ข้องเกี่ยวกับสังคม หลังจากที่รู้สึกกระวนกระวาย วิตกกังวล และมีความบีบคั้นในช่วงต้น ๆ ในที่สุดผู้สูงอายุจะยอมรับสภาพใหม่ คือ การไม่เกี่ยวข้อง

นักทฤษฎีการแยกตนเอง มีความเห็นขัดแย้งกับนักทฤษฎีกิจกรรม โดยที่นักทฤษฎีการแยกตนเองมีความเห็นว่า เป็นเรื่องปกติและเป็นความพอใจในส่วนบุคคลของผู้สูงอายุที่จะแสวงหาบทบาทของความสงบเงียบ ลดการเกี่ยวข้องกับผู้อื่นลงและมีเวลาว่างมากขึ้น ซึ่งถือเป็นเรื่องปกติ นักทฤษฎีการแยกตนเองไม่เชื่อว่า สิ่งที่สำคัญสำหรับผู้สูงอายุ คือ การที่จำเป็นจะต้องคงสภาพของการมีส่วนร่วมในกิจกรรมไว้ ทฤษฎีนี้มีความเห็นว่า ตามปกติแล้วผู้สูงอายุจะลดกิจกรรมให้น้อยลง ในขณะที่จะปรับตนเองให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงตามปกติของกระบวนการที่เป็นผู้สูงอายุ

ตามความเห็นของทฤษฎีการแยกตนเองนี้ ผู้สูงอายุมีประสบการณ์ในเรื่องการที่ตนเองต้องสูญเสียบทบาททางสังคมและพละกำลังที่ลดน้อยถอยลง ดังนั้นจึงต้องการที่จะถอดถอนตนเองออกจากการเป็นผู้ผลิต และการแข่งขันในหน้าที่การงานต่างๆ เหมือนเมื่อสมัยที่ยังปฏิบัติหน้าที่การงานอยู่ Cumming และ Henry ชี้ให้เห็นว่า ผู้สูงอายุที่ถอดถอนตัวเองออกจาการมีส่วนร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมสามารถที่จะมีเวลาในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีแก่บุคคลในครอบครัวได้มากกว่า ผู้สูงอายุที่ใช้เวลาส่วนใหญ่ทำงานหรือกิจกรรมนอกบ้าน อย่างไรก็ตามทฤษฎี

นี้ ยังมีข้อขัดแย้งมากมายที่ยังไม่ได้รับการศึกษาหรือทดสอบอย่างมีระบบแต่ก็ยังไม่มีใครกล่าวว่าเป็นการค้นพบที่ผิด (สุรกุล เจนอบรม, 2534:35)

2.4 ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory) ทฤษฎีความต่อเนื่องเป็นทฤษฎีที่กล่าวถึง การปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุอีกทฤษฎีหนึ่ง ตามแนวทฤษฎีนี้กล่าวว่า ผู้สูงอายุจะแสวงหาบทบาททางสังคมใหม่มาทดแทนบทบาททางสังคมเก่าที่ตนสูญเสียไป และยังคงสภาพที่จะพยายามปรับตนเองให้เข้าต่อสภาพแวดล้อมใหม่อย่างต่อเนื่องอยู่เสมอ

ตามแนวคิดของทฤษฎีนี้เห็นว่า บุคคลไม่ว่าหนุ่มสาวหรือสูงอายุจะมีบุคลิกภาพ และมีรูปแบบของความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันไป โดยที่บุคลิกภาพ และรูปแบบของการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันไปของแต่ละบุคคลนั้นจะบอกให้ทราบถึงการปรับตัวเพื่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตเมื่ออยู่ในวัยสูงอายุ เช่น บุคคลที่ไม่ค่อยจะยุ่งเกี่ยวกับผู้อื่นก็มักจะไม่ชอบมีกิจกรรมร่วมกับใครเมื่อเกษียณอายุแล้ว ในทำนองเดียวกับบุคคลที่พบปะสังสรรค์มีกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นเสมอ ๆ ก็ไม่ชอบที่จะนั่งอยู่คนเดียวเงียบ ๆ ที่บ้าน เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ กล่าวโดยสรุปคือ การปรับตัวในวัยสูงอายุนั้นจะดีเพียงใดขึ้นอยู่กับชีวิตหนหลังที่ผ่านมา ผู้สูงอายุจะประสบความสุขความสำเร็จในการดำเนินชีวิตเพียงใด ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นจะยังคงไว้ซึ่งบุคลิกภาพและความพึงพอใจในชีวิตของตนเองที่มีมาแต่หนหลังได้ดีเพียงใด Neugarten, Havighurst และ Tobin กล่าวว่า บุคคลทั่วไปมักจะเตรียมแนวทางที่ตนเองคิดว่าประสบความพึงพอใจในชีวิตของการเป็นผู้สูงอายุมากกว่าที่จะพยายามปรับตัวเองให้เป็นไปตามกฎเกณฑ์ของสังคม (สุรกุล เจนอบรม, 2534 : 36)

2.5 ทฤษฎีประทับตรา (Labeling Theory) Bengtson (1973, อ้างถึงใน Crandall, 1980 :118) ทฤษฎีนี้ใช้อธิบายพฤติกรรมบางอย่างของผู้สูงอายุ ทฤษฎีนี้กล่าวว่าเมื่อคนเราถูกประทับตราว่า "อายุมาก" หรือ "ชรา" สิ่งนี้จะมีผลกระทบต่อการปฏิบัติและการมองของผู้อื่นต่อตัวเรา เมื่อปัจเจกบุคคลถูกประทับตราเขาจะได้ Identity ใหม่ๆ ตำแหน่งและบทบาทใหม่ ซึ่ง Identity ใหม่นี้ จะกลายเป็น "Master Status" คือ สถานภาพซึ่งอยู่เหนือผู้อื่น มันเป็นสถานภาพที่ผู้อื่นต้องให้ความสนใจ และตอบสนองโดยทันที เมื่อคนเราถูกประทับตราแล้วมันก็เป็นการยากที่จะเปลี่ยนแปลง เพราะพฤติกรรมของเราจะถูกตีความไปตาม Identity ใหม่ Identity ใหม่จะถูกเน้น ครั้งแรกปัจเจกบุคคลที่ถูกประทับตราจะไม่เชื่อว่า เขาเป็นผู้สูงอายุ แต่เนื่องจากคนอื่น ๆ ปฏิบัติต่อเขาเหมือนกับว่าเขาเป็นผู้สูงอายุ ดังนั้นผู้สูงอายุจะเชื่อว่าเขาเป็นผู้สูงอายุจริง ๆ และผู้สูงอายุจะได้รับการตอบสนองทางบวกต่อพฤติกรรมที่แสดงว่าเขาเป็นผู้สูงอายุ และได้รับการตอบสนองทางลบต่อพฤติกรรมที่ปกติของเขา

นอกจากนี้ผู้สูงอายุจะถูกนำไปเปรียบเทียบกับผู้อื่นที่มีลักษณะคล้ายกัน จึงทำให้เขาไม่มีโอกาสที่จะเปลี่ยนแปลงการตีตราดังกล่าว

ทฤษฎีนี้พยายามชี้ให้เห็นว่าการประทับตรามีผลกระทบมากต่อวิถีทางที่เราจะมีปฏิกริยาตอบสนองผู้อื่น ผู้ที่ถูกประทับตราว่าเป็นคนสูงอายุหรือคนชราจะมีบทบาทลดลง แต่ปัจเจกบุคคลอาจตอบสนองต่อการถูกประทับตราแบบเดียวกันในลักษณะที่ต่างกัน การถูกประทับตราว่าเป็นผู้สูงอายุ อาจเป็น

สาเหตุของการซึมเศร้าอย่างรุนแรงในบุคคลหนึ่ง แต่อาจเป็นความรู้สึกภาคภูมิใจในอีกบุคคลหนึ่งก็ได้ (มารศรี นุชแสงพลี, 2532 : 23)

อย่างไรก็ตามทฤษฎีเหล่านี้ไม่มีทฤษฎีใดที่สามารถอธิบายสาเหตุแห่งความเสื่อมถอยของสังขาร และการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ จิตใจ และสภาพทางสังคมของผู้สูงอายุได้ทั้งหมด

3. ผลกระทบของการเกษียณอายุ

การเกษียณอายุงานก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ที่เกษียณในหลาย ๆ ด้าน ซึ่งล้วนแต่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้เกษียณ และต่อการดำเนินชีวิตอย่างมากมาย ผลกระทบเหล่านี้ก่อให้เกิดกระบวนการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพ (Physiological Change) การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ หรือ จิตใจ (Phychological Change) การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมและวัฒนธรรม (Social Cultural Change) การเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ (Economic Change) ซึ่งกล่าวได้ดังนี้

1. ด้านกายภาพ เป็นการเปลี่ยนแปลงของระบบต่างๆ ของร่างกายได้แก่ (เสนอ อินทรสุขศรี, 2526 : 1)

1.1 ผิวหนังจะบาง แห้งเหี่ยวย่น ขาดความมันและขาดความยืดหยุ่น ต่อมเหงื่อน้อยลง ทำให้การปรับอุณหภูมิไม่ดีเช่นวัยอื่น

1.2 ระบบประสาทสัมผัส จะมีการเปลี่ยนแปลงของประสาทสัมผัส ดังต่อไปนี้

ตา สายตาจะเลวลง อาจเกิดต้อกระจก กล้ามเนื้อลูกตาเสื่อมทำให้เวียนศรีษะง่าย

หู ประสาทรับเสียงเสื่อม หูตึง ต้องพูดดัง ๆ จึงจะได้ยิน

จมูก ประสาทรับกลิ่นเลวลง

1.3 ระบบทางเดินอาหาร ฟันหัก การรับประทานอาหารไม่สะดวก ต่อมน้ำลายขับน้ำลายออกมาน้อย กรดเกลือในกระเพาะอาหารมีน้อย ทำให้อาหารย่อยไม่ดี ท้องอืด ภาวะขาดอาหารจึงเกิดได้ง่าย โลหิตจาง ตับ และตับอ่อนเสื่อมไป ทำให้เกิดโรคเบาหวานได้ง่ายการขับถ่ายไม่ปกติท้องผูกง่าย

1.4 ระบบกระดูกและไขข้อ กระดูกของผู้สูงอายุ มีแคลเซี่ยมน้อยทำให้กระดูกบางและเปราะง่าย เจ็บตามกระดูก รูปร่างกระดูกผิดไป ตัวเตี้ยลง ไขข้อเสื่อม ทำให้มีการอักเสบ ปวดตามข้อ

1.5 ระบบทางเดินหายใจ ปอดเสื่อม การยุบและขยายตัวไม่ดี เหนื่อยง่าย กล่องเสียงเสื่อม เสียงแหบแห้ง กล้ามเนื้อทรวงอกเสื่อมจึงทำให้การหายใจไม่ดี

1.6 ระบบหัวใจและหลอดเลือด กล้ามเนื้อหัวใจอ่อนกำลัง หลอดเลือดแข็งตัวขาดความยืดหยุ่น ความดันโลหิตจะสูงขึ้น ไขมันเกาะผนังหลอดเลือดหนาขึ้นทำให้มีโรคเกี่ยวกับหัวใจได้ง่าย

1.7 ระบบประสาทและสมอง สมองเสื่อมไปความรู้สึกช้าการเคลื่อนไหวช้า ความสัมพันธ์ระหว่างสมองกล้ามเนื้อและข้อเสียไป การทรงตัวไม่ดี มีอาการสั่นตามร่างกาย บางคนหลงลืมง่าย

1.8 ระบบต่อมไร้ท่อ เสื่อมไป ต่อมเพศเสื่อม

2. ด้านจิตใจ เมื่อเกษียณอายุงานแล้ว ต้องทำให้ผู้เกษียณถูกตีตราว่าเป็นผู้สูงอายุด้วย ทำให้ผู้เกษียณถูกมองว่าไม่มีความสามารถและเมื่อออกจากงานอำนาจที่เคยมีอยู่ก็หมดไปไม่ต้องทำงานประจำทำให้มีเวลาว่างมากขึ้น สิ่งเหล่านี้ถ้าผู้เกษียณปรับตัวไม่ได้จะทำให้หงุดหงิด มีความซึมเศร้า คิดว่าตนหมดความหมาย ไม่มีคุณค่าขาดความพึงพอใจต่อสภาพชีวิตในปัจจุบัน

การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจของผู้สูงอายุ สาเหตุหนึ่งเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เช่น ความเจ็บป่วย การเสื่อมลงของระบบของร่างกาย ทำให้เกิดความวิตกกังวล ความกดดัน จากสภาพร่างกายที่ไม่ปกติ การเปลี่ยนแปลงทางด้านบทบาททางสังคม เช่น การเกษียณอายุ การสูญเสียบทบาทในการเป็นหัวหน้าครอบครัว การตายของคู่สมรส ญาติ หรือ เพื่อน เหล่านี้มีผลกระทบต่อจิตใจของผู้สูงอายุ ทำให้จิตใจหดหู่เศร้า นอกจากนี้ ความขัดข้องในทางเพศ ค่านิยมทางสังคมที่เห็นว่า ผู้สูง

อายุไม่ควรมีบทบาทการแสดงออกทางเพศก็เป็นสิ่งที่ขัดขวาง ความต้องการทางเพศ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกตนเองไม่มีค่า สิ่งเหล่านี้นับเป็นสิ่งกดดันทางอารมณ์ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้สูงอายุอย่างหนึ่ง

3. ด้านสังคมและวัฒนธรรม การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมและวัฒนธรรม ได้แก่ (ประพิมพ์ดาว สุคนธ์, 2526 : 37)

3.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านสถานภาพ และบทบาททางสังคม เช่นการเปลี่ยนแปลงทางการงาน การสูญเสียบทบาทในการเป็นผู้นำครอบครัว จากบทบาทที่เคยเป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัวกลายเป็นผู้พึ่งพาอาศัยเป็นผู้รับมากกว่าผู้ให้ ทำให้ผู้สูงอายุสูญเสียอำนาจและบทบาทสังคมที่เคยมี

3.2 การถูกทอดทิ้ง จากการย้ายถิ่นของประชากรวัยหนุ่มสาวในชนบททำให้ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งอยู่ในถิ่นเดิม ส่วนผู้อยู่ในกรุงก็มีแนวโน้มที่จะอยู่กันตามลำพังมากขึ้น เนื่องจากบุตรหลานไม่มีเวลาเอาใจใส่ เพราะต้องทำงานนอกบ้านเป็นส่วนใหญ่

3.3 การเสื่อมความเคารพ ในสมัยก่อนผู้สูงอายุได้รับความเคารพนับถือในฐานะผู้มีประสบการณ์ ผู้แนะนำสั่งสอน แต่ในปัจจุบันค่านิยมเหล่านี้กำลังเปลี่ยนไปตามสังคมตะวันตกที่ถือว่าตัวใครตัวมัน และคิดว่าผู้สูงอายุไม่ทันต่อเหตุการณ์

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ì17898794

4. ด้านเศรษฐกิจ ข้าราชการบำนาญเป็นบุคคลที่เคยมีรายได้จากการทำงาน เมื่อไม่มีงานทำหรือเกษียณอายุราชการแล้วรายได้อาจลดน้อยลง ซึ่งรายได้นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งต่อการดำรงชีวิตของคนในสังคมในปัจจุบันที่จะสนองตอบความต้องการในด้านต่าง ๆ ให้แก่ข้าราชการบำนาญได้ ไม่ว่าจะเป็นบ้าน ที่อยู่อาศัยในสภาพที่ดี อาหารที่มีคุณค่า การรักษาพยาบาลอย่างถูกต้อง การซื้อหาอุปกรณ์อำนวยความสะดวกและความสุขของตน และยังเป็นปัจจัยหนึ่งในการเลือกทำกิจกรรมที่ตนพอใจได้อีกด้วย รายได้จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้ข้าราชการบำนาญดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

แต่เนื่องจากข้าราชการบำนาญ ส่วนใหญ่จะมีรายได้ลดลง รายได้พิเศษต่างๆ ก็หมดไป แต่ในขณะเดียวกันรายจ่ายต่างๆ ก็ยังคงมีอยู่ และอาจจะเพิ่มมากขึ้นในกรณีที่ข้าราชการบำนาญนั้นสุขภาพไม่ดี ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพอีกด้วย

4. <u>ปัญหาและความต้องการของข้าราชการบำนาญ</u>

จากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม วัฒนธรรม และเศรษฐกิจดังกล่าวมาแล้ว ทำให้ข้าราชการบำนาญประสบปัญหาในด้านต่าง ๆ ได้แก่

1. ปัญหาทางสุขภาพร่างกาย เนื่องจากความเสื่อมโทรมของระบบต่าง ๆ ของร่างกายทำให้สุขภาพไม่แข็งแรง เจ็บป่วย เป็นโรคต่าง ๆ ได้ง่าย

2. ปัญหาสุขภาพจิตและอารมณ์ ซึ่งส่วนหนึ่งอาจมีผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เช่น ความวิตกกังวลต่อความเจ็บป่วย และความหงุดหงิด ความหวาดระแวง อาการเศร้าซึม ท้อแท้ หลงผิด ประสาทหลอนจากความผิดปกติของระบบประสาทต่าง ๆ นอกจากนี้ อาจมีผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เช่น การสูญเสียบุคคลที่ใกล้ชิด การสูญเสียสถานภาพทางสังคม และหน้าที่การงาน เป็นต้น

3. ปัญหาด้านครอบครัว จากการที่เกิดการเปลี่ยนแปลงในครอบครัว เช่น บุตรแต่งงานและมีความจำเป็นต้องย้ายไปอยู่ที่อื่น ครอบครัวที่เคยมีสมาชิกหลายคนอยู่กันอย่างมีชีวิตชีวาอบอุ่น อาจต้องแยกย้ายออกไปเหลือข้าราชการบำนาญอยู่กับคู่สมรสหรืออยู่กับบุตรคนใดคนหนึ่งเมื่อบุตรออกไปทำงาน หลานต้องไปเรียนหนังสือ ข้าราชการบำนาญต้องอยู่กับบ้านตามลำพัง ข้าราชการบำนาญบางคนไม่สามารถอยู่กับบุตรได้ต้องเข้าอยู่ในสถานสงเคราะห์

4. ปัญหาทางด้านสังคม การเกษียณอายุงาน เป็นการถอนบทบาททางสังคมภายนอกทำให้ผู้เกษียณมีสังคมแต่ภายในบ้าน ขาดการพบปะกันเพื่อนร่วมงาน บทบาททางสังคมลดลงอำนาจต่าง ๆ ที่เคยมีหมดไป ส่งผลให้ผู้เกษียณคิดว่าตนหมดคุณค่า ขาดคนเคารพยกย่อง ก่อให้เกิดปัญหาทางจิตใจมีความเหงาและว้าเหว่ ถ้าไม่มีบทบาททดแทนจะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจต่อชีวิต ผู้เกษียณอายุมักขาดเพื่อน เนื่องจากสภาพร่างกายไม่อาจไปมาหาสู่กับเพื่อนรุ่นเดียวกัน หรือเพื่อนฝูงตายไป และอาจขาดสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลในครอบครัวที่รุ่นเยาว์กว่า เนื่องจากทัศนะต่างกัน รสนิยมต่างกัน จึงทำให้เกิดความขัดแย้งกับบุคคลรุ่นเยาว์ได้ง่าย

5 ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ผู้เกษียณอายุที่ไม่มีรายได้หรือมีรายได้ลดลงจากเดิม อาจต้องพึ่งพาบุตรหลานในด้านการเงินและการกินอยู่ โดยเฉพาะถ้าบุตรหลานมีรายได้น้อย หรือไม่มีบุตรหลานอุปการะก็จะมีปัญหามาก ส่วนผู้เกษียณอายุที่มีรายได้เป็นของตนเอง เช่น เงินบำนาญ และรายได้ อื่น ๆ ก็จะไม่ประสบปัญหานี้มากนัก

ในด้านความต้องการด้านต่าง ๆ ของผู้เกษียณอายุ มีดังนี้

1. ความต้องการทางด้านร่างกาย ได้แก่ ความต้องการด้านปัจจัย 4 ซึ่งได้แก่ อาหารที่เหมาะสมกับวัยและสภาพของร่างกาย ที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม เครื่องนุ่งห่มตามสมควร และการรักษาพยาบาลตามสภาพของร่างกาย

2. ความต้องการทางด้านจิตใจ ได้แก่ ความต้องการความรัก และความเอาใจใส่การเคารพยกย่อง และการแสดงความกตัญญูกตเวทีจากลูกหลาน ต้องการสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจได้แก่ ศาสนาหรือธรรมะ เพื่อทำให้จิตใจสงบ พ้นจากความวิตกกังวล ผู้สูงอายุส่วนมากจึงหันหน้าเข้าหาวัด และหันมาสนใจเรื่องศาสนา เอาศาสนาเป็นที่พึ่ง (สมพร เทพสิทธา, 2529 : 60)

3. ความต้องการทางด้านเศรษฐกิจ ได้แก่การมีงานทำและมีรายได้ รวมทั้งการประกันรายได้ ซึ่งในบั้นปลายของชีวิตรายได้อาจจะลดลง หากผู้เกษียณอายุได้มีการประกันสังคมประเภทประกันการชราภาพไว้ตั้งแต่วัยทำงานก็จะได้รับบำนาญชราภาพ ช่วยให้ชีวิตเกิดความมั่นคงและไม่เป็นภาระแก่บุตรหลานและสังคมส่วนรวม

4. ความต้องการทางด้านสังคม ได้แก่ ความต้องการการยอมรับและยกย่องจากสังคมการได้มีส่วนร่วมในสังคม ชุมชน ทั้งนี้เพราะผู้เกษียณอายุแม้จะมีความบกพร่องทางร่างกาย แต่ยังคงมีสมรรถภาพทางจิตใจตลอดจนสติปัญญาที่จะบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคมได้ สังคมจึงควรเปิดโอกาสให้ผู้เกษียณอายุได้มีส่วนในการปรับปรุงคุณภาพชีวิตของชุมชนให้ดียิ่งขึ้น

5. ต้องการที่จะลดการพึ่งพาผู้อื่น กล่าวคือผู้สูงอายุต้องการดำเนินชีวิตอย่างปกติเหมือนผู้อื่น คืออยู่อย่างมีชีวิตชีวา และสามารถคิดทำอะไรได้อย่างอิสระ และต้องการรักษาความอิสระในชีวิตของตนโดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่นให้นานที่สุดเท่าที่จะทำได้ แต่เมื่อใดก็ตามที่ผู้สูงอายุต้องการความช่วยเหลือ ผู้สูงอายุต้องการได้รับความช่วยเหลือจากลูกหลานของตนเป็นอันดับแรก (บริบูรณ์ พรพิบูลย์, 2525 : 190)

6. ความต้องการความรู้ประสบการณ์ใหม่ ๆ ในสังคม เพื่อปรับตัวเองให้เหมาะสมกับความเปลี่ยนแปลงของวัยและสิ่งแวดล้อม จากสภาพความเปลี่ยนแปลง ปัญหา และความต้องการของผู้เกษียณอายุดังกล่าว จะเห็นได้ว่าจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีผู้ช่วยเหลือดูแลให้ผู้เกษียณอายุได้รับการตอบสนองตามสภาพปัญหาและความต้องการเหล่านั้น อันจะทำให้ผู้เกษียณอายุซึ่งเป็นบุพการี หรือญาติผู้ใหญ่ และเป็นบรรพชนของสังคมได้รับความสุข ความพึงพอใจในชีวิตมากที่สุด ในฐานะเป็นผู้เสียสละเพื่อครอบครัวและสังคม ซึ่งจะมีผลต่อสุขภาพจิตที่ดีและความพึงพอใจในชีวิตของผู้เกษียณอายุ

จากผลกระทบดังกล่าวสอดคล้องกับการวิจัยของ สมศรี กันธมาลา (2529 : 23) ที่พบว่า ปัญหาของผู้เกษียณอายุงานได้แก่

1. คนที่เคยมียศมีตำแหน่งจะรู้สึกตนเองหมดคุณค่า ถ้าปรับตัวไม่ทันจะบั่นทอนสุขภาพและเสียชีวิตลงในเวลาอันสั้น
2. ไม่รู้จักใช้เวลาว่าง ทำให้เบื่อหน่ายต่อชีวิต
3. รายได้ลดลง
4. มีความเหงาเนื่องจากขาดเพื่อน
5. ไม่ได้เตรียมตัวที่จะเกษียณทำให้ปรับตัวไม่ทันเกิดความท้อแท้

จากผลกระทบที่เกิดจากการเกษียณอายุงานดังกล่าว การที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้เกษียณมีการปรับตัวได้ดี มีความพร้อม และความพึงพอใจในชีวิตได้วิธีหนึ่ง คือ การส่งเสริมให้ผู้เกษียณมีการเตรียมตัวที่จะเกษียณอายุจากการทำงาน

หอสมุดกลาง สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

5. แนวความคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

ความพึงพอใจในชีวิตเป็นสิ่งที่พึงปรารถนาของบุคคล เพราะเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข เป็นการสะท้อนให้เห็นถึงคุณภาพชีวิตของบุคคลนั้น ๆ ซึ่งการศึกษาวิทยาการผู้สูงอายุ (Gerontology) มักใช้ความพึงพอใจในชีวิตเป็นตัวชี้วัดถึงคุณภาพของผู้สูงอายุ (สุรกุล เจนอบรม ,2534 : 38)

1. ความหมายของความพึงพอใจ (Life Satisfaction)

ในทัศนะของ Porter และ Lawler (1968 : 30 อ้างถึงใน จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนากุล, 2526 : 12) กล่าวว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ระดับความลงรอย (Congruence) ระหว่างความคาดหวังที่บุคคลมีอยู่และรางวัลที่บุคคลนั้นได้รับจริง ๆ ซึ่งคำนิยามนี้มักใช้ในงานเขียนเกี่ยวกับความพึงพอใจต่ออาชีพ (Job Satisfaction)

ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกที่เป็นสุขประกอบไปด้วย ความสนุกสนานไม่ต้องเผชิญกับความเครียด ความไม่พึงประสงค์ (Unplasant) และ ความชอกช้ำ ซึ่งความรู้สึกนี้เกิดขึ้นเมื่อบุคคลได้เปรียบเทียบสถานการณ์ปัจจุบันที่เป็นอยู่กับสถานการณ์ที่เขาคาดหวังให้เป็น (Barrow and Smith, 1977 : 56 อ้างถึงในสุรกุล เจนอบรม)

อีกแง่มุมหนึ่ง แจคเคิล (Jackle , 1974 : 362 อ้างถึงใน สุรกุล เจนอบรม) ได้กล่าวถึงความพึงพอใจในชีวิตว่า เป็นความยินดีของบุคคลที่ได้จากการรับรู้ถึงคุณค่าชีวิตของตนเอง ที่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และยังมีความสามารถที่จะพัฒนาตนเองได้

จากทฤษฎีความต้องการของมาสโลว์ (Maslow's need) เชื่อว่าความพึงพอใจของมนุษย์จะเกิดขึ้นเมื่อความต้องการได้รับการตอบสนอง และความต้องการนั้นจะเพิ่มระดับขั้นของความต้องการ 5 ขั้น จากขั้นพื้นฐานสู่ระดับที่สูงขึ้น โดยที่ความต้องการขั้นพื้นฐานจะต้องได้รับการตอบสนองอย่างเพียงพอก่อนจึงจะเกิดความต้องการในระดับที่สูงขึ้น ความต้องการ 5 ขั้นนั้น คือ

1. ความต้องการเพื่อการอยู่รอดของมนุษย์ เช่น ความต้องการอาหาร น้ำ อากาศ ความต้องการทางเพศ และความต้องการทางด้านปัจจัยสี่
2. ความต้องการความมั่นคง ปลอดภัย
3. ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ
4. ความต้องการการยอมรับนับถือ
5. ความต้องการที่จะบรรลุความสำเร็จสมหวังในชีวิต

ความพึงพอใจในชีวิตตามแนวทฤษฎีของมาสโลว์ (Maslow 's Theory) แสดงให้เห็นว่า ความพึงพอใจในชีวิตเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน สามารถเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ และระยะเวลา ซึ่งขึ้นอยู่กับ ความต้องการในขณะนั้นของแต่ละบุคคลที่เป็นไปตามลำดับขั้น ตั้งแต่ระดับพื้นฐานไปจนถึงระดับสูงสุด คือ ความต้องการความสำเร็จในชีวิต

ในทัศนะของ Poitrenaud (1980 : 742) กล่าวว่าความพึงพอใจในชีวิต ต้องครอบคลุมด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้คือ

1. ชีวิตการทำงาน (Professional Life) บุคคลต้องมีความพึงพอใจในงาน ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน และสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

2. ความรู้สึกทางอารมณ์ (Sentimental Life) เช่น มีความพึงพอใจในเรื่องของความรัก

3. ชีวิตครอบครัว (Family Life) หมายถึง มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของตนกับคู่ชีวิตและญาติสนิท

4. ชีวิตสังคม (Social Life) มีความพึงพอใจกับกิจกรรมต่าง ๆ ของสังคม เช่น การเข้าร่วมในองค์กรต่าง ๆ ทางการเมือง ศาสนา หรือองค์กรไม่เป็นทางการต่าง ๆ

5. การใช้เวลาว่าง (Leisure Life) มีความพึงพอใจกับกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนใจ งานอดิเรก หรือกิจกรรมที่ให้ความสนุกสนาน เช่น การไปชมภาพยนตร์ การเล่นกีฬาต่าง ๆ เป็นต้น

Borrow and Smith (1979: 56) กล่าวว่าความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) เป็นคำที่ซับซ้อนมีความหมายแตกต่างกันไป เช่น

1. คนส่วนมากคิดว่าเป็นความสุข (Happiness)
2. บางคนเชื่อว่าเป็นความสุขที่ประกอบไปด้วยความสนุกสนาน (Zest)
3. คนจำนวนไม่น้อยเชื่อว่า คือ การมีประสบการณ์ที่ดี (Positive Experience) การได้รับผลตอบแทนจากการกระทำของตน (Rewarding Activities) การมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นดี (Meaningful Relationships)

4. คนจำนวนไม่น้อยเชื่อว่า การไม่ต้องพบกับความชอกช้ำ (Trauma) ความเครียด (Stress) ไม่พึงปรารถนา (Unpleasant) เป็นความพึงพอใจ

6. ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

มารศรี นุชแสงพลี (2532) ทำการวิจัยเรื่อง "ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ :ศึกษากรณีผู้สูงอายุในชุมชนบ่อนไก่ "กรุงเทพมหานคร" ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้คือ

ผู้สูงอายุในชุมชนนี้ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในชีวิตในระดับปานกลางค่อนข้างสูง ลักษณะภูมิหลังทางสังคมของผู้สูงอายุไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต ยกเว้น สถานภาพการสมรสที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุมากที่สุด ได้แก่ รายได้ รองลงมาตามลำดับคือ สุขภาพ ระดับการศึกษา ระดับความถี่ในการปฏิสัมพันธ์กับบุตรหลาน และการมีงานอดิเรก

ส่วนปัจจัยที่ไม่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ ระดับการพึ่งพิงของผู้สูงอายุ การมีงานทำ ความสัมพันธ์กับเพื่อนบ้าน และกับเพื่อนสนิท นอกจากนี้ตัวแปรที่พบว่ามีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ คือ ระยะเวลาที่อยู่อาศัยในชุมชน ผลจากการศึกษาครั้งนี้อาจกล่าวได้ว่าเป็นการสนับสนุนทฤษฎีกิจกรรมคือผู้สูงอายุที่มีงานอดิเรกทำในเวลาว่าง และมีความถี่ในการปฏิสัมพันธ์กับบุตรหลานสูง จะเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูง

เขมิกา ยามะรัต (2527) ทำการวิจัยเรื่อง "ความพึงพอใจในชีวิตของคนชรา" ศึกษากรณีข้าราชการบำนาญกระทรวงเกษตรและสหกรณ์" ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้คือ

คนชราส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจในชีวิตสูง ลักษณะภูมิหลังทางสังคมของคนชราไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต ยกเว้นสถานภาพสมรสและตำแหน่งครั้งสุดท้าย ซึ่งคงมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตมากที่สุด คือ การมีส่วนร่วมทางสังคม รองลงมาได้แก่ ความสัมพันธ์กับครอบครัว สุขภาพ ฐานะทางเศรษฐกิจ ความสัมพันธ์กับญาติ ความเสียเปรียบสัมพัทธ์ ความสัมพันธ์กับเพื่อนและเพื่อนบ้าน จำนวนโรค การมีงานอดิเรก งานยามว่าง และรายได้ตามลำดับ

ส่วนตัวแปรที่ไม่พบว่ามีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต คือ การเป็นสมาชิกสมาคมต่าง ๆการอยู่กับคู่สมรส และการอยู่กับบุตรหลาน

สรุปได้ว่า ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) สามารถอธิบายความพึงพอใจในชีวิตของคนชราไทยได้ดีกว่าทฤษฎีแยกตนเอง (Disengagement Theory) นั่นคือคนชราไทยมีความสุขกับการได้มีกิจกรรมต่าง ๆ ในครอบครัวและสังคม มากกว่าการถอนตัวออกจากสังคม และเป็นที่น่าสังเกตว่าการที่คนชราจะอยู่กับคู่สมรส และบุตรหลานหรือไม่นั้นไม่มีผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิต แต่ความสัมพันธ์ของคนชรากับครอบครัวซึ่งหมายถึงความสัมพันธ์ภายในครอบครัว และความสัมพันธ์ของคนชรากับคู่สมรสและบุตรหลานมีผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตของคนชรามาก

เบญจมา เลาหพูนรังษี (2534) ทำการวิจัยเรื่อง "ความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการกับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการ" ของข้าราชการพลเรือน จังหวัดนครราชสีมา ผลการศึกษาพบว่า

ผู้เกษียณอายุราชการส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการอยู่ในระดับไม่ดี และมีการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการส่วนใหญ่อยู่ระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปร พบว่า การเตรียมตัวเกษียณอายุราชการมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการมากที่สุด รองลงมาคือการเตรียมตัวด้านจิตใจ ส่วนการเตรียมตัวด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัยและด้านร่างกาย พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการ

นอกจากนี้ยังพบว่า ปัจจัยเกี่ยวกับลักษณะส่วนบุคคลและลักษณะทางสังคมที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการ ได้แก่ สถานภาพสมรส และสัมพันธภาพในครอบครัว ส่วนปัจจัยอื่น ๆ ได้แก่ ระยะเวลาภายหลังเกษียณ ลักษณะงานก่อนเกษียณ ตำแหน่งหน้าที่ก่อนเกษียณ การทำงานอดิเรก และการมีกิจกรรมในสังคม พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการ ส่วนการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ภายในระหว่างการปรับตัวด้านต่าง ๆ พบว่าการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่และการปรับตัวด้านความสัมพันธ์ซึ่งพาระหว่างกัน

กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527) ทำการวิจัยเรื่อง "ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุราชการ ในเขตอำเภอเมือง และอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา" ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

ผู้เกษียณอายุราชการส่วนใหญ่ปรับตัวได้ดีภายหลังเกษียณอายุ ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุ ได้แก่ ความสมดุลของรายรับรายจ่าย ระดับตำแหน่งหน้าที่การงานก่อนเกษียณอายุ ระยะเวลาหลังเกษียณอายุ การมีส่วนร่วมในสังคมและสถานภาพสุขภาพ ซึ่งมีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุ คือ ผู้เกษียณอายุที่มีรายรับกับรายจ่ายสมดุลกันจะปรับตัวได้ดีกว่าผู้เกษียณอายุที่มีรายรับกับรายจ่ายไม่สมดุลกัน ผู้เกษียณอายุที่มีระดับตำแหน่งหน้าที่การงานระดับ 7-8 ระดับ 5-6 ระดับ 3-4 และระดับ 1-2 มีการปรับตัวต่างกัน กลุ่มผู้เกษียณอายุที่มีระดับ 7-8 จะปรับตัวได้ดีที่สุด และกลุ่มผู้เกษียณอายุที่มีระดับ 1-2 มีการปรับตัวได้น้อยที่สุด

ผู้เกษียณอายุที่มีระยะเวลาภายหลังเกษียณอายุ 0-3 ปี 4-6 ปี และ 7-10 ปี มีการปรับตัวต่างกัน ผู้เกษียณอายุที่มีระยะเวลาภายหลังเกษียณอายุ 0-3 ปี มีการปรับตัวได้ดีที่สุด และผู้เกษียณอายุที่มีระยะเวลาภายหลังเกษียณอายุ 7-10 ปี มีการปรับตัวได้น้อยที่สุด ผู้เกษียณอายุที่มีสถานภาพสุขภาพดีจะปรับตัวได้ดีกว่าผู้เกษียณอายุที่มีสถานภาพสุขภาพไม่ดี ผู้เกษียณอายุที่มีส่วนร่วมในสังคมมากจะปรับตัวได้ดีกว่าผู้เกษียณอายุที่มีส่วนร่วมในสังคมน้อย ปัจจัยที่ไม่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุ คือ เพศ สถานภาพสมรส และลักษณะครอบครัว

สมศรี กันธมาลา (2529:45-47) ทำวิจัยเรื่องการส่งเสริมบทบาทของผู้เกษียณอายุให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม โดยศึกษากลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในระดับบริหาร นักวิชาการ และนักปฏิบัติการที่มีคุณวุฒิระดับปริญญาตรีขึ้นไป จากทุกสาขาวิชาชีพที่อยู่ในระหว่างการปฏิบัติงาน เป็นปีสุดท้ายก่อนเกษียณอายุ ในหน่วยงานภาครัฐวิสาหกิจ และหน่วยงานเอกชน เขตกรุงเทพฯ จำนวน 116 ราย และ

ทำกรณีศึกษาจากกลุ่มผู้ที่เกษียณอายุแล้ว 18 ราย เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ ผลการศึกษาข้อมูลส่วนหนึ่งที่เกี่ยวกับภาวะความพร้อมต่อการเกษียณอายุ พบว่า

กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมตัวต่อการเกษียณอายุ ร้อยละ 68.18 ซึ่งจำแนกลักษณะการเตรียมตัว เป็นการเตรียมด้านจิตใจให้ยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลง ร้อยละ 34.54 เตรียมเรื่องการดำเนินชีวิตในอนาคต เช่น เตรียมที่อยู่อาศัย เตรียมเงินไว้ใช้จ่าย เตรียมพึ่งตนเอง เตรียมหางานอาชีพ และงานอดิเรก ร้อยละ 20.00 ส่วนที่เหลือ ร้อยละ 13.64 เป็นการเตรียมใช้เวลาว่างทำกิจกรรมต่าง ๆ

ส่วนกลุ่มที่ไม่ได้เตรียมตัวซึ่งมีจำนวนร้อยละ 31.82 ให้เหตุผลว่าสุขภาพร่างกายยังแข็งแรงดีไม่จำเป็นต้องเตรียม อีกกลุ่มหนึ่งเห็นว่า ตนเองพร้อมอยู่แล้วทำให้ไม่ทราบว่าควรจะเตรียมตัวอะไร เหตุผลประการอื่น ๆ คือรอให้ทุกอย่างมาถึงก่อน หรือปล่อยไปตามยถากรรม และเมื่อทำการศึกษากรณีตัวอย่างในช่วงภายหลังเกษียณจำนวน 18 ราย พบว่า ผู้เกษียณอายุราชการ มีปัญหาด้านสุขภาพอนามัย ร้อยละ 60 และร้อยละ 20 มีปัญหาไม่สามารถปรับตัวได้ภายหลังเกษียณ

7. <u>การอธิบายสรุปกรอบแนวความคิด</u>

จากกรอบแนวความคิดต่าง ๆ ตลอดจนทฤษฎี และผลงานที่มีผู้วิจัยไว้มากมาย ตามที่ได้กล่าวมาแล้วทั้งหมด ผู้ศึกษาจึงได้รวบรวมกรอบแนวความคิดทั้งหมดโดยสรุป เพื่อนำมาใช้เป็นกรอบแนวความคิดสำหรับการศึกษาดังตารางแผนภูมิดังต่อไปนี้

แผนภูมิที่ 2 : กรอบแนวความคิด แสดงปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคมที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ : ศึกษากรณีข้าราชการบำนาญ สังกัดสำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงศึกษาธิการ

จากกรอบแนวความคิดทั้งหมด ตามแผนภูมิสามารถสรุปได้ดังนี้คือ

1. ความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ ขึ้นอยู่กับการรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง

2. ความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ ขึ้นอยู่กับความพึงพอใจในสถานภาพการเงิน

3. ความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ ขึ้นอยู่กับสถานภาพสมรส

4. ความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ ขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพในครอบครัว

5. ความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ ขึ้นอยู่กับการมีงานอดิเรก

6. ความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ ขึ้นอยู่กับการมีกิจกรรมในสังคม

7. ความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ ขึ้นอยู่กับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ

8. ความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ ขึ้นอยู่กับระยะเวลาภายหลังเกษียณอายุราชการ

9. ความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ ขึ้นอยู่กับตำแหน่งหน้าที่ก่อนเกษียณอายุราชการ

จากกรอบแนวความคิดดังกล่าวข้างต้นสามารถนำมาอธิบาย ได้ดังนี้

1. การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง เนื่องจากความสูงอายุจึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ โดยเฉพาะทางด้านร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางถดถอยเสื่อมลง ทำให้สุขภาพอ่อนแอความต้านทานโรคต่ำ โอกาสที่จะป่วยเป็นโรคมีมากขึ้น ปัญหาที่มักจะเกิดขึ้นกับข้าราชการบำนาญ คือ นอกจากสุขภาพไม่ดีแล้วยังอาจมีโรคประจำตัว หรือโรคที่รักษาให้หายได้ช้าโรคต่าง ๆ จะก่อให้เกิดการขาดสมรรถภาพ และขาดความสามารถทำให้ต้องพึ่งพาผู้อื่น ก่อให้เกิดปัญหาตามมาและทำให้มีความพึงพอใจในชีวิตต่ำได้

ดังจะเห็นไว้ว่า ศูนย์คนชราแห่งหนึ่งในประเทศอังกฤษ (ธนะ สุขวัจน์, ศจ.นพ., 2523 : 23) มีสถิติว่า คนชราที่มีร่างกายสมบูรณ์ จะมีอารมณ์ร้ายได้ง่ายเพียงร้อยละ 13 ในกลุ่มชาย และร้อยละ 18 ในกลุ่มหญิง ส่วนคนชราที่มีร่างกายไม่สมบูรณ์จะมีอารมณ์เสียได้ง่ายถึงร้อยละ 31 ในกลุ่มชาย และร้อยละ 38 ในกลุ่มหญิง นอกจากนั้นยังพบว่า สาเหตุที่คนชรารู้สึกเศร้า และว้าวุ่นใจประการหนึ่งคือสุขภาพ

การศึกษาที่สนับสนุนสมมุติฐานของตัวแปรในด้านสุขภาพ ได้แก่ การศึกษาของ Palmore และ Luikart ในปี ค.ศ. 1972 (2534 : 44 อ้างถึงใน สุรกุล เจนอบรม) เรื่องสุขภาพ และปัจจัยทางสังคมที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตศึกษาจากตัวอย่างจำนวน 502 คน อายุระหว่าง 45-60 ปี พบว่าสุขภาพที่ประเมินเอง (Selfrated Health) เป็นตัวแปรที่สำคัญที่สุดในความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต และมีความสัมพันธ์มากกว่าตัวแปรสุขภาพที่แท้จริง (Physical Performance Status) ซึ่งแพทย์เป็นผู้ตรวจวัดนั้น หมายความว่า ข้าราชการบำนาญที่รับรู้ว่าตนเองมีสุขภาพดี จะมีความพอใจในชีวิตมากกว่าข้าราชการบำนาญที่มีการรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพของตนเองว่าไม่ดี

2. ความพึงพอใจในสถานภาพการเงิน โดยทั่วไปการเกษียณอายุราชการจะทำให้ผู้ที่เกษียณมีรายได้ลดลงจากเดิม อาจทำให้เกิดภาวะความไม่สมดุลระหว่างรายรับและรายจ่าย จนเกิดเป็นปัญหาในการดำรงชีวิตได้ เพราะในสภาพเศรษฐกิจ และสังคมในปัจจุบันนี้เงินเป็นปัจจัยหลักอย่างหนึ่งที่สำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าปัจจัยอื่น ๆ ในการดำรงชีวิต และสภาพการเงินที่ดีก็จะนำไปสู่ปัจจัยต่าง ๆ ที่ดีได้ด้วย เป็นต้นว่า อาหารการกินดีถูกสุขลักษณะ สุขภาพร่างกายดี

ตลอดจนงานอดิเรกที่จะเลือกปฏิบัติเพื่อความพึงพอใจของตนเอง แต่เนื่องจากรายได้ที่ข้าราชการบำนาญได้รับในแต่ละเดือนแตกต่างกัน และข้าราชการบำนาญแต่ละคนก็อาจจะใช้จ่ายเงินแตกต่างกัน บางคนอาจจะใช้เงินมาก บางคนอาจจะใช้เงินน้อย ฉะนั้นปริมาณเงินจำนวนเดียวกันสำหรับข้าราชการบำนาญบางคนอาจจะพอใช้ แต่สำหรับบางคนอาจจะไม่พอใช้หรือเหลือใช้ก็ได้ การศึกษาครั้งนี้จึงใช้ความพึงพอใจในสถานภาพการเงินของตนเอง ซึ่งข้าราชการบำนาญแต่ละคนจะเป็นผู้ตัดสินและประเมินเกี่ยวกับสถานภาพการเงินของตนเอง

การศึกษาที่สนับสนุนสมมุติฐานที่ว่า รายได้และฐานะทางเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต ได้แก่ การศึกษาของ Manuel (1982 : 82) ซึ่งสรุปว่า สภาพทางเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์โดยตรงกับความพึงพอใจในชีวิต การศึกษาของ Edwards and Klemmack (1973) พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญ และตัวแปรทางด้านเศรษฐกิจสังคมเป็นตัวแปรที่สำคัญในการทำนายความพึงพอใจในชีวิต โดยเฉพาะรายได้ของครอบครัว (สาลิกา โค้วบุญงาม, 2533:15)

Chatfield (1977 :593-599) ศึกษาหาความสำคัญของความพึงพอใจในชีวิตกับตัวแปรทางเศรษฐกิจและสังคมวิทยาจากตัวอย่าง 2,500 คน พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์โดยตรงกับความพึงพอใจในชีวิต ความพึงพอใจที่ต่ำของคนชรานั้นเป็นผลเบื้องต้น จากรายได้ที่ต่ำ ซึ่งสัมพันธ์กับการออกจากงานการสูญเสียบทบาทของผู้ผลิต นอกจากนี้ยังพบว่า รายได้ มีผลต่อความสัมพันธ์ภายในครอบครัวซึ่งมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตและพบว่า รายได้สูงมีผลต่อการลดปัญหาสุขภาพของคนชราด้วย

3. สถานภาพสมรส เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตความเป็นอยู่ของโดยเฉพาะในด้านความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ รวมถึงวิธีปฏิบัติตนตามพัฒนาการของชีวิตจะพบว่า วัยเกษียณอายุนี้เป็นวัยแห่งการพลัดพรากจากบุคคลอันเป็นที่รัก ซึ่งการพลัดพรากนี้มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุ ดังเช่นทฤษฎีการปรับตัวของรอยย์ กล่าวว่า คนที่มีความรู้สึกต่อตนเองในทางบวก จะมองเห็นตนเองเป็นบุคคลที่มีค่า ย่อมปรับตัวได้ดีกว่าบุคคลที่มองตนไร้ค่า ผีระสิทธิ์ คำนวนศิลป์ (2523) พบว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่ จะมองตนเองมีคุณค่ามากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสโสด หม้าย หย่าและแยก

นอกจากนี้สถานภาพสมรส เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุราชการเนื่องจากภายหลังเกษียณอายุราชการผู้ที่เกษียณอายุจะมีบทบาทหรือกิจกรรมในสังคมลดลงอย่างทันที ทำให้เกิดความรู้สึกเหงา ว้าเหว่ ต้องการเพื่อนมากขึ้น ดังนั้นผู้เกษียณอายุราชการที่มีคู่สมรสอาศัยอยู่ด้วยกันภายหลังเกษียณน่าจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้ที่อาศัยอยู่คนเดียว

จากการศึกษาของ มารศรี นุชแสงพลี (2523) พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของคนสูงอายุ คือ สถานภาพสมรส สอดคล้องกับการศึกษาของเยมิกา ยามะรัต (2527) โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่สมรสและอยู่ร่วมกับคู่สมรสจะมีความพึงพอใจสูงกว่าผู้สูงอายุที่เป็นโสด หย่า หม้าย และจากการศึกษาของ เบญจมา เลาหพันธุรังษี (2534) ซึ่งพบว่าปัจจัยด้านสถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์ต่อการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการ

4. สัมพันธภาพในครอบครัว การเกษียณอายุราชการทำให้ผู้เกษียณอายุมีเวลาอยู่กับบุตรหลานและครอบครัวมากขึ้น สัมพันธภาพในครอบครัวที่ดีจะเป็นสิ่งที่ช่วยปกป้องผู้เกษียณอายุให้พ้นจากความรู้สึกสูญเสียจากการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ พร้อมทั้งช่วยนำความหวัง ความสุข ทำให้ผู้เกษียณอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิตได้

ในสังคมไทยถือว่า ครอบครัวเป็นสถาบันสำคัญที่ทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ จึงอาจกล่าวได้ว่า ครอบครัวมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตต่อผู้สูงอายุมาก ในสังคมบางสังคม เช่น สังคมญี่ปุ่นก็ถือว่าความสัมพันธ์ภายในครอบครัวเป็นเรื่องสำคัญที่สุดเรื่องหนึ่งที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ (Palmore, 1975 อ้างถึงใน Chatfield, 1977: 593) กล่าวไว้ว่า คนชราเป็นผู้ที่ต้องการการดูแล และสนับสนุนทางด้านอารมณ์ ความรู้สึก และเศรษฐกิจจากครอบครัว นอกจากนั้นยังต้องการความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว และต้องการติดต่อจากเครือญาติด้วย

ความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัว จึงรวมถึงการกระทำของบุคคลในครอบครัวต่อคนชรา และของคนชราต่อบุคคลในครอบครัว จึงอาจกล่าวได้ว่า คนชราเป็นผู้ที่ต้องการ การดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว ถ้าคนชราขาดการดูแลหรือขาดความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัว ก็อาจทำให้คนชรามีความพึงพอใจในชีวิตที่ต่ำได้

การศึกษาของนิศา ชูโต (2525) ซึ่งศึกษาจากตัวอย่างประชากรคนชราไทย จำนวน 1,000 คน ได้สรุปไว้ว่า คนชราไทยส่วนใหญ่อยู่ร่วมกับ

ครอบครัวที่มีลูกๆ หลาน ๆ หรือญาติพี่น้องรวมอยู่ด้วย คนในครอบครัวได้ให้ความช่วยเหลือในการทำกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ให้เป็นส่วนใหญ่ การอยู่ร่วมกันนี้คนชราก็มีบทบาทในการให้คำปรึกษา และการช่วยดูแลลูก ๆ หลานเล็ก ๆ ความสัมพันธ์ระหว่างคนชรากับลูกหลานอยู่ในเกณฑ์ดี ลูกหลานแสดงความเอาใจใส่เป็นที่พึ่งทางเศรษฐกิจและกำลังใจ ความสัมพันธ์อันนี้ของครอบครัว และลูก ๆ เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิตของคนชรา

5. การมีงานอดิเรก เนื่องจากหลังเกษียณอายุราชการผู้เกษียณอายุจะมีเวลาว่างมากขึ้น ถ้าไม่มีการเตรียมการใช้เวลาว่างล่วงหน้า จะทำให้เกิดความรู้สึกว่างงาน เงียบเหงา และว้าเหว่ ไม่รู้จะทำอะไรดี และส่งผลกระทบถึงสภาวะจิตใจได้ ทำให้รู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่าไม่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ทำให้ความพึงพอใจในชีวิตน้อยลง

การเกษียณอายุราชการทำให้ผู้เกษียณอายุมีเวลาว่างมากขึ้น กิจกรรมที่เคยทำลดน้อยลง ผู้เกษียณอายุจึงมีความต้องการหาสิ่งใหม่ๆ หรือกิจกรรมใหม่ๆ มาทดแทนบทบาท และกิจกรรมที่สูญเสียไปเพื่อคงไว้ซึ่งความพึงพอใจในชีวิต (Kimmel, 1974: 31) การมีงานอดิเรกของผู้เกษียณอายุจะทำให้ผู้เกษียณอายุมีความเพลิดเพลิน ได้ปฏิบัติในสิ่งที่ตนเองสนใจ และมีใจรักทำให้เกิดความสุข และความพึงพอใจในชีวิต จากการศึกษาของ เธมิกา ยามะรัต (2527 : 119) พบว่า คนสูงอายุที่มีระดับกิจกรรมสูง มีงานอดิเรกทำในยามว่างซึ่งรวมทั้งการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา จะเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูงด้วย

6. การมีกิจกรรมในสังคม นอกจากปัจจัยด้านสัมพันธภาพภายในครอบครัวจะมีความสัมพันธ์โดยตรงกับความพึงพอใจในชีวิตแล้ว การมีกิจกรรมในสังคมภายนอกก็เป็นปัจจัยอีกอย่างหนึ่งต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้เกษียณอายุด้วย เพราะผู้ที่เกษียณอายุราชการมิใช่ผู้ที่จะสามารถตัดขาดจากโลกภายนอกโดยสิ้นเชิงได้ การมีกิจกรรมในสังคมมีผลให้ผู้เกษียณอายุรู้สึกตนว่าเป็นผู้ที่มีประโยชน์ต่อสังคม และเป็นการทดแทนบทบาทที่ต้องสูญเสียไปจากการเกษียณอายุในการทำงาน สร้างความพึงพอใจในชีวิตของผู้เกษียณอายุได้

การที่ผู้สูงอายุได้เข้าสังคมหรือร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคม ทำให้ช่วยผ่อนคลายความทุกข์ทางใจที่คิดว่าตนเองหมดความหมายจากสังคมหรือเป็นคนไร้ประโยชน์ ผู้สูงอายุจะไม่เหงาและว้าเหว่ ได้พบเห็นสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ เกิดความรู้สึกกระฉับกระเฉง สมองมีการพัฒนาและเห็นว่าตนเองยังเป็นประโยชน์ต่อสังคมอีกมาก ช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดี (บุปผา นีละภมร, 2529 : 72-73)

นอกจากนี้ยังมีทฤษฎีทางสังคมวิทยาที่กล่าวถึงความสัมพันธ์ระหว่างการมีกิจกรรมในสังคมกับความพึงพอใจในชีวิตของคนสูงอายุ นั่นคือ ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) ซึ่งเชื่อว่ากิจกรรมทางสังคมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับคนทุกวัย กิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญ สำหรับคนชราที่ทำให้มีสุขภาพดีทั้งใจและกาย กิจกรรมจึงมีความสำคัญต่อความพึงพอใจในชีวิตของคนชรา เพราะการที่คนชราได้มีกิจกรรมใดๆ ก็ตาม หมายถึงคนชรานั้นมีสถานภาพและบทบาทในระดับหนึ่ง ซึ่งการที่คนชราได้มีสถานภาพ และบทบาทเหล่านั้นทำให้คนชรามีความรู้สึกว่าตนยังเป็นบุคคลที่มีคุณค่า เป็นที่ยอมรับจากสังคม ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้จะทำให้คนชราไม่รู้สึกเหงา ถูกทอดทิ้ง หรือไร้คุณค่า ที่จะเป็นสาเหตุให้ความพึงพอใจในชีวิตต่ำได้

โดยสรุปแล้ว สาระสำคัญในทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) เน้นที่ความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างกิจกรรม (Activity) กับความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) ซึ่ง Leman และ Bengston (1975 : 564) กล่าวว่า ยิ่งบุคคลสูญเสียบทบาท (Role Loss) มากขึ้นเท่าใดความพึงพอใจในชีวิตจะยิ่งต่ำลงเท่านั้น (เขมิกา ยามะรัต, 2527 : 12)

สำหรับงานวิจัยทางต่างประเทศที่สนับสนุนแนวคิดของทฤษฎีกิจกรรม ก็คือ งานวิจัยของ มาร์แชล เจ แกรนเน่ย์ (Marshall J. Graney, 1975) ได้ทำการศึกษาเรื่องความสุข และการมีส่วนร่วมในสังคมของผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 52-88 ปี ที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองจำนวน 60 คน โดยวิธีสัมภาษณ์สองครั้งห่างกัน 4 ปี นำผลข้อมูลทั้ง 2 ครั้ง มาเปรียบเทียบกัน ในระหว่างศึกษามีผู้สูงอายุเสียชีวิตไป 16 คน ผลของการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุที่มีความสุขมากจะมีความสัมพันธ์กับกิจกรรมทางสังคมที่เพิ่มขึ้น และผู้สูงอายุที่ไม่มีความสุขจะมีความสัมพันธ์กับกิจกรรมทางสังคมน้อยลง นั่นคือผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมในสังคมมากก็จะเป็นผู้สูงอายุที่มีความสุข ซึ่งตรงข้ามกับผู้สูงอายุที่กิจกรรมในสังคมน้อยก็จะเป็นผู้สูงอายุที่มีความสุขลดลงด้วยเช่นกัน

จึงอาจกล่าวได้ว่า การมีกิจกรรมในสังคมมีความสำคัญต่อข้าราชการบำนาญการเป็นสมาชิกหรือการร่วมกิจกรรมของข้าราชการบำนาญกับสมาคมต่าง ๆ ที่ตนเป็นสมาชิกมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิต เช่น การศึกษาของคัทเลอร์ (Cutler, 1973 อ้างถึงใน เขมิกา ยามะรัต) พบว่าการเป็นสมาชิกองค์กรโดยสมัครใจมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกที่ดีของคนชรา ซึ่งถือกันว่าเป็นประโยชน์ คือ ช่วยดำรงหรือเพิ่มความมีชีวิตชีวาให้กับคนชรา และย้ำความรู้สึกที่ตนยังคงมีประ-

สิทธิภาพ นอกจากนั้นยังเป็นการลดความรู้สึกว่าถูกทอดทิ้งและเป็นการเพิ่มความพึงพอใจในชีวิตด้วย

7. การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ ผลกระทบที่เกิดขึ้นกับข้าราชการบำนาญนั้นมีหลายประการ เช่น ปัญหาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ตลอดจนปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ที่อยู่อาศัย การใช้เวลาว่าง เป็นต้น เพื่อเป็นการป้องกัน และเป็นการบรรเทาปัญหาดังกล่าวที่จะเกิดขึ้น ข้าราชการบำนาญจึงควรมีการวางแผนเพื่อเป็นการเตรียมตัวของตนเองให้พร้อมก่อนเกษียณ เพราะผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการล่วงหน้าจะสามารถปฏิบัติตนให้ยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ดีกว่าผู้ที่ไม่ได้มีการเตรียมตัวมาก่อน และในปัจจุบันนี้จะเห็นได้ว่าหน่วยงานต่าง ๆ โดยเฉพาะหน่วยงานทางราชการได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ โดยการจัดให้มีอบรม สัมมนา แก่ข้าราชการที่จะเกษียณอายุในปีต่างๆ และจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมตัวเกษียณอายุ พบว่า ผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุจะมีปัญหาน้อยกว่าผู้ที่ไม่ได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

นีรสิทธิ์ ดำนาวศิลป์ และคณะ (2523 : 154) ศึกษาเกี่ยวกับ "ปัญหาบางประการของคนชราไทย" พบว่า ในด้านการเตรียมตัวเพื่อดำเนินชีวิตในวัยสูงอายุของคนชราไทยไม่มีการเตรียมตัวในรูปแบบที่เด่นชัด และพบว่า ผู้ที่มีการเตรียมใจให้ยอมรับการเกษียณอายุจะมีปัญหาน้อยกว่าผู้ที่ไม่ได้เตรียมใจสำหรับการเกษียณอายุ และผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนจะปรับตัวได้ดีกว่า และมีสุขภาพที่ดีกว่าผู้ที่ไม่ได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ

จากการศึกษาของ สมศรี กันธมาลา และ บรรลุ ศิริพานิช (2529 : 48) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับ "การส่งเสริมบทบาทของผู้เกษียณอายุให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม" จากกลุ่มตัวอย่างเกษียณอายุในปี 2529 พบว่า ในเรื่องการเตรียมตัวเพื่อเกษียณอายุ มีผู้เกษียณอายุที่มีการเตรียมตัวร้อยละ 68.18 โดยมีการเตรียมตัวทางด้านจิตใจ ร้อยละ 35.54 ด้านที่อยู่อาศัย ร้อยละ 20.00 ด้านของการใช้เวลาว่าง ร้อยละ 13.68 และพบว่า ในกลุ่มที่มีการเตรียมตัวจะปรับตัวได้ดีกว่ากลุ่มที่ไม่มีการเตรียมตัว โดยเฉพาะการเตรียมตัวในด้านการยอมรับการเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่ทางสังคม

บรรลุ ศิริพานิช และคนอื่น ๆ (2531) ได้ทำการศึกษาการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุในผู้สูงอายุโดยทั่วไป ผลการศึกษาค่อนข้างสอดคล้องกันว่าผู้ที่จะเข้าสู่วัยเกษียณอายุราชการ หรือเข้าสู่วัยสูงอายุส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวล่วงหน้า โดยเตรียมเกี่ยวกับด้านจิตใจ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย ด้านอาชีพการงาน ด้านงานอดิเรก และด้านการใช้เวลาว่างทำกิจกรรมต่าง ๆ

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาหาความสัมพันธ์ของการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุกับความพึงพอใจในชีวิตของ ศิริวรรณ สินไชย (2532) พบว่าการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของไดเคลแมน (Diekelman, 1987 : 691) ที่พบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุงานมีค่าสหสัมพันธ์ค่อนข้างสูงกับความสำเร็จในชีวิตภายหลังการเกษียณของผู้เกษียณอายุงาน (อ้างถึงใน เยาวนา เลาหพูนรังษี, 2534 : 41)

จะเห็นได้ว่า ผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุจะสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลง และมีการปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่ไม่ได้มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมาก่อน และการยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลง ตลอดจนการปรับตัวที่ดีนี้จะสามารถทำให้ผู้เกษียณอายุมีความพึงพอใจในชีวิตมากยิ่งขึ้น

8. ระยะเวลาภายหลังเกษียณอายุราชการ ภายหลังเกษียณอายุราชการแล้วผู้ที่เกษียณอายุต้องเผชิญกับภาวะการณ์ในช่วงเวลาต่างๆ กัน แอชเลย์ (Atchley , 1976) แบ่งระยะภายหลังเกษียณออกเป็น 5 ระยะ ได้แก่

1.ระยะหลังเกษียณใหม่ ๆ (Honeymoon Phase)

2.ระยะเริ่มเบื่อหน่าย (Disenchantment Phase)

3.ระยะเริ่มปรับตัว (Reorientation Phase)

4.ระยะปรับตัวได้ (Stabilization Phase)

5.ระยะสิ้นสุด (Termination Phase)

ซึ่งผู้เกษียณทุกคนอาจจะไม่อยู่ในระยะทั้ง 5 นี้ และแต่ละบุคคลก็จะมีระยะเวลาในแต่ละช่วงแตกต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับลักษณะและสิ่งแวดล้อมของแต่ละบุคคล จากการศึกษาของ Atchley นี้แสดงให้เห็นว่า ระยะเวลาภายหลังเกษียณอายุเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อชีวิตของผู้เกษียณ และจากการศึกษาของกนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527) พบว่า ผู้เกษียณอายุราชการที่มีระยะเวลาภายหลังเกษียณน้อยจะปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่เกษียณอายุมาเป็นเวลานาน ทั้งนี้เพราะในช่วงหลังเกษียณอายุใหม่ ๆ โอกาสที่จะพบเพื่อนเก่าหรือเพื่อนร่วมงานยังมีอยู่มากและยังคงได้รับการยกย่องอยู่บ้าง แต่จากการศึกษาของเยาวมา เลาหบูรังษี (2534) พบว่า ระยะเวลาภายหลังเกษียณไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการ

อย่างไรก็ตามจากข้อมูลที่มีผู้ศึกษาไว้ ยังไม่สามารถสรุปได้ว่า ระยะเวลาภายหลังเกษียณมีอิทธิพลต่อการปรับตัวและความพึงพอใจในชีวิตของผู้ที่เกษียณอายุหรือไม่ ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้ศึกษาสนใจเกี่ยวกับปัจจัยเรื่องระยะเวลาหลังเกษียณอายุ เพื่อยืนยันว่า ปัจจัยเกี่ยวกับระยะเวลาหลังเกษียณอายุราชการนี้ จะมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้เกษียณอายุราชการหรือไม่และในลักษณะใด

9. ตำแหน่งหน้าที่ก่อนเกษียณอายุราชการ ระดับตำแหน่งหน้าที่การงานก่อนเกษียณอายุ ทำให้ผู้เกษียณอายุราชการแล้วมีบทบาททางสังคมเปลี่ยนไปจากเดิม คือ จากผู้ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงาน มีเกียรติ เป็นที่ยกย่องของเพื่อนร่วมงานไปเป็นผู้ที่ไม่มีตำแหน่งหน้าที่การงาน ด้วยเหตุนี้ระดับตำแหน่งหน้าที่การงานก่อนเกษียณอายุอาจเป็นตัวแปรหนึ่งที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตผู้เกษียณอายุ

นอกจากนี้ตำแหน่งหน้าที่ก่อนเกษียณอายุจะเป็นตัวแปรที่กำหนดบทบาทหน้าที่ของคนในสังคม ลักษณะงานที่ต่างกันจะแสดงค่านิยม ทัศนคติหรือการยอมรับในสังคมต่างกัน ผู้ที่มีลักษณะงานที่มีอำนาจหน้าที่ต่างกัน เมื่อเกษียณอายุราชการอาจทำให้เกิดความรู้สึกสูญเสียอำนาจหน้าที่ต่างกัน และวิถีทางในการดำเนินชีวิตภายหลังจากเกษียณอายุราชการแล้วก็มีแนวโน้มที่จะแตกต่างกันไปด้วย จากการศึกษาของ กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527) พบว่า ผู้เกษียณอายุราชการที่มีระดับหน้าที่การงานระดับ 7-8 ระดับ 5-6 ระดับ 3-4 และระดับ 1-2 มีการปรับตัวต่างกันภายหลังจากเกษียณอายุราชการแล้ว โดยที่กลุ่มผู้เกษียณอายุราชการระดับ 7-8 จะมีการปรับตัวได้ดีที่สุด และผู้เกษียณอายุราชการที่มีระดับ 1-2 จะมีการปรับตัวได้น้อยที่สุดซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ มีระสิทธิ์ คำนวณสิลป์ และคณะ (2523) ที่พบว่า ตำแหน่งครั้งสุดท้ายก่อนเกษียณ เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้เกษียณอายุราชการ

สมมุติฐานในการศึกษา

สมมุติฐานในการศึกษาเรื่อง "ปัจจัยทางเศรษฐกิจ และสังคม ที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ" มีดังนี้

1. การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจชีวิตของข้าราชการบำนาญ

2. ความพึงพอใจในสถานภาพการเงินของตน มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ

3. สถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ

4. สัมพันธภาพในครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ

5. การมีงานอดิเรก มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ

6. การมีกิจกรรมในสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตข้าราชการบำนาญ

7. การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ

8. ระยะเวลาภายหลังเกษียณอายุราชการ มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ

9. ตำแหน่งหน้าที่ก่อนเกษียณอายุราชการ มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย