



บทที่ 4

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายที่จะศึกษาถึงการเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตของครูที่เตรียมตัว และไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ สำหรับการศึกษารุ่นนี้ ผู้วิจัยได้สนใจเอาตัวแปร เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ และสุขภาพ เข้ามาศึกษาด้วยว่าจะมีความพึงพอใจในชีวิตตามระดับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุแตกต่างกันหรือไม่ จากผลการหาค่ามัชฌิมเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน การวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง และการทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีของ Scheffe แล้ว สามารถอภิปรายผลการวิจัยตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ดังนี้

สมมุติฐานที่ 1 "การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต "

ผลการวิจัยครั้งนี้สนับสนุนสมมุติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ผู้ที่ได้คะแนนการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุสูงมีแนวโน้มที่จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงด้วย และผู้ที่ได้คะแนนการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุต่ำมีแนวโน้มที่จะมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำด้วย นั่นคือ การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต สอดคล้องกับการศึกษาของ Glenn & Willma Coates (1981) เรื่องการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ พบว่าสามารถทำนายถึงความพึงพอใจในชีวิต

ได้ เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Brooks & James Dawson (1981) ในการศึกษาถึงความสัมพันธ์ของลักษณะการทำงานและความพึงพอใจในชีวิตต่อพฤติกรรมการวางแผนก่อนการเกษียณอายุ พบว่าบุคคลที่เตรียมตัว หรือวางแผนก่อนการเกษียณอายุเป็นอย่างดี จะมีระดับความพึงพอใจในชีวิตเพิ่มขึ้นทั้งก่อนการเกษียณและหลังการเกษียณอายุ สอดคล้องกับที่ Atchley (1988) กล่าวว่า การมีทัศนคติที่ดี มีความพึงพอใจต่อการเกษียณอายุ นับเป็นผลมาจากการวางแผน หรือการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ซึ่งมีบุคคลน้อยมากที่ได้เตรียมตัวหรือวางแผนชีวิตสำหรับการเกษียณอายุที่จะมาถึง ดังนั้น การที่ผู้ที่จะเกษียณอายุได้มีการเตรียมตัวปรับตัว แยกออกจากระบบงานเดิมไปสู่งานใหม่หรือวิถีชีวิตใหม่ ย่อมจะมีความพึงพอใจในชีวิตและมีชีวิตอยู่ต่อไปด้วยความสุข (สุรพันธ์ ลิ้มมณี, 2528) การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างถูกต้องเหมาะสม จะช่วยให้วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีความสุขที่สุดวัยหนึ่ง

สมมุติฐานที่ 2 "ผู้ที่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่ไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ตามตัวแปรเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้และสุขภาพ"

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้ที่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่ไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ
2. ความพึงพอใจในชีวิตของผู้ที่มีระดับสุขภาพต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ($P < .05$) โดยผู้ที่มีสุขภาพดีมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่มีสุขภาพไม่ดี
3. ความพึงพอใจในชีวิตของผู้ที่มี เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้ต่างกัน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

4. การเตรียมตัว และไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ในกลุ่มที่มีเพศสภาพเหมาะสมและระดับการศึกษาต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน

ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัย ดังนี้

1. ผู้ที่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่ไม่ได้เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .05$) สอดคล้องกับการวิจัยของ Barry McPherson (1979) ที่พบว่าผู้ที่มีการวางแผนหรือการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุเป็นอย่างดี จะเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูง มีความพอใจในงาน และมีการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่นเดียวกับที่ McConeil (1983) กล่าวว่า การเกษียณอายุจะเป็นสิ่งที่น่าพึงพอใจสำหรับคนที่เต็มใจที่จะเกษียณ และมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณ การเกษียณอายุเป็นการเปลี่ยนแปลงบทบาทของตนเอง ถ้าไม่ได้เตรียมตัวไว้ล่วงหน้าก็อาจจะประสบปัญหาในการปรับตัวได้ กล่าวคืออำนาจและบทบาทที่เคยมีอยู่ก็จะลดลง โอกาสการได้รับการยกย่องจากสังคมเดิมลดลง จากสาเหตุเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อด้านจิตใจเป็นอย่างมาก ทำให้ความพึงพอใจในชีวิต และการยอมรับคุณค่าในตนเองต่ำลง (นิพนธ์ เทพวัลย์, 2528) เช่นเดียวกับทฤษฎีพัฒนาการมนุษย์ของอีริคสันที่เห็นว่า แต่ละช่วงชีวิตมีความสำคัญ มีการเปลี่ยนแปลงลักษณะสำคัญ ๆ ที่มีความหมายต่อชีวิตของบุคคล แต่ละช่วงชีวิตของบุคคลจะพบกับวิกฤติการณ์ทางอารมณ์และสังคมแต่ละชนิด ถ้าบุคคลสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม บุคคลผู้นั้นจะประสบความสุขในชีวิต มีความภาคภูมิใจในตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีบุคลิกภาพที่ผสมผสานกลมกลืน และปราศจากความขัดแย้งภายใน ดังนั้น ผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุเป็นอย่างดี จะเป็นผู้ที่มีความสุข ความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่ไม่ได้เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ดังการศึกษาของ Lema1 et.al (1972 quoted in Robb, 1984) ที่พบว่าบุคคลยิ่งสูญเสียบทบาทมากเท่าใด ความพึงพอใจในชีวิตก็จะต่ำลงเท่านั้น สอดคล้องกับ Arkoff (1986) กล่าวว่าผู้สูงอายุนั้น เมื่อต้องเผชิญกับการสูญเสีย ถ้าไม่มีการเตรียมตัวโดยมีบทบาทหรือกิจกรรมอื่นทดแทน นานวันเข้าก็จะเกิดปัญหาด้านจิตใจและอารมณ์มากยิ่งขึ้น มักมองโลก

ในแง่ร้าย สิ้นหวัง และซึมเศร้า ซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพจิต และเป็นสาเหตุที่ทำให้ป่วยเป็นโรคจิตในวัยสูงอายุได้ ดังนั้น การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในด้านต่าง ๆ จึงเป็นเรื่องจำเป็นและสำคัญ เพราะการจะมาสร้างนิสัยใหม่ทันทีหลังเกษียณเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ยาก การที่จะมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขหลังเกษียณอายุ จึงควรเรียนรู้การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ การใช้ชีวิตดำเนินกิจกรรมในยามว่างตั้งแต่ในวัยกลางคน เพราะการเรียนรู้เป็นกระบวนการต่อเนื่องไปจนถึงวัยสูงอายุและตลอดชีวิต ดังนั้นผู้ที่เกษียณอายุจึงควรมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ เพื่อจะใช้ชีวิตในปีบปลายอย่างมีความสุข

2. ความพึงพอใจในชีวิตของผู้ที่มีระดับสุขภาพต่างกัน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ($P < .05$) โดยผู้ที่มีสุขภาพค่อนข้างดีมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้ที่มีสุขภาพพอใช้และไม่ค่อยแข็งแรง สอดคล้องกับการศึกษาของ สาลิกา ด้วงบุญงาม (2533) ที่พบว่า การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตมากที่สุดสำหรับผู้ใหญ่วัยกลางคน คือผู้ที่มีสุขภาพดีมีความสุขมากกว่าผู้ที่มีปัญหาทางด้านสุขภาพ เช่นเดียวกับ Clemente และ Saver (1976) อ้างใน Papalia and Olds, (1981) พบว่าการที่บุคคลมีสุขภาพร่างกายอ่อนแอ นั้น มีผลโดยตรงต่อความพึงพอใจในชีวิต ก่อให้เกิดการสูญเสียอำนาจ ความสามารถต่าง ๆ และยังเป็นตัวจำกัดหรืออุปสรรคในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นอีกด้วย เช่นเดียวกับที่ Thompson (1972) ที่พบว่า การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพเป็นตัวแปรที่สำคัญที่สุด ที่มีอิทธิพลต่อขวัญและกำลังใจของผู้เกษียณอายุ นอกจากนี้ Barry McPherson (1979) รายงานว่า ตัวแปรที่สำคัญที่ทำนายถึงการวางแผนก่อนเกษียณอายุ คือการรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพ และ Barfield & Morgan (1978) พบว่า สุขภาพที่ไม่ดีเป็นตัวแปรที่สำคัญที่สุด ต่อความไม่พึงพอใจในชีวิตการเกษียณอายุ ตรงกับการศึกษาของสุรพันธ์ ลิ้มมณี (2528) พบว่าการเตรียมผู้ที่เกษียณอายุให้มีความรู้ ความพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหา และการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น ควรดำเนินการในเรื่องต่อไปนี้ที่สำคัญที่สุดคือ การให้ความรู้และคำปรึกษาแนะนำเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพของผู้สูงอายุทั้งร่างกายและจิตใจ สอดคล้องกับ Atchley และ Robinson (1982) ที่พบว่า บุคคลที่มีสุขภาพไม่ดี มีโรคภัย

ใช้เจ็บ นอกจากจะทำให้ทุกข์ทรมานกับโรคภัยแล้ว ยังทำให้ไม่สามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ตามปกติอีกด้วย โรคต่าง ๆ จะก่อให้เกิดการไร้สมรรถภาพและขาดความสามารถ รวมทั้งต้องพึ่งพาผู้อื่น ทำให้ความพึงพอใจในชีวิตต่ำลงได้

3. ผู้ที่มีเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาและรายได้ต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกัน สามารถอธิบายได้ดังนี้

3.1 เพศชายและเพศหญิงมีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ สอดคล้องกับการศึกษาของ เขมิกา ยามะรัต (2527) พบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต และตรงกับการศึกษาของ กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527) พบว่า เพศไม่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุ เช่นเดียวกับงานวิจัยของ สาลิกา รัตวบุญงาม (2533) พบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตเช่นเดียวกัน ซึ่งอาจเป็นเพราะสังคมปัจจุบันเป็นสังคมอุตสาหกรรม ทำให้บทบาทของเพศชายและเพศหญิงเปลี่ยนแปลงไปมาก เพศหญิงต้องประกอบอาชีพนอกบ้าน เพศชายบางคนเริ่มสนใจและมีส่วนงานบ้านมากขึ้น เพศหญิงเข้าไปมีส่วนร่วม มีตำแหน่งหน้าที่การงานในหลาย ๆ อย่างที่เพศชายเคยทำมาก่อน รวมทั้งการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ในปัจจุบันมักอบรมเลี้ยงดูบุตรชาย-หญิงเท่าเทียมกัน ส่วนสามี-ภรรยาก็ปฏิบัติต่อกันอย่างค่อนข้างเสมอภาค สำหรับการว่าจ้างงานในอาชีพ ส่วนมากทั้งของรัฐและเอกชนก็ไม่ถือความแตกต่างของเพศเป็นบรรทัดฐานในการให้เงินเดือน ทำให้บทบาทของทั้งสองเพศมีลักษณะใกล้เคียงกัน

3.2 ผู้ที่มีอายุต่างกันในช่วง 50-54 ปี และ 55-59 ปี มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกัน อาจเป็นเพราะระดับช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกันมากนัก คืออยู่ในช่วงปลายของวัยกลางคนต่อกับวัยสูงอายุเหมือนกัน เป็นระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เห็นได้ชัดเจน รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงในด้านหน้าที่การงาน สิ่งแวดล้อม และบทบาททางสังคมที่สำคัญเช่นเดียวกัน

3.3 ผู้ที่มีสถานภาพสมรสต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญอาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ (73.7%) อยู่กับบุตรหรือหลาน (85%) มีบ้านเป็นของตนเอง (97%) ทำให้มีความอบอุ่นใจ

มีทัศนคติที่ดี ไม่มีความวิตกกังวลต่อการเกษียณอายุที่จะมาถึง สอดคล้องกับการวิจัยของ กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ (2527) ที่พบว่า สถานภาพสมรสไม่มีผลต่อการปรับตัวของผู้เกษียณอายุ

3.4 ผู้ที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ สอดคล้องกับงานวิจัยของ เขมิกา ยามะรัต (2527) เรื่องความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่าระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต อาจอธิบายได้ว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับสูงคือระดับปริญญาตรี ไม่มีความแตกต่างทางด้านอาชีพ และระดับการศึกษา การศึกษาเป็นสิ่งสำคัญที่สามารถจะนำมาใช้ในการจัดการ หรือแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี และสามารถที่จะปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีความพึงพอใจในชีวิต การที่กลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาอยู่ในระดับเดียวกัน ไม่มีความแตกต่างกันมากนัก จึงมีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกัน

3.5 ผู้ที่มีระดับรายได้ต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ปัจจัยนี้ยังไม่มีผู้ใดศึกษามาก่อน ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่า อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างมีรายได้อยู่ในระดับเดียวกันที่ค่อนข้างสูงสำหรับข้าราชการคือ 10,001-20,000 บาท ต่อเดือน (81.2%) การเกษียณอายุจะทำให้สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของกลุ่มตัวอย่างนี้เปลี่ยนแปลงไปไม่มากนัก

4. การเตรียมตัวและไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในกลุ่มเพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาที่ต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน สามารถอธิบายผลการวิจัยดังนี้

4.1 การเตรียมตัวและไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ ในกลุ่มเพศชาย และเพศหญิงมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ Linda K (1984) เรื่องความแตกต่างทางเพศในช่วงก่อน และหลังการเกษียณอายุ พบว่า มีความแตกต่างทางเพศในการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุและความพึงพอใจในชีวิต

4.2 การเตรียมตัวและไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในระหว่างกลุ่มที่มีสถานภาพสมรส โสด คู่ และไม่ได้อยู่ด้วยกัน มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิต

แตกต่างกัน โดยทั่วไปบุคคลจะได้รับความช่วยเหลือ หรือการสนับสนุนจากคู่สมรสมากที่สุด รองลงมาคือบุตร ญาติ และเพื่อนตามลำดับ (Norbeck, 1981) ส่วนผู้ที่เป็นโสดก็อาจปรึกษากับหลาน ญาติ และเพื่อน รวมทั้งผู้ที่มีสถานภาพสมรสไม่ได้อยู่ด้วยกัน (หม้าย หย่า แยก) อาจมีบุตร หลาน หรือเพื่อนเป็นคู่คิดคู่ปรึกษา ดังนั้น การเตรียมตัวและไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในระหว่างกลุ่มที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน

4.3 การเตรียมตัวและไม่เตรียมตัวก่อนเกษียณอายุในระหว่างกลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน จากการศึกษาของ Barry McPherson (1979) เกี่ยวกับรูปแบบชีวิตก่อนเกษียณอายุและการวางแผนการเกษียณอายุ พบว่าตัวแปรที่สำคัญในการวางแผนก่อนการเกษียณอายุ คือระดับการศึกษา เนื่องจากกรุงเทพมหานครเป็นสังคมเมืองที่มีความเจริญในทุก ๆ ด้าน ประกอบไปด้วยผู้คนหลายอาชีพ และระดับการศึกษา การดำเนินชีวิตของผู้คนมีการแข่งขันกันมาก ผู้ที่มีการศึกษาย่อมมีโอกาสมากกว่าผู้ที่ด้อยการศึกษา ทั้งนี้ เพราะการศึกษาย่อมเป็นทางไปสู่ความก้าวหน้าหรือความสำเร็จในหน้าที่การงาน และความสามารถในการแก้ปัญหา หรือแก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ในสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม
