

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ .....	(1)
Abstract .....	(3)
กิตติกรรมประกาศ .....	(5)
สารบัญ .....	(6)
สารบัญตาราง .....	(8)
สารบัญแผนภูมิ .....	(11)
<b>บทที่</b>	
<b>1. บทนำ</b>	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	6
1.3 ขอบเขตของการศึกษา .....	6
1.4 นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย .....	6
1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	9
<b>2. แนวคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b>	
2.1 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการถดถอยจากสังคม .....	10
2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการเกษียณอายุ .....	15
2.3 แนวคิดในการเตรียมตัวเข้าสู่วัยเกษียณอายุ .....	19
2.4 แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนจากสังคม .....	34
2.5 แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ .....	41
2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	43
2.7 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย .....	52

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3. ระเบียบวิธีวิจัย	
3.1 ประชากรกลุ่มตัวอย่าง .....	56
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	58
3.3 การทดสอบความเที่ยงตรงและความน่าเชื่อถือของแบบวัด .....	60
3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	61
3.5 สถิติที่ใช้ในการวิจัย .....	62
4. ผลการศึกษา	
4.1 ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุ .....	63
4.2 ข้อมูลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ .....	98
5. สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลการวิจัย .....	125
5.2 อภิปรายผล .....	131
5.3 ข้อเสนอแนะ .....	137
บรรณานุกรม .....	139
ภาคผนวก .....	147
ผนวก ก. หนังสือขออนุญาต .....	148
ผนวก ข. แบบสอบถาม .....	149
ประวัติผู้เขียน .....	156

## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
4.1 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง .....	66
4.2 แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากครอบครัว .....	68
4.3 แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากเพื่อน .....	69
4.4 แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากหน่วยงาน .....	70
4.5 แสดงค่าเฉลี่ยการยอมรับภาวะดกลอย .....	71
4.6 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านร่างกาย .....	73
4.7 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์ .....	74
4.8 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย .....	75
4.9 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย .....	76
4.10 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก .....	77
4.11 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม .....	78
4.12 แสดงสรุปภาพรวมการเตรียมตัวก่อนเกษียณ .....	79
4.13 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัว ก่อนเกษียณด้านร่างกาย .....	81
4.14 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านร่างกายระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน .....	81
4.15 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัว ก่อนเกษียณด้านจิตใจและอารมณ์ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน .....	82
4.16 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านจิตใจและอารมณ์ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน..	82
4.17 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัว ก่อนเกษียณด้านที่พักอาศัยระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน .....	83
4.18 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านที่พักอาศัยระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน .....	83
4.19 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัว ก่อนเกษียณด้านการเงินและค่าใช้จ่ายระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน .....	84
4.20 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการเงินและค่าใช้จ่ายระหว่างผู้ที่ทำงาน ต่างกัน .....	84

## สารบัญญัตินาง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.21 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน .....	85
4.22 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก ระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน .....	85
4.23 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน .....	86
4.24 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวก่อนเกษียณด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมระหว่างผู้ที่ทำงานต่างกัน .....	86
4.25 แสดงค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด ค่าเฉลี่ย และลักษณะของตัวแปรในสมการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวเกษียณของผู้สูงอายุ .....	88
4.26 แสดงค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรทุกตัวในสมการว่าเกณฑ์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณของผู้สูงอายุ .....	89
4.27 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านร่างกายของผู้สูงอายุ .....	90
4.28 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุ .....	91
4.29 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ .....	92
4.30 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่ายของผู้สูงอายุ .....	94
4.31 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการใช้เวลากับงานอดิเรกของผู้สูงอายุ .....	95
4.32 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ .....	96
4.33 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง .....	100

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.34 แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากครอบครัว .....	102
4.35 แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากเพื่อน .....	103
4.36 แสดงค่าเฉลี่ยการสนับสนุนจากหน่วยงาน .....	104
4.37 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านร่างกาย .....	105
4.38 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านจิตใจและอารมณ์ .....	106
4.39 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านที่พักอาศัย .....	107
4.40 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเงินและการใช้จ่าย .....	108
4.41 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการใช้เวลาและงานอดิเรก .....	109
4.42 แสดงค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสังคม .....	110
4.43 แสดงค่าเฉลี่ยการยอมรับภาวะถดถอย .....	111
4.44 แสดงค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด ค่าเฉลี่ย และลักษณะตัวแปรในสมการวิเคราะห์ถดถอย พหุคูณ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุที่เกษียณ แล้ว .....	113
4.45 แสดงค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรทุกตัวในสมการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษา ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะถดถอยของผู้สูงอายุที่เกษียณแล้ว .....	114
4.46 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะถดถอยของ ผู้สูงอายุที่เกษียณแล้ว .....	116
4.47 แสดงค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณ .....	118
4.48 แสดงค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด ค่าเฉลี่ย และลักษณะตัวแปรในสมการวิเคราะห์ถดถอย พหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะถดถอยของผู้สูงอายุ .....	120
4.49 แสดงค่าสัมพันธ์ของตัวแปรทุกตัวในการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เกษียณแล้ว .....	121
4.50 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะถดถอยของ ผู้สูงอายุ .....	123

## สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
2.1 กรอบแนวคิดของผู้สูงอายุก่อนเกษียณที่มีอายุ 50 – 60 ปี .....	53
2.2 กรอบแนวคิดของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป .....	55
4.1 สรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณของผู้สูงอายุ .....	97
4.2 สรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการยอมรับภาวะดกดอย .....	117
4.3 สรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ .....	124
5.1 สรุปปัจจัยการเตรียมตัวก่อนเกษียณ .....	129
5.2 สรุปปัจจัยการเตรียมตัวเกษียณของผู้เกษียณแล้ว .....	130

