

หัวข้องานวิจัย	การวางแผนชีวิตเพื่อวัยเกษียณของอาจารย์มหาวิทยาลัยเอกชน
ชื่อผู้วิจัย	วิไลลักษณ์ รัตนเพียรธัมมะ
สาขาวิชา/คณะ	การจัดการ / คณะบริหารธุรกิจ
ปีการศึกษา	2562
คำสำคัญ	การวางแผนชีวิต วัยเกษียณ มหาวิทยาลัยเอกชน

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาการวางแผนชีวิตเพื่อวัยเกษียณของอาจารย์มหาวิทยาลัยเอกชน 2) เพื่อเปรียบเทียบการวางแผนชีวิตเพื่อวัยเกษียณของอาจารย์มหาวิทยาลัยเอกชน จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 3) เพื่อเสนอแนวทางในการวางแผนชีวิตเพื่อวัยเกษียณของอาจารย์มหาวิทยาลัยเอกชน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ คือ อาจารย์มหาวิทยาลัยเอกชน ในพื้นที่เขตบางเขนและสายไหม โดยการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้สถิติเชิงอนุมาน โดยใช้ค่า t-test และ F-test (One-way ANOVA) ในกรณีพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใช้การทดสอบรายคู่ด้วยวิธี LSD

ผลการวิจัย พบว่า อาจารย์มหาวิทยาลัยเอกชน มีการวางแผนชีวิตเพื่อวัยเกษียณโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อาจารย์มหาวิทยาลัยเอกชน มีการวางแผนชีวิตเพื่อวัยเกษียณ อันดับแรกคือ ด้านเศรษฐกิจ รองลงมาคือ ด้านการเงิน ด้านร่างกาย และอันดับสุดท้ายคือด้านจิตใจอยู่ในระดับมาก ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า อาจารย์มหาวิทยาลัยเอกชนที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกันมีการวางแผนชีวิตเพื่อวัยเกษียณแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนอาจารย์มหาวิทยาลัยเอกชนที่มีเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาสูงสุด และรายจ่ายเฉลี่ยต่อเดือนต่างกันมีการวางแผนชีวิตเพื่อวัยเกษียณแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สำหรับแนวทางในการวางแผนชีวิตเพื่อวัยเกษียณของอาจารย์มหาวิทยาลัยเอกชนนั้น ควรวางแผนชีวิตให้ครอบคลุมทุกด้าน ในด้านเศรษฐกิจควรทำบันทึกรายรับ-รายจ่าย หารายได้จาก การลงทุน การประกันชีวิต เตรียมเงินสำรอง การสำรวจเงินได้ การประมาณค่าใช้จ่ายหลังเกษียณและการหาความรู้เกี่ยวกับอาชีพต่างๆที่สนใจ ด้านการเงินควรดูรายรับรายจ่ายให้สมดุลกัน ทำบัญชีหรือควบคุมค่าใช้จ่าย แบ่งรายได้เพื่อวางแผนการออม การลงทุน การทำประกันชีวิต สุขภาพและอุบัติเหตุ ด้านที่อยู่อาศัยควรมีการ วางแผนให้ปลอดภัยก่อนเกษียณ การเลือกที่อยู่อาศัย การปรับปรุงที่อยู่อาศัย การเลือกผู้อยู่ร่วมกัน ด้านร่างกายควรกินอาหารให้ครบ 5 หมู่ ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 10 แก้ว นอนหลับอย่างน้อยวันละ 7 ชั่วโมง ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ตรวจสุขภาพประจำปี ด้านจิตใจควรทำความเข้าใจและยอมรับความเปลี่ยนแปลง ความไม่แน่นอน ผูกจิตใจให้อยู่ในหลักธรรม ทำกิจกรรมที่

ชอบหรือหาความบันเทิงจากสิ่งที่พอใจและด้านสังคมควรมีการเตรียมกลุ่มเพื่อนหรือเครือข่าย เข้าร่วม เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ทัศนศึกษาหรือประกอบกิจกรรมต่างๆที่ชอบ ทำกิจกรรมด้านการส่งเสริม สุขภาพ กิจกรรมที่นำไปสู่การพัฒนาชุมชนและสังคม

Research Title	The Life Planning for the Retirement of Private University Professors.
Author	Wilailak Ratanapeantamma
Division / Faculty	Management / Faculty of Business Administration
Years	2019
Keywords	Life Planning , Retirement , Private University

Abstract

The objectives of this research were to 1) investigate the life planning for the retirement of the private university academic professors, 2) compare between the private university academic professors and their life planning for retirement divided by personal factors, and 3) recommend the life planning approach for the retirement of the private university academic professors. The samples for this research were four hundred academic professors from private universities in Bang Khen and Sai Mai Districts selected by purposive sampling method. The research tool was the questionnaire. The data received were analyzed by descriptive statistics [these were frequency, percentage, mean, and standard deviation], and by inferential statistics [t-test, and F-test (One-way ANOVA)]. If the difference with pair-wise comparisons at 0.05 were found, the Least Significant Difference (LSD) was used to determine the difference.

The results showed that the respondents had made life planning for retirement at high level. When considering at each aspect, the aspect of economic received the highest mean. Next on down which were also at high level were the aspects of finance, physical body, and mind, respectively. 2) In terms of the hypothetical testing results, the respondents who earned different average monthly income had different life planning for the retirement at statistical significant level of 0.05. The respondents who were from different gender, age group, marital status, educational level and average monthly expenses had different life planning for retirement at no statistical significant level of 0.05. 3) As for the recommendation, the researcher recommended the life planning approach for the retirement of the private university academic Professors that they should make the life planning that cover all aspects as follows: as for the economic aspect, they should record and keep track of their daily income and expenses, earn extra income from investment, have life insurance, prepare the savings

for their retirement, survey their income and estimate expenses, and acquire knowledge about interesting occupation after their retirement. In terms of financial planning, they should balance their income and expenses, make an account or control their expenses, divide up their income for savings, investment and apply for life, health and accident insurance. As for the housing, they should plan for debt-free housing before their retirement, their housing selection and improvement, and housing coexists. In terms of the physical health, the faculty Professors should eat all five groups of food, drink pure water at least ten glasses per day, sleep well at least seven hours per day, exercise regularly, and have annual health check-up. In terms of mind, the faculty Professors should understand and accept change and impermanent, train their mind according to the dharma principles, enjoy doing activities or entertainment according to their preference. In addition, in terms of social aspect, they should build their peer groups or their networks, participate in the elderly group activities, make field trips of their preference or participate in the activities for health promotion or other activities that lead to the community and social development.

ประกาศคุณูปการ

รายงานฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยทุนสนับสนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพที่ส่งเสริมให้คณาจารย์ทำผลงานวิจัยเพื่อพัฒนาความรู้ในศาสตร์ให้เกิดความเชี่ยวชาญและสามารถนำไปพัฒนาการเรียนการสอน ผู้วิจัยขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณผู้มีส่วนเกี่ยวข้องที่ทำให้งานวิจัยสำเร็จลุล่วงโดยเฉพาะคณาจารย์กลุ่มตัวอย่างที่เสียสละเวลาในการตอบแบบสอบถาม ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ทุกคนที่ช่วยประสานงานในการเก็บและรวบรวมข้อมูล ลูกศิษย์ที่ช่วยเหลือในส่วนของการประเมินผล การจัดรูปแบบงานวิจัย ที่สำคัญอย่างยิ่งคือคณาจารย์ทุกท่านในสำนักวิจัย มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพที่ให้ความช่วยเหลือ คำแนะนำต่างๆ ในการทำให้งานวิจัยมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น หากมีข้อผิดพลาดขาดตกบกพร่องประการใด ผู้วิจัยขอน้อมรับเพื่อนำไปแก้ไขและพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

คุณค่าและประโยชน์ของงานวิจัยฉบับนี้ ขอมอบแทนพระคุณแด่บุพการีผู้เป็นที่รักและอยู่ในดวงใจเสมอมา

วิไลลักษณ์ รัตนเพียรธัมมะ