

## บทสรุปผู้บริหาร

โครงการเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ การส่งเสริมสุขภาพและคุณค่าของชีวิตเมื่อวัยเกษียณ  
วันที่ 23 สิงหาคม 2562

ณ ห้องเรียน HU 1103 อาคาร 1 คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์

\*\*\*\*\*

จากการจัดโครงการเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ การส่งเสริมสุขภาพและคุณค่าของชีวิตเมื่อวัยเกษียณ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมและรองรับการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ของข้าราชการให้สามารถวางแผนการดำเนินชีวิตประจำวันภายหลังเกษียณอายุราชการได้ รวมถึงการรับรู้เรื่องสิทธิประโยชน์ที่พึงได้รับการเกษียณอายุราชการ การเรียนรู้เชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ การปรับสภาพจิตใจ อารมณ์ การปรับตัว และการวางแผนการดำเนินชีวิตเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ อยู่ร่วมกับครอบครัวและสังคมได้อย่างมีความสุข รวมถึงมีคุณภาพชีวิตที่ดีตลอดไป เมื่อวันที่ 23 สิงหาคม 2562 มีผู้เข้าร่วมโครงการทั้งสิ้นจำนวน 157 คน โดยมีผู้ตอบแบบประเมิน จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 32.48 ซึ่งผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 86.30 เพศชาย จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 13.70 ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 51 ปีขึ้นไป จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 58.80 รองลงมาคืออายุอยู่ในช่วง 41-50 ปี จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50 และอยู่ในช่วงอายุ 30-40 ปี จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 15.70 ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่เป็นข้าราชการ จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 74.50 รองลงมาเป็นพนักงานมหาวิทยาลัย จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 17.60 และอื่น ๆ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 7.80 ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่เป็นบุคลากรสายสนับสนุน (อื่น ๆ) จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 70.60 รองลงมาเป็นบุคลากรสายวิชาการตำแหน่งอาจารย์ จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 15.70 บุคลากรสายวิชาการตำแหน่งรองศาสตราจารย์ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 7.80 และบุคลากรสายวิชาการตำแหน่งผู้ช่วยศาสตราจารย์ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 5.90 ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่สังกัดกลุ่มสำนักงานอธิการบดีและสนับสนุนวิชาการ จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 37.30 รองลงมาสังกัดกลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และกลุ่มสาขาวิชาสังคมศาสตร์ จำนวน 12 คน เท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 23.50 และสังกัดกลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 15.70 ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบประเมินส่วนใหญ่มีอายุงาน 21 ปีขึ้นไป จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 80.40 รองลงมาอายุงาน 11-20 ปี จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 13.70 อายุงาน 5-10 ปี จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 3.90 และอายุงานต่ำกว่า 5 ปี จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 2 ตามลำดับ

ผู้ตอบแบบประเมินมีความคิดเห็นที่มีต่อการดำเนินการจัดโครงการเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุ การส่งเสริมสุขภาพและคุณค่าของชีวิตเมื่อวัยเกษียณ ในภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก (ค่าเฉลี่ย 4.41) เมื่อพิจารณารายละเอียด พบว่า รายการที่ผู้ตอบแบบประเมินเห็นว่ามีความคิดเห็นมากที่สุด คือ ความรู้และประโยชน์ที่ได้รับจากการบรรยาย และตอบข้อซักถาม จาก ผู้อำนวยการกลุ่มงานตรวจสอบและกำกับการคลัง สำนักงานคลังเขต 6

(นางฉวีวรรณ ทองกร) (ค่าเฉลี่ย 4.51) รองลงมา คือ ความรู้และประโยชน์ที่ได้รับจากการบรรยาย และฝึกปฏิบัติ จากผู้ทรงคุณวุฒิ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัทธิยา รัตนวิมล) (ค่าเฉลี่ย 4.37) และความพึงพอใจในภาพรวมของการดำเนินงานโครงการฯ (ค่าเฉลี่ย 4.35) ตามลำดับ

### **สรุปผลการประเมินการจัดโครงการ ตามตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ (KPI) ดังนี้**

1. ด้านปริมาณ : ผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 157 คน คิดเป็นร้อยละ 99.37 ของผู้ร่วมโครงการที่กำหนดไว้ (บรรลุตาม KPI)
2. ด้านคุณภาพ : ผลการประเมินความคิดเห็นของผู้เข้าร่วมโครงการในภาพรวม อยู่ในระดับดีมาก ค่าเฉลี่ย 4.41 (บรรลุตาม KPI)
3. ด้านเวลา : ดำเนินการจัดโครงการตรงตามระยะเวลาที่กำหนด (บรรลุตาม KPI)

### **ผู้เข้าร่วมโครงการมีข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในภาพรวม ดังนี้**

1. ท่านสามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการอบรมไปใช้ในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุ/ การปฏิบัติงานเพื่ออำนวยความสะดวกกับบุคลากรที่จะเกษียณอายุ ได้อย่างไรบ้าง
  - 1) ได้เตรียมความพร้อม และนำความรู้หรือข้อคิดไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ
  - 2) ดูแลสุขภาพให้ดี เพื่อให้มีชีวิหลังเกษียณอายุที่แข็งแรง
  - 3) ได้รับความรู้เกี่ยวกับสิทธิ แนวปฏิบัติตามระเบียบ เพื่อใช้ในการให้ความรู้กับบุคลากรที่จะเกษียณอายุต่อไป
2. ท่านวางแผนการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณอายุไว้อย่างไรบ้าง เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณค่าและมีความสุขตลอดไป
  - 1) ดำเนินชีวิตตามแบบเศรษฐกิจพอเพียง
  - 2) ด้านความรู้ เป็นบุคคลแบบอย่าง เป็นวิทยากรให้ความรู้กับมูลนิธิอาสาสมัคร
  - 3) รักษาสุขภาพ ทำจิตใจให้มีความสุข รู้จักปล่อยวาง รู้จักให้
3. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมสำหรับการพัฒนาการจัดโครงการในครั้งต่อไป
  - 1) ขอให้จัดต่อเนื่องทุกปี และเปิดโอกาสให้บุคลากรทุกช่วงอายุเข้าร่วมโครงการได้
  - 2) ควรมีการอบรมเรื่องการวางแผนการเงินก่อนวัยเกษียณ เพื่อให้มีการเตรียมตัวได้ทัน และมีชีวิตวัยเกษียณที่มีความมั่นคง
  - 3) ควรมีการอบรมอาชีพเสริมที่เหมาะสมกับผู้เกษียณอายุ เพื่อเป็นรายได้ให้สามารถพึ่งตนเองได้

\*\*\*\*\*