

ภาคผนวก  
แบบสอบถาม



### แบบสอบถาม

เรื่องอิทธิพลของศักยภาพในการทำงาน การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมการดูแลตนเอง และ การเห็นคุณค่าแห่งตนที่มีผลต่อความร่วมมือในการทำงานหลังเกษียณของผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

**คำชี้แจง** โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

#### ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. เพศ

1. ชาย  2. หญิง

2. อายุ

1. 60-65 ปี  2. 66 – 70 ปี  
 3. 71 - 80 ปี  4. มากกว่า 80 ปี

3. ระดับการศึกษา

1. ต่ำกว่าปริญญาตรี  2. ปริญญาตรี  3. สูงกว่าปริญญาตรี

4. สถานภาพ

1. โสด  2. แต่งงาน

5. สถานะการอยู่อาศัย

1. อยู่คนเดียว  2. อยู่กับสามี/ภรรยา/ลูก  3. อยู่กับญาติ/คนรู้จัก

6. อาชีพ

1. ทำงานในหน่วยงานภาคเอกชน  2. ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ

7. รายได้จากงานประจำต่อเดือน

1. ต่ำกว่า 10,000 บาท  2. 10,001-20,000 บาท  
 3. 20,001-30,000 บาท  4. 30,001-40,000 บาท  
 5. 40,001-50,000 บาท  6. 50,001 บาทขึ้นไป

8. เงินออม

1. ไม่มีเงินออม  2. ต่ำกว่า 50,000บาท  
 3. 50,000-100,000บาท  4. 100,001 บาทขึ้นไป

## 9. ภาระหนี้สิน

 1. มีหนี้สิน 2. ไม่มีหนี้สิน

## 10. รายได้เสริมนอกเหนือจากการทำงานประจำ

 1. มีรายได้เสริม 2. ไม่มีรายได้เสริม

## ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับศักยภาพในการทำงาน การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมการดูแลตนเอง การเห็นคุณค่าแห่งตน และความพร้อมในการทำงานหลังเกษียณของผู้สูงอายุ

ข้อ	ศักยภาพในการทำงาน (Work Potentiality)	ระดับความคิดเห็น				
		5	4	3	2	1
1	ท่านพัฒนาความรู้ ทักษะ และความสามารถให้เหมาะสมกับการปฏิบัติงานอยู่เสมอ					
2	ท่านแสวงหาความรู้และเทคโนโลยีที่เกี่ยวข้องกับงานอย่างต่อเนื่อง					
3	ท่านมีเทคนิคในการติดต่อสื่อสารข้อมูลต่าง ๆ ให้เข้าใจง่าย					
4	ท่านพัฒนาและปรับปรุงตนเองให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง					
5	ผลสำเร็จของงานเป็นไปตามเป้าหมายที่ท่านกำหนด					
	การสนับสนุนทางสังคม (Social Support)					
6	ท่านได้รับความรักและการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลในครอบครัว					
7	ท่านรับรู้ได้ว่าคนรอบข้างเคารพยกย่องในตัวท่าน					
8	ท่านได้รับการช่วยเหลือด้านแรงงาน สิ่งของ เครื่องใช้ เงินทอง และความสะดวกในการรับบริการต่างๆ จากคนรอบข้าง					
9	ท่านมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัว ชุมชน และสังคม					
10	ท่านได้รับข่าวสารหรือคำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อการใช้ชีวิตประจำวัน					

ข้อ	พฤติกรรมการดูแลตนเอง (Self Care Behaviors)	ระดับความคิดเห็น				
		5	4	3	2	1
11	ท่านรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายในปริมาณที่เหมาะสมในแต่ละวัน					
12	ท่านออกกำลังกายอย่างน้อยครั้งละ 30 นาที เป็นเวลา 3-5 วันต่อสัปดาห์					
13	ท่านสามารถดูแลตนเองได้อย่างถูกต้องเมื่อเจ็บป่วย					
14	ท่านสามารถจัดการความเครียดได้					
15	ท่านนอนหลับพักผ่อนอย่างเต็มที่เป็นประจำทุกวัน					
	การเห็นคุณค่าแห่งตน (Self Esteem)					
16	ท่านรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง					
17	ท่านเชื่อมั่นว่าจะได้รับในสิ่งที่ท่านต้องการเสมอ					
18	ท่านรู้สึกมีความหวังในชีวิตตลอดเวลา					
19	ท่านรู้สึกว่าสามารถจัดการสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง					
20	ท่านรู้สึกว่าตนเองเป็นบุคคลที่มีคุณค่าต่อครอบครัว ชุมชน สังคม					
ข้อ	ความพร้อมในการทำงานหลังเกษียณอายุของผู้สูงอายุ (Readiness to Work of Retired Elderly)					
21	ผลตอบแทนจากการทำงานหลังเกษียณทำให้ท่านมีเงินเพียงพอในการดำเนินชีวิต					
22	ท่านมีสุขภาพที่แข็งแรงสามารถทำงานหลังเกษียณได้					
23	ท่านรู้สึกสนุกและมีความพึงพอใจในการทำงานหลังเกษียณ					
24	ความรู้ ทักษะของท่านสามารถนำไปใช้ทำงานหลังเกษียณได้					
25	ท่านมีความพึงพอใจต่อองค์กรที่จ้างท่านทำงานหลังเกษียณ					

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคของการทำงานหลังเกษียณอายุของผู้สูงอายุ

.....  
 .....

ขอขอบพระคุณทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือตอบแบบสอบถาม 