



แนวทางการส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณด้วยทฤษฎีหมวกหกใบ สำหรับครูที่ลงทะเบียนในระบบ OBEC DEBT CLINIC

Guidelines for Promoting Pre-Retirement Financial Planning Using the Six Thinking Hats Theory for Teachers Registered in OBEC Debt Clinic System

พลพิพัฒน์ วัฒนเศรษฐานุกูล^{1*}

Polpipat Wattanasettanukul^{1*}

(Received: September 23, 2025; Revised: October 20, 2025; Accepted: November 26, 2025)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ พัฒนาและศึกษาผลการใช้แนวทางการส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณตามทฤษฎีหมวกหกใบ สำหรับครูที่ลงทะเบียนในระบบ OBEC DEBT CLINIC กลุ่มผู้ให้ข้อมูลประกอบด้วยผู้ทรงคุณวุฒิ 9 คน และครู 9 คน โดยใช้การเลือกแบบเจาะจง กลุ่มเป้าหมายคือครูจำนวน 30 คน ซึ่งคัดเลือกแบบเจาะจงเช่นกัน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบวิเคราะห์สถานการณ์และความต้องการ 2) แบบสนทนากลุ่มเพื่อออกแบบแนวทาง 3) แบบประเมินความเหมาะสมของแนวทาง 4) แบบวัดพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ และ 5) แบบสนทนากลุ่มเพื่อประเมินผลการใช้แนวทาง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที่ ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1) แนวทาง ประกอบด้วย 6 ข้อ ได้แก่ (1) ครูรวบรวมข้อมูลที่จำเป็นต่อการวางแผนการเงิน (2) ครูรับฟังความรู้สึกของตนเอง เกี่ยวกับเรื่องเงิน (3) ครูประเมินความเสี่ยงและอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น (4) ครูมองหาความเป็นไปได้และโอกาสที่ดีในอนาคต (5) ครูพัฒนาแนวทางใหม่ ๆ เพื่อสร้างวินัยทางการเงิน และ (6) ครูเป็นผู้กำกับกระบวนการวางแผนการเงินของตนเองอย่างมีระบบ และ 2) ครูมีคะแนนพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณหลังการใช้แนวทางสูงกว่าก่อนใช้แนวทางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: การวางแผนการเงินก่อนเกษียณ ทฤษฎีหมวกหกใบ ความฉลาดรู้ทางการเงิน

¹ศูนย์ขับเคลื่อนการแก้ไขปัญหาหนี้สินครูและบุคลากรทางการศึกษา สำนักงานอำนวยการ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

¹Center for Driving Solutions to Teacher and Educational Personnel Debt Problems, Administrative Office, Office of the Basic Education Commission

*Corresponding author. E-mail: polpipat97@gmail.com



Abstract

This research aimed to develop and examine the effects of implementing guidelines for promoting pre-retirement financial planning based on the Six Thinking Hats theory for teachers registered in the OBEC Debt Clinic system. The key informants included nine experts and nine teachers, all selected through purposive sampling. The target group consisted of 30 teachers, also selected purposively. The research instruments included: 1) a situation and needs assessment form, 2) focus group discussions for designing the guidelines, 3) an appropriateness evaluation form for the guidelines, 4) a pre-retirement financial planning behavior scale, and 5) focus group discussions for evaluating the effects of implementing the guidelines. Quantitative data were analyzed using percentage, mean, standard deviation, and the t-test, while qualitative data were analyzed using content analysis.

The research findings revealed that: 1) The developed guidelines comprised six components: (1) teachers gather essential planning information, (2) teachers reflect on their own feelings about money, (3) teachers assess potential risks and obstacles, (4) teachers identify possibilities and future opportunities, (5) teachers develop new approaches to strengthen financial discipline, and (6) teachers manage their own financial planning process systematically; and 2) Teachers' scores on pre-retirement financial planning behavior significantly increased after applying the guidelines, with statistical significance at the .01 level.

Keywords: Pre-Retirement Financial Planning, Six Thinking Hats Theory, Financial Literacy

บทนำ

การส่งเสริมความมั่นคงทางการเงินของครูและบุคลากรทางการศึกษาเป็นหนึ่งในประเด็นสำคัญที่สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ให้ความสำคัญอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในช่วงก่อนเกษียณซึ่งถือเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตราชการ จากข้อมูลของกระทรวงศึกษาธิการ (2567) ข้าราชการครูกว่าร้อยละ 80 จากจำนวนประมาณ 900,000 คน มีภาระหนี้สินรวมกว่า 1.4 ล้านล้านบาท สะท้อนถึงปัญหาวินัยทางการเงินและการขาดทักษะในการวางแผนชีวิตอย่างเป็นระบบ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการจึงได้มีหนังสือด่วนที่สุดเมื่อวันที่ 8 กุมภาพันธ์ 2567 กำหนดแนวทางให้ข้าราชการ



มีเงินเดือนสุทธิหลังหักหนี้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 30 และสนับสนุนการเจรจาปรับโครงสร้างหนี้กับเจ้าหนี้อย่างเป็นระบบ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2567; สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ, 2566)

สพฐ. ได้จัดตั้งระบบ OBEC DEBT CLINIC เพื่อให้คำปรึกษาและช่วยเหลือครูกลุ่มเปราะบางผ่านการจัดทำแผนฟื้นฟูหนี้ พร้อมทั้งพัฒนาองค์ความรู้ด้านวินัยการเงิน โดยเน้นเฉพาะครูใกล้เกษียณเพื่อเสริมสร้างเสถียรภาพชีวิตหลังเกษียณ และสนองต่อนโยบายคุณภาพชีวิตครูของกระทรวงศึกษาธิการ รวมถึงเป้าหมาย SDGs เป้าหมายที่ 8 ขององค์การสหประชาชาติ (United Nations, 2015) อย่างไรก็ตาม ข้อมูลจากสำนักงานกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (2564) ธนาคารแห่งประเทศไทย (2565) และสำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ (2566) ชี้ให้เห็นว่าครูจำนวนมากยังไม่มีวางแผนการเงินก่อนเกษียณ ส่งผลให้เงินบำนาญไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่าย ขาดเงินออมและแผนรองรับภาวะฉุกเฉิน จนต้องกู้เพิ่มในช่วงที่รายได้ลดลงอย่างสิ้นเชิง

สถานการณ์ล่าสุดในปี 2567 ยิ่งตอกย้ำถึงความรุนแรงของปัญหานี้สินครู โดยมีข้าราชการทั่วประเทศถูกฟ้องล้มละลายเพิ่มขึ้นจาก 7,000 ราย เป็น 14,000 รายในเวลาเพียงปีเดียว และในจำนวนนี้กว่า 5,000 รายเป็นข้าราชการครู (ประชาชาติธุรกิจ, 2568) ขณะที่ข้อมูลจากสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมสวัสดิการและสวัสดิภาพครูและบุคลากรทางการศึกษา (สกสค.) (2567) ระบุว่าครูมีบัญชีหนี้จากโครงการสวัสดิการเงินกู้ เช่น การฌาปนกิจสงเคราะห์ช่วยเหลือเพื่อนครูและบุคลากรทางการศึกษา (ช.พ.ค.) และการฌาปนกิจสงเคราะห์ช่วยเหลือเพื่อนครูและบุคลากรทางการศึกษารณิคุสมรส (ช.พ.ส.) รวม 334,795 บัญชีคิดเป็นมูลหนี้สะสมกว่า 273,838 ล้านบาท สะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นเร่งด่วนในการจัดทำแนวทางส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณอย่างเป็นระบบ โดยเฉพาะสำหรับครูกลุ่มที่ลงทะเบียนในระบบ OBEC DEBT CLINIC

มีงานวิจัยจำนวนมากในช่วงปี ค.ศ. 2023–2025 ที่ศึกษาการส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณในกลุ่มข้าราชการและครู เช่น งานของ Apostol et al. (2025) ที่ศึกษาในประเทศฟิลิปปินส์ พบว่าความฉลาดรู้ทางการเงิน (Financial literacy) ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self-efficacy) และ ความผาสุกทางการเงิน (Financial well-being) มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพร้อมในการเกษียณ (Retirement preparedness) อย่างมีนัยสำคัญ งานของ Lan and Lee (2024) ในประเทศซาอุดีอาระเบีย ยังเน้นย้ำถึงบทบาทของนโยบายภาครัฐ (Government policy) ร่วมกับ ความชัดเจนของเป้าหมายการเกษียณ (Retirement goal clarity) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self-efficacy) ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณอย่างเป็นระบบ นอกจากนี้ ยังมีงานของ Ahmed (2024) ที่พบว่าแม้บางกลุ่มจะมีความรู้ทางการเงิน (Financial knowledge) ในระดับปานกลางถึงสูง แต่หากมีความมั่นใจเกินจริง (Overconfidence) ก็อาจไม่สามารถ



วางแผนเกษียณได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าเพียงแค่มีความรู้ทางการเงินยังไม่เพียงพอ จำเป็นต้องมีทักษะการคิดหลากหลายมิติร่วมด้วย

ในขณะเดียวกัน งานวิจัยของ Elbilgahy and Alanazi (2025) ที่ใช้ทฤษฎีหมวกหกใบ (Six thinking hats theory) กับนักศึกษาพยาบาล พบว่าสามารถส่งเสริมทักษะการคิดหลากหลายมิติ ช่วยให้ผู้เรียนมองปัญหาอย่างเป็นระบบและรอบด้าน ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการตัดสินใจและวางแผนในบริบทชีวิตจริง ดังนั้นงานวิจัยนี้จึงเลือกใช้ ทฤษฎีหมวกหกใบ ของ De Bono (1985) เป็นกรอบแนวคิดหลักในการพัฒนาแนวทางส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ โดยเชื่อว่าทฤษฎีนี้สามารถเติมเต็มช่องว่างจากแนวทางอื่นที่มักมุ่งเน้นเฉพาะ ความรู้ (knowledge) และ ทักษะ (skills) แต่ยังขาดมิติของการคิดเชิงลึก การเปรียบเทียบ มุมมอง และการตัดสินใจที่ครอบคลุมบริบทชีวิตรอบด้านของแต่ละบุคคลอย่างแท้จริง

จากเหตุผลทั้งหมดข้างต้น จึงนำไปสู่การพัฒนาและศึกษาผลของการใช้แนวทางการส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณที่พัฒนาขึ้นต่อระดับความมั่นคงทางการเงินของครูที่ลงทะเบียนในระบบ OBEC DEBT CLINIC เพื่อให้ครูสามารถตระหนัก เข้าใจ และสร้างระบบการคิดวางแผนการเงินของตนเองได้อย่างรอบด้าน มีเหตุผล และสอดคล้องกับเป้าหมายชีวิตในวัยหลังเกษียณ โดยแนวทางดังกล่าวไม่เพียงเป็นการเสริมสร้างความมั่นคงให้กับครูเท่านั้น แต่ยังเป็นแนวทางหนึ่งที่ตอบโจทย์เชิงนโยบายของประเทศ และสามารถขยายผลเชิงระบบในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาแนวทางการส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณด้วยทฤษฎีหมวกหกใบ สำหรับครูที่ลงทะเบียนในระบบ OBEC DEBT CLINIC
2. เพื่อศึกษาผลของการใช้แนวทางการส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณด้วยทฤษฎีหมวกหกใบ สำหรับครูที่ลงทะเบียนในระบบ OBEC DEBT CLINIC

การทบทวนวรรณกรรมและกรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยศึกษาทบทวนองค์ความรู้ต่าง ๆ ได้แก่ การพัฒนาแนวทางการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ และทฤษฎีหมวกหกใบ เพื่อนำมาใช้เป็นกรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้

1. การพัฒนาแนวทาง (Approaches to developing interventions)

การพัฒนาแนวทางในงานวิจัยด้านการส่งเสริมพฤติกรรม มักดำเนินการตามขั้นตอนเชิงระบบที่สามารถนำไปปรับใช้ในหลากหลายบริบท โดยทั่วไปขั้นตอนหลักประกอบด้วย 4 ระยะ ได้แก่ 1) การวิเคราะห์สถานการณ์และความต้องการ 2) การระดมความคิดเห็นเพื่อออกแบบแนวทางจากผู้ทรงคุณวุฒิ



3) การประเมินความเหมาะสมจากผู้ทรงคุณวุฒิ และ 4) การทดลองใช้เพื่อประเมินผลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพจากกลุ่มเป้าหมาย (Chen, 2015; Bartholomew et al., 2016; Ghaffar et al., 2023)

2. การวางแผนการเงินก่อนเกษียณ (Retirement Financial Planning)

การวางแผนการเงินก่อนเกษียณ (Retirement financial planning) เป็นองค์ประกอบสำคัญของการเตรียมความพร้อมในช่วงเปลี่ยนผ่านจากชีวิตการทำงานสู่ชีวิตหลังเกษียณ โดยมีเป้าหมายเพื่อให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพและเสถียรภาพทางเศรษฐกิจในระยะยาว ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จของการวางแผนนี้ ได้แก่ พฤติกรรมทางการเงิน (Financial behavior) ที่เอื้อต่อการออมอย่างสม่ำเสมอ (Regular saving) การมีแผนสำรอง (Contingency planning) การเตรียมเงินฉุกเฉิน (Emergency fund) และการตัดสินใจเลือกแผนการลงทุนที่เหมาะสมกับระดับความเสี่ยงของตน (Risk-aligned investment decision-making)

การมีความชัดเจนของเป้าหมายเกษียณ (Retirement goal clarity) ช่วยให้ผู้วางแผนสามารถมองเห็นภาพอนาคต ตัดสินใจได้ดีขึ้น และกำหนดเป้าหมายที่จับต้องได้ นอกจากนี้ยังเสริมสร้างทักษะการคิดในลักษณะหลายมิติ (Multiple-perspective thinking) ซึ่งหมายถึงการพิจารณาประเด็นทางการเงินจากทั้งมุมมองเหตุผล ความเสี่ยง ความรู้สึก ความเป็นไปได้ และโอกาส แนวทางดังกล่าวช่วยให้การตัดสินใจด้านการเงินในช่วงก่อนเกษียณมีความรอบคอบและยั่งยืนมากขึ้น ไม่ใช่เพียงการรับฟังคำแนะนำหรือเรียนรู้ข้อมูลเท่านั้น แต่เป็นกระบวนการคิดเชิงวิเคราะห์และการวางแผนชีวิตอย่างมีเป้าหมายร่วมด้วย (Mustafa et al., 2025; Lan and Lee, 2024)

3. ทฤษฎีหมวกหกใบ (Six thinking hats)

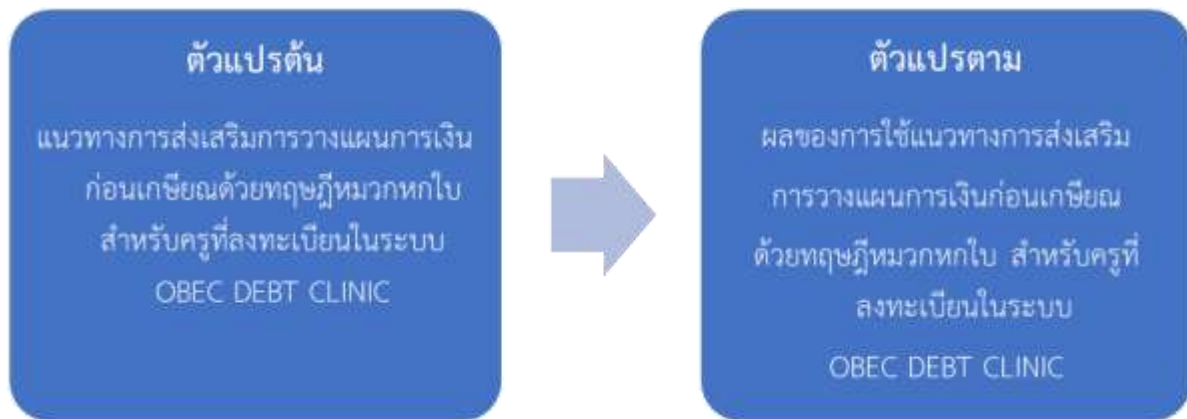
ทฤษฎีหมวกหกใบของ De Bono (1985) เป็นแนวคิดที่ส่งเสริมให้ผู้คนมีทักษะการคิดหลากหลายมิติ ผ่านหมวกแต่ละสี ซึ่งแต่ละสีสื่อถึงรูปแบบการคิดที่แตกต่างกัน เช่น หมวกขาว หมายถึง ข้อเท็จจริงหรือข้อมูล หมวกแดง หมายถึง ความรู้สึกหรืออารมณ์ หมวกดำ หมายถึง ความเสี่ยง การวิจารณ์ หรือจุดที่อาจเป็นปัญหา หมวกเหลือง หมายถึง ข้อดีหรือโอกาส หมวกเขียว หมายถึง ความคิดสร้างสรรค์หรือทางเลือกใหม่ หมวกน้ำเงิน หมายถึง การคิดเชิงโครงสร้างหรือจัดการกระบวนการคิดและวางแผน

งานวิจัยที่ใช้ทฤษฎีนี้ในช่วงหลัง ๆ เน้นการพัฒนาทักษะการคิดหลากหลายมิติ เช่น การแก้ปัญหา กลุ่มที่ใช้หมวกหกใบเพื่อให้ผู้เข้าร่วมมองปัญหาจากหลายมุมและตัดสินใจอย่างรอบคอบ งานของ Elbilgahy and Alanazi (2025) ที่ใช้หมวกหกใบช่วยสร้างทักษะการคิดเชิงลึกและการเปรียบเทียบมุมมอง ซึ่งเป็นการยืนยันว่าแนวคิดนี้สามารถนำมาบูรณาการกับการวางแผนการเงินก่อนเกษียณได้ เพื่อให้การคิดไม่จำกัดอยู่แค่ความรู้หรือทักษะเบื้องต้น แต่รวมถึงการตัดสินใจที่คำนึงถึงหลายปัจจัยของความเสี่ยง ความรู้สึก และทรัพยากรชีวิตจริง ซึ่งการนำหมวกหกใบมาประยุกต์กับการวางแผนเกษียณ จะช่วยให้ครุ่นมองทั้งด้าน



ข้อเท็จจริง (รายรับ ค่าใช้จ่าย) และด้านอารมณ์ ความกลัว ความคาดหวัง วิเคราะห์โอกาสและความเสี่ยง เปรียบเทียบทางเลือกหลายทาง เช่น ลงทุน หลักประกันสุขภาพ ประกันชีวิต การใช้ทรัพย์สินสำรอง วางกลยุทธ์ ที่ยืดหยุ่นตามบริบทชีวิต (หนี้ ภาระครอบครัว สุขภาพ)

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นระเบียบวิธีแบบผสมผสาน (Mixed methods research) โดยใช้รูปแบบเชิงขนาน (Convergent parallel design) (Creswell, 2014) มีรายละเอียดดังนี้

ผู้ให้ข้อมูล และกลุ่มเป้าหมาย

1. การวิจัยเชิงคุณภาพ

ผู้ให้ข้อมูลสำหรับวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เป็นผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 9 คน ใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) (Patton, 2015) ซึ่งมีคุณสมบัติ คือ 1) มีความเชี่ยวชาญในอย่างน้อยหนึ่งด้าน ได้แก่ การวางแผนการเงิน การศึกษาและจิตวิทยาการเรียนรู้ การพัฒนาหลักสูตร แนวทางและกิจกรรมการเรียนรู้ การใช้ทฤษฎีหมวกหกใบ และการส่งเสริมวินัยทางการเงินของครู 2) มีประสบการณ์วิชาชีพหรือวิจัยที่เกี่ยวข้องอย่างน้อย 5 ปี 3) เคยเป็นวิทยากรหรือนักวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มเป้าหมายครู และ 4) ยินดีให้ความร่วมมือในการสนทนากลุ่ม (Focus group discussion)

ผู้ให้ข้อมูลสำหรับวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เป็นครู จำนวน 9 คน ใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ซึ่งมีคุณสมบัติ คือ 1) มีความเข้าใจและสามารถสะท้อนความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางที่ใช้ได้อย่างชัดเจน 2) มีพฤติกรรมการวางแผนการเงินที่เปลี่ยนแปลงหลังใช้แนวทาง (เช่น มีการจัดทำแผนทางการเงินเบื้องต้น) และ 3) ยินดีเข้าร่วมการสนทนากลุ่ม ภายหลังเสร็จสิ้นกิจกรรมทดลองใช้



2. การวิจัยเชิงปริมาณ

กลุ่มเป้าหมายสำหรับวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 และ 2 เป็นครูจำนวน 30 คน (Creswell, 2014) ใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ซึ่งมีคุณสมบัติ คือ 1) เป็นครูที่ลงทะเบียนในระบบ OBEC DEBT CLINIC 2) มีอายุงานมากกว่า 20 ปี หรืออยู่ในช่วงอายุ 50 ปีขึ้นไป (ใกล้เกษียณ) และ 3) ยินดีเข้าร่วมกิจกรรมทดลองใช้แนวทาง ตลอดจนตอบแบบประเมินก่อน-หลัง (Pre-post test)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวิเคราะห์สถานการณ์และความต้องการ เป็นแบบสอบถามกึ่งโครงสร้าง ใช้กับกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งมีเนื้อหาประกอบด้วย 3 ตอน ได้แก่ 1) ข้อมูลทั่วไปของครู (อายุ เพศ อายุงาน สถานภาพหนี้สิน) 2) สภาพปัจจุบันด้านพฤติกรรมการเงิน และการวางแผนก่อนเกษียณ และ 3) ความต้องการแนวทางที่เหมาะสม มีค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) ตั้งแต่ 0.67 – 1.00 (โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 คน) ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) และค่าความสอดคล้องภายใน (Cronbach's Alpha) เท่ากับ 0.82

2. แบบสนทนากลุ่มเพื่อออกแบบแนวทางจากผู้ทรงคุณวุฒิ (Focus group discussion) เป็นแนวคำถามปลายเปิดเชิงลึก ใช้กับผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งมีเนื้อหา ประกอบด้วย 6 ข้อ ตามทฤษฎีหมวดหกใบ ได้แก่ 1) หมวดขาว ใช้วิเคราะห์ข้อมูลทางการเงินที่เป็นข้อเท็จจริง 2) หมวดแดง ใช้รับรู้และจัดการความรู้สึกต่อภาวะหนี้สิน 3) หมวดดำ ใช้ประเมินความเสี่ยงและจุดอ่อนของแผนการเงิน 4) หมวดเหลือง ใช้มองแง่ดีและตั้งเป้าหมายทางการเงิน 5) หมวดเขียว ใช้คิดทางเลือกใหม่ ๆ และนวัตกรรมทางการเงิน และ 6) หมวดน้ำเงิน ใช้จัดการแผนการเงินเชิงโครงสร้างและติดตามแผน มีค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) ตั้งแต่ 0.67 – 1.00 (โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 คน)

3. แบบประเมินความเหมาะสมของแนวทาง เป็นแบบประเมินมาตราประมาณค่า 5 ระดับ (Likert scale) ใช้กับผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งมีเนื้อหา ประกอบด้วย 6 ข้อ ตามทฤษฎีหมวดหกใบ มีค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) ตั้งแต่ 0.67 – 1.00 (โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 คน) ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) และค่าความสอดคล้องภายใน (Cronbach's Alpha) เท่ากับ 0.89

4. แบบวัดพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ใช้กับกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งมีเนื้อหาประกอบด้วย 6 ตอน ตามทฤษฎีหมวดหกใบ ตอนละ 4 ข้อ รวมทั้งสิ้น จำนวน 24 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) ตั้งแต่ 0.67 – 1.00 (โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 คน) ค่าความสอดคล้องภายใน (Cronbach's Alpha) เท่ากับ 0.91 และค่าอำนาจจำแนก (Discrimination index) วิเคราะห์ด้วยค่าความต่างกลุ่มสูง-ต่ำ (t-test) พบว่าทุกข้อมีค่า $t > 2.0$ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)



5. แบบสนทนากลุ่มเพื่อประเมินผลการใช้แนวทาง (Focus group discussion) เป็นคำถามปลายเปิด ซึ่งมีเนื้อหา ประกอบด้วย 6 ข้อ ตามทฤษฎีหมวกหกใบ เพื่อสะท้อนประสบการณ์ มีค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) เท่ากับ 1.00 (โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 คน)

การรวบรวมข้อมูล

สำหรับวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ผู้วิจัยใช้แบบวิเคราะห์สถานการณ์และความต้องการ ซึ่งเป็นแบบสอบถามโครงสร้าง กับกลุ่มเป้าหมาย โดยเก็บข้อมูลผ่าน Google form จากนั้นจึงใช้แบบสนทนากลุ่มเพื่อออกแบบแนวทางจากผู้ทรงคุณวุฒิ (Focus group discussion) โดยดำเนินการประชุมผ่านโปรแกรม Zoom และภายหลังพัฒนาแนวทางแล้ว ได้ดำเนินการประเมินความเหมาะสมของแนวทาง โดยใช้แบบประเมินมาตราประมาณค่า 5 ระดับ (Likert scale) ใช้กับผู้ทรงคุณวุฒิ ผ่าน Google form

สำหรับวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ผู้วิจัยใช้แบบวัดพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ ซึ่งเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ใช้กับกลุ่มเป้าหมาย ทั้งก่อนและหลังการใช้แนวทาง โดยผู้วิจัยดำเนินการลงพื้นที่เก็บข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างเดือนตุลาคม ปี 2567 ถึง มีนาคม ปี 2568 พร้อมทั้งเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพเพิ่มเติมผ่านการสนทนากลุ่มกับกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมกระบวนการ โดยดำเนินการผ่านระบบออนไลน์ (Zoom)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลจากแบบวิเคราะห์สถานการณ์และความต้องการ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ตอนที่ 2 ข้อมูลสภาพปัจจุบันด้านพฤติกรรมการเงิน และการวางแผนก่อนเกษียณ และตอนที่ 3 ความต้องการแนวทางที่เหมาะสม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) โดยพิจารณาคำตอบปลายเปิดจากกลุ่มเป้าหมาย แล้วจัดหมวดหมู่เนื้อหา แยกเป็นประเด็น สรุปเป็นความถี่และร้อยละ

2. ข้อมูลจากแบบสนทนากลุ่มเพื่อออกแบบแนวทางจากผู้ทรงคุณวุฒิ (Focus group discussion) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis)

3. ข้อมูลจากแบบประเมินความเหมาะสมของแนวทาง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แปลผลโดยใช้เกณฑ์ค่าเฉลี่ยตามระดับความเหมาะสม ดังนี้ ค่าเฉลี่ยระหว่าง 4.51 – 5.00 หมายถึง มีระดับความเหมาะสม สูงที่สุด ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.51 – 4.50 หมายถึง มีระดับความเหมาะสม สูง ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.51 – 3.50 หมายถึง มีระดับความเหมาะสม ปานกลาง ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.51 – 2.50 หมายถึง มีระดับความเหมาะสม น้อย (Low) และ ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.50 หมายถึง มีระดับความเหมาะสม น้อยที่สุด (Best, 1977)



4. ข้อมูลจากแบบวัดพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ (Pre-Post test) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติทดสอบค่าที (t-test for dependent samples) เพื่อตรวจสอบความแตกต่างของพฤติกรรมก่อนและหลังการใช้แนวทาง

5. ข้อมูลจากแบบสนทนากลุ่มเพื่อประเมินผลการใช้แนวทาง (Focus group discussion) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) เพื่อสังเคราะห์ประสบการณ์ ความคิดเห็น และข้อเสนอแนะจากผู้ใช้งานจริง

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1

1. ข้อมูลจากแบบวิเคราะห์สถานการณ์และความต้องการ มีรายละเอียดดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป พบว่า 1) เป็นเพศหญิง จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 73.33 และเพศชาย จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 26.67 2) อายุ มีค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) เท่ากับ 54.67 ปี และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ 2.54 3) อายุงาน มีค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) เท่ากับ 30.30 ปี และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ 3.27 และ 4) สถานภาพหนี้สิน มีภาระหนี้สินในระบบสหกรณ์เพียงแห่งเดียว จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 13.33 มีภาระหนี้สินในระบบสหกรณ์ร่วมกับสถาบันการเงินอื่น (เช่น ธนาคาร) จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 53.33 และมีภาระหนี้สินในหลายแหล่ง (เช่น สหกรณ์ ธนาคาร และอื่น ๆ) จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33

ตอนที่ 2 ข้อมูลสภาพปัจจุบันด้านพฤติกรรมการเงิน และการวางแผนก่อนเกษียณ มีรายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 สภาพปัจจุบันด้านพฤติกรรมการเงิน และการวางแผนก่อนเกษียณ

ประเด็น	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
1) ขาดการวางแผนทางการเงินอย่างเป็นระบบ	19	63.33
2) มีภาระหนี้สินที่ยังไม่หมดก่อนเกษียณ	17	56.67
3) ขาดความรู้ด้านการลงทุนหรือการหารายได้เสริม	11	36.67
4) มีความกังวลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตหลังเกษียณ	9	30.00
5) มีความตั้งใจปรับพฤติกรรม หากได้รับแนวทางที่เหมาะสม	7	23.33



จากตารางที่ 1 พบว่า ประเด็นที่พบมากที่สุดคือ “ขาดการวางแผนทางการเงินอย่างเป็นระบบ” จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 63.33 ขณะที่ประเด็นที่พบน้อยที่สุดคือ “มีความตั้งใจปรับปรุงพฤติกรรมหากได้รับแนวทางที่เหมาะสม” จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 23.33

ตอนที่ 3 ข้อมูลความต้องการแนวทางที่เหมาะสม มีรายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ความต้องการแนวทางที่เหมาะสม

ประเด็น	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
1) ต้องการแนวทางวางแผนการเงินที่เข้าใจง่าย เหมาะกับครัววัยใกล้เกษียณ	26	86.67
2) ต้องการให้มีตัวอย่างหรือกรณีศึกษาจริงจากครูที่ประสบ ความสำเร็จในการวางแผนการเงิน	23	76.67
3) ต้องการแนวทางที่ช่วยให้สามารถประเมินสถานะทางการเงินของ ตนเองได้อย่างเป็นระบบ	22	73.33
4) ต้องการการเรียนรู้เชิงรุกผ่านกิจกรรมกลุ่ม เช่น การวางแผน ร่วมกัน แลกเปลี่ยนความคิด	21	70.00
5) ต้องการให้แนวทางนี้ช่วยเปลี่ยนความคิดในเชิงบวก และสร้างแรงบันดาลใจ	20	66.67
6) ต้องการข้อมูลความรู้เกี่ยวกับสิทธิประโยชน์หลังเกษียณ เช่น บำนาญ สวัสดิการ	18	60.00
7) ต้องการให้มีการสอนการวิเคราะห์ความเสี่ยงทางการเงินและ แผนสำรองในอนาคต	17	56.67
8) ต้องการเครื่องมือช่วยประเมินพฤติกรรมการใช้เงินในชีวิตประจำวัน	16	53.33
9) ต้องการให้มีผู้เชี่ยวชาญด้านการเงินให้คำแนะนำหรือได้ช้เป็นรายกรณี	15	50.00
10) ต้องการให้มีสื่อหรือชุดความรู้ที่สามารถเข้าถึงได้ทุกเวลา เช่น คลิปสั้นหรือคู่มือ	14	46.67

จากตารางที่ 2 พบว่า ประเด็นที่พบมากที่สุดคือ “ต้องการแนวทางวางแผนการเงินที่เข้าใจง่าย เหมาะกับครัววัยใกล้เกษียณ” จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 86.67 ขณะที่ประเด็นที่พบน้อยที่สุดคือ “ต้องการให้มีสื่อหรือชุดความรู้ที่สามารถเข้าถึงได้ทุกเวลา เช่น คลิปสั้นหรือคู่มือ” จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 46.67



2. ข้อมูลจากแบบสนทนากลุ่มเพื่อออกแบบแนวทางจากผู้ทรงคุณวุฒิ (Focus Group Discussion) มีรายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แนวทางการส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณด้วยทฤษฎีหมวกหกใบ สำหรับครูที่ลงทะเบียนในระบบ OBEC DEBT CLINIC

หมวก	ความหมาย	แนวทางหลัก	รายละเอียด
หมวกขาว	ใช้วิเคราะห์ข้อมูลทางการเงินที่เป็นข้อเท็จจริง	ครูรวบรวมข้อมูลที่เป็นต่อการวางแผนการเงิน	1) รายรับ รายจ่าย หนี้สิน สวัสดิการบำนาญ และสิทธิประโยชน์หลังเกษียณ 2) ใช้เครื่องมือหรือแบบประเมินสถานะการเงินอย่างเป็นระบบ 3) ศึกษาข้อมูลที่เป็นกลางจากหน่วยงานทางการเงินที่เชื่อถือได้ 4) ตรวจสอบสลิปเงินเดือน รายการหักเงิน และทรัพย์สินที่มีอยู่ให้ครบถ้วน
หมวกแดง	ใช้รับรู้และจัดการความรู้สึกต่อภาวะหนี้สิน	ครูรับฟังความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับเรื่องเงิน	1) ความกลัว ความกังวล หรือแรงกดดันเรื่องหนี้ 2) ความคาดหวังเรื่องคุณภาพชีวิตหลังเกษียณ 3) จัดบันทึกความรู้สึกเพื่อใช้ในการสะท้อนตนเอง และช่วยลดอคติในการวางแผน 4) เปิดใจพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานหรือโค้ชการเงินที่ไว้วางใจได้



ตารางที่ 3 แนวทางการส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณด้วยทฤษฎีหมวกหกใบ สำหรับครูที่ลงทะเบียนในระบบ OBEC DEBT CLINIC (ต่อ)

หมวก	ความหมาย	แนวทางหลัก	รายละเอียด
หมวกดำ	ใช้ประเมินความเสี่ยงและจุดอ่อนของแผนการเงิน	ครูประเมินความเสี่ยงและอุปสรรค ที่อาจเกิดขึ้น	1) รายจ่ายที่ไม่คาดคิด โรคภัย การไม่มีเงินสำรอง 2) หนี้ที่อาจไม่หมดก่อนเกษียณ หรือรายได้หลังเกษียณที่ไม่เพียงพอ 3) วางแผนสำรองไว้ เช่น กองทุนฉุกเฉิน หรือประกันสุขภาพ 4) ใช้การวางแผนความเสี่ยงทางการเงินแบบ 3 ระยะ (ระยะสั้น-กลาง-ยาว)
หมวกเหลือง	ใช้มองแง่ดีและตั้งเป้าหมายทางการเงิน	ครูมองหาความเป็นไปได้และโอกาสที่ดีในอนาคต	1) โอกาสในการปลดหนี้และมีเงินเก็บภายในเวลาเป้าหมาย 2) ช่องทางการรายได้เสริมหลังเกษียณ เช่น การสอนพิเศษ หรือธุรกิจเล็กๆ 3) การมีเวลาให้ครอบครัวโดยไม่ต้องกังวลเรื่องการเงิน 4) คิดบวกและตั้งเป้าหมายอย่างชัดเจน เช่น “ฉันจะปลดหนี้ให้หมดใน 3 ปี”
หมวกเขียว	ใช้คิดทางเลือกใหม่ ๆ และนวัตกรรมทางการเงิน	ครูพัฒนาแนวทางใหม่ ๆ เพื่อสร้างวินัยทางการเงิน	1) ใช้แอปพลิเคชันช่วยติดตามการใช้เงิน 2) ออกแบบตารางแผนการใช้เงินรายเดือนแบบ DIY ที่เข้าใจง่าย 3) สร้างกิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน เช่น “ชวนกันออม” หรือ “แชร์เคล็ดลับปลดหนี้” 4) ทดลองใช้โมเดล “เงิน 100% แบ่งใช้ 70-เก็บ 20-เพื่อฉุกเฉิน 10”



ตารางที่ 3 แนวทางการส่งเสริมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณด้วยทฤษฎีหมวกหกใบ สำหรับครูที่ลงทะเบียนในระบบ OBEC DEBT CLINIC (ต่อ)

หมวก	ความหมาย	แนวทางหลัก	รายละเอียด
หมวกน้ำเงิน	ใช้จัดการ	ครูเป็นผู้กำกับกระบวนการ	1) ตั้งเป้าหมายทางการเงินอย่างชัดเจน
	แผนการเงิน	วางแผนการเงินของตนเอง	พร้อมกำหนดระยะเวลา
	เชิง	อย่างมีระบบ	2) ติดตามผลรายเดือน และปรับแผนเมื่อ
	โครงสร้าง		สถานการณ์เปลี่ยน
	และติดตาม		3) สะท้อนผลทุกไตรมาสว่า “แผนที่วางไว้
	แผน		เดินมาถูกทางไหม”
			4) เขียนแผนการเงินฉบับของตนเอง และ
			ทบทวนทุกปี

จากตารางที่ 3 พบว่า แนวทาง มี 6 ข้อ ได้แก่ 1) ครูรวบรวมข้อมูลที่จำเป็นต่อการวางแผนการเงิน 2) ครูรับฟังความรู้สึกของตนเอง เกี่ยวกับเรื่องเงิน 3) ครูประเมินความเสี่ยงและอุปสรรค ที่อาจเกิดขึ้น 4) ครูมองหาความเป็นไปได้และโอกาสที่ดีในอนาคต 5) ครูพัฒนาแนวทางใหม่ ๆ เพื่อสร้างวินัยทางการเงิน 6) ครูเป็นผู้กำกับกระบวนการวางแผนการเงินของตนเอง อย่างมีระบบ

3. ข้อมูลจากแบบประเมินความเหมาะสมของแนวทาง มีรายละเอียดดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ผลการประเมินความเหมาะสมของแนวทาง

ลำดับ	แนวทาง	ค่าเฉลี่ย (Mean)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (SD)	แปลผล
1	แนวทางที่ 3 ครูประเมินความเสี่ยงและอุปสรรค ที่อาจเกิดขึ้น	4.89	0.33	สูงที่สุด
2	แนวทางที่ 1 ครูรวบรวมข้อมูลที่จำเป็นต่อการวางแผนการเงิน	4.78	0.44	สูงที่สุด
3	แนวทางที่ 4 ครูมองหาความเป็นไปได้และโอกาสที่ดีในอนาคต	4.33	0.50	สูง



ตารางที่ 4 ผลการประเมินความเหมาะสมของแนวทาง (ต่อ)

ลำดับ	แนวทาง	ค่าเฉลี่ย (Mean)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (SD)	แปลผล
4	แนวทางที่ 2 ครูรับฟังความรู้สึกของตนเอง เกี่ยวกับเรื่องเงิน	4.22	0.44	สูง
5	แนวทางที่ 6 ครูเป็นผู้กำกับกระบวนการ วางแผนการเงินของตนเอง อย่างมีระบบ	4.22	0.44	สูง
6	แนวทางที่ 5 ครูพัฒนาแนวทางใหม่ ๆ เพื่อ สร้างวินัยทางการเงิน	4.11	0.33	สูง

จากตารางที่ 4 พบว่า แนวทางที่ 3 ครูประเมินความเสี่ยงและอุปสรรค ที่อาจเกิดขึ้น มีความเหมาะสมสูงที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) เท่ากับ 4.89 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.33 แปลผลสูงที่สุด ส่วนแนวทางที่ 5 ครูพัฒนาแนวทางใหม่ ๆ เพื่อสร้างวินัยทางการเงิน มีความเหมาะสมน้อยที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) เท่ากับ 4.11 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.33 แปลผลสูง

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2

4. ข้อมูลจากแบบวัดพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ (Pre-Post Test) มีรายละเอียดดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ (Pre-Post Test)

การทดสอบ	จำนวน (คน)	คะแนน เต็ม	ค่าเฉลี่ย (Mean)	ส่วน เบี่ยงเบน มาตรฐาน (SD)	t	p-value
ก่อนทดลองใช้	30	120	88.13	4.45	13.46 ***	0.000
หลังทดลองใช้	30	120	106.27	7.10		

***p < .001



จากตารางที่ 5 พบว่า ก่อนทดลองใช้แนวทาง ครูมีคะแนนพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ โดยมีค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) เท่ากับ 88.13 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 4.45 แต่หลังทดลองใช้แนวทาง ครูมีคะแนนพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ โดยมีค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) เท่ากับ 106.27 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 7.10 ซึ่งเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ($t = 13.458, df = 29, p < .001$)

5. ข้อมูลจากแบบสนทนากลุ่มของผลการใช้แนวทาง มีรายละเอียดดังนี้

แนวทางที่ 1 ครูรวบรวมข้อมูลที่เป็นต่อการวางแผนการเงิน พบว่า ครูส่วนใหญ่ระบุว่า ในช่วงแรกไม่เคยจัดระบบข้อมูลรายรับ-รายจ่ายของตนเองอย่างเป็นรูปธรรม แต่หลังจากเรียนรู้แนวทางนี้แล้ว ได้เริ่มต้นเก็บเอกสารและข้อมูลสำคัญ เช่น สลิปเงินเดือน รายการหนี้ รายการทรัพย์สิน และการผ่อนชำระต่าง ๆ อย่างมีระบบมากขึ้น ทำให้สามารถเห็นภาพรวมสถานะการเงินของตนเองได้ชัดเจนขึ้น อย่างไรก็ตาม บางรายสะท้อนว่าการรวบรวมข้อมูลย้อนหลังมีความยุ่งยาก และรู้สึกท้อถอยเมื่อพบว่าตนเองมีภาระหนี้มากกว่าที่คิดไว้

แนวทางที่ 2 ครูรับฟังความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับเรื่องเงิน พบว่า ครูหลายคนยอมรับว่า “ไม่เคยกล้าพูดถึงเงินของตัวเอง” เพราะรู้สึกผิด หรืออายุที่บริหารการเงินไม่ดี แต่เมื่อมีการชี้แนะให้สำรวจความรู้สึกของตนเอง ครูสามารถเปิดใจและเข้าใจตนเองมากขึ้น เช่น บางคนรู้ว่าใช้เงินเพื่อคลายเครียด หรือใช้จ่ายเพราะกลัวเสียหน้า ทำให้สามารถปรับมุมมองต่อการเงินได้ดีขึ้น อย่างไรก็ตาม ยังมีบางรายที่รู้สึกว่าการสำรวจอารมณ์นั้นยาก เพราะต้องเผชิญกับความจริงที่ไม่อยากยอมรับ

แนวทางที่ 3 ครูประเมินความเสี่ยงและอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น พบว่า แนวทางนี้ช่วยให้ตระหนักถึงความเสี่ยงต่าง ๆ เช่น รายได้ลดลงเมื่อเกษียณ ภาระหนี้ที่ไม่หมดในวัยเกษียณ หรือภาระดูแลครอบครัวซึ่งเคยมองข้ามมาก่อน หลังจากได้นำแนวทางไปใช้ ทำให้ครูบางคนเริ่มวางแผนสำรอง เช่น ทำประกันเพิ่มเติม หรือปรับลดรายจ่ายเพื่อสร้างเงินสำรอง อย่างไรก็ตาม มีข้อเสนอแนะว่าการประเมินความเสี่ยงยังต้องใช้ผู้เชี่ยวชาญร่วมให้คำปรึกษา เพราะครูบางคนยังขาดความรู้เชิงเทคนิค

แนวทางที่ 4 ครูมองหาความเป็นไปได้และโอกาสที่ดีในอนาคต พบว่า แนวทางนี้ช่วยเปลี่ยนทัศนคติของครูจาก “ความกังวล” สู่ “ความหวัง” โดยครูบางคนเริ่มมองหาโอกาสสร้างรายได้เสริม เช่น การเปิดสอนพิเศษ การขายของออนไลน์ หรือการลงทุนในสินทรัพย์เสี่ยงต่ำ นอกจากนี้ บางคนตั้งเป้าหมายระยะยาว เช่น การมีบ้านปลอดหนี้ หรือการมีเงินออมเพื่อเดินทางหลังเกษียณ อย่างไรก็ตาม มีบางรายที่ยังรู้สึกว่าโอกาสในอนาคตขึ้นอยู่กับสุขภาพและสถานการณ์ครอบครัว ซึ่งควบคุมได้ยาก

แนวทางที่ 5 ครูพัฒนาแนวทางใหม่ ๆ เพื่อสร้างวินัยทางการเงิน พบว่า ครูหลายคนทดลองใช้เทคนิคใหม่ เช่น การแยกบัญชีรายจ่ายเป็นหมวดหมู่ การตั้งงบประมาณประจำเดือน การตั้งเป้าหมายออมเงินระยะสั้น และการใช้แอปพลิเคชันติดตามการใช้จ่าย ทำให้สามารถควบคุมพฤติกรรมการใช้จ่ายได้ดีขึ้น บางคน



กล่าวว่าได้ชักชวนสมาชิกในครอบครัวมาร่วมวางแผนการเงินด้วย ซึ่งช่วยสร้างแรงสนับสนุนในบ้าน อย่างไรก็ตาม ยังมีครูบางคนที่ยอมรับว่ายังมีพฤติกรรม “รู้คิดก่อนคิด” ซึ่งเป็นอุปสรรคสำคัญที่ยังต้องพัฒนา

แนวทางที่ 6 ครูเป็นผู้กำกับกระบวนการวางแผนการเงินของตนเองอย่างมีระบบ พบว่า หลังจากเรียนรู้แนวทางนี้ ครูหลายคนเริ่มมีการเขียนแผนการเงินของตนเองอย่างเป็นลำดับ เช่น การตั้งเป้าหมายรายปี รายไตรมาส และติดตามผลด้วยตนเอง บางคนจัดทำแผนบน Excel หรือใช้แอปช่วยเตือนกำหนดการชำระหนี้ นอกจากนี้ ครูยังมีความรู้สึก “ควบคุมชีวิตของตัวเองได้มากขึ้น” อย่างไรก็ตาม มีข้อเสนอแนะว่า ในระยะแรกควรมีพี่เลี้ยงหรือโค้ชช่วยติดตามผล เพื่อสร้างแรงจูงใจและกำกับพฤติกรรมอย่างต่อเนื่อง

อภิปรายผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1

1. จากข้อมูล พบว่า ครูส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ยอยู่ที่ประมาณ 54.67 ปี มีอายุงานเฉลี่ยประมาณ 30.30 ปี และมีภาระหนี้สินจากหลายแหล่งเป็นจำนวนมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Alavi et al. (2023) ที่พบว่า ผู้ใกล้ชิดเกษียณมักมีภาระทางการเงินและหนี้สินที่ซับซ้อน ซึ่งเป็นอุปสรรคสำคัญต่อการวางแผนการเงินหลังเกษียณ โดยอายุงานที่ยาวนานของครูทำให้บางส่วนมีประสบการณ์และความรู้บ้าง แต่ข้อมูลสภาพปัจจุบันชี้ว่า แม้มีประสบการณ์ยาวนาน แต่การวางแผนอย่างเป็นระบบยังไม่เกิดขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Nagpal (2023) ที่พบว่าแม้พนักงานมีความรู้ทางการเงินบ้างแล้ว แต่พฤติกรรมที่ต่อเนื่องและเป็นระบบยังต่ำอยู่มาก

สภาพปัจจุบันด้านพฤติกรรมการเงินและการวางแผนที่พบบ่อยที่สุดคือ “ขาดการวางแผนทางการเงินอย่างเป็นระบบ” ร้อยละ 63.33 และ “มีภาระหนี้สินที่ยังไม่หมดก่อนเกษียณ” ร้อยละ 56.67 ซึ่งแสดงว่าแม้ครูจะรับรู้ปัญหาทางการเงิน แต่ยังไม่ได้ลงมือจัดการในเชิงระบบ เช่น ไม่เริ่มวางแผนย้อนกลับ (Budgeting, debt payment plan) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Ye (2025) พบว่า ผู้ที่มีเป้าหมายออมเงินที่ชัดเจน มักเริ่มต้นแผนการออมและจัดลำดับความสำคัญการใช้เงินก่อนเกษียณได้ดีกว่า แม้จะมีข้อจำกัดทางความสามารถรับรู้ (Cognitive constraints)

ความต้องการแนวทางที่เหมาะสม พบว่า “ต้องการแนวทางที่เข้าใจง่าย เหมาะกับครูวัยใกล้เกษียณ” ซึ่งมีผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด ร้อยละ 86.67 ซึ่งชัดเจนว่า การนำเสนอที่เรียบง่ายและเข้ากับประสบการณ์ของครูเป็นสิ่งที่ต้องให้ความสำคัญ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Fuchsman et al. (2024) กล่าวว่า แม้ครูจะมีทัศนคติที่ดีต่อการเตรียมตัวเกษียณ แต่หลายคนขาดความรู้พื้นฐาน (Basic retirement knowledge) ที่ช่วยให้การวางแผนเป็นจริงได้ จึงแนะนำให้มียุทธศาสตร์และกรณีศึกษาที่เป็นรูปธรรมเพื่อให้ครูเห็นภาพและเริ่มได้ง่ายขึ้น รวมถึงความต้องการด้าน “ตัวอย่างกรณีศึกษาจริง” และ “ประเมินสถานะของตัวเองได้อย่างเป็นระบบ” สะท้อนแนวคิดเชิงปฏิบัติมากกว่าวิชาการ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของบุคคลที่มีพฤติกรรม



ทางการเงินเชิงรุก (Proactive financial behaviors) มีผลบวกต่อการลดความวิตกกังวลก่อนเกษียณ (Ugwu et al., 2021)

2. แนวทางช่วยให้ครูสามารถพัฒนาตนเองในฐานะ “ผู้วางแผน” ได้อย่างเป็นระบบ ครอบคลุมทั้งมิติของข้อมูล ข้อเท็จจริง อารมณ์ ความเสี่ยง โอกาส ความคิดสร้างสรรค์ และการบริหารจัดการ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ De Bono (1985) ที่เสนอว่าการคิดหลากหลายมิติ สามารถช่วยเพิ่มคุณภาพในการตัดสินใจได้ดีกว่าการคิดในมิติเดียว โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อประยุกต์ใช้กับการวางแผนการเงินซึ่งเกี่ยวข้องกับทั้งเหตุผลและอารมณ์

ในหมวดข่าว แนวทางเน้นให้ครูจัดการข้อมูลทางการเงินอย่างรอบด้าน เช่น การวิเคราะห์รายรับ-รายจ่าย และสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Bai et al. (2023) ที่พบว่า ความฉลาดรู้ทางการเงิน (Financial literacy) และการจัดระเบียบความคิด (Mental budgeting) ช่วยเสริมพฤติกรรมการวางแผนเกษียณได้อย่างมีนัยสำคัญ ส่วนหมวดแรงบันดาลใจให้ครูได้สำรวจและยอมรับความรู้สึกตนเอง ซึ่งเป็นฐานของการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) และ ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self-efficacy) ตามที่ Shavit et al. (2022) ระบุไว้ว่า ความพร้อมทางอารมณ์ (Emotional readiness) มีอิทธิพลต่อความต่อเนื่องของการวางแผนการเงิน

หมวดคำและหมวดเสียงช่วยให้ครูมองเห็นทั้งด้านความเสี่ยงและด้านโอกาส ซึ่งตรงกับข้อค้นพบของ Sundarasan et al. (2024) ที่เสนอว่าการวางแผนการเงินที่ยั่งยืนต้องมีการประเมินความเสี่ยงควบคู่กับการตั้งเป้าหมายที่เป็นไปได้ สำหรับหมวดเขียวและหมวดน้ำเงิน เน้นการสร้างนวัตกรรมในชีวิตประจำวันและการติดตามผลอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งเชื่อมโยงกับแนวคิดวงจรป้อนกลับ (Feedback loop) และการติดตามตนเองอย่างต่อเนื่อง (Self-monitoring) ในงานวิจัยด้านพฤติกรรมการเงินยุคใหม่

3. การประเมินความเหมาะสมของแนวทาง พบว่า แนวทางที่ 3 ครูประเมินความเสี่ยงและอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น มีความเหมาะสมสูงสุด ซึ่งสะท้อนว่าผู้ทรงคุณวุฒิให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมต่อเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝัน เช่น หนี้สินที่ยังไม่หมด ภาระค่าใช้จ่ายฉุกเฉิน หรือรายได้หลังเกษียณที่อาจไม่เพียงพอ แนวทางนี้ถูกมองว่าเป็นปัจจัยพื้นฐานที่หากละเลยอาจทำให้แผนการเงินล้มเหลว สอดคล้องกับงานวิจัยของ Eappen and Venugopal (2024) ที่ชี้ชัดว่า ความฉลาดรู้ทางการเงิน (Financial literacy) ช่วยเพิ่มขีดความสามารถในการจัดการความเสี่ยงทางการเงินก่อนเกษียณได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ขณะที่แนวทางที่ 5 ครูควรพัฒนาแนวทางใหม่ ๆ เพื่อสร้างวินัยทางการเงิน มีความเหมาะสมน้อยที่สุด แต่ยังคงผลอยู่ในระดับ “สูง” ซึ่งสะท้อนว่า ความคิดสร้างสรรค์มีความสำคัญ ซึ่งในเชิงปฏิบัติอาจเผชิญข้อจำกัดด้านเวลา เครื่องมือ หรือทักษะ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Sundarasan et al. (2024) ที่เน้นว่าการ



วางแผนและการควบคุมตนเองในเรื่องพื้นฐานต้องมาก่อนนวัตกรรม จึงจะส่งผลต่อความพร้อมเกษียณได้อย่างแท้จริง

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2

4. ผลการวิเคราะห์คะแนนพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ (Pre-Post test) แสดงให้เห็นว่าแนวทางที่พัฒนาขึ้นสามารถส่งเสริมพฤติกรรมการวางแผนการเงินของครูให้ดีขึ้นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่.01 เพราะว่าแนวทางนี้เปิดโอกาสให้ครูได้ฝึกคิด วิเคราะห์ และวางแผนอย่างรอบด้านผ่านการสวมบทบาทตามหมวกทั้งหกสี จึงช่วยให้ผู้เข้าอบรมมีความตระหนักรู้ในสถานการณ์ทางการเงินของตนเอง เข้าใจปัจจัยเสี่ยงและโอกาสอย่างลึกซึ้ง จนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นรูปธรรม สอดคล้องกับงานวิจัยของ Xiao et al. (2021) ที่พบว่าโปรแกรมการเรียนรู้ทางการเงินที่เน้นการฝึกตน (Self-regulation) และการสะท้อนตนเอง (Self-reflection) สามารถเพิ่มพฤติกรรมการวางแผนการเงินในกลุ่มครูได้อย่างมีนัยสำคัญ และงานวิจัยของ Lusardi and Mitchell (2022) ยังระบุว่า การฝึกฝนด้านการวางแผนล่วงหน้า (Forward-looking behavior) ช่วยลดความเสี่ยงในการขาดความพร้อมทางการเงินหลังเกษียณ โดยเฉพาะในกลุ่มครูที่มีรายได้คงที่และภาระหนี้สูง จึงกล่าวได้ว่า แนวทางนี้มีประสิทธิภาพในการพัฒนาพฤติกรรมทางการเงินในทางปฏิบัติอย่างแท้จริง

5. แนวทางทั้ง 6 ข้อช่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของครูได้อย่างเป็นรูปธรรม เช่น แนวทางที่ 1 และ 3 ช่วยให้ครูเห็นภาพรวมการเงินของตนเองและวางแผนสำรองรับความเสี่ยง แนวทางที่ 2 ส่งเสริมการยอมรับความรู้สึกรายการการเงิน ลดแรงกดดันภายใน ขณะที่แนวทางที่ 4 และ 5 กระตุ้นให้ครูเริ่มตั้งเป้าหมายและทดลองใช้เครื่องมือใหม่ ๆ แม้ยังมีข้อจำกัดด้านเวลาและทักษะ แนวทางที่ 6 ส่งเสริมการติดตามแผนอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้เป็นเพราะกระบวนการออกแบบเน้นการมีส่วนร่วมเชิงลึก เปิดโอกาสให้ครูได้วิเคราะห์ สะท้อนตนเอง และวางแผนด้วยตนเองในบริบทจริงของชีวิต นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงภายในอย่างยั่งยืนมากกว่าการเรียนรู้แบบสั่งสอนหรือรับฟังเพียงอย่างเดียว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Fuchsman et al. (2024) ที่พบว่า การให้ความรู้เรื่องการเงินแก่ครูสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมได้จริง เช่นเดียวกับ Tomar et al. (2021) ที่เน้นว่าความชัดเจนของเป้าหมายและการรับรู้ความเสี่ยงเป็นแรงจูงใจสำคัญ และ Odueke (2024) ที่ยืนยันว่าการวางแผนประมาณและตัดสินใจด้วยตนเองช่วยเพิ่มความพร้อมก่อนเกษียณในกลุ่มครูได้อย่างมีนัยสำคัญ

สรุปผลการวิจัย

1. แนวทาง มี 6 ข้อ ได้แก่ 1) ครูรวบรวมข้อมูลที่จำเป็นต่อการวางแผนการเงิน 2) ครูรับฟังความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับเรื่องเงิน 3) ครูประเมินความเสี่ยงและอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น 4) ครูมองหาความเป็นไปได้และโอกาสที่ดีในอนาคต 5) ครูพัฒนาแนวทางใหม่ ๆ เพื่อสร้างวินัยทางการเงิน 6) ครูเป็นผู้กำกับกระบวนการวางแผนการเงินของตนเองอย่างมีระบบ



2. หลังทดลองใช้แนวทาง ครูมีคะแนนพฤติกรรมการวางแผนการเงินก่อนเกษียณ เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 และจากข้อมูลการสนทนากลุ่ม พบว่าครูมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและทัศนคติด้านการเงินอย่างชัดเจน ครูหลายคนเริ่มจัดระบบข้อมูลการเงินของตนเอง เช่น การเก็บเอกสารรายรับ – รายจ่าย และทรัพย์สิน ทำให้เห็นภาพรวมการเงินชัดเจน แม้บางรายรู้สึกท้อเมื่อพบภาระหนี้มากกว่าที่คิด ครูบางคนกล้าเผชิญความรู้สึกผิดหรืออับอายเกี่ยวกับการเงินมากขึ้น เข้าใจตนเองและพฤติกรรมการใช้เงิน เช่น ใช้เงินเพื่อคลายเครียด หรือกลัวเสียหน้า มีการตื่นตัวต่อความเสี่ยงในอนาคต เช่น รายได้หลังเกษียณไม่พอ และเริ่มวางแผนสำรอง เช่น ประกันหรือเงินฉุกเฉิน หลายคนตั้งเป้าหมายระยะยาวและลองหารายได้เสริมใหม่ ๆ แม้ยังมีข้อจำกัดด้านสุขภาพหรือครอบครัว และบางรายยังมีพฤติกรรมใช้จ่ายเกินตัว แต่โดยรวมรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตทางการเงินได้มากขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. ควรนำผลการวิจัยไปใช้ในการออกแบบหลักสูตรเสริมสร้างวินัยทางการเงินครู โดยเน้นกิจกรรมที่ช่วยให้ครูเข้าใจตนเอง รู้จักประเมินความเสี่ยง และมีทักษะกำกับพฤติกรรมการเงินอย่างเป็นระบบ
2. ควรใช้ข้อมูลเชิงลึกจากผลวิจัยเพื่อพัฒนานโยบายส่งเสริมสุขภาพทางการเงินครู ทั้งในด้านการเข้าถึงแหล่งเรียนรู้ การปรับปรุงระบบการติดตามหนี้ และการส่งเสริมเครือข่ายสนับสนุนในระดับพื้นที่อย่างต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างวินัยทางการเงินเชิงปฏิบัติการ ที่ต่อยอดจากแนวทางการวางแผนการเงินตามทฤษฎีหมวดหกใบ โดยเน้นการฝึกคิด วิเคราะห์ และสะท้อนตนเอง เพื่อประเมินผลสัมฤทธิ์เชิงพฤติกรรมอย่างเป็นรูปธรรม ทั้งในด้านการวางแผน การตัดสินใจ และการบริหารการเงินส่วนบุคคลในระยะยาว (Long-term personal financial management)
2. ควรศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดรู้ทางการเงิน (Financial literacy) กับคุณภาพชีวิตหรือภาวะหนี้สินของครู เพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ที่ช่วยให้สามารถออกแบบนโยบายหรือมาตรการช่วยเหลือครูได้ตรงจุดและยั่งยืน โดยอาจครอบคลุมประเด็น การจัดทำงบประมาณรายเดือน การบริหารความเสี่ยงการวางแผนเกษียณ และการจัดการหนี้สิน (Budgeting, risk management, retirement planning, and debt management) อย่างเป็นระบบ



รายการอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2567). หนังสือด่วนที่สุด ที่ ศธ 0206/ว 107 ลงวันที่ 8 กุมภาพันธ์ 2567 เรื่อง แนวทางการแก้ไขปัญหาหนี้สินของข้าราชการครู. ผู้แต่ง.
- ธนาคารแห่งประเทศไทย. (2565). รายงานภาวะหนี้ครัวเรือนไทยและการบริหารความเสี่ยงทางการเงิน. ผู้แต่ง.
- ประชาชาติธุรกิจ. (2568, 15 เมษายน). ข้าราชการถูกฟ้องล้มละลายพุ่งเท่าตัว ครูยังครองแชมป์ติดอันดับสูงสุด. <https://www.prachachat.net/breaking-news/news-1793799>
- สำนักงานกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ. (2564). รายงานสถานการณ์และการบริหารจัดการกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ. ผู้แต่ง.
- สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมสวัสดิการและสวัสดิภาพครูและบุคลากรทางการศึกษา. (2567). รายงานสถานการณ์หนี้สินครูและบุคลากรทางการศึกษา ปีงบประมาณ 2567. ผู้แต่ง.
- สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. (2566). รายงานข้อมูลหนี้สินของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2566. กระทรวงศึกษาธิการ.
- Ahmed, S. (2024). Financial knowledge and overconfidence: Implications for retirement planning effectiveness. *Journal of Financial Planning Behavior*, 12(2), 112–129.
- Alavi, A., Parvin, N., Rahimi, M., & Karimi, M. (2023). *Facilitators and barriers for successful retirement: A qualitative study. BMC Public Health*, 23, Article 940.
- Apostol, M. R., De Guzman, J. P., & Villanueva, K. L. (2025). The role of financial literacy, self-efficacy, and well-being in retirement preparedness among public school teachers in the Philippines. *Asian Journal of Public Sector Management*, 8(1), 33–52.
- Bai, L., Lin, C., & Yu, H. (2023). *Financial literacy, mental budgeting, and retirement planning behavior among working adults. Journal of Behavioral Finance*, 24(1), 35–47.
- Bartholomew, L. K., Markham, C. M., Ruiter, R. A. C., Fernández, M. E., Kok, G., & Parcel, G. S. (2016). *Planning Health Promotion Programs: An Intervention Mapping Approach* (4th ed.). Jossey-Bass.
- Best, J. W. (1977). *Research in education* (3rd ed.). Prentice-Hall.



- Chen, H. T. (2015). *Practical Program Evaluation: Theory-Driven Evaluation and the Integrated Evaluation Perspective* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- De Bono, E. (1985). *Six Thinking Hats*. Penguin Books.
- Eappen, A., & Venugopal, P. (2024). Enhancing financial literacy to manage pre-retirement financial risks. *International Journal of Financial Education*, 29(1), 45–62.
- Elbilgahy, A. A., & Alanazi, F. J. (2025). Effect of applying six thinking hats teaching method for development through life span course on students opinion and critical thinking skills. *BMC Medical Education*, 25(1), 884.
- Fuchsman, D., Lee, J., & Martinez, A. (2024). Empowering educators: Financial literacy programs and behavioral change among teachers. *Journal of Financial Education and Behavior*, 39(2), 112–129.
- Ghaffar, A., Rashid, M., & Khattak, A. (2023). Developing behavior change interventions: A systematic process for health promotion in low-resource settings. *International Journal of Health Promotion and Education*, 61(2), 112–125.
- Lan, T., & Lee, S. N. (2024). Exploring the influence from financial knowledge for retirement and retirement self-efficacy on life satisfaction through the mediator-retirement readiness among working adults in China. *International Journal of Professional Business Review: Int. J. Prof. Bus. Rev.*, 9(6), 9.
- Lusardi, A., & Mitchell, O. S. (2022). *Financial literacy and planning: Implications for retirement wellbeing*. Oxford University Press.
- Mustafa, W. M. W., Islam, M. A., Hassan, M. S., & Kassim, M. A. M. (2025). The dynamics of financial retirement planning: financial attitude, health literacy, and the role of financial advisors with financial literacy as a moderator. *Journal of Financial Services Marketing*, 30(1), 3.



- Nagpal, R. (2023). Employee financial literacy and retirement planning behavior: A case study. *International Journal of Professional Business Review*, 8(3), e03161.
- Odueke, B. (2024). *Steps To Your Personal Financial Freedom: Plan Well, Enjoy Life and Retire Rich*. FriesenPress.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice* (4th ed.). SAGE Publications.
- Shavit, T., Cohen, A., & Regev, M. (2022). Emotional readiness and self-efficacy in long-term financial planning: An exploratory study. *International Journal of Consumer Studies*, 46(5), 1123–1135.
- Sundarasan, S., Rahman, M. M., & Ooi, P. W. (2024). Risk assessment and goal-setting in sustainable financial planning: A behavioral perspective. *Sustainability*, 16(2), 745.
- Sundarasan, S., Rajagopalan, U., & Ibrahim, I. (2024). Financial Sustainability Through Literacy and Retirement Preparedness. *Sustainability*, 16(23), 10692.
- Tomar, R., Das, P., & Liu, Y. (2021). Goal clarity, risk awareness, and financial planning behavior among public sector workers. *International Review of Economics Education*, 37, 100213.
- Ugwu, C., Ugwuanyi, C., & Agbo, S. N. (2021). Proactive financial behaviours and preretirement anxiety: The mediating role of financial self-efficacy. *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, 31, 100550.
- United Nations. (2015). *Transforming our world: The 2030 Agenda for Sustainable Development*. <https://sdgs.un.org/2030agenda>
- Xiao, J. J., O'Neill, B., Prochaska-Cue, K., Sorhaindo, B., & Garman, E. T. (2021). Promoting financial behavior change through financial education. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 32(1), 98–115.
- Ye, Z. (2025). Savings goals matter—Cognitive constraints, retirement planning, and downstream economic behaviors. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 213, 324–341.