
การพัฒนาศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ
ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร*

DEVELOPMENT OF THE POTENTIAL FOR ADDITIONAL OCCUPATIONS
OF THE ELDERLY IN SUKSAN 9 VILLAGE, NONG KHAEM DISTRICT,
BANGKOK

MEAS NARITH¹, พระมหาประกาศิต สิริเมธ², และ พระปลัดประพจน์ สุปภาโต³

MEAS NARITH¹, Phra Maha Prakasit Sirimetho², and PhraPalad Praphoj Supabhato³

¹⁻³วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

¹⁻³Buddhapanya Sri Thawarawadee Buddhist College, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

E-mail: letlearn117@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมของผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร 2) เพื่อศึกษาการพัฒนาศักยภาพด้านการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร 3) เพื่อสร้างเครือข่ายส่งเสริมการประกอบอาชีพสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร โดยมีผู้เข้าร่วมวิจัยจำนวน 25 คน การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา การตีความ และการสรุปผลเชิงอรรถาธิบาย ผลการวิจัยพบว่า 1) ผู้สูงอายุในชุมชนมีศักยภาพด้านอาชีพเสริมใน 4 ด้านหลัก ได้แก่ ทักษะและประสบการณ์ การเรียนรู้ สังคมและเครือข่าย และการผลิตเชิงสร้างสรรค์ ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพาตนเองและเป็นแรงงานคุณภาพ หากได้รับการสนับสนุนด้านองค์ความรู้ ช่องทางตลาด และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน ซึ่งส่งผลให้การพัฒนาอาชีพเป็นไปอย่างยั่งยืนและคุณภาพชีวิตดีขึ้นอย่างชัดเจน 2) การพัฒนาศักยภาพผ่านการผลิตขนมกระยาสารทสะท้อนคุณค่าทางเศรษฐกิจและ

* Received 22 August 2025; Revised 14 September 2025; Accepted 15 September 2025

วัฒนธรรม ผู้สูงอายุมีความเชี่ยวชาญทั้งในสูตรและกระบวนการผลิต สืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น และสามารถปรับตัวให้สอดคล้องกับความต้องการของตลาด หากได้รับการส่งเสริมอย่างเหมาะสม จะสามารถสร้างรายได้ รักษาวัฒนธรรม และขับเคลื่อนเศรษฐกิจชุมชนอย่างมั่นคง

3) การสร้างเครือข่ายสนับสนุนอาชีพเสริมของผู้สูงอายุ โดยเชื่อมโยงกับหน่วยงานและภาคีในพื้นที่ พบว่าผู้สูงอายุมีบทบาทสำคัญทั้งด้านทักษะ การเรียนรู้ การมีส่วนร่วมทางสังคม และการผลิตเชิงสร้างสรรค์ หากได้รับการสนับสนุน เครือข่ายดังกล่าวจะช่วยยกระดับคุณภาพชีวิต สร้างรายได้ และเสริมสร้างเศรษฐกิจชุมชนให้มั่นคงและยั่งยืนในระยะยาว

คำสำคัญ: การพัฒนาศักยภาพ, การประกอบอาชีพเสริม, ผู้สูงอายุ

Abstract

This study is a qualitative research project with 3 main objectives: 1) To explore the potential of the elderly in engaging in supplementary occupations in the Suksan 9 Community, Nong Khaem District, Bangkok; 2) To develop this potential through appropriate activities and training; and 3) To establish supportive networks promoting occupational engagement among the elderly. A total of 25 participants were involved. Data were analyzed using content analysis, interpretation, and conclusion drawing. The study aims to uncover how elderly capabilities, when supported and connected to community networks, can contribute to sustainable livelihoods and improved quality of life. The research results were found as follows: 1. The elderly in the Suksan 9 Community possess potential in four key areas: skills and experience, learning ability, social engagement and networks, and creative production. They demonstrated self-reliance and the ability to contribute as a quality labor force. With support such as knowledge development, market access, and opportunities for community participation, they can pursue sustainable livelihoods and enhance their overall quality of life. 2. The development of elderly potential through the production of Krayasart, a traditional Thai sweet, highlights both economic and cultural value. Participants showed expertise in

recipes and production processes, preserved and transmitted local wisdom, and adapted to market demands. With proper support, they can generate income, preserve cultural heritage, and contribute to the local economy sustainably. 3. Establishing networks to support supplementary occupations connected the elderly with local agencies and partners. Findings emphasize the importance of skills, lifelong learning, social participation, and creative production. Properly supported networks can enhance quality of life, generate income, and strengthen the local economy in a sustainable manner. This study demonstrates that supporting and connecting the elderly's capabilities to community resources fosters not only economic benefits but also cultural preservation and social engagement, promoting sustainable development for aging populations.

Keywords: Development of the Potential, Additional Occupations, Elderly

บทนำ

ปัจจุบันหลายประเทศทั่วโลก รวมทั้งประเทศไทย กำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างรวดเร็ว โดยมีจำนวนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างครอบครัว เศรษฐกิจ และระบบสวัสดิการสังคม โดยเฉพาะในครอบครัวเดี่ยวที่ลูกหลานไม่สามารถดูแลผู้สูงอายุได้เหมือนในอดีต รัฐจึงต้องมีการปรับนโยบายและส่งเสริมความตระหนักรู้ในเรื่องการเตรียมตัวผู้สูงอายุ ทั้งด้านรายได้ สุขภาพ และการอยู่อาศัย เพื่อไม่ให้ผู้สูงอายุกลายเป็นภาระของสังคม (ดวงหทัย สว่างภพ, 2562) รัฐบาลไทยได้ตระหนักถึงปัญหาดังกล่าว และกำหนดนโยบายรองรับสังคมสูงอายุอย่างต่อเนื่อง เช่น การส่งเสริมให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นหน่วยงานหลักในการดูแลระยะยาว และการกระจายอำนาจเพื่อให้บริการสาธารณะตอบสนองต่อความต้องการของประชาชน รวมถึงรัฐธรรมนูญ พ.ศ. 2560 ที่ให้ความสำคัญต่อสิทธิของผู้สูงอายุอย่างชัดเจน ทั้งในด้านการคุ้มครองและการช่วยเหลือทาง

สังคม (สุภักชัย คำสีใหม่ และคณะ, 2565) ในปี พ.ศ. 2559 รัฐบาลให้ความสำคัญกับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศ ได้กำหนดนโยบายและมาตรการต่าง ๆ เพื่รองรับสังคมสูงอายุ ตลอดจนทุกภาคส่วนตระหนักต่อสถานการณ์ดังกล่าว กระทรวงสาธารณสุขร่วมกับสมาคมสันนิบาตเทศบาลแห่งประเทศไทย เป็นหน่วยงานหลักหรือเจ้าภาพในการบริหารจัดการด้านสุขภาพพัฒนาระบบบริการดูแลระยะยาวๆ เพื่อให้เกิดการดูแลระยะยาวๆ เชิงรุกที่บ้าน การดำเนินงานด้านพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุหรือที่ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อเร่งขับเคลื่อนนโยบายดังกล่าวเพื่อให้ทันต่อสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงสังคมไทยทั้งในด้านเศรษฐกิจ และด้านสังคม รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560 ได้ให้ความสำคัญต่อผู้สูงอายุ โดยมีบทบัญญัติที่บรรจุหลักการที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ จำนวน 2 หมวด ในหมวด 3 สิทธิและเสรีภาพของปวงชนชาวไทย มาตรา 27 วรรคสี่ มาตรการที่รัฐกำหนดขึ้น เพื่อขจัดอุปสรรคหรือส่งเสริมให้บุคคลสามารถใช้สิทธิหรือเสรีภาพได้เช่นเดียวกับบุคคลอื่น มาตรา 48 วรรคสอง บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีและไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพ และบุคคลผู้ยากไร้ย่อมมีสิทธิได้รับความช่วยเหลือที่เหมาะสมจากรัฐตามที่กฎหมายบัญญัติ (อภิชาติ สาณสันต์ และคณะ, 2566) แนวคิดการส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความพร้อม แรงจูงใจ และทัศนคติที่เอื้อต่อการประกอบอาชีพ ได้แก่ 1. การรับรู้ความสามารถของตนถือเป็นหัวใจสำคัญของการประเมินตนเอง ซึ่งมีผลต่ออารมณ์ ความรู้สึก และการตัดสินใจทางอาชีพ 2. การมองเห็นประโยชน์สะท้อนถึงความสำคัญของการพัฒนาและการประยุกต์ใช้ความรู้ ทักษะ และทัศนคติเพื่อสร้างผลงานอย่างมีประสิทธิภาพ 3. ทัศนคติส่วนบุคคลที่เกิดจากประสบการณ์และการเรียนรู้มีอิทธิพลต่อแรงจูงใจและความพึงพอใจ โดยการส่งเสริมอาชีพควรมุ่งเน้นกิจกรรมรวมกลุ่ม การสนับสนุนทุน การจัดการที่มีคุณภาพ และการหาตลาดรองรับเพื่อความยั่งยืน (อิติรัตน์ เหล่าคมพฒณาจารย์ และ คณะ, 2565) และแนวทางการพัฒนาอาชีพผู้สูงอายุเริ่มจากการตระหนักถึงคุณค่าของผู้สูงอายุในฐานะทรัพยากรสำคัญของชุมชนและการสร้างโอกาสให้มีรายได้เพียงพอสำหรับการดำรงชีวิตและการดูแลสุขภาพโดยไม่ต้องพึ่งพาภายนอก ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความต้องการในการรวมกลุ่มประกอบอาชีพที่เหมาะสมกับบริบทของชุมชนและสอดคล้องกับสภาพร่างกาย เพื่อสร้างความภาคภูมิใจและศักดิ์ศรีในตนเอง นอกจากนี้ ผู้สูงอายุยังมีความสนใจในการเข้ารับการศึกษาอบรมอาชีพที่มีมาตรฐานเพื่อเพิ่มพูนความรู้และทักษะ อันนำไปสู่รายได้ที่มั่นคงและสามารถมีเงินออมเพื่อความมั่นคงในอนาคต (พายุ นาวาคุระ, 2564) นอกจากนี้ แนวทางการส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ

เป็นกลยุทธ์สำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยเน้นการสร้างแรงจูงใจ การตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง และการรวมกลุ่มอาชีพที่เหมาะสมกับบริบทชุมชน และสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ เพื่อให้มีรายได้เพียงพอสำหรับการยังชีพและสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง การฝึกอบรมทักษะอาชีพและการส่งเสริมการออมจึงเป็นแนวทางสำคัญในการสร้างความมั่นคงในระยะยาว (Lyn Barham, 2021)

ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ ส่งผลให้การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในด้านการมีรายได้เสริม ซึ่งไม่เพียงช่วยลดภาระทางเศรษฐกิจในครัวเรือน แต่ยังส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีคุณค่าและมีส่วนร่วมในสังคมอย่างต่อเนื่อง ชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เป็นชุมชนเมืองที่มีสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ และมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ภายในชุมชนยังคงมีผู้สูงอายุจำนวนมากที่มีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์หลากหลาย ทั้งด้านงานฝีมือ งานอาหาร และภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สามารถนำมาต่อยอดเป็นอาชีพเสริมได้อย่างเหมาะสม จากการศึกษาศักยภาพของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 จึงเป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนาแนวคิดและรูปแบบการประกอบอาชีพเสริมที่เหมาะสมกับบริบทของพื้นที่ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมั่นคง มีศักดิ์ศรี และมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชนอย่างยั่งยืนการศึกษาศักยภาพ ในการประกอบอาชีพเสริมของผู้สูงอายุ

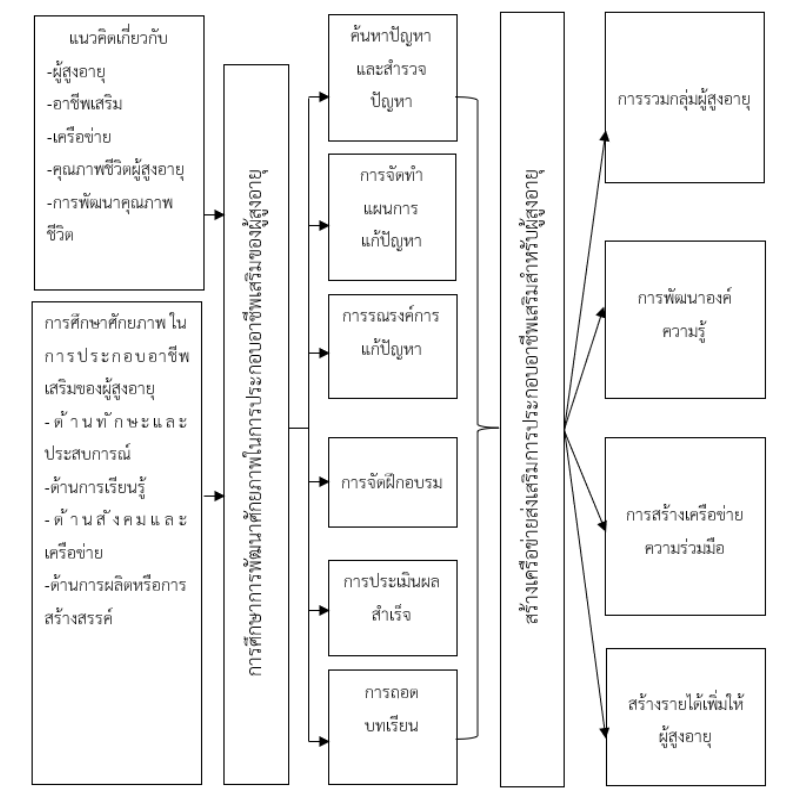
ดังนั้น จากสถานการณ์ข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า ชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร มีความต้องการการส่งเสริมอาชีพสำหรับผู้สูงอายุอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุมีอาชีพเสริมทำ สร้างรายได้ และมีคุณค่าในสังคมด้วย โดยต้องอาศัยความร่วมมือจากภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาสังคม ซึ่งแม้รัฐจะมีนโยบายและสวัสดิการแล้ว แต่ยังไม่ครอบคลุมและทั่วถึง ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาปัจจัยและแนวทางการพัฒนาอาชีพเสริมในพื้นที่ดังกล่าว เพื่อให้สามารถตอบสนองต่อความต้องการของผู้สูงอายุได้อย่างแท้จริงในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมของผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาการพัฒนาศักยภาพด้านการประกอบอาชีพเสริมของผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อสร้างเครือข่ายส่งเสริมการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การดำเนินการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร” มีกรอบแนวคิด ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร” ผู้วิจัยได้ใช้กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ(Qualitative Research) โดยมีวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มุ่งทำความเข้าใจเชิงลึกจากกลุ่มตัวอย่าง เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) การสังเกต (Observation) และการสนทนาเฉพาะกลุ่ม (Focus Group Discussion) การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) การตีความ (Interpretation) และสร้างข้อสรุป (Conclusion)

2. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants)

ใช้การคัดเลือกแบบเจาะจงจากผู้เกี่ยวข้องในชุมชนและผู้เชี่ยวชาญ ได้แก่ ผู้นำชุมชน เจ้าหน้าที่รัฐ ประชาชนชาวบ้าน ภาคเอกชน และผู้สูงอายุ โดยมี 3 กลุ่ม คือ (1) ผู้ให้ข้อมูลเชิงลึก 10 คน (2) ผู้ร่วมสนทนากลุ่มที่ช่วยวิเคราะห์ประเด็น และ (3) ผู้ร่วมปฏิบัติการ 15 คนที่เข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาศักยภาพ

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ แบบสนทนากลุ่ม แบบลงทะเบียน แบบบันทึกการสังเกต และแบบสรุปผลกิจกรรม ผู้วิจัยเป็นเครื่องมือหลักและใช้บันทึกภาคสนาม ภาพถ่าย และการบันทึกเสียงประกอบ โดยมีการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือจากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่านและปรับปรุงก่อนนำไปใช้จริง

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยขออนุญาตลงพื้นที่และประสานชุมชนเพื่อจัดตารางเก็บข้อมูล เก็บข้อมูลด้วยการแจกแบบสอบถามให้ผู้สูงอายุ 15 ชุด ร่วมกับการสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกตการณ์กิจกรรม จากนั้นประมวลผล ตรวจสอบความครบถ้วน และสรุปเพื่อใช้วิเคราะห์

5. การตรวจสอบข้อมูล

การตรวจสอบข้อมูล ได้แก่ การตรวจสอบข้อมูลก่อนการนำไปวิเคราะห์ข้อมูลนั้น เป็นการดำเนินงานเพื่อให้ข้อมูลมีความถูกต้องมากที่สุดด้วยการตรวจสอบความตรง ผู้วิจัยได้เริ่มพัฒนากรอบความคิดการวิจัยในครั้งนี้อย่างเป็นขั้นตอนและกำหนดเกณฑ์การดำเนินงานในแต่ละขั้นตอนไว้ชัดเจน เช่น การเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ การเลือกกลุ่มตัวอย่างที่เป็นพื้นที่ศึกษาเป็นต้น ซึ่งเป็นการขจัดความอคติในการทำการวิจัยของผู้วิจัย ตรวจสอบข้อมูลจากการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลหลายวิธีในเรื่องเดียวกันด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่ การสังเกต การสัมภาษณ์ และ การศึกษาเอกสาร ต่าง ๆ

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยกำหนดการวิเคราะห์ข้อมูลแบบสร้างข้อสรุป โดยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาประกอบบริบท (Context Content Analysis Technique) นำเสนอรายงานแบบพรรณนาเชิงวิเคราะห์ (Analytical Description) พร้อมโค้ดคำพูดผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร” ฉบับนี้นำเสนอผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ทั้ง 3 ประการ ดังนี้

1. ผลการวิจัยการศึกษาศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมของผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ผลการศึกษาศักยภาพของผู้สูงอายุในการประกอบอาชีพเสริมในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม พบว่า ผู้สูงอายุสามารถเป็นกำลังแรงงานคุณภาพได้ หากได้รับการสนับสนุนที่เหมาะสม ครอบคลุม 4 ด้านหลัก ได้แก่ 1) ทักษะและประสบการณ์ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีทักษะหัตถกรรม เกษตรกรรม การค้าขาย หรืองานฝีมือจากอดีต สามารถต่อยอดเป็นอาชีพเสริมและถ่ายทอดสู่คนรุ่นใหม่ได้ 2) การเรียนรู้ แม้ในวัยปลายชีวิต ผู้สูงอายุยังสามารถเรียนรู้สิ่งใหม่ เช่น การใช้เทคโนโลยีพื้นฐานเพื่อจำหน่ายสินค้าออนไลน์ หรือเข้าร่วมอบรมอาชีพ หากมีการสนับสนุนและวิธีสอนที่เหมาะสม 3) สังคมและเครือข่าย การเข้าร่วมกลุ่มชมรมหรือเครือข่ายชุมชนช่วยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ รวมกลุ่มทำอาชีพ และสร้างความร่วมมือเชิง

สร้างสรรค์ 4) การผลิตและสร้างสรรค์ ผู้สูงอายุสามารถผลิตผลงานสะท้อนอัตลักษณ์ เช่น งานศิลปะพื้นบ้านหรือการแปรรูปผลผลิตทางเกษตร ซึ่งเพิ่มคุณค่าทางวัฒนธรรม เสริมรายได้ และสร้างความภาคภูมิใจและสุขภาพจิตที่ดี

2. ผลการวิจัยการศึกษาการพัฒนาศักยภาพด้านการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชน หมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ผลการศึกษาการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในการประกอบอาชีพเสริมผ่านการผลิตขนมกระยาสารทในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 พบว่า ศักยภาพที่สามารถเป็นกำลังสำคัญทางเศรษฐกิจและวัฒนธรรมได้ชัดเจน โดยเฉพาะเมื่อได้รับการส่งเสริมอย่างเหมาะสม ด้านสูตรผู้สูงอายุสืบทอดสูตรเฉพาะที่ใช้วัตถุดิบพื้นบ้านและสามารถปรับสูตรให้ทันสมัย สะท้อนความคิดสร้างสรรค์และตอบโจทย์ตลาด ด้านความรู้กระบวนการผลิต ผู้สูงอายุชำนาญทุกขั้นตอน ตั้งแต่คัดเลือกวัตถุดิบจนถึงการบรรจุ เทคนิคเฉพาะตัวสะท้อนทรัพยากรเชิงปัญญาที่แข่งขันได้ ด้านการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น ผู้สูงอายุทำหน้าที่ถ่ายทอดความรู้แก่คนรุ่นใหม่ผ่านครอบครัว ชุมชน โรงเรียน และหน่วยงาน ส่งเสริมกลุ่มผลิตขนมเพื่อจำหน่าย สร้างรายได้และความภาคภูมิใจ พร้อมดำรงวัฒนธรรม ด้านเศรษฐกิจและชุมชน การสนับสนุนอย่างต่อเนื่องทั้งการตลาด การรวมกลุ่ม และการบริหารจัดการช่วยให้ผู้สูงอายุเป็นพลังหลักในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานรากและรักษามรดกทางวัฒนธรรมอย่างยั่งยืน

3. ผลการวิจัยการสร้างเครือข่ายส่งเสริมการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร

ผลการสร้างเครือข่ายเพื่อส่งเสริมการประกอบอาชีพเสริมของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 พบว่า การเน้นการเชื่อมศักยภาพผู้สูงอายุกับหน่วยงาน ชุมชน และเครือข่ายต่าง ๆ ครอบคลุม 4 ด้านหลัก ได้แก่ 1. ด้านทักษะและประสบการณ์ ผู้สูงอายุมีพื้นฐานจากงานหัตถกรรม การทำอาหาร ขนมไทย เกษตรกรรม และงานบริการ ซึ่งสามารถต่อยอดเป็นอาชีพเสริมทันทีเมื่อได้รับการสนับสนุน เช่น การรวมกลุ่มผลิตสินค้าและจัดตลาดชุมชน 2. ด้านการเรียนรู้ ผู้สูงอายุสามารถเรียนรู้สิ่งใหม่ผ่านเวทีแลกเปลี่ยน การอบรม และการใช้เทคโนโลยีพื้นฐานเพื่อจำหน่ายสินค้าออนไลน์ 3. ด้านสังคมและเครือข่าย การรวมกลุ่มภายใต้ชมรมผู้สูงอายุ ร่วมกับโรงเรียน วัด และภาคเอกชน เปิดโอกาสให้แสดงศักยภาพและ

สร้างรายได้เสริม 4. ด้านการผลิตและสร้างสรรค์ ผู้สูงอายุสามารถสร้างผลิตภัณฑ์ที่มีคุณค่าทางวัฒนธรรมและแข่งขันในตลาด เช่น งานหัตถกรรม ขนมโบราณ และการแปรรูปอาหารพื้นบ้าน การสนับสนุนช่องทางตลาดและกิจกรรมสร้างสรรค์ช่วยให้ผลิตภัณฑ์มีเอกลักษณ์และยั่งยืน สะท้อนว่าผู้สูงอายุมีศักยภาพเต็มที่ทั้งด้านทักษะ ประสบการณ์ และภูมิปัญญาท้องถิ่น พร้อมต่อยอดเศรษฐกิจและวัฒนธรรมชุมชนได้อย่างยั่งยืน



ภาพที่ 2 การบรรจุภัณฑ์ขนมกระยาสารท

อภิปรายผล

จากการศึกษาข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ผู้วิจัยจะได้อภิปรายผลตามประเด็นข้อค้นพบที่สำคัญ ดังนี้

1. ศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมของผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ผู้สูงอายุมักมีความสามารถและความพร้อมในการประกอบอาชีพเสริมอย่างหลากหลาย โดยเฉพาะเมื่อได้รับการสนับสนุนที่เหมาะสม ทั้งในด้านองค์ความรู้ สังคม และช่องทางการตลาด ซึ่งสามารถนำไปสู่การยกระดับคุณภาพชีวิตและการพัฒนาชุมชนโดยรวม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อาทิตย์ ขำทับทิม (2566) ที่พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุมีความสามารถในการประกอบอาชีพอย่างหลากหลาย ตัวอย่าง อาชีพค้าขายและรับจ้างทำการเกษตร เนื่องจากอาชีพเหล่านี้เป็นอาชีพที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างคน การส่งเสริมอาชีพเพื่อสร้างรายได้เสริมสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 2 กลุ่มภาคีเครือข่าย การร่วมมือในการขับเคลื่อน ได้แก่ 1) เครือข่ายภายในชุมชน ประกอบด้วยผู้สูงอายุที่มีบทบาทใน

การสะท้อนสภาพปัญหาและความต้องการในการส่งเสริมอาชีพ ปราชญ์ชาวบ้านเป็นทุนมนุษย์ที่มีบทบาทในการให้ความรู้ ผู้นำชุมชนเป็นผู้ประชาสัมพันธ์ ประสานงานและสนับสนุนในการขับเคลื่อนกิจกรรม และกลุ่มองค์กรในชุมชนทำหน้าที่ในการสนับสนุนกิจกรรมแก่คนในชุมชน

2) เครือข่ายนอกชุมชน ประกอบด้วย หน่วยงานภาครัฐมีส่วนในการสนับสนุนงบประมาณ ช่องทางการตลาดและองค์ความรู้ ในการเสริมสร้างการบริหารจัดการกลุ่มและก่อให้เกิดการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิรรรยาห์ พูลเกิด และคณะ (2567) ที่พบว่า การส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุโดยเฉพาะการส่งเสริมด้านอาชีพ การผลิต การจำหน่าย ผลิตภัณฑ์ และการถ่ายทอดภูมิปัญญาของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างมีส่วนร่วมและยั่งยืน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมพงา เพ็ญนาเรนทร์ (2564) ที่พบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ในชุมชนทุกคนสามารถที่จะเข้ามาพัฒนาอาชีพที่ทาง อบต. หรือชุมชนจัดให้เพื่อผู้สูงอายุจะได้มีอาชีพและรายได้เพิ่มขึ้นซึ่งส่วนใหญ่จะทำการฝึกอาชีพที่มีตลาดรองรับในการจำหน่ายผลิตภัณฑ์รวมถึงหาแหล่งสนับสนุนเงินทุนที่จะนำมาพัฒนาอาชีพให้ผู้สูงอายุได้อย่างต่อเนื่อง

2. การพัฒนาศักยภาพด้านการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร สะท้อนให้เห็นถึงคุณค่าและศักยภาพที่ซ่อนอยู่ในผู้สูงอายุซึ่งสามารถเป็นกำลังสำคัญทางเศรษฐกิจและวัฒนธรรมของชุมชนได้อย่างชัดเจน โดยเฉพาะเมื่อได้รับการส่งเสริมและพัฒนาอย่างเหมาะสม หากมีการสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง ทั้งในด้านการตลาด การรวมกลุ่ม และการบริหารจัดการ ผู้สูงอายุจะสามารถเป็นกำลังหลักในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานรากได้อย่างยั่งยืน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อดิรัตน์ เหล่าคมพุดผาจารย์ และคณะ (2565) ที่พบว่า การพัฒนาศักยภาพและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ โดยการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ให้แก่ผู้สูงอายุ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ร่วมกับมีบุคลากรภายในชุมชนที่เปรียบเสมือนปราชญ์ชาวบ้านคอยชี้แนะแนวทางมีคณะกรรมการหมู่บ้านที่คอยติดต่อประสานงานกับหน่วยงานต่าง ๆ ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการกิจกรรมให้กับผู้สูงอายุ ได้เรียนรู้และปฏิบัติ จนสามารถผลิตและแปรรูปสินค้าได้ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ บุษกร วัฒนบุตร (2567) ที่พบว่า แนวทางการเสริมสร้างศักยภาพในการพัฒนาตนเองสำหรับการสร้างอาชีพในตำบลของผู้สูงอายุในชุมชนวัดยม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา มีลักษณะเป็นการให้ความรู้ความเข้าใจโดยมีวิทยากรมาให้ความรู้สนับสนุน

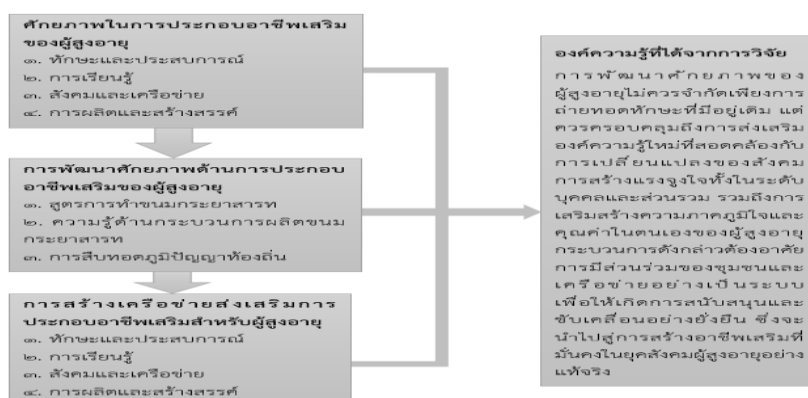
การรวมกลุ่มอาชีพ สร้างกิจกรรมส่งเสริมกลุ่มอาชีพในท้องถิ่น โดยการสนับสนุนงบประมาณวัสดุอุปกรณ์เครื่องมือต่าง ๆ ที่เหมาะสมต่อการประกอบอาชีพ เพื่อสร้างความเข้มแข็งในอาชีพ รวมทั้งมีการติดตามประเมินผลและปรับปรุงแก้ไขพัฒนาไปสู่ความต้องการการพัฒนาตนเอง สำหรับการสร้างอาชีพของผู้สูงอายุอย่างแท้จริง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ อัญชลี ชัยศรี และคณะ (2568) ที่พบว่า แนวทางการพัฒนาศักยภาพด้านอาชีพที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ แรงงานนอกระบบในจังหวัดชัยภูมิ โดยใช้แนวทางแบบองค์รวมที่เน้นการฝึกปฏิบัติจริง การสร้างเครือข่ายอาชีพ และการสนับสนุนจากภาครัฐและเอกชน นอกจากนี้ยังเสนอให้ส่งเสริมทักษะที่สอดคล้องกับความต้องการของตลาด เช่น เกษตรอินทรีย์ การแปรรูปอาหาร การค้าขายออนไลน์ และงานหัตถกรรมพื้นบ้าน รวมถึงการส่งเสริมการรวมกลุ่มและจัดตั้งวิสาหกิจชุมชน เพื่อเพิ่มโอกาสในการเข้าถึงตลาดและทรัพยากร อีกทั้งผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า มีรายได้ และพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน

3. การสร้างเครือข่ายส่งเสริมการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชน หมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร เป็นแนวทางที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุมาใช้ให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อบุคคล ครอบครัว และชุมชน โดยมีการเชื่อมโยงระหว่างทักษะเดิมของผู้สูงอายุ กับการสนับสนุนจากภาคีเครือข่ายต่าง ๆ ในพื้นที่ได้อย่างเหมาะสมที่ตอบสนองต่อศักยภาพและความต้องการของผู้สูงอายุอย่างแท้จริง โดยผสมผสานองค์ความรู้เดิมกับการเรียนรู้ใหม่ ๆ ในบริบทของชุมชนที่มีส่วนร่วม ซึ่งส่งผลให้เกิดความเข้มแข็งทั้งในระดับบุคคล กลุ่ม และเครือข่าย เป็นรากฐานของการพัฒนาที่ยั่งยืนและมีคุณค่าต่อสังคมสูงวัยในอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชลธิชา จิรภัคพงศ์ และคณะ (2565) ที่พบว่า กระบวนการมีส่วนร่วมการสร้างเครือข่ายกลไกการตลาดผลิตภัณฑ์สร้างสรรค์ของชุมชนสัมมาชีพในจังหวัดแพร่ มีส่วนร่วมทั้งกลุ่มภายในชุมชนและภายนอกชุมชน ประกอบด้วยเครือข่ายการผลิต เครือข่ายการเรียนรู้ เครือข่ายการตลาด และเครือข่ายองค์กรภาครัฐ โดยกลุ่มชุมชนสัมมาชีพควรมีส่วนร่วมในการวางแผนการผลิต แผนการออกแบบผลิตภัณฑ์ และช่องทางการจำหน่าย รวมถึงดำเนินการด้านการตลาด องค์กรภาครัฐมีบทบาทสำคัญ ได้แก่ การเป็นผู้สนับสนุน ผู้ส่งเสริม และผู้ประสานงาน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วีรณัฐ พรหมจักร และคณะ (2567) ที่พบว่า การนำหลักสามัคคีธรรมเข้ามาใช้ในการสร้างเครือข่ายการจัดสวัสดิการแรงงานหญิงนอกระบบในชุมชน เพื่อแก้ไขปัญหาของแรงงานนอกระบบ และรวมกลุ่มให้ได้เพื่อรับการรับรอง ส่วนการเผยแพร่และสร้างการรับรู้ต่อสาธารณะในการนำหลัก

สามัคคีธรรมมาใช้ในการสร้างเครือข่ายการจัดสวัสดิการจิตสวัสดิการแรงงานหญิงนอกระบบในชุมชนจังหวัดสระแก้ว มีหน่วยงานต่าง ๆ เข้ามาช่วยเหลือ ได้แก่ กระทรวงแรงงาน สำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (องค์การมหาชน) สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) มูลนิธิเพื่อนหญิง ศูนย์ประสานงานแรงงานนอกระบบ มูลนิธิเพื่อการพัฒนา แรงงานและอาชีพ เข้ามาดูแลแรงงานนอกระบบ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ณฤณีย์ ศรีสุข และคณะ (2566) ที่พบว่า 1. องค์ความรู้เกี่ยวกับการสร้างเครือข่ายทางการตลาดเกิดมาจากการมีส่วนร่วมกันระดมสมองของชุมชน และการประสานงานหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับการพาณิชย์ของจังหวัด 2. รูปแบบวิธีการสร้างเครือข่ายได้เริ่มต้นจากสร้างพันธสัญญาภายในเครือข่ายพิพิธภัณฑด้วยกันผ่านทุนทางสังคมในแต่ละแห่งที่จะพัฒนาผลิตภัณฑ์ที่เป็นอัตลักษณ์ของแต่ละชุมชน 3. การสร้างเครือข่ายทางการตลาดมุ่งประเด็นที่เครือข่ายพิพิธภัณฑชุมชน และดำเนินงานร่วมกันแบบมีส่วนร่วมกับภาคีที่เกี่ยวข้องด้วยการเชื่อมโยงกับการตลาดโอท็อป ร้านค้าชุมชน และการตลาดออนไลน์

องค์ความรู้ใหม่

องค์ความรู้การพัฒนาศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร อธิบายได้ตามภาพ ดังนี้



ภาพที่ 3 แสดงองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากภาพที่ 3 แสดงให้เห็นว่า การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร” ได้สร้างองค์ความรู้ที่หลากหลาย และสามารถสรุปได้อย่างเป็นระบบใน 3 ประเด็นหลัก

1. ศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมของผู้สูงอายุ แสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุในชุมชนมี ทักษะและประสบการณ์ที่หลากหลาย จากชีวิตการทำงานก่อนเกษียณ โดยเฉพาะในด้านอาหาร งานฝีมือ และการดูแลครัวเรือน ซึ่งสามารถนำมาต่อยอดเป็นอาชีพเสริมได้ นอกจากนี้ยังแสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุมี ความสามารถในการเรียนรู้ ผ่านกิจกรรมฝึกอบรมและการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ภายในกลุ่ม และยังมี เครือข่ายทางสังคม ที่เข้มแข็ง เช่น ชมรมผู้สูงอายุ ที่เอื้อต่อการรวมกลุ่มและทำกิจกรรมร่วมกันได้อย่างต่อเนื่อง

2. การพัฒนาศักยภาพด้านการประกอบอาชีพเสริมของผู้สูงอายุ แสดงให้เห็นว่า การอบรมเรื่อง การทำขนมกระยาสารท ช่วยเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้ใหม่ เช่น การปรับสูตรให้เหมาะสม ความเข้าใจในกระบวนการผลิต การสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่คนรุ่นใหม่ องค์ความรู้เหล่านี้ส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถผลิตสินค้าคุณภาพ และเกิดความภาคภูมิใจในความสามารถของตนเอง

3. การสร้างเครือข่ายส่งเสริมการประกอบอาชีพเสริม แสดงให้เห็นว่า การรวมกลุ่มผู้สูงอายุ การเรียนรู้ร่วมกัน และการสนับสนุนจากเครือข่ายภายนอก เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดความเข้มแข็งของชุมชน เช่น การร่วมมือกับหน่วยงานท้องถิ่น วัด โรงเรียน หรือภาคเอกชน รวมถึงการนำความรู้ด้านการผลิตและการออกแบบมาสร้างความแตกต่างให้กับสินค้า

ดังนั้น องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุไม่ควรจำกัดเพียงการถ่ายทอดทักษะที่มีอยู่เดิม แต่ควรครอบคลุมถึงการส่งเสริมองค์ความรู้ใหม่ที่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของสังคม การสร้างแรงจูงใจทั้งในระดับบุคคลและส่วนรวม รวมถึงการเสริมสร้างความภาคภูมิใจและคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ กระบวนการดังกล่าวต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของชุมชนและเครือข่ายอย่างเป็นระบบ เพื่อให้เกิดการสนับสนุนและขับเคลื่อนอย่างยั่งยืน ซึ่งจะนำไปสู่การสร้างอาชีพเสริมที่มั่นคงในยุคสังคมผู้สูงอายุอย่างแท้จริง

สรุป/ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาศักยภาพในการประกอบอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านสุขสันต์ 9 เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร” ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 หน่วยงานภาครัฐควรสนับสนุนและส่งเสริมบทบาทผู้สูงอายุในการประกอบอาชีพเสริมอย่างต่อเนื่อง

1.2 ภาครัฐ เอกชน และชุมชนควรสร้างสื่อและกิจกรรมเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

2.1 ชุมชนอื่นสามารถปรับใช้ผลการวิจัยนี้ในการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในพื้นที่ของตนเอง

2.2 การร่วมมือระหว่างหลายชุมชนจะช่วยสร้างเครือข่ายและเพิ่มประสิทธิภาพในการพัฒนาอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ

3. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรศึกษาการเปรียบเทียบกับชุมชนอื่นและพัฒนาศักยภาพการประกอบอาชีพเสริมของผู้สูงอายุให้ดีขึ้น

3.2 ควรสำรวจปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินงาน ความต้องการเครือข่าย และแนวทางพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อสร้างแนวทางช่วยเหลืออย่างเป็นระบบ

เอกสารอ้างอิง

ชลธิชา จิรภัคพงศ์ และคณะ. (2565). การสร้างเครือข่าย กลไกการตลาดผลิตภัณฑ์สร้างสรรค์ของชุมชนลัมมาชีพ ในจังหวัดแพร่. วารสารวิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง, 11(3), 94-95.

ดวงหทัย สว่างภพ. (2562). รูปแบบการดำเนินชีวิต และการเปิดรับข่าวสารเพื่อการเตรียมตัวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของผู้หญิงก่อนวัยผู้สูงอายุ. ใน *วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต*. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- อิติรัตน์ เหล่าคมพฒณาจารย์ และ จิรัชญา เหล่าคมพฒณาจารย์. (2565). การพัฒนาศักยภาพ และส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตามนโยบายองค์การบริหารส่วนจังหวัดชัยภูมิ. วารสารมจรพุทธปัญญาปริทรรศน์, 7(3), 147-148.
- พายุ นาวาคุระ. (2564). แนวทางการพัฒนาอาชีพสำหรับผู้สูงอายุของบ้านหนองบ่อตำบล หนองบ่ออำเภอเมืองอุบลราชธานีจังหวัดอุบลราชธานี. มนุษยสังคมสาร (มสส.), 19(3), 22.
- สุภัคชัย คำสีใหม่ และคณะ. (2565). แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ. วารสาร มหจุฬาศสาร, 13(1), 2.
- อภิชาติ สานุสันต์ และคณะ. (2566). การพัฒนากระบวนการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลลำโรงพลัน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ. วารสารวิชาการสาธารณสุขชุมชน, 9(3), 21.
- อาทิตย์ ขำทับทิม. (2566). การส่งเสริมอาชีพเพื่อสร้างรายได้เสริมสำหรับผู้สูงอายุบ้านหนอง จอก อำเภอห้วยคต จังหวัดอุทัยธานี ในสถานการณ์ การแพร่ระบาดของไวรัสโควิด 19. ใน วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย.
- Lyn Barham. (2021). *Career development and older people*. Journal of the National Institute for Career Education and Counselling, Issue 46, 39.