

รูปแบบการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อเสริมพลังการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่า แก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่

A Model for Developing the Potential of Older Adults to Enhance Self-Reliance and Social Value under the New Normal

พนัส ชัยรัมย์¹, ฐิติมา สุวรรณชาติ², และ เกศรินทร์ คงเหมียน^{3*}

Panas Chairam¹, Thitima Suwanchat², and Ketsarin Kongmaian^{3*}

^{1,2,3}คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

^{1,2,3}Faculty of Humanities and Social Sciences, Phetchaburi Rajabhat University, Thailand

Corresponding author E-mail: bbee_kong09@hotmail.com*

Received: May 30, 2026; Revised: August 10, 2026; Accepted: August 12, 2026

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่ 2) ศึกษาศักยภาพของผู้สูงอายุในการทำงาน สร้างอาชีพ และรายได้ 3) สร้างรูปแบบการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อเสริมพลังการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคม และ 4) ทดลองใช้และประเมินผลรูปแบบ การวิจัยเป็นการวิจัยและพัฒนา ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเป็นหลัก ร่วมกับการสำรวจ กลุ่มเป้าหมายเป็นผู้สูงอายุจากชมรมผู้สูงอายุ 3 แห่งในจังหวัดเพชรบุรี แห่งละ 20 คน รวม 60 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบสำรวจ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก แบบประเมินความเหมาะสมของรูปแบบ และแบบบันทึกการสังเกต วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา และวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสำรวจด้วยความถี่และร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า 1) ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สามารถดูแลตนเอง มีส่วนร่วมกับครอบครัวและชุมชน และยังคงทำงานหารายได้ แต่บางส่วนมีข้อจำกัดด้านการมองเห็น การได้ยิน ผลตอบแทนจากอาชีพ และทักษะดิจิทัล 2) ผู้สูงอายุมีความรู้ ประสบการณ์ และความพร้อมในการเรียนรู้อาชีพเพิ่มเติม โดยแต่ละพื้นที่เลือกอาชีพที่สอดคล้องกับทรัพยากรของชุมชน 3) รูปแบบที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่ การศึกษาสภาพความเป็นอยู่ การศึกษาศักยภาพ การร่วมคิดและตัดสินใจเลือกอาชีพ การพัฒนาความรู้ และทักษะ การวางแผนการทำงาน และการปฏิบัติจริงตามแผน และ 4) ผลการทดลองใช้พบว่า ผู้สูงอายุสามารถรวมกลุ่ม แบ่งบทบาท พัฒนาทักษะ ระดมทุน ผลิตรายได้และเริ่มจำหน่ายสินค้าได้จริง อย่างไรก็ตาม ผลผลิตและรายได้อาจอยู่ในระยะเริ่มต้น และควรติดตามผลด้านความต่อเนื่องของกลุ่ม รายได้ และการนำผลประโยชน์ไปช่วยเหลือสังคมในระยะยาว

คำสำคัญ: การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ, การเสริมพลัง, การพึ่งตนเอง, การสร้างอาชีพและรายได้

Abstract

This research aimed to 1) study the living conditions of older adults in relation to self-reliance and the creation of value for society under the new normal way of life; 2) study the potential of older adults in working, creating occupations, and generating income; 3) develop a model for enhancing the potential of older adults to empower self-reliance and create value for society; and 4) implement and evaluate the model. The research employed a research and development approach, using qualitative research methods as the main approach together with a survey. The target group consisted of older adults from three elderly clubs in Phetchaburi Province, with 20 participants from each club, totaling 60 participants. The research instruments included a survey form, an in-depth interview form, a model appropriateness assessment form, and an observation record form. Qualitative data were analyzed using content analysis, while survey data were analyzed using frequency and percentage. The results showed that 1) most older adults were able to take care of themselves, participate in family and community activities, and continue working to earn income; however, some had limitations in vision, hearing, occupational returns, and digital skills; 2) the older adults had knowledge, experience, and readiness to learn additional occupations, with each area selecting occupations that were consistent with community resources; 3) the developed model consisted of six steps: studying living conditions, studying potential, jointly thinking and deciding on occupational choices, developing knowledge and skills, planning work activities, and actual implementation according to the plan; and 4) the results of the model implementation showed that the older adults were able to form groups, divide roles, develop skills, mobilize funds, produce goods, and begin selling products in practice. However, production and income were still at an initial stage, and follow-up should be conducted in the long-term regarding group continuity, income, and the use of benefits to assist society.

Keywords: Older Adult Potential Development, Empowerment, Self-Reliance, Occupation and Income Generation

บทนำ

ประเทศไทยกำลังเผชิญการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรจากการเพิ่มขึ้นของประชากรสูงอายุอย่างต่อเนื่อง ข้อมูลการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2567 พบว่า ประเทศไทยมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปจำนวนประมาณ 14.03 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 20.0 ของประชากรทั้งหมด สะท้อนว่าประเทศไทยได้เข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์แล้ว ขณะเดียวกัน สัดส่วนผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 3.6 ในปี พ.ศ. 2537 เป็นร้อยละ 12.9 ในปี พ.ศ. 2567 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2567) แม้จำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้น แต่ผู้สูงอายุจำนวนมากยังมีสุขภาพแข็งแรงและสามารถทำงานหรือมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางเศรษฐกิจและสังคมได้ ผลสำรวจในปี พ.ศ. 2567 พบว่า ผู้สูงอายुर้อยละ 34.0 ยังคงทำงาน โดยร้อยละ 51.5 ให้เหตุผลว่ายังมีสุขภาพแข็งแรงและมีแรงทำงาน ขณะที่ร้อยละ 43.5 ทำงานเพราะต้องหารายได้เลี้ยงตนเองหรือครอบครัว นอกจากนี้ รายได้จากการทำงานยังเป็นแหล่งรายได้หลักของผู้สูงอายุถึงร้อยละ 33.9 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2567) ข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าการส่งเสริมผู้สูงอายุให้ทำงานและสร้างรายได้ยังมีความสำคัญต่อการพึ่งตนเอง โดยเฉพาะผู้สูงอายุวัยต้นและผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมที่ยังสามารถประกอบกิจกรรมและเรียนรู้ทักษะใหม่ได้ เมื่อพิจารณาร่วมกับการศึกษาระยะหลังที่ให้ความสำคัญกับการคงความสามารถในการดำเนินชีวิต การทำกิจกรรม และการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ Thaithakul et al. (2022) พบความเชื่อมโยงระหว่างการเดินทาง การทำกิจกรรมนอกบ้าน และความสุขของผู้สูงอายุ โดยการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมและมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมมีความสัมพันธ์กับความเป็นอยู่ที่ดี ขณะที่การศึกษาเกี่ยวกับความพร้อมในการสูงวัยในถิ่นที่อยู่ของผู้สูงอายุไทยระบุว่า ความพร้อมของผู้สูงอายุมีความแตกต่างกันตามบริบททางเศรษฐกิจและพื้นที่ และปัจจัยด้านรายได้ ภาระหนี้ สุขภาพ ตลอดจนสภาพแวดล้อมมีส่วนต่อความสามารถในการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะในพื้นที่ชนบทที่ผู้สูงอายุบางส่วนยังจำเป็นต้องทำงานหลังอายุ 60 ปี (Hattapradit et al., 2026) จึงควรพิจารณาการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุให้สัมพันธ์กับสภาพชีวิตและทรัพยากรที่มีอยู่ในแต่ละพื้นที่

การดำรงชีวิตและการทำงานของผู้สูงอายุในปัจจุบันยังอยู่ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงด้านเทคโนโลยีและบริการดิจิทัล การพัฒนาศักยภาพจึงเกี่ยวข้องกับทักษะหลายด้าน ทั้งทักษะอาชีพ ความรอบรู้ด้านสุขภาพ การบริหารจัดการทางการเงิน และทักษะดิจิทัล งานของ Bui และ Luong (2023) ซึ่งศึกษาการเข้าถึงบริการด้านการเงินของผู้สูงอายุในประเทศไทยพบว่า เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารมีบทบาทต่อการเข้าถึงบริการทางการเงินของผู้สูงอายุ และข้อจำกัดด้านการใช้เทคโนโลยีอาจกลายเป็นอุปสรรคต่อการเข้าถึงบริการในระบบเศรษฐกิจที่เปลี่ยนไป ในด้านสุขภาพ Seangpraw et al. (2023) พบว่าการจัดกิจกรรมพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพให้แก่ผู้สูงอายุไทยสามารถช่วยส่งเสริมการจัดการสุขภาพของตนเองได้ ประเด็นเหล่านี้ชี้ว่าการพัฒนาผู้สูงอายุควรพิจารณาหลายด้านร่วมกัน เนื่องจากความสามารถในการพึ่งตนเองไม่ได้ขึ้นอยู่กับการมีอาชีพหรือรายได้เพียงด้านเดียว แต่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการดูแลสุขภาพ จัดการทรัพยากรทางการเงิน ใช้เทคโนโลยี และเข้าถึงโอกาสทางเศรษฐกิจและสังคมด้วย และในระดับนโยบาย แนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ. 2561–2580 ที่กำหนดประเด็นการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพ

ทรัพยากรมนุษย์ตลอดช่วงชีวิต รวมถึงการสร้างโอกาสและความเสมอภาคทางสังคมสำหรับประชากรสูงอายุ ต่อมาแผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 3 (พ.ศ. 2566–2580) ได้กำหนดแนวทางสำคัญ ได้แก่ การเตรียมความพร้อมก่อนวัยสูงอายุ การยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ การพัฒนาระบบบริหารเพื่อรองรับสังคมสูงวัย และการเพิ่มศักยภาพด้านการวิจัย เทคโนโลยีและนวัตกรรม โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิตและการเรียนรู้ที่ตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมและเทคโนโลยี (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2565) สะท้อนแนวนโยบายในระยะปัจจุบันจึงให้น้ำหนักกับการรักษาและพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุควบคู่กับการจัดสวัสดิการและการคุ้มครองทางสังคม

จังหวัดเพชรบุรีมีประชากรสูงอายุคิดเป็นร้อยละ 21.95 ของประชากรทั้งหมด จึงอยู่ในระดับสังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2567) ประกอบกับโครงสร้างเศรษฐกิจและชุมชนของจังหวัดมีทั้งภาคเกษตรกรรม การท่องเที่ยว การบริการ อาหาร งานฝีมือ และภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งเป็นฐานกิจกรรมที่สามารถนำมาพัฒนาหรือประยุกต์เป็นอาชีพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุได้ ขณะเดียวกัน แนวทางการพัฒนาพื้นที่ยังให้ความสำคัญกับการใช้เทคโนโลยีและนวัตกรรมต่อยอดภูมิปัญญา รวมถึงการพัฒนาทักษะของประชาชนให้สอดคล้องกับการผลิตและบริการของพื้นที่ จึงเป็นบริบทที่เอื้อต่อการศึกษาการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุให้เชื่อมโยงกับอาชีพ รายได้ และการมีส่วนร่วมในชุมชน อย่างไรก็ตาม จากการทบทวนงานศึกษามักมุ่งศึกษาผู้สูงอายุแยกเป็นรายประเด็น เช่น การทำงานและรายได้ สุขภาพ การเงิน การใช้เทคโนโลยี หรือการมีส่วนร่วมทางสังคม ขณะที่การศึกษาที่นำองค์ประกอบเหล่านี้มาเชื่อมโยงเป็นกระบวนการพัฒนาศักยภาพสำหรับผู้สูงอายุในบริบทพื้นที่ยังมีจำกัด โดยเฉพาะในจังหวัดเพชรบุรี ยังขาดรูปแบบที่เริ่มจากการศึกษาสภาพความเป็นอยู่และศักยภาพของผู้สูงอายุแต่ละพื้นที่ที่มีพื้นฐานด้านอาชีพ สุขภาพ รายได้ ทักษะ และโอกาสทางสังคมแตกต่างกัน แล้วนำข้อมูลมาพัฒนาเป็นกิจกรรมหรือกระบวนการเสริมพลังที่สามารถนำไปทดลองและประเมินผลได้

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาสภาพความเป็นอยู่และศักยภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบุรี เพื่อนำข้อมูลมาสร้าง ทดลอง และประเมินรูปแบบการพัฒนาศักยภาพที่เหมาะสมกับบริบทพื้นที่ โดยให้ความสำคัญกับความสามารถในการทำงานและสร้างรายได้ การดูแลสุขภาพ การจัดการทางการเงิน การใช้เทคโนโลยี และการมีส่วนร่วมในสังคม ผลจากการศึกษาจะช่วยให้ผู้สูงอายุกลุ่มที่ยังช่วยเหลือตนเองได้สามารถใช้ศักยภาพและประสบการณ์ของตนในการดำรงชีวิต พึ่งตนเอง และมีส่วนร่วมกับครอบครัวและชุมชน รวมทั้งเป็นฐานข้อมูลสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการออกแบบกิจกรรมพัฒนาผู้สูงอายุให้เหมาะสมกับบริบทของจังหวัดเพชรบุรี

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในการพึ่งตนเองและเพิ่มคุณค่าให้แก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่



2. เพื่อศึกษาศักยภาพของผู้สูงอายุในการทำงานสร้างอาชีพและรายได้เพื่อการเสริมพลังการพึ่งตนเองและเพิ่มคุณค่าให้แก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่

3. เพื่อสร้างรูปแบบการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุเพื่อการเสริมพลังในการพึ่งตนเองและสร้างคุณค่าให้แก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่

4. เพื่อทดลองและประเมินรูปแบบการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุเพื่อการเสริมพลังการพึ่งตนเองและเพิ่มคุณค่าให้แก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่

การทบทวนวรรณกรรม

1. แนวคิดการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ

การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุตั้งอยู่บนแนวคิดว่าความสามารถของบุคคลไม่ได้สิ้นสุดลงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ แต่สามารถรักษาและพัฒนาได้ตามสภาพร่างกาย ความรู้ ประสบการณ์ และสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิต องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2020) อธิบายการสูงวัยอย่างมีสุขภาวะ (Healthy Ageing) ในลักษณะของการพัฒนาและรักษาความสามารถในการทำหน้าที่ซึ่งเอื้อต่อความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล โดยความสามารถดังกล่าวเกิดจากทั้งศักยภาพภายในของผู้สูงอายุและสภาพแวดล้อมที่บุคคลดำรงชีวิตอยู่ แนวทางของทศวรรษแห่งการสูงวัยอย่างมีสุขภาวะ ค.ศ. 2021–2030 จึงให้ความสำคัญกับการให้ผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางและมีส่วนร่วมในการกำหนดสิ่งที่มีความหมายต่อชีวิตของตน สำหรับการทำงานของผู้สูงอายุ การพัฒนาศักยภาพควรพิจารณาทักษะให้เหมาะสมกับสภาพร่างกายและลักษณะ โดยสิริพร พงศ์ศิริฤกษ์กุล และคณะ (2567) เสนอว่าผู้สูงอายุที่ต้องการคงอยู่ในตลาดแรงงานควรพัฒนาทักษะด้านเทคโนโลยี การสื่อสาร การปรับตัว การเรียนรู้ และการดูแลสุขภาพควบคู่กัน ขณะที่งานที่จัดให้ควรเหมาะสมกับข้อจำกัดและศักยภาพของแต่ละบุคคล ในการวิจัยครั้งนี้ แนวคิดดังกล่าวจึงใช้เป็นฐานการศึกษา ศักยภาพเดิมของผู้สูงอายุ และกำหนดเนื้อหาการพัฒนาในด้านการทำงานและประกอบอาชีพ การเงิน เทคโนโลยีดิจิทัล และการดูแลสุขภาพ

2. แนวคิดการเสริมพลัง

การเสริมพลัง (Empowerment) หมายถึงกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลมีความสามารถในการควบคุมและตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องที่มีผลต่อชีวิตของตน ทั้งนี้ Zimmerman (2000) อธิบายว่า การเสริมพลังเกี่ยวข้องกับทั้งระดับบุคคล องค์กร และชุมชน โดยในระดับบุคคลให้ความสำคัญกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง การตัดสินใจ และการมีส่วนร่วมในการกำหนดแนวทางที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของตนเอง แนวคิดดังกล่าวเหมาะสมกับการพัฒนาผู้สูงอายุ เพราะการพัฒนาไม่ควรกำหนดอาชีพหรือกิจกรรมให้ผู้สูงอายุจากภายนอกทั้งหมด แต่ควรเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุพิจารณาความถนัด ประสบการณ์ ความต้องการ และข้อจำกัดของตน แล้วร่วมกำหนดกิจกรรมที่ต้องการพัฒนา และการศึกษาของสุวิมลรัตน์ รอบรู้เจน และคณะ (2565) พบว่า โปรแกรมเสริมพลังโดยการมีส่วนร่วมของชุมชนช่วยเพิ่มความสามารถในการดูแลตนเองและจัดการสภาพแวดล้อมของ

ผู้สูงอายุได้ ดังนั้น ในรอบการวิจัยนี้การเสริมพลังจึงสะท้อนผ่านขั้นตอนผู้สูงอายุร่วมคิด ร่วมตัดสินใจกำหนดอาชีพของตนเอง ก่อนเข้าสู่การพัฒนาความรู้และการปฏิบัติจริง

3. แนวคิดการพึ่งตนเอง

การพึ่งตนเองของผู้สูงอายุ หมายถึง ความสามารถในการจัดการชีวิตประจำวันและใช้ทรัพยากรหรือศักยภาพที่มีอยู่เพื่อดำรงชีวิตได้ตามความเหมาะสม ครอบคลุมทั้งสุขภาพ เศรษฐกิจ การดำเนินชีวิต และความสัมพันธ์ทางสังคม แนวคิดนี้หมายถึงการที่ผู้สูงอายุรักษาความสามารถในการตัดสินใจและจัดการชีวิตของตนให้มากที่สุดตามสภาพของแต่ละบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการสูงวัยอย่างมีสุขภาวะ (Healthy Ageing) ที่พิจารณาความสามารถของบุคคลร่วมกับสภาพแวดล้อมและการสนับสนุนที่ได้รับ (WHO, 2020) การพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจมีความสำคัญโดยเฉพาะผู้สูงอายุวัยต้นที่ยังสามารถทำงานได้ ข้อมูลจากการศึกษาด้านแรงงานสูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุจำนวนหนึ่งยังคงทำงานเนื่องจากสุขภาพแข็งแรงและต้องการรายได้สำหรับตนเองหรือครอบครัว และผู้สูงอายุ 60–69 ปี เป็นกลุ่มที่มีศักยภาพในการทำงานค่อนข้างสูง (สิริพรพงศ์หิรัญสกุล และคณะ, 2567) ดังนั้น การศึกษาค้นคว้าจึงพิจารณาการพึ่งตนเองทั้งจาก สภาพความเป็นอยู่ ความสามารถในการประกอบอาชีพ การสร้างรายได้ การจัดการทางการเงิน สุขภาพ และความสามารถในการใช้เทคโนโลยีที่จำเป็นต่อชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ

4. ทฤษฎีกิจกรรมของผู้สูงอายุ

ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) ของ Havighurst และ Albrecht (1953) เสนอว่าการคงบทบาทและการเข้าร่วมกิจกรรมที่มีความหมายมีส่วนต่อความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเมื่อบทบาทบางอย่างลดลงจากการเกษียณหรือการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ผู้สูงอายุสามารถทดแทนด้วยกิจกรรมและบทบาทใหม่ที่เหมาะสมกับตน แนวคิดนี้จึงให้ความสำคัญกับการคงความกระตือรือร้นและการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม มากกว่าการถอนตัวออกจากกิจกรรมตามอายุ ประกอบกับหลักฐานร่วมสมัยที่สนับสนุนความสัมพันธ์ระหว่างการทำกิจกรรมกับสุขภาวะของผู้สูงอายุระบุว่า การเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนาแน่นและการมีส่วนร่วมทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความเป็นอยู่ที่ดีและการสูงวัยที่ประสบความสำเร็จ (Shen et al., 2024) สำหรับงานวิจัยนี้ การทำงาน การประกอบอาชีพ การเรียนรู้ การทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น และการช่วยเหลือสังคมจึงถือเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้สูงอายุยังคงใช้ความรู้ ประสบการณ์ และบทบาทของตน ภายใต้เงื่อนไขว่ากิจกรรมนั้นเหมาะสมกับความสามารถและความสนใจของผู้สูงอายุ

5. แนวคิดการสร้างอาชีพและรายได้ของผู้สูงอายุ

การส่งเสริมอาชีพสำหรับผู้สูงอายุควรเริ่มจากศักยภาพ ความสนใจ ประสบการณ์เดิม สุขภาพ และโอกาสทางเศรษฐกิจของแต่ละพื้นที่ การศึกษาของพิรรรายย์ พูลเกิด และคณะ (2567) ได้ระบุแนวทางส่งเสริมอาชีพและรายได้แก่ผู้สูงอายุ ควรประกอบด้วย การพัฒนาทักษะฝีมือ การสนับสนุนการประกอบอาชีพอิสระ การจ้างงาน การตลาดออนไลน์ ตลอดจนการเข้าถึงแหล่งทุน โดยควรคำนึงถึงสภาพร่างกายของผู้สูงอายุด้วย ขณะที่ Pechdin et al. (2024) พบว่า การจ้างงานผู้สูงอายุในประเทศไทยยังต้องอาศัยการจัดงานที่เหมาะสม การจับคู่ทักษะกับงาน และสภาพแวดล้อมที่ลดการเลือกปฏิบัติด้วยเหตุแห่งอายุ ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงนำแนวคิด



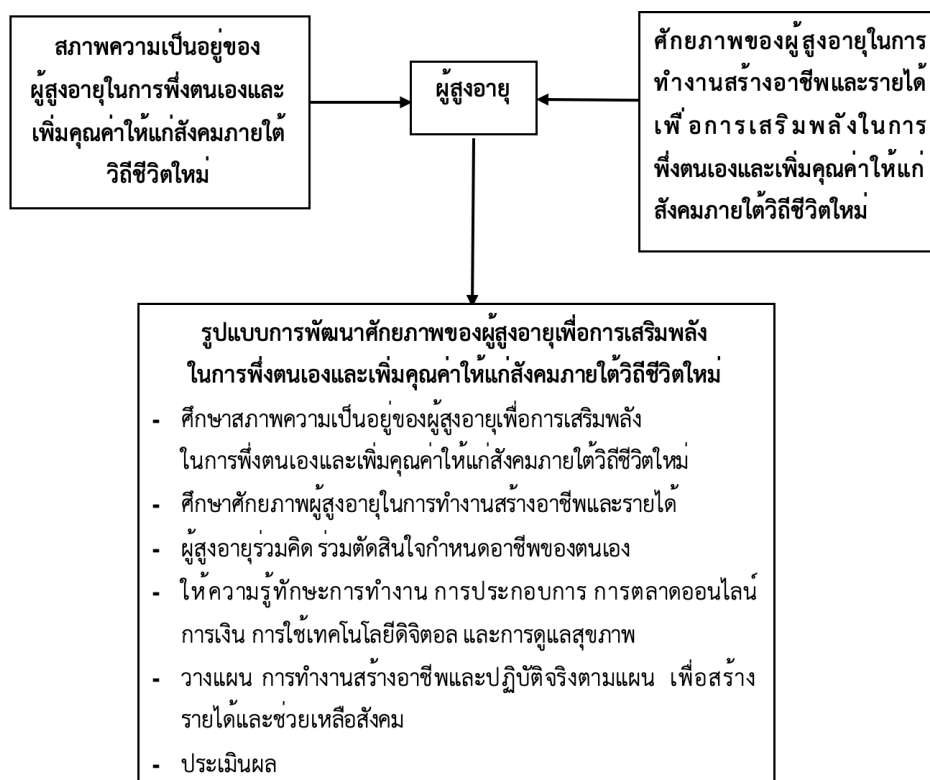
ดังกล่าวมาประยุกต์ใช้กับกรอบวิจัย โดยเริ่มจากการศึกษาศักยภาพของผู้สูงอายุในการทำงานสร้างอาชีพและรายได้ จากนั้นให้ผู้สูงอายุร่วมเลือกอาชีพหรือกิจกรรมที่เหมาะสม พัฒนาทักษะที่จำเป็น วางแผนการทำงาน และทดลองปฏิบัติจริง โดยมุ่งให้เกิดรายได้เพื่อการพึ่งตนเองควบคู่กับการใช้ประสบการณ์และความสามารถในการช่วยเหลือครอบครัว ชุมชน หรือสังคม

6. แนวคิดวิถีชีวิตใหม่

วิถีชีวิตใหม่ในบริบทของผู้สูงอายุเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของสังคมภายหลังสถานการณ์โรคโควิด-19 ประกอบกับการขยายตัวของเทคโนโลยีดิจิทัล ทำให้กิจกรรมหลายด้าน เช่น การสื่อสาร การซื้อขายสินค้า การเงิน การรับข้อมูล และการเข้าถึงบริการสุขภาพ เปลี่ยนมาใช้ระบบออนไลน์มากขึ้น การศึกษาของนารินทร์ จิตรมนตรี และสาวิตรี ทยานศิลป์ (2568) สะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุมีการปรับตัวต่อสถานการณ์วิกฤตผ่านประสบการณ์ชีวิต ความสัมพันธ์ในครอบครัว และการใช้เทคโนโลยีในการติดต่อสื่อสาร อย่างไรก็ตาม การเปลี่ยนผ่านสู่สังคมดิจิทัลยังสร้างข้อจำกัดแก่ผู้สูงอายุบางกลุ่ม Tipayalai et al. (2025) พบช่องว่างด้านทักษะดิจิทัลของผู้สูงอายุไทย ทั้งด้านการค้นหาข้อมูล การสื่อสาร ความปลอดภัย การแก้ปัญหา และความมั่นใจในการใช้งาน โดยระดับการศึกษา รายได้ และการเข้าถึงอุปกรณ์เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถดังกล่าว ดังนั้น การพัฒนาศักยภาพภายใต้วิถีชีวิตใหม่จึงควรเตรียมให้ผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยีเท่าที่จำเป็นต่อการประกอบอาชีพ การตลาดออนไลน์ การเงิน และการดูแลสุขภาพ มากกว่ามุ่งให้ใช้เทคโนโลยีโดยไม่มีเป้าหมายที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิต

กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยกำหนดกรอบแนวคิดโดยเริ่มจากการศึกษาผู้สูงอายุในสองส่วน ได้แก่ 1) สภาพความเป็นอยู่ในการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่ และ 2) ศักยภาพในการทำงาน สร้างอาชีพและรายได้ ข้อมูลทั้งสองส่วนใช้เป็นฐานในการพัฒนารูปแบบที่ให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วม ตั้งแต่การคิดและตัดสินใจเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง แล้วเสริมความรู้และทักษะด้านการทำงาน การประกอบการ การตลาดออนไลน์ การเงิน เทคโนโลยีดิจิทัล และการดูแลสุขภาพ ก่อนนำไปสู่การวางแผน และทดลองประกอบอาชีพจริง จากนั้น จึงประเมินผลการพัฒนาด้านความสามารถในการพึ่งตนเอง การสร้างรายได้ และการใช้ศักยภาพเพื่อมีส่วนร่วมและสร้างคุณค่าแก่สังคม แนวทางดังกล่าวเชื่อมแนวคิดการพัฒนา ศักยภาพ การเสริมพลัง การพึ่งตนเอง และทฤษฎีกิจกรรมเข้ากับกระบวนการสร้างอาชีพของผู้สูงอายุภายใต้บริบทการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยเรื่องรูปแบบการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อเสริมพลังการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่ เป็นการวิจัยและพัฒนาโดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเป็นหลัก ร่วมกับการสำรวจและการประเมินผลเชิงปริมาณ กระบวนการวิจัยประกอบด้วยการศึกษาเอกสาร การสำรวจสภาพความเป็นอยู่ การสัมภาษณ์เชิงลึก การสร้างรูปแบบ การวิพากษ์รูปแบบ การทดลองใช้ และการประเมินความพึงพอใจ แบ่งการดำเนินการออกเป็น 4 ระยะ ได้แก่ 1) ศึกษาสภาพความเป็นอยู่และศักยภาพของผู้สูงอายุ 2) สร้างและตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบ 3) ทดลองใช้รูปแบบ และ 4) ประเมินผลรูปแบบ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ สมาชิกชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบุรี โดยเลือกพื้นที่แบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 3 ตำบล จาก 3 อำเภอ ได้แก่ ตำบลตำหรุ อำเภอบ้านลาด ตำบลปากทะเล อำเภอบ้านแหลม และตำบลสองพี่น้อง อำเภอแก่งกระจาน เนื่องจากชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่ดังกล่าวมีการดำเนินกิจกรรมร่วมกัน สมาชิกมีความสนใจในการสร้างอาชีพและรายได้ มีจิตอาสา และมีความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาศักยภาพ

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญและผู้เข้าร่วมทดลองรูปแบบเลือกแบบเจาะจงจากชมรมผู้สูงอายุทั้ง 3 แห่ง แห่งละ 20 คน รวม 60 คน โดยคุณสมบัติสำคัญตามที่กำหนดในการวิจัย ได้แก่ เป็นผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม เป็นสมาชิก

ชมรมผู้สูงอายุ มีความสนใจด้านการทำงานหรือการสร้างอาชีพและรายได้ สามารถเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มได้อย่างสม่ำเสมอ มีจิตอาสาและพร้อมนำผลจากกิจกรรมไปใช้ประโยชน์แก่สมาชิกหรือบุคคลอื่นในชุมชน และสมัครใจเข้าร่วมการวิจัยจนสิ้นสุดกระบวนการ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แบบสำรวจสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ ครอบคลุมด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วม ความมั่นคง และสภาพที่เอื้อต่อการทำงาน 2) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก สำหรับศึกษาศักยภาพ ความรู้ ประสบการณ์ ความสนใจในการทำงาน การสร้างอาชีพและรายได้ รวมถึงปัญหาและความต้องการในการพัฒนา 3) แบบประเมินความเหมาะสมของรูปแบบ สำหรับใช้ประกอบการวิพากษ์รูปแบบก่อนนำไปทดลอง และ 4) แบบบันทึกการสังเกต สำหรับบันทึกพฤติกรรมการมีส่วนร่วมระหว่างการประชุมและการทดลองประกอบอาชีพ

การรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลแบ่งเป็น 4 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 ศึกษาสภาพความเป็นอยู่และศักยภาพของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สำรวจสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุทั้ง 60 คน ในด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วม ความมั่นคง และสภาพที่เอื้อต่อการทำงาน พร้อมสัมภาษณ์เชิงลึกเกี่ยวกับความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ อาชีพเดิม ความสนใจในการสร้างอาชีพและรายได้ รวมทั้งปัญหาและความต้องการในการพัฒนา

ระยะที่ 2 สร้างและตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบ นำข้อมูลจากระยะที่ 1 มาวิเคราะห์และสังเคราะห์เพื่อสร้างรูปแบบการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ จากนั้นนำรูปแบบไปวิพากษ์และประเมินความเหมาะสมก่อนปรับปรุงและนำไปทดลองใช้ รูปแบบที่นำไปใช้ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ศึกษาสภาพความเป็นอยู่ 2) ศึกษาศักยภาพในการทำงานและสร้างรายได้ 3) ให้ผู้สูงอายุร่วมคิดและตัดสินใจเลือกอาชีพ 4) พัฒนาความรู้และทักษะด้านอาชีพ การเงิน และบัญชี 5) ร่วมวางแผนการทำงานเพื่อสร้างรายได้และช่วยเหลือสังคม และ 6) ปฏิบัติจริงตามแผน

ระยะที่ 3 ทดลองใช้รูปแบบ ผู้สูงอายุแต่ละพื้นที่ร่วมกันเลือกกิจกรรมอาชีพที่สัมพันธ์กับทรัพยากรและความถนัดของกลุ่ม ได้แก่ การเพาะและแปรรูปเห็ดภูฐาน การแปรรูปหอยเสียบ และการแปรรูปกล้วยน้ำว้า จากนั้น จัดกิจกรรมฝึกอบรมด้านการผลิตและแปรรูป การทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย การแบ่งบทบาทหน้าที่ การระดมทุน การจัดหาวัสดุอุปกรณ์ การวางแผนการผลิตและการจำหน่าย ก่อนนำแผนไปปฏิบัติจริง ผู้วิจัยใช้การสังเกตและการสัมภาษณ์กลุ่มเพื่อติดตามการมีส่วนร่วม การดำเนินงาน การผลิต การจำหน่าย และรายได้ของแต่ละกลุ่ม

ระยะที่ 4 ประเมินผลรูปแบบ ภายหลังการทดลอง ผู้วิจัยติดตามผลการดำเนินงานของผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่มด้วยการสังเกต การสัมภาษณ์กลุ่ม และการตรวจสอบข้อมูลจากการดำเนินกิจกรรมจริง โดยประเมินการมีส่วนร่วม การนำความรู้และทักษะไปใช้ การบริหารจัดการกลุ่ม การผลิตและจำหน่ายผลิตภัณฑ์

การเกิดรายได้ ตลอดจนปัญหาและข้อจำกัดที่เกิดขึ้น แล้วนำข้อมูลมาเปรียบเทียบกับแผนการดำเนินงานของแต่ละกลุ่มเพื่อสรุปผลการทดลองใช้รูปแบบ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการศึกษาเอกสาร การสัมภาษณ์เชิงลึก การสัมภาษณ์กลุ่ม การสังเกต และการดำเนินกิจกรรม วิเคราะห์ด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยจัดระเบียบข้อมูลตามวัตถุประสงค์ จำแนกและจัดหมวดหมู่ประเด็น เปรียบเทียบข้อมูลของผู้สูงอายุและทั้ง 3 พื้นที่ ทัศนคติความสัมพันธ์ของข้อมูล และสังเคราะห์เป็นข้อค้นพบเกี่ยวกับสภาพความเป็นอยู่ ศักยภาพ กระบวนการพัฒนา และผลจากการทดลองใช้รูปแบบ จากนั้นนำเสนอผลในลักษณะการพรรณนาเชิงวิเคราะห์

ผลการวิจัย

1. สภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่

จากการสำรวจผู้สูงอายุจำนวน 60 คน ในพื้นที่ตำบลตำหรุ อำเภอบ้านลาด ตำบลปากทะเล อำเภอบ้านแหลม และตำบลสองพี่น้อง อำเภอกำแพงกระเจาน จังหวัดเพชรบุรี พบว่าสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุสามารถสรุปได้ 4 ด้าน ได้แก่ สุขภาพ การมีส่วนร่วม ความมั่นคง และสภาพที่เอื้อต่อการทำงาน ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 สภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคม

ด้าน	ผลการศึกษา
สุขภาพ	ผู้สูงอายุร้อยละ 93.30 สามารถทำกิจวัตรประจำวันด้วยตนเอง และร้อยละ 93.30 รับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์เป็นประจำ ร้อยละ 91.70 ตรวจสุขภาพประจำปี และร้อยละ 90.00 ออกกำลังกายอย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์ อย่างไรก็ตาม พบร้อยละ 45.00 มีปัญหาสายตาพาราเมว และร้อยละ 31.70 มีความสามารถในการได้ยินลดลง
การมีส่วนร่วม	ผู้สูงอายุร้อยละ 80.00 เข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนอย่างสม่ำเสมอ และผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังสามารถช่วยเหลือเกื้อหนุนครอบครัวด้านการเงินได้ ขณะเดียวกัน ร้อยละ 83.30 ไม่รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่าหรือไม่เป็นประโยชน์ต่อชุมชน และร้อยละ 80.00 ไม่รู้สึกเหงาหรือโดดเดี่ยวจากการไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม
ความมั่นคง	ผู้สูงอายุร้อยละ 76.70 ยังคงทำงานหารายได้ตามกำลังความสามารถ ร้อยละ 81.70 มีรายได้เพียงพอต่อการดำรงชีวิต ร้อยละ 83.30 เป็นเจ้าของบ้านที่อาศัยอยู่ และร้อยละ 90.00 สามารถจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านได้ด้วยตนเอง อย่างไรก็ตาม ร้อยละ 41.70 เห็นว่าอาชีพที่ทำให้ผลตอบแทนน้อยและไม่เพียงพอต่อการดำรงชีวิต



ด้าน	ผลการศึกษา
สภาพที่เอื้อต่อการทำงาน	ผู้สูงอายุร้อยละ 65.00 ใช้สมาร์ตโฟนในการสื่อสาร และร้อยละ 50.00 สามารถใช้ Line, Facebook, TikTok หรือช่องทางซื้อขายออนไลน์ได้ ร้อยละ 65.00 พร้อมเรียนรู้เทคโนโลยีใหม่ และร้อยละ 73.30 ยินดีเรียนรู้การใช้แอปพลิเคชันหากมีผู้แนะนำ ขณะเดียวกัน ร้อยละ 51.70 ระบุว่ายังขาดความรู้ในการใช้สมาร์ตโฟนเนื่องจากไม่มีผู้ให้คำแนะนำ

ผลการสำรวจสะท้อนว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังสามารถดูแลตนเอง มีสุขภาพที่เอื้อต่อการทำกิจกรรม มีส่วนร่วมกับครอบครัวและชุมชน และยังคงทำงานสร้างรายได้ตามกำลังความสามารถ จึงมีพื้นฐานสำหรับการพัฒนาศักยภาพด้านอาชีพต่อไป ประเด็นที่ควรได้รับการพัฒนาเพิ่มเติมคือ ผลตอบแทนจากอาชีพที่ยังไม่เพียงพอในผู้สูงอายุบางส่วน ตลอดจนความรู้และทักษะในการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการสื่อสารและการประกอบอาชีพ

2. ศักยภาพของผู้สูงอายุในการทำงาน สร้างอาชีพ และรายได้เพื่อการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคม

ผลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้สูงอายุจำนวน 60 คนจากชมรมผู้สูงอายุ 3 แห่ง พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังคงประกอบอาชีพ และบางส่วนประกอบอาชีพมากกว่าหนึ่งอาชีพควบคู่กัน ผู้สูงอายุมีความรู้และประสบการณ์จากอาชีพเดิม มีความพร้อมที่จะเรียนรู้ทักษะเพิ่มเติม และสนใจประกอบอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ นอกจากนี้ ผู้เข้าร่วมยังแสดงความตั้งใจที่จะนำส่วนหนึ่งของผลจากการทำกิจกรรมไปช่วยเหลือผู้สูงอายุผู้ด้อยโอกาส และกลุ่มเปราะบางในชุมชน เมื่อเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุแต่ละพื้นที่ร่วมคิดและร่วมตัดสินใจเลือกอาชีพ พบว่าแต่ละกลุ่มเลือกกิจกรรมที่สัมพันธ์กับทรัพยากร ประสบการณ์ และภูมิปัญญาที่มีอยู่ในพื้นที่ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ศักยภาพ ความต้องการ และอาชีพที่ผู้สูงอายุร่วมกันเลือก

พื้นที่	อาชีพ/กิจกรรมที่เลือก	ศักยภาพและเหตุผลในการเลือก	ความต้องการพัฒนา
ตำบลตำรุ	เพาะเห็ดภูฐานและแปรรูปเป็นเห็ดสามรสและน้ำพริกเห็ด	สมาชิกบางคนมีประสบการณ์ในการเพาะเห็ด มีความรู้ที่สามารถถ่ายทอดให้สมาชิก และมีช่องทางจำหน่าย การแปรรูปช่วยรองรับช่วงที่เห็ดมีผลผลิตมากและราคาต่ำ	ความรู้ด้านการแปรรูปเห็ด การทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย รวมทั้งการสนับสนุนวัสดุและอุปกรณ์

พื้นที่	อาชีพ/กิจกรรมที่เลือก	ศักยภาพและเหตุผลในการเลือก	ความต้องการพัฒนา
ตำบลปากทะเล	แปรรูปหอยเสียบเป็นหอยเสียบหวานและหอยเสียบสามรส	ชุมชนมีวัตถุดิบและมีผู้รู้ด้าน การแปรรูปที่พร้อมถ่ายทอดความรู้ การแปรรูปช่วยเพิ่มมูลค่าในช่วงที่หอยเสียบมีปริมาณมากและราคาลดลง	ความรู้ด้านการแปรรูปผลิตภัณฑ์และการทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย
ตำบลสองพี่น้อง	แปรรูปกล้วยน้ำว้าเป็นกล้วยฉาบหวานและกล้วยฉาบเค็ม	ในพื้นที่มีการปลูกกล้วยน้ำว้าจำนวนมากและมีผลผลิตเหลือในบางช่วง การนำมาแปรรูปช่วยเพิ่มมูลค่าให้วัตถุดิบของชุมชน	ความรู้ด้านการแปรรูป การทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย และช่องทางตลาดสำหรับผลิตภัณฑ์

ผลดังกล่าวแสดงให้เห็นศักยภาพของผู้สูงอายุ 3 ประการ คือ ศักยภาพจากความรู้และประสบการณ์เดิม ความพร้อมในการเรียนรู้และพัฒนาทักษะใหม่ และความสามารถในการใช้ทรัพยากรของชุมชนมาพัฒนาเป็นอาชีพ การเลือกอาชีพของแต่ละกลุ่มเกิดจากการตัดสินใจของผู้สูงอายุเองและมีความสัมพันธ์กับวัตถุดิบหรือทุนเดิมของพื้นที่ ได้แก่ เห็ดภูฐาน หอยเสียบ และกล้วยน้ำว้า ขณะเดียวกัน ทั้ง 3 กลุ่มมีความต้องการร่วมกันในเรื่องความรู้ด้านการผลิตหรือแปรรูปและการจัดทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย ส่วนความต้องการเฉพาะพื้นที่ ได้แก่ การสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ของกลุ่มตำบลตำหรุ และการพัฒนาช่องทางตลาดของกลุ่มตำบลสองพี่น้อง

3. รูปแบบการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อเสริมพลังการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่

จากผลการศึกษาสภาพความเป็นอยู่และศักยภาพของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยนำข้อมูลมาสังเคราะห์และพัฒนาเป็นรูปแบบการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ โดยให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ การใช้ศักยภาพและทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน และการพัฒนาความรู้ที่จำเป็นต่อการประกอบอาชีพ รูปแบบที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 รูปแบบการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อเสริมพลังการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคม

ขั้นตอน	กระบวนการ
1. ศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ	ศึกษาด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วม ความมั่นคง และสภาพที่เอื้อต่อการทำงาน เพื่อพิจารณาความพร้อมและข้อจำกัดของผู้สูงอายุ
2. ศึกษาศักยภาพในการทำงานสร้างอาชีพและรายได้	ศึกษาความรู้ ทักษะ ประสบการณ์เดิม ความสนใจ และความพร้อมในการเรียนรู้หรือประกอบอาชีพ



ขั้นตอน	กระบวนการ
3. ผู้สูงอายุร่วมคิดและรวม ตัดสินใจกำหนดอาชีพ	เปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละกลุ่มร่วมกันเลือกกิจกรรมอาชีพให้เหมาะสมกับความถนัด วัตถุดิบ และทรัพยากรของชุมชน
4. พัฒนาความรู้และทักษะที่ จำเป็น	ฝึกอบรมด้านทักษะอาชีพ การแปรรูปผลิตภัณฑ์ การบริหารเงิน และการจัดทำ บัญชีรายรับ-รายจ่าย
5. วางแผนการทำงาน สร้าง รายได้และช่วยเหลือสังคม	วางแผนด้านบุคลากร เงินทุน วัสดุอุปกรณ์ การผลิต และช่องทางจำหน่าย พร้อม กำหนดบทบาทหน้าที่ของสมาชิก
6. ปฏิบัติจริงตามแผน	สมาชิกดำเนินกิจกรรมอาชีพตามแผน ติดตามการผลิต การจำหน่าย รายได้ และ การดำเนินงานของกลุ่ม

การดำเนินงานตามรูปแบบเริ่มจากการให้ผู้สูงอายุประเมินสภาพและศักยภาพของตนเอง ก่อนเข้าสู่กระบวนการร่วมคิดและตัดสินใจเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับบริบทของแต่ละพื้นที่ ผลจากการประชุมกลุ่มพบว่า ผู้สูงอายุทั้ง 3 พื้นที่เลือกกิจกรรมแตกต่างกันตามทรัพยากรและประสบการณ์ของชุมชน ได้แก่ การเพาะและแปรรูปเห็ดภูฐาน การแปรรูปหอยเสียบ และการแปรรูปกล้วยน้ำว้า จากนั้นจึงพัฒนาความรู้ด้านการผลิต การแปรรูป และการจัดทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย ก่อนนำไปสู่การวางแผนและทดลองดำเนินกิจกรรมจริง

ในขั้นวางแผน สมาชิกแต่ละกลุ่มร่วมกันกำหนดโครงสร้างการทำงาน แบ่งหน้าที่ด้านการบริหาร การผลิต การจำหน่าย การเงินและบัญชี รวมถึงร่วมกันระดมทุนตั้งต้นและพิจารณาการใช้วัสดุอุปกรณ์ที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ ผู้สูงอายุยังให้ความสำคัญกับคุณภาพและความสะอาดของผลิตภัณฑ์ รวมทั้งวางแผนช่องทางจำหน่ายทั้งภายในชุมชน ตลาดนัด และช่องทางออนไลน์ในระยะต่อไป ผลดังกล่าวสะท้อนว่า รูปแบบที่พัฒนาขึ้นมีลักษณะเป็นกระบวนการที่เริ่มจากการรู้สภาพและศักยภาพของตน การมีส่วนร่วมตัดสินใจ การพัฒนาทักษะ การวางแผน และการลงมือปฏิบัติจริง ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุมีบทบาทในการกำหนดแนวทางการประกอบอาชีพของตนเอง และสามารถเชื่อมโยงทุนเดิมของชุมชนเข้ากับการสร้างรายได้

4. ผลการทดลองและประเมินรูปแบบการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อการเสริมพลังการพึ่งตนเองและเพิ่มคุณค่าให้แก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่

ผลการทดลองใช้รูปแบบกับผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม พบว่า สมาชิกสามารถดำเนินกิจกรรมตามแผนได้ ในระยะเริ่มต้น โดยมีการจัดตั้งกลุ่ม แบ่งบทบาทหน้าที่ ระดมทุน จัดหาวัสดุอุปกรณ์ ฝึกทักษะการผลิต และทดลองจำหน่ายผลิตภัณฑ์ ผลการสังเกตระหว่างการฝึกอบรมพบว่า ผู้สูงอายุให้ความสนใจ มีส่วนร่วมในการซักถาม แสดงความคิดเห็น และฝึกปฏิบัติร่วมกัน สามารถนำความรู้เกี่ยวกับการประกอบอาชีพและการทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายไปใช้ในการดำเนินงานของกลุ่มได้ เมื่อพิจารณาผลการดำเนินงานในแต่ละพื้นที่พบว่า ทั้ง 3 กลุ่มสามารถจัดโครงสร้างการบริหารและแบ่งหน้าที่สมาชิกได้ตามแผน มีการระดมทุนของสมาชิก และใช้ทรัพยากรที่มีอยู่เดิมเพื่อลดต้นทุน ตลอดจนได้รับการสนับสนุนจากเครือข่ายภายนอกบางส่วน ในด้านการผลิต สมาชิกมีส่วนร่วมในการทำงานและสามารถทดแทนหน้าที่กันเมื่อสมาชิกบางคนไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ แสดงให้เห็นถึงการทำงานร่วมกันภายในกลุ่ม

ตารางที่ 4 สรุปผลการทดลองรูปแบบ

ประเด็น	ผลการทดลอง
การมีส่วนร่วม	ผู้สูงอายุร่วมคิด ตัดสินใจ แบ่งบทบาทหน้าที่ และร่วมดำเนินกิจกรรมของกลุ่ม
การพัฒนาทักษะ	ผู้สูงอายุได้รับทักษะด้านอาชีพ การแปรรูปผลิตภัณฑ์ และการทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย
การบริหารกลุ่ม	ทั้ง 3 พื้นที่สามารถจัดตั้งกลุ่ม แบ่งหน้าที่ และกำหนดโครงสร้างการบริหารได้
เงินทุนและทรัพยากร	มีการระดมทุนจากสมาชิก ใช้วัสดุเดิมที่มีอยู่ และได้รับการสนับสนุนจากภายนอกบางส่วน
การผลิตและจำหน่าย	เริ่มผลิตและจำหน่ายได้จริง แต่ยังอยู่ในระยะเริ่มต้นและปริมาณผลผลิตบางกลุ่มยังจำกัด
การสร้างรายได้	เริ่มมีรายได้จากกิจกรรม แต่ส่วนใหญ่ยังใช้เป็นทุนหมุนเวียน
การช่วยเหลือสังคม	ยังไม่เกิดผลในระยะทดลอง เนื่องจากรายได้ยังไม่เพียงพอ แต่ทุกกลุ่มมีแผนดำเนินการเมื่อมีรายได้เพิ่มขึ้น

อย่างไรก็ตาม การทดลองมีข้อจำกัดคืออยู่ในระยะเริ่มต้น ผลผลิตของบางกลุ่มยังมีจำนวนไม่มากพอสำหรับขยายช่องทางการจำหน่ายตามที่วางแผนไว้ ตัวอย่างเช่น กลุ่มเพาะเห็ดมีผลผลิตจำหน่ายเป็นเห็ดสดได้ทั้งหมด จึงยังไม่มีวัตถุดิบเพียงพอสำหรับการแปรรูปในปริมาณมาก ส่วนการนำรายได้ไปช่วยเหลือผู้สูงอายุติดเตียงหรือกลุ่มเปราะบางยังไม่เกิดขึ้นในช่วงทดลอง เนื่องจากรายได้ส่วนใหญ่ยังต้องนำกลับมาใช้เป็นเงินทุนหมุนเวียนของกลุ่ม ดังนั้น ผลที่เกิดขึ้นในระยะนี้จึงสะท้อนความสำเร็จด้านการรวมกลุ่ม การพัฒนาทักษะ การจัดระบบการทำงาน และการเริ่มต้นสร้างรายได้ มากกว่าผลด้านรายได้ระยะยาวหรือการช่วยเหลือสังคมอย่างเต็มรูปแบบ

อภิปรายผล

1. สภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคมภายใต้วิถีชีวิตใหม่ ผลการวิจัยสะท้อนว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมการศึกษาส่วนใหญ่ยังมีความพร้อมต่อการดำเนินชีวิตและการทำกิจกรรมทั้งด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วมกับครอบครัวและชุมชน และการทำงานหารายได้ ขณะเดียวกันยังพบข้อจำกัดตามวัย โดยเฉพาะการมองเห็น การได้ยิน ผลตอบแทนจากอาชีพ และทักษะการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ลักษณะดังกล่าวอธิบายได้จากกลุ่มตัวอย่างของการศึกษาที่เป็นผู้สูงอายุติดสังคมและเป็นสมาชิกชมรม จึงยังสามารถทำกิจวัตร เข้าร่วมกิจกรรม และรักษาบทบาททางสังคมได้ค่อนข้างดี ข้อค้นพบนี้สอดคล้องกับ Thaithatkul et al. (2022) ที่พบว่าผู้สูงอายุที่ยังทำกิจกรรมนอกบ้านและมีความคล่องตัวในการดำเนินชีวิต มีความเป็นอยู่ที่ดีสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ค่อยทำกิจกรรม และสอดคล้องกับ Ong-Artborirak et al. (2023) ซึ่งพบว่า ความรอบรู้ด้านสุขภาพและการรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุไทย อย่างไรก็ตาม การที่ผู้สูงอายุบางส่วนยังมีข้อจำกัดด้านดิจิทัลแสดงให้เห็นว่า ความพร้อมในการพึ่งตนเองในปัจจุบันไม่ได้ขึ้นอยู่กับสุขภาพและรายได้เท่านั้น แต่รวมถึงความสามารถในการเข้าถึงข้อมูล

การสื่อสาร และบริการทางการเงินด้วย โดย Bui และ Luong (2023) พบว่าเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารมีส่วนต่อการเข้าถึงบริการทางการเงินของผู้สูงอายุไทย ดังนั้น การพัฒนาผู้สูงอายุในชุมชนควรใช้ศักยภาพที่ยังมีอยู่เป็นฐาน พร้อมเสริมทักษะเฉพาะด้านที่เป็นข้อจำกัด ไม่ควรมองผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่มีความต้องการหรือความสามารถเหมือนกันทั้งหมด

2. ศักยภาพของผู้สูงอายุในการทำงาน สร้างอาชีพ และรายได้ มีข้อค้นพบสำคัญคือ ผู้สูงอายุยังมีทุนเดิมจากความรู้ ประสบการณ์อาชีพ และความสัมพันธ์ภายในชุมชน และสามารถนำทุนดังกล่าวมาพัฒนาเป็นอาชีพเสริมได้เมื่อกิจกรรมสอดคล้องกับความถนัดและทรัพยากรในพื้นที่ การที่แต่ละกลุ่มเลือกอาชีพแตกต่างกัน ทั้งการเพาะและแปรรูปเห็ด การแปรรูปหอยเสียบ และกล้วยน้ำว้า จึงสะท้อนว่าการส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุควรเริ่มจากการค้นหาศักยภาพและต้นทุนของชุมชน ไม่ควรกำหนดกิจกรรมแบบเดียวกันทุกพื้นที่ ข้อค้นพบนี้สอดคล้องกับ พิลรรยาห์ พูลเกิด และคณะ (2567) ซึ่งพบว่าแนวทางส่งเสริมอาชีพและรายได้แก่ผู้สูงอายุควรคำนึงถึงสุขภาพ การพัฒนาทักษะ โอกาสในการทำงาน และการเข้าถึงเงินทุน รวมถึงสิริพร พงศ์ศิริฤสกุล และคณะ (2567) ที่เสนอว่า การดำรงผู้สูงอายุไว้ในตลาดแรงงานจำเป็นต้องจัดลักษณะงานให้เหมาะสมกับสภาพร่างกาย และพัฒนาทักษะด้านเทคโนโลยี การปรับตัว การเรียนรู้ และการดูแลสุขภาพควบคู่กัน ในระดับต่างประเทศและบริบทการจ้างงานไทย Pechdin et al. (2025) ชี้ให้เห็นว่าสภาพแวดล้อมและระบบสนับสนุนมีส่วนต่อโอกาสในการทำงานของผู้สูงอายุ นัยสำคัญของผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จึงอยู่ที่การเปลี่ยนจากการจัดอาชีพให้ผู้สูงอายุไปสู่การพัฒนาอาชีพร่วมกับผู้สูงอายุ โดยใช้ประสบการณ์เดิม ความต้องการ และทรัพยากรของพื้นที่เป็นจุดตั้งต้น

3. รูปแบบการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุที่สร้างขึ้นมีจุดสำคัญอยู่ที่กระบวนการต่อเนื่องตั้งแต่การศึกษาสภาพและศักยภาพ การให้ผู้สูงอายุร่วมเลือกอาชีพ การเสริมความรู้และทักษะ การวางแผน และการลงมือปฏิบัติจริง ลำดับดังกล่าวทำให้ผู้สูงอายุไม่ได้อยู่ในฐานะผู้รับการฝึกอบรมเพียงฝ่ายเดียว แต่มีส่วนร่วมกำหนดกิจกรรมและตัดสินใจเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการทำงานของตนเอง จึงสอดคล้องกับแนวคิดการเสริมพลังที่ให้ความสำคัญกับการเพิ่มความสามารถในการตัดสินใจและจัดการชีวิตของบุคคล เช่นเดียวกับการศึกษาของสุวิมลรัตน์ รอดรู้เจน และคณะ (2565) พบว่า โปรแกรมเสริมพลังที่ใช้การมีส่วนร่วมของชุมชนสามารถเพิ่มความสามารถในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุได้ แม้บริบทของงานดังกล่าวจะเน้นการป้องกันการหล่มแต่กลไกสำคัญเหมือนกัน คือ การให้ความรู้ควบคู่กับการฝึกปฏิบัติ การสนับสนุนจากคนในชุมชน และการให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกระบวนการ นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับทฤษฎีกิจกรรมของผู้สูงอายุที่มองว่าการคงบทบาทและทำกิจกรรมที่มีความหมายช่วยให้ผู้สูงอายุรักษาความสัมพันธ์กับสังคม ซึ่งผลของ Thaithatkul et al. (2022) ยังพบว่าผู้สูงอายุที่ยังคงทำกิจกรรมมีระดับความเป็นอยู่ที่ดีสูงกว่า ดังนั้น คุณค่าของรูปแบบที่พัฒนาขึ้นจึงเป็นกระบวนการที่ทำให้ผู้สูงอายุได้ใช้ความรู้เดิม เรียนรู้สิ่งใหม่ ทำงานร่วมกัน และมีบทบาทในการกำหนดการดำเนินงานของกลุ่ม

4. ผลการทดลองใช้และประเมินรูปแบบแสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่มสามารถนำรูปแบบไปดำเนินการได้จริงในระดับเริ่มต้น ทั้งการแบ่งหน้าที่ การรวมทุน การใช้ทรัพยากรในพื้นที่ การผลิต และการเริ่มจำหน่ายสินค้า อาจเป็นผลจากรูปแบบเริ่มต้นจากกิจกรรมที่สมาชิกเลือกเองและมีพื้นฐานจากทรัพยากรหรือประสบการณ์ที่มีอยู่แล้ว จึงลดช่องว่างระหว่างการฝึกอบรมกับการนำไปปฏิบัติ ข้อค้นพบนี้ใกล้เคียงกับแสงจิตต์ ไต่แสง และพรชวรณ สุขสมวัฒน์ (2567) ที่พบว่า การพัฒนากลุ่มอาชีพในชุมชนต้องพิจารณาทั้งทักษะของสมาชิก ตลาด เงินทุน การแบ่งหน้าที่ และการวางระบบติดตามการทำงานควบคู่กัน ขณะเดียวกันผลการทดลองครั้งนี้ยังพบข้อจำกัดที่สำคัญ คือ ผลผลิตและรายได้ยังอยู่ในระยะเริ่มต้น และยังไม่สามารถนำรายได้ไปช่วยเหลือกลุ่มเปราะบางได้ตามเป้าหมาย ซึ่งต่างจากผลลัพธ์ที่อาจคาดหวังจากการสร้างอาชีพในระยะยาว ประเด็นนี้ทำให้เห็นว่าความสำเร็จของรูปแบบไม่ควรวัดจากการจัดตั้งกลุ่มหรือการผ่านการฝึกอบรมเท่านั้น แต่ต้องติดตามความต่อเนื่องของการผลิต ตลาด รายได้ และความสามารถในการบริหารกลุ่มในระยะต่อไป นอกจากนี้ งานของ พิรรรยาห์ พูลเกิด และคณะ (2567) ได้บ่งชี้ว่า การสร้างรายได้แก่ผู้สูงอายุยังต้องอาศัยการสนับสนุนด้านแหล่งทุนและโอกาสการทำงาน ดังนั้น ผลการทดลองครั้งนี้จึงสนับสนุนความเป็นไปได้ของรูปแบบในระดับชุมชนมากกว่าจะยืนยันประสิทธิภาพด้านรายได้หรือความมั่นคงทางเศรษฐกิจในระยะยาว และควรมีการติดตามผลหลังการทดลองเพื่อประเมินว่ากลุ่มสามารถดำเนินงานต่อเนื่องและบรรลุเป้าหมายด้านการพึ่งตนเองและการสร้างคุณค่าแก่สังคมได้ระดับใด

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุโดยเริ่มจากความถนัด ประสบการณ์เดิม และทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน มากกว่ากำหนดอาชีพจากส่วนกลาง เพื่อให้กิจกรรมสอดคล้องกับบริบทของแต่ละพื้นที่และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง
2. ควรจัดการพัฒนาทักษะให้ผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะ ทักษะการผลิตและแปรรูป การทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย การบริหารต้นทุน การตลาด และการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล เพื่อช่วยให้กลุ่มสามารถบริหารอาชีพและขยายช่องทางจำหน่ายได้ด้วยตนเอง
3. ควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุรวมกลุ่มและมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการตั้งแต่การเลือกอาชีพ การแบ่งหน้าที่ การวางแผนการผลิต การระดมทุน และการจำหน่าย เพราะกระบวนการดังกล่าวช่วยให้สมาชิกมีความเป็นเจ้าของกิจกรรมและสามารถทำงานร่วมกันได้ต่อเนื่อง
4. เนื่องจากผลการทดลองพบว่ากลุ่มผู้สูงอายุสามารถผลิตสินค้าได้ แต่ยังมีข้อจำกัดด้านปริมาณผลผลิตและการขยายตลาด ดังนั้น หน่วยงานภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และเครือข่ายชุมชนควรสนับสนุนช่องทางตลาด เงินทุนหมุนเวียน วัสดุอุปกรณ์ และการเชื่อมโยงกับกลุ่มผู้สูงอายุ วิสาหกิจหรือผู้ประกอบการในพื้นที่

5. ควรมีระบบติดตามผลหลังการพัฒนาหรือทดลองใช้รูปแบบในระยะต่อเนื่อง โดยประเมินทั้งความต่อเนื่องของกลุ่ม รายได้ที่เกิดขึ้นจริง ความสามารถในการพึ่งตนเอง และการนำผลประโยชน์กลับไปช่วยเหลือสมาชิกหรือกลุ่มเปราะบางในชุมชน เพื่อให้เห็นผลของรูปแบบในระยะยาวอย่างชัดเจน

ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

1. การวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบในระยะยาว โดยใช้การวัดก่อนและหลังการพัฒนา และติดตามผลด้านรายได้ การพึ่งตนเอง คุณภาพชีวิต และการมีส่วนร่วมทางสังคม เพื่อให้สามารถประเมินผลของรูปแบบได้ชัดเจนกว่าการติดตามในระยะเริ่มต้น

2. การนำรูปแบบไปทดลองในพื้นที่หรือกลุ่มผู้สูงอายุที่มีบริบทแตกต่างกัน และศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จของรูปแบบ เช่น ชุมชน การสนับสนุนจากหน่วยงาน ภาวะผู้นำของกลุ่ม ทักษะดิจิทัล และช่องทางตลาด เพื่อพัฒนารูปแบบให้สามารถประยุกต์ใช้ได้ในพื้นที่กว้างขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2565). *แผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 3 (พ.ศ. 2566–2580)*. กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- นาริรัตน์ จิตรมนตรี, และสาวิตรี ทยานศิลป์. (2568). ผลกระทบของวิกฤติการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ต่อความอยู่ดีมีสุขของครอบครัว การเผชิญปัญหาของครอบครัว ความเครียด และความสุขของผู้สูงอายุไทยในครอบครัวเปราะบาง และแนวทางการส่งเสริมการดำเนินชีวิตวิถีใหม่. *วารสารสุขภาพและการศึกษาพยาบาล*, 31(2), 112-125.
- พิรธรรยา พูลเกิด, กมลพร กัลยาณมิตร, สติชัย นิยมญาติ, และชีพ เปียदनอก. (2567). การส่งเสริมอาชีพและสร้างรายได้ให้แก่ผู้สูงอายุในเขตโซนกลุ่มกรุงเทพเหนือ กรุงเทพมหานคร. *วารสารสังคมศาสตร์มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย*, 7(1), 115-139.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2567). *การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2567*.
- สิริพร พงศ์ศิริกุล, พชร ฉลาดธัญกิจ, ณรงค์ฤทธิ์ ประสานตรี, กาญจนา จินดานิล, และสุกัญญา ตั้งประเสริฐ. (2567). แนวทางการพัฒนาทักษะแรงงานผู้สูงอายุให้เหมาะสมกับลักษณะงาน. *วารสารนวัตกรรมการบริหารและการจัดการ*, 12(1), 135-147.
- สุวิมลรัตน์ รอบรู้เจน, วัชรพล ทองควั่น, และไพฑูรย์ วุฒิส. (2565). ผลของโปรแกรมการเสริมพลังอำนาจโดยการมีส่วนร่วมของชุมชน ต่อความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อป้องกันการหกล้มของผู้สูงอายุตำบลนาฝาย อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 23(3), 99-109.
- แสงจิตต์ ไต่แสง, และพรชวรณ สุขสมวัฒน์. (2567). แนวทางการส่งเสริมกลุ่มอาชีพผลิตภัณฑ์ในครัวเรือนชุมชนตำบลศาลาลอย อำเภอท่าเรือ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. *วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมการบริหาร*, 7(1), 222-236.

- Bui, M. T. T., & Luong, T. N. O. (2023). Financial inclusion for the elderly in Thailand and the role of information communication technology. *Borsa Istanbul Review*, 23(4), 818–833. doi:10.1016/j.bir.2023.02.003
- Hattapradit, F., Punpuing, S., Tangchonlatip, K., Katewongsa, P., Sawangdee, Y., & Chuanwan, S. (2026). Ageing in place readiness in Thailand: Urban and rural comparison. *BMC Geriatrics*, 26(1), Article 49. doi:10.1186/s12877-025-06864-y
- Ong-Artborirak, P., Seangpraw, K., Boonyathee, S., Auttama, N., & Winaiprasert, P. (2023). Health literacy, self-efficacy, self-care behaviors, and glycemic control among older adults with type 2 diabetes mellitus: A cross-sectional study in Thai communities. *BMC Geriatrics*, 23, 297. <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04010-0>
- Pechdin, W., Asavanirandorn, C., Osatis, C., & Bhuridadtpong, A. (2024). A More Effective Social Protection System for Older Workers: A Case Study of the Older Adult Employment Project in Thailand. *Journal of Population and Social Studies [JPSS]*, 33, 577–595.
- Seangpraw, K., Ong-Artborirak, P., Boonyathee, S., Bootsikeaw, S., Kantow, S., Panta, P., & Winaiprasert, P. (2023). Effect of Health Literacy Intervention on Glycemic Control and Renal Function Among Thai Older Adults at Risk of Type 2 Diabetes Mellitus. *Clin Interv Aging*, 7(18), 1465-1476. doi:10.2147/CIA.S413456.
- Shen, X., Wang, J., Chen, J., Zhang, H., Shen, S., & Zhao, X. (2024). Relationship between participation in leisure activities and the maintenance of successful aging in older Chinese adults: a 4-year longitudinal study. *BMC Geriatr*, 24(1), 989. doi: 10.1186/s12877-024-05574-1.
- Thaithatkul, P., Chalermpong, S., Laosinwattana, W., & Kato, H. (2022). Mobility, activities, and happiness in old age: Case of the elderly in Bangkok. *Case Studies on Transport Policy*, 10(2), 1462–1471. doi:10.1016/j.cstp.2022.05.01
- Tipayalai, K., Chittavimongkhon, N., & Sattayanurak, P. (2025). *Not over the hill: Exploring the digital divide among vulnerable older adults in Thailand* (PIER Discussion Paper No. 234). Puey Ungphakorn Institute for Economic Research.
- World Health Organization, WHO. (2020). *Decade of healthy ageing: Baseline report*.
- Zimmerman, M. A. (2000). Empowerment theory: Psychological, organizational and community levels of analysis. In J. Rappaport & E. Seidman (Eds.), *The handbook of community psychology* (pp. 43–63). Plenum.