

HAPPINESS Model (9 สุขสูงวัย) ตัวแบบความสุขของแรงงานสูงอายุไทย

ปิยะวัฒน์ เจริญศักดิ์¹ ปัทพร สุคนธมาน²

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบความสุขของแรงงานสูงอายุไทย โดยงานวิจัยนี้ใช้รูปแบบวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้เลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญในงานวิจัยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก ได้แก่ กลุ่มแรงงานสูงอายุ จำนวน 20 คน ใช้วิธีการวิเคราะห์แก่นสาระ (thematic analysis)

ผลการวิจัย พบว่า ตัวแบบความสุขของแรงงานสูงอายุไทย (HAPPINESS Model) ประกอบด้วย (1) Health คือ สุขจากการมีสุขภาพกายและจิตที่ดี (2) Attitude คือ สุขจากการมีทัศนคติเชิงบวก (3) Participation คือ สุขจากการมีส่วนร่วมในชุมชนและสังคม (4) Planning คือ สุขจากการวางแผนชีวิต (5) Income คือ สุขจากการมีรายได้ที่เพียงพอ (6) Networking คือ สุขจากการมีเครือข่ายที่ดี (7) Employment คือ สุขจากการมีงานทำ (8) Social-Welfare คือ สุขจากการได้รับสวัสดิการเพื่อการดำรงชีวิต และ (9) Self-Value คือ สุขจากการรู้คุณค่าในตนเอง

คำสำคัญ: ความสุข; แรงงานสูงอายุ; ตัวแบบความสุข

ประเภทบทความ: บทความวิจัย

¹ หลักสูตรศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
254 ถนนพญาไท แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330, ประเทศไทย

ผู้รับผิดชอบบทความ อีเมล: bank.crk@gmail.com

² วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

HAPPINESS Model (9 Elements of Happiness for Older) A Model of Happiness for Thai Older Workers

Piyawat Charoensak¹ Pataporn Sukontamarn²

Abstract

This research article aims to study the happiness patterns of older workers. This research used a qualitative research format (qualitative research). The researcher selected key informants in the research. Using in-depth interviews, including a group of 20 elderly workers, using the thematic analysis method.

Findings are as follows: “HAPPINESS Model” consists of (1) Health, (2) Attitude, (3) Participation, (4) Planning, (5) Income, (6) Networking, (7) Employment, (8) Social-Welfare, and (9) Self-Value.

Keywords: Happiness; Thai Older Workers; HAPPINESS Model

Type of Article: Research Article

¹ Doctor of Philosophy Program in Demography, Chulalongkorn University
254 Phayathai Road, Pathumwan, Bangkok 10330, Thailand
Corresponding Author Email: bank.crk@gmail.com

² College of Population Studies, Chulalongkorn University

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความสุขเป็นอารมณ์และความรู้สึกของบุคคลที่ขึ้นอยู่กับความรู้สึกในขณะนั้นซึ่งจะแตกต่างกันออกไปตามสถานการณ์ (Gray, Thongthai, & Suwannoppakao, 2010) สอดคล้องกับ Oswald (1997) และ Charoensak (2024) ว่าความสุขเป็นผลที่ได้จากการประเมินเฉพาะบุคคล ณ ช่วงเวลาใดช่วงเวลาหนึ่งเท่านั้น ทั้งนี้ จากข้อมูลของ National Statistical Office (2023) พบว่า ระดับความสุขของผู้สูงอายุในประเทศไทยนั้น ผู้สูงอายุประมาณครึ่งหนึ่งประเมินตนเองว่ามีความสุขอยู่ในระดับมาก อยู่ที่ร้อยละ 52.8 และมีความสุขมากที่สุด อยู่ที่ร้อยละ 11.7 เมื่อพิจารณาระดับความสุขของผู้สูงอายุ จำแนกตามภาค พบว่า กรุงเทพมหานครมีผู้สูงอายุที่มีระดับความสุขมากที่สุดสูงกว่าภาคอื่น อยู่ที่ร้อยละ 18.8 รองลงมา คือ ภาคกลางและภาคใต้ อยู่ที่ร้อยละ 13.2 และ 11.5 ตามลำดับ ความสุขไม่เพียงแต่จะเป็นสิ่งที่สะท้อนภาพของการมีความสุขเท่านั้น แต่การศึกษาของ Oswald, Proto, and Sgroi (2015) พบว่า บุคคลที่มีความสุขจะมีประสิทธิภาพในการทำงานเพิ่มมากขึ้นประมาณ ร้อยละ 12 ดังนั้นการที่ผู้สูงอายุมีความสุขก็จะส่งผลต่อการทำงานเพิ่มขึ้นอีกด้วย ซึ่งแน่นอนว่าปัจจุบันประเทศไทยมีแรงงานสูงอายุทั่วประเทศ อยู่ที่ 5,104,721 คน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 38.21 ของประชากรสูงอายุทั้งหมด

ผลของการกลายเป็นสังคมสูงอายุซึ่งควบคู่กับการที่วัยแรงงานลดลง ทำให้ประเทศไทยเริ่มมีการจ้างงานแรงงานสูงอายุเพิ่มขึ้น ทั้งนี้ จากการทบทวนวรรณกรรมในประเด็นต่าง ๆ พบว่า Cheytim, Prasertsuk, and Kerdnaimongkol (2018) ศึกษาเกี่ยวกับความสุขในชีวิต พบว่า การได้ช่วยเหลือผู้อื่นหรือทำประโยชน์ต่อสังคมทำให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตด้วยความสุข Thumcharoen (2012) ศึกษาเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมจะมีความสุขในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม หรือศาสนา Sukontamarn, Asadullah, Photphisutthiphong, and Nguyen (2023) ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ในครอบครัว พบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยกับลูกมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุข Gray, Kramanon, and Thapsuwan (2008) ศึกษาเกี่ยวกับรายได้ การออม และหนี้สิน พบว่า ผู้ที่มีรายได้มากกว่า 100,000 บาทขึ้นไป เป็นผู้ที่มีความสุขมากกว่าผู้มีรายได้น้อยกว่า Charoensak and Sukontamarn (2024) ศึกษาเกี่ยวกับความสุขในการทำงาน พบว่า ผู้สูงอายุที่ทำงานมีแนวโน้มที่จะมีความสุขมากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ทำงาน และ Teeranupattana and Senasu (2021) ศึกษาเกี่ยวกับสุขภาพกาย พบว่า การมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีจะทำให้ระดับความสุขเพิ่มสูงขึ้นตามไปด้วย

ดังนั้นการศึกษาเกี่ยวกับตัวแบบความสุขของแรงงานสูงอายุไทย ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับนิยามความสุขในชีวิต การมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน ความสัมพันธ์ในครอบครัว รายได้ การออม และความสุขในการทำงาน และสุขภาพกาย จะเป็นส่วนสำคัญในการค้นหาตัวแบบที่เหมาะสมกับแรงงานสูงอายุในประเทศไทย เพื่อพัฒนารอบแนวคิดเกี่ยวกับความสุขที่เกิดจากการทำงานของผู้สูงอายุ และนำมาปรับใช้กับนโยบายหรือมาตรการที่ต้องการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุทำงานได้อย่างมีความสุขและสอดคล้องกับบริบทและสถานการณ์ในปัจจุบันของการจ้างงานผู้สูงอายุไทย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษารูปแบบความสุขของแรงงานสูงอายุไทย

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหาและทฤษฎี ศึกษาแบบความสุขของแรงงานสูงอายุไทย โดยผู้วิจัยมีการปรับใช้ผลลัพธ์ที่ได้งานวิจัยเชิงปริมาณ ประกอบด้วย มิติประชากรศาสตร์ มิติด้านเศรษฐกิจ และมิติด้านพฤติกรรมการทำงาน
2. ขอบเขตด้านผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ผู้วิจัยได้เลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญในงานวิจัย โดยแบ่งออกเป็นการใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) กลุ่มแรงงานสูงอายุในประเทศไทย จำนวน 20 คน
3. ขอบเขตด้านระยะเวลา ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยดำเนินการตั้งแต่วันที่ 1 มีนาคม พ.ศ. 2567 ถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2567

ประโยชน์ที่รับจากการวิจัย

เกิดการพัฒนารอบแนวคิดเกี่ยวกับความสุขที่เกิดจากการทำงานของผู้สูงอายุไทย และนำมาปรับใช้กับนโยบายหรือมาตรการที่ต้องการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในประเทศไทยทำงานได้อย่างมีความสุขและสอดคล้องกับบริบทและสถานการณ์ในปัจจุบันของการจ้างงานผู้สูงอายุไทย

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับความสุข

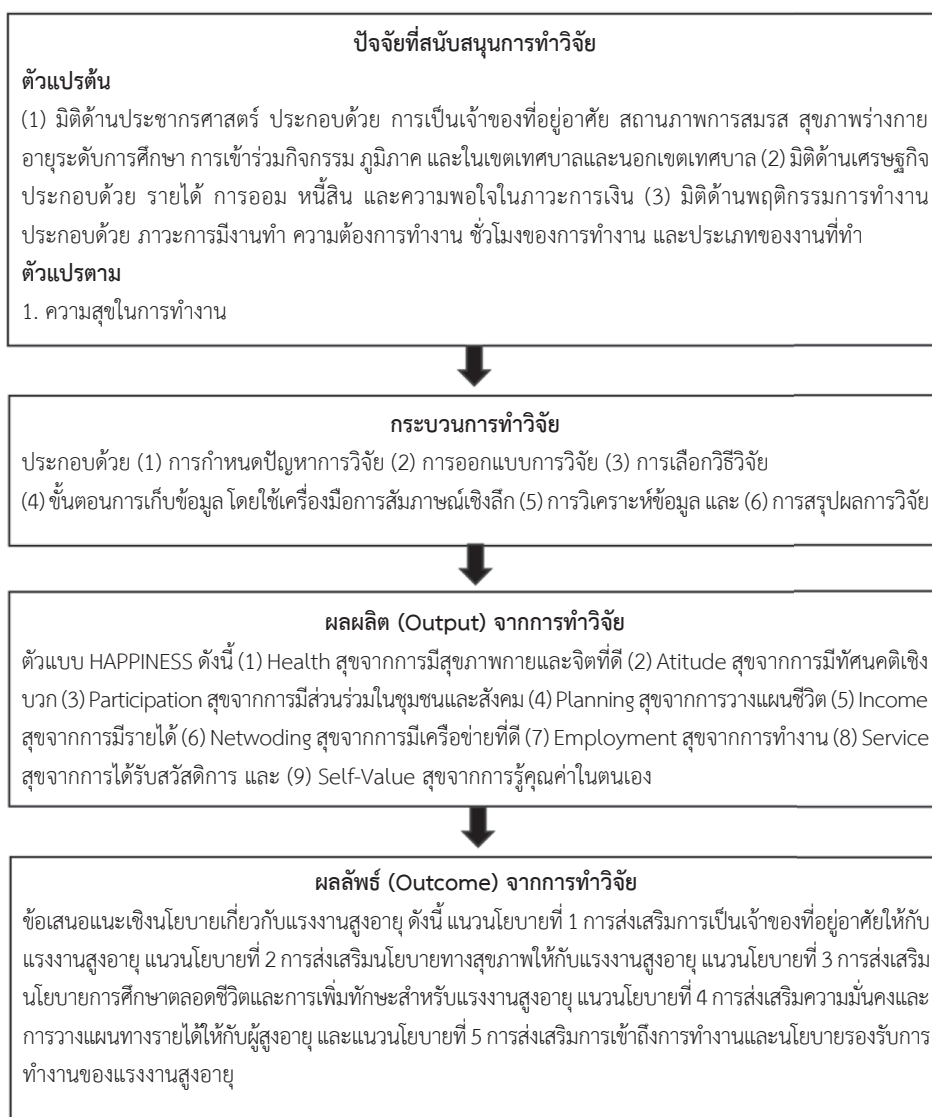
ความสุขในชีวิตเป็นคำที่ถูกให้คำนิยามที่หลากหลาย Gray et al. (2010) อธิบายว่าสำหรับบริบทของประเทศไทย ความสุข หมายถึง อารมณ์และความรู้สึกของบุคคลที่ขึ้นอยู่กับความรู้สึกในขณะนั้นซึ่งจะแตกต่างกันออกไปตามสถานการณ์ ซึ่งนิยามของนักคิดหลายคนก็เป็นไปในทิศทางที่ใกล้เคียงกัน Layard (2005) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง ความรู้สึกที่ดีที่สุด การมีชีวิตที่มีความสุข สนุกสนาน และเป็นความปรารถนาของบุคคลที่อยากจะคงความรู้สึกนั้นไว้ให้ยาวนาน Oswald (1997) กล่าวว่าความสุข หมายถึง การประเมินของบุคคลต่อความชื่นชอบชีวิตโดยรวม ความรู้สึกชอบหรือความรู้สึกพึงพอใจกับชีวิต สอดคล้องไปกับ Charoensak (2024) ก็อธิบายไปในทิศทางเดียวกันว่า ความสุข หมายถึง ภาวะความพึงพอใจต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่งหรือหลายเรื่องรวมกันก็ได้ โดยบุคคลจะทำการประเมินภาวะความพึงพอใจของตนเอง ณ ช่วงเวลาใดช่วงเวลานึงเท่านั้น ความสุขจะเกิดขึ้นและหายไปเมื่อไรก็ได้ขึ้นอยู่กับประเมินตนเองของบุคคลและความสุขจะเป็นเครื่องการันตีความรู้สึกได้เพียงช่วงเวลาประเมินเท่านั้น

องค์ประกอบของความสุข

Charoensak (2024) ให้มุมมองว่า องค์ประกอบของความสุข มี 3 องค์ประกอบ ประกอบด้วย (1) กาย คือ การที่บุคคลจะมีความสุขได้นั้นต้องมีความสุขกายที่แข็งแรงมากพอที่จะสามารถกระทำการได้ตามใจปรารถนา บุคคลจะต้องไม่รู้สึกว่าร่างกายของตนเองเป็นอุปสรรคในการดำรงชีวิต (2) จิต คือ การที่บุคคลมีความสุขใจที่

เข้มแข็ง มีความพร้อมรับมือกับอุปสรรคที่จะกระทบต่อจิตใจ บุคคลต้องมีสภาวะที่สมบูรณ์ทางจิตและยอมรับความปกติและไม่ปกติที่เกิดขึ้น และ (3) สังคม คือ การที่บุคคลมีบุคคลแวดล้อมและสภาพแวดล้อมที่พึงพอใจในการดำรงชีวิต บุคคลสามารถรับมือกับสังคม การเข้าร่วมกิจกรรม การเป็นสมาชิกของสังคมใดสังคมหนึ่งได้อย่างเต็มใจ ซึ่งสอดคล้องไปกับประเด็นทั้ง 6 ประเด็นของการศึกษา คือ การนิยามความสุขในชีวิต การมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน ความสัมพันธ์ในครอบครัว รายได้ การออม และหนี้สิน ความสุขในการทำงาน และสุขภาพกาย

กรอบแนวความคิดที่ใช้ในการวิจัย



ภาพ 1 กรอบแนวความคิดที่ใช้ในการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

1. วิธีการศึกษาและผู้ให้ข้อมูล

การศึกษาเรื่อง HAPPINESS Model ตัวแบบความสุขของแรงงานสูงอายุไทย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) ใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) แบบกึ่งโครงสร้าง (semi-structured interview) โดยผู้ให้ข้อมูล จำนวน 20 คนเป็น ซึ่งเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป และยังทำงานอยู่ในพื้นที่ศึกษา (1) กรุงเทพมหานคร (2) จังหวัดนครศรีธรรมราช (3) จังหวัดชุมพร (4) จังหวัดอุบลราชธานี (5) จังหวัดขอนแก่น (6) จังหวัดนครสวรรค์ (7) จังหวัดลำปาง (8) จังหวัดปทุมธานี และ (9) จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

โดยมีการกำหนดเกณฑ์การเข้าร่วม (inclusion criteria) ดังนี้ (1) เกณฑ์การคัดเลือกพื้นที่ เป็นพื้นที่ที่ได้จากการวิเคราะห์ผลข้อมูลความสุขรายจังหวัดและจำนวนประชากรแรงงานรายจังหวัดของข้อมูลจากการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2564 ของ National Statistical Office (2023) (2) เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มแรงงานผู้สูงอายุไทย เป็นผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ยังทำงานอยู่ในพื้นที่ที่คัดเลือก และสนใจให้สัมภาษณ์เชิง และ (3) เกณฑ์การยุติ คือ ผู้เข้าร่วมการให้ข้อมูลขอถอนตัวจากการเข้าร่วมการวิจัย หรือมีอาการป่วยกะทันหันและไม่สามารถให้ข้อมูลต่อได้

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยใช้ข้อคำถามที่ผ่านการขอจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยมี COA No. 160/67 มีหัวข้อการสัมภาษณ์ ดังนี้ (1) เมื่อพูดถึงคำว่าความสุข ท่านคิดว่าความสุขของท่านหมายถึงอะไร (2) กรุณาเล่าเรื่องเกี่ยวกับการทำงานของท่านในปัจจุบันและการทำงานของท่านในอดีตว่าท่านได้ทำอะไรมาบ้าง (3) ท่านอาศัยอยู่บ้านกับใครบ้างและความสัมพันธ์ของท่านกับครอบครัวเป็นอย่างไร (4) สุขภาพของท่านเป็นอย่างไรบ้าง (5) ท่านเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนเกี่ยวกับอะไรบ้าง (6) รายได้ของท่านมาจากแหล่งใดบ้าง และขอให้ท่านช่วยอธิบายถึงรายจ่ายและการออมของท่านว่าเป็นอย่างไรบ้าง (7) ขอให้ท่านช่วยอธิบายเกี่ยวกับหนี้สินของท่านและหนี้สินในครัวเรือนของท่านว่าเป็นอย่างไรบ้าง (8) ท่านมีความสุขในงานที่ทำมากน้อยแค่ไหน เพราะอะไร และ (9) ท่านมีความคิดเห็นว่าชั่วโมงการทำงานเท่าไรต่อวันที่จะทำให้ท่านมีความสุขและเพราะเหตุใด

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้วิธีการวิเคราะห์ Thematic Analysis ประกอบด้วย 6 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1 ทำความคุ้นเคยกับข้อมูล ระยะที่ 2 การสร้างรหัสเริ่มต้น ระยะที่ 3 ค้นหาหมวดหมู่ ระยะที่ 4 ทบทวนหมวดหมู่ที่เป็นไปได้ ระยะที่ 5 การกำหนดและตั้งชื่อหมวดหมู่ และระยะที่ 6 การจัดทำรายงาน (Braun & Clarke, 2006)

ผลการวิจัย

1. วิเคราะห์ 6 ประเด็นหลัก

การศึกษาเรื่อง HAPPINESS Model ตัวแบบความสุขของแรงงานสูงอายุไทย ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ผลการศึกษา เป็น 6 ประเด็นหลัก ประกอบด้วย (1) ประเด็นนิยามความสุขในชีวิต (2) ประเด็น

การมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน (3) ประเด็นความสัมพันธ์ในครอบครัว (4) ประเด็นรายได้ การออม และหนี้สิน (5) ประเด็นความสุขในการทำงาน และ (6) ประเด็นสุขภาพกาย สามารถอธิบายได้ ดังนี้

1.1 ประเด็นนิยามความสุขในชีวิต

จากการวิเคราะห์ประเด็นนิยามความสุขในชีวิต ผู้วิจัยสรุปประเด็นนิยามความสุขในชีวิต พบว่า แรงงานสูงอายุไทยมีการให้นิยามความสุขในชีวิต โดยแบ่งออกเป็น 9 หมวด มีรายละเอียด ดังนี้ หมวดที่ 1 รายได้และสินทรัพย์ หมายถึง การมีรายได้จากการทำงานในอดีตหรือจากแหล่งรายได้อื่น ๆ และการมีสินทรัพย์ที่เกิดจากการสะสม หมวดที่ 2 ทัศนคติ หมายถึง การมีทัศนคติเชิงบวกต่อการดำเนินชีวิต การไม่คิดมากและไม่คิดอคติต่อสิ่งรอบตัว หมวดที่ 3 ศาสนา หมายถึง การมีความเชื่อและยึดมั่นในหลักคำสอน และการใช้ศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ หมวดที่ 4 ครอบครัว หมายถึง การได้อยู่อาศัยกับครอบครัว ลูก หลาน ญาติ หรือบุคคลที่นับเป็นครอบครัวเดียวกัน หมวดที่ 5 การเป็นตัวของตัวเอง หมายถึง การได้แสดงออกในความเป็นตัวเอง โดยมีความเป็นอิสระในการดำเนินชีวิตโดยไม่ยึดติดกับกรอบต่าง ๆ ของสังคม หมวดที่ 6 การทำงาน หมายถึง การได้มีความสุขในการทำงาน ได้หารายได้ ได้ทำให้ตนเองมีคุณค่าและรู้สึกที่ตนเองมีบทบาทในสังคม หมวดที่ 7 การรู้จักให้ หมายถึง การได้แบ่งปันรายได้ แบ่งปันเรื่องราว และแบ่งปันความสุขกับบุคคลรอบตัวและบุคคลอื่น หมวดที่ 8 สุขภาพ หมายถึง การดูแลสุขภาพทั้งกายและใจ ให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้โดยปราศจากโรคและความสบายใจ และ หมวดที่ 9 การเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน หมายถึง การเข้าร่วมทำกิจกรรมกับชุมชนและสังคม การได้เป็นสมาชิกของชุมชนที่มีความสนใจ

โดยผู้วิจัยขอยกคำกล่าวตอนหนึ่งของการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ประกอบการอธิบาย ดังนี้

“ทำงานมีเงินใช้จ่าย มีชีวิตที่เป็นของตัวเอง ได้กินของอร่อย ทำบุญ มีความรัก ไม่คิดมาก ปลง แค่นี้ก็สุขสุด ๆ แล้ว” (Lek, personal communication, July 20, 2024)

“ออกไปข้างนอก ออกไปทำงานคือความสุข อยู่บ้านเฉย ๆ คนแก่จะเป็นซึมเศร้านะ ในคอนโดไม่มีใครอยู่ เหงาเกินไปเป็นแม่เลี้ยงเดี่ยว การได้อยู่กับคน ได้พบคน ให้เราสนใจที่ตัวเอง” (Prai, personal communication, July 16, 2024)

“ถ้าถามคนจน ความสุขก็คือเงินนั่นแหละ ไม่ใช่หน้าเงินนะ แต่เงินทำให้กินข้าวอิ่ม ซื้อข้าวให้หมาได้ด้วย คนอิมหมาอิม ไม่สุขได้ไง” (Su, personal communication, July 21, 2024)

“ถ้าเรามีเงินพอใช้ มีรายได้มันก็จะทำให้เรามีความสุข ค่าไฟ ค่าน้ำ แค่นี้ก็มีความสุขแล้ว มันมีปัญหาเยอะเยอะไปหมดถ้าไม่มีเงิน” (Chart, personal communication, July 13, 2024)

“ความพอใจในสิ่งที่ทำ ทำแล้วจะไม่มีโทษกับคนอื่น ช่วยเสริมสร้างความพอใจกับคนอื่นด้วย คนแก่คนด้อยโอกาส ช่วยเหลือ ทำให้เราสบายใจและเขาได้ประโยชน์ด้วย” (Sek, personal communication, July 13, 2024)

1.2 ประเด็นการมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน

จากการวิเคราะห์ประเด็นการมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน ผู้วิจัยสรุปประเด็นการมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน พบว่า แรงงานสูงอายุไทยมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน โดยแบ่งออกเป็น 3 หมวด มีรายละเอียด ดังนี้ หมวดที่ 1 ไม่เข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน หมายถึง การไม่เข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน เนื่องมาจากอายุและการความรับผิดชอบส่วนอื่น ๆ ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้และความประสงค์ส่วนตัวที่จะไม่เข้าร่วมกิจกรรม

หมวดที่ 2 เข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนเฉพาะกิจกรรม ประกอบด้วย หมวดย่อยที่ 2.1 เข้าไปร่วมกิจกรรมเฉพาะงานที่สนใจจะเข้าร่วม หมายถึง การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน แต่เป็นการเข้าร่วมเฉพาะกิจกรรมเท่านั้น โดยเป็นการเข้าร่วมกิจกรรมเฉพาะงานที่สนใจจะเข้าร่วม หมวดย่อยที่ 2.2 เข้าไปร่วมกิจกรรมเฉพาะงานที่ถูกเชิญ หมายถึง การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน แต่เป็นการเข้าร่วมเฉพาะกิจกรรมเท่านั้น โดยเป็นการเข้าไปร่วมกิจกรรมเฉพาะงานที่ถูกเชิญ และ หมวดที่ 3 เข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน ประกอบด้วย หมวดย่อยที่ 3.1 เข้าร่วมกิจกรรมเพราะตั้งใจเป็นจิตอาสา หมายถึง การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน โดยเป็นการเข้าร่วมกิจกรรมเพราะตั้งใจเป็นจิตอาสา หมวดย่อยที่ 3.2 เข้าร่วมกิจกรรมเพราะอยากสร้างความสัมพันธ์กับชุมชน หมายถึง การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน โดยเป็นการเข้าร่วมกิจกรรมเพราะอยากสร้างความสัมพันธ์กับชุมชน

โดยผู้วิจัยขอยกคำกล่าวตอนหนึ่งของการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ประกอบการอธิบาย ดังนี้

“ไม่ค่อยได้ไปร่วมงานกับคนอื่น วันหยุดจะทำงานบ้านให้ลูก ไปไหว้พระ ไปกับลูกดีกว่า” (Plian, personal communication, July 18, 2024)

“ไปกิจกรรมเฉพาะกับหลาน เพราะเราเป็นแม่ของหลานอีกคน พาหลานไปงานวันแม่ แล้วป้าชอบไปงานวัด เป็นเทศกาลเข้าพรรษา ไหว้พระ ทำกับข้าวไปถวาย” (Tee, personal communication, July 18, 2024)

“การไปทำกิจกรรมส่วนมากจะไปวัด มีงานรีนเรจ ไปงานเลี้ยงรุ่น งานบวช งานแต่ง เป็นของคนในชุมชน อาสาหมด บ้านอยู่ใกล้วัดด้วย”(Chit, personal communication, July 16, 2024)

“ป้าชอบเป็นจิตอาสา ป้าเกษียณป้าก็ไปทำอย่างอื่นนะ ไปช่วยงาน ช่วยวัด ช่วยเด็ก ทำตามที่ป้าอยากทำ พันธะเราก็ไม่มี เราไปร่วมหมด” (Wa, personal communication, July 21, 2024)

“การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน เราเข้าไปร่วมกับชุมชน เห็นว่าคนในชุมชนมีความสุขเราก็สุขไปด้วย สิ่งแวดล้อมมีความสุข เราก็มีความสุข มันอยู่ใกล้กันจะช่วยสร้างความสุขไปด้วยกัน” (Mon, personal communication, July 22, 2024)

1.3 ประเด็นความสัมพันธ์ในครอบครัว

จากการวิเคราะห์ประเด็นความสัมพันธ์ในครอบครัว ผู้วิจัยสรุปประเด็นความสัมพันธ์ในครอบครัว พบว่าแรงงานสูงอายุไทยมีความสัมพันธ์ในครอบครัว โดยแบ่งออกเป็น 4 หมวด มีรายละเอียด ดังนี้ หมวดที่ 1 การได้ดูแลครอบครัวและการอยู่อาศัยกับครอบครัว หมายถึง การได้ดูแลครอบครัว ลูก หลาน และการได้อยู่อาศัยกับคนในครอบครัว เป็นความสุขจากการเป็นบทบาทที่สำคัญและเป็นเครือข่ายร่วมกับครอบครัว หมวดที่ 2 การบรรลุเป้าหมายของตนเองและครอบครัว หมายถึง การตั้งเป้าหมายสำหรับตนเองและพยายามจนสำเร็จเป้าหมายนั้น และการช่วยเหลือให้เป้าหมายของคนในครอบครัวประสบความสำเร็จไปด้วย หมวดที่ 3 การได้รับการดูแลและสนับสนุนจากครอบครัว หมายถึง การได้รับการดูแลและสนับสนุนด้านสุขภาพ การทำงาน รายได้ และอื่น ๆ ที่ตรงตามความต้องการจากครอบครัว และ หมวดที่ 4 การไม่ยึดติดกับครอบครัว หมายถึง การได้ทำอะไรตามตนเองและไม่ยึดติดกับครอบครัว มีอิสระในการใช้ชีวิต แต่ในขณะเดียวกันก็มีครอบครัวอยู่ร่วมด้วยในสถานการณ์ที่สำคัญ

โดยผู้วิจัยขอยกคำกล่าวตอนหนึ่งของการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ประกอบการอธิบาย ดังนี้

“เราไปทำงาน ลูกกับผัวก็ไม่ว่า ลูกโตหมดแล้ว ผัวก็ไม่უნวายแล้วสบายใจนะ เราอยู่กับตัวเอง ออกไปเจอญาติบ้าง ไม่รู้จะจากกันตอนไหน” (Daeng, personal communication, July 13, 2024)

“น้องแบมแบมเป็นเหมือนทุกอย่างของเรา เราชักลูกเรามากแค่ไหน เราชักหลานคุณร้อยเข้าไปเลย อยากเห็นเขาโตก่อนเราตาย” (Nun, personal communication, July 17, 2024)

“แม่ไม่ยึดติดกับลูกเลย ปลดปล่อยให้เขามีอิสระ แค่ทำให้เขาถึงฝันของเขาเราก็ดีใจ ทำงานกันคนละจังหวัด แต่เราก็กินได้รับการดูแลจากลูกตลอด” (Duang, personal communication, July 17, 2024)

“ไม่เลย ลูกไปอยู่กับเมียแล้ว ไม่ค่อยได้สนิทกัน แต่เวลาเขาโทรมาส่งของมาตอนเราป่วยเราดีใจจะถึงจะได้เลี้ยงเขาเลย” (Su, personal communication, July 21, 2024)

“น้องสาวจะพาไปเที่ยว คุณแม่เป็นแม่เลี้ยงเดี่ยว แม่ตั้งใจเลี้ยงลูกอย่างดี ถึงมันจะไม่สมหวังเรื่องชีวิตคู่ แต่คุณพ่อของแม่ให้กำลังใจว่าชีวิตต้องก้าวไป เราต้องไม่พึ่งพาลูก” (Ouy, personal communication, July 17, 2024)

1.4 ประเด็นรายได้ การออม และหนี้สิน

จากการวิเคราะห์ประเด็นรายได้ การออม และหนี้สิน ผู้วิจัยสรุปประเด็นรายได้ การออม และหนี้สิน พบว่า แรงงานสูงอายุไทยมีรายได้ การออม และหนี้สิน โดยแบ่งออกเป็น 6 หมวด มีรายละเอียด ดังนี้ หมวดที่ 1 การมีรายได้จากครอบครัวและงาน หมายถึง การมีรายได้จากครอบครัว ทั้งเงินที่ได้จากลูกหรือหลาน และรายได้ที่มาจากการทำงาน ทั้งงานประจำหรืองานที่ได้จากการรับจ้างทั่วไป หมวดที่ 2 การวางแผนการเงินและออม หมายถึง การวางแผนการใช้เงิน การได้รับเงิน และการบริหารจัดการการเงิน จนนำไปสู่การวางแผนการออมเงิน ในปัจจุบันและอนาคต หมวดที่ 3 การจัดการหนี้สิน หมายถึง การวางแผนในการจัดการหนี้สินที่มีอยู่ โดยการประเมินค่าใช้จ่ายที่มีอยู่กับรายได้ที่มีเพื่อไม่ให้ส่งผลกระทบต่อชีวิต หมวดที่ 4 การช่วยเหลือจากภาครัฐ หมายถึง การได้รับสวัสดิการทางการเงินจากหน่วยงานภาครัฐ และสวัสดิการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการยกระดับคุณภาพชีวิต หมวดที่ 5 ความพึงพอใจในภาวะการเงิน หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจต่อภาวะการเงิน โดยไม่สนใจว่ารายได้ที่มีจะมาจากช่องทางไหนหรือมากน้อยเพียงใด แต่เป็นความพึงพอใจต่อสถานการณ์ปัจจุบันของตนเอง และ หมวดที่ 6 การแบ่งปันรายได้สู่บุคคลอื่น หมายถึง การแบ่งปันรายได้ของตนเองให้กับผู้อื่น ด้วยรูปแบบต่าง ๆ เช่น บริจาคเงิน หรือบริจาคสิ่งของ ตามความต้องการของตนเองและผู้รับ

โดยผู้วิจัยยกยอคำกล่าวตอนหนึ่งของการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ประกอบการอธิบาย ดังนี้

“รายได้ก็จะมาจากงาน ลูกยังไม่ได้เลี้ยงเราหรอก เราก็กินเลี้ยงตัวเอง เราไม่มีเงินออมมากขนาดนั้น เน้นที่พอกิน หนี้สินจะไปตีค่าครองชีพเป็นหลัก” (Chit, personal communication, July 16, 2024)

“คนแก่ต้องเก็บเงิน ไม่มันลำบากตายเลยนะ อย่าไปหวังลูกเลย เขาก็ต้องเอาตัวเองให้รอด คนแก่จำไว้เลยนะถ้าไม่มีเงิน มีแรงก็ไปทำงาน หาเงิน” (Wa, personal communication, July 21, 2024)

“การไม่มีหนี้เป็นลาภอันประเสริฐ ถ้าเราเริ่มจากศูนย์เราก็กินประหยัด เราต้องเลี้ยงลูก ต้องไม่ติดพัน เวลาได้โบนัสออกเราก็กินได้ วางแผน ไม่ต้องรอลูกเลี้ยง เราต้องดูแลตัวเองให้ได้ แบ่งคนอื่นบ้างตามโอกาส” (Ouy, personal communication, July 17, 2024)

“บางที่ทำงานก็ไม่ได้หวังแค่ค่าตอบแทนนะ เราได้เก็บมาปนกับเก็บไว้ให้ลูกหลานในอนาคต เราไม่มีเงินออม เราขอจากหลาน จากลูก มีไม่มากแต่จิตใจอาสาในสายเลือด” (Sri, personal communication, July 13, 2024)

“มันต้องเป็นการวางแผนมาตั้งแต่ในอดีต ต้องคิดว่าตัวเองจะไปยังไงต่อ แบ่งเงินไว้เลย จ่าย เก็บ

เจ็บป่วย อย่าใช้ชีวิตไปวัน ๆ” (Bon, personal communication, July 19, 2024)

1.5 ประเด็นความสุขในการทำงาน

จากการวิเคราะห์ประเด็นความสุขในการทำงาน ผู้วิจัยสรุปประเด็นความสุขในการทำงาน พบว่า แรงงานสูงอายุไทยมีความสุขในการทำงาน โดยแบ่งออกเป็น 6 หมวด มีรายละเอียด ดังนี้ หมวดที่ 1 บุคคลในที่ทำงาน และความผูกพันต่องาน หมายถึง บุคคลในที่ทำงานเป็นผู้สร้างพลังบวกในการทำงาน อีกทั้งความผูกพันในงานทั้งเนื้องาน สถานที่ทำงาน ก็เป็นส่วนที่ทำให้เกิดความสุข หมวดที่ 2 ความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง หมายถึง ความรู้สึกมีประโยชน์ มีคุณค่า และได้มีโอกาสในการสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ ตามความต้องการของตนเอง และรู้สึกว่าตนเองได้เป็นตัวของตัวเอง หมวดที่ 3 การลดภาวะความเครียดในชีวิต หมายถึง การได้ผ่อนคลายในชีวิต และลดภาวะความเครียดที่เกิดขึ้นจากปัจจัยที่แตกต่างกัน ทั้งจากงานหรือชีวิตส่วนตัว หมวดที่ 4 ความต้องการมีรายได้ หมายถึง การทำงานเป็นการสร้างรายได้ให้เกิดขึ้น เพื่อตอบสนองความต้องการในชีวิต หมวดที่ 5 การตอบแทนสังคม หมายถึง การได้ทำงานมีรายได้จะช่วยสร้างการตอบแทนสังคมด้วยวิธีการใดวิธีการหนึ่ง อาจจะเป็นการบริจาค การได้ทำงานเพื่อประโยชน์ของชุมชนและสังคม และ หมวดที่ 6 การทำอาชีพตามความฝันในอดีต หมายถึง การได้ทำตามความฝันในอดีต ซึ่งไม่เคยได้ทำมาก่อน ด้วยข้อจำกัดในอดีตที่ผ่านมา แต่การได้ทำงานนั้นตามที่ต้องการในปัจจุบันทำให้เกิดความสุขในชีวิต

โดยผู้วิจัยขอยกคำกล่าวตอนหนึ่งของการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ประกอบการอธิบาย ดังนี้

“สอนหนังสือเด็กมันทำให้เราภูมิใจในตัวเองค่ะ ที่ทำให้คนเติบโต เด็กพวกนี้ก็ได้มีฐานะดี เรามาสอนมาช่วยเขานะ คิดแบบนี้สิ ป้าทำเพราะอยากทำ ทำด้วยใจ เห็นเด็กอ่านออกเขียนได้ไม่โดนโกง แค่นี้ก็สุขใจแล้วค่ะคนเป็นครู” (Wa, personal communication, July 21, 2024)

“ถ้าเราไม่ได้ทำงาน เราจะไม่ค่อยสบาย อยู่บ้านเฉย ๆ ไม่ได้ เรามีความผูกพันในการทำงาน เรากลัวว่างานจะไม่เรียบร้อย เราจะคอยคุยกับเพื่อนร่วมงานเสมอว่าช่วยจัดการด้วยนะ”(Plian, personal communication, July 18, 2024)

“อยากเปิดร้านค้ามานาน แต่ด้วยหาเงินมันไม่พอ เราก็จะมีเพื่อนคุย เราไม่ได้ทำงานเพื่อหวังกำไร เราขายของบางทีเพื่อน พี่น้องคนใกล้ชิดเราก็ตีในราคาต้นทุนเขาก็ประหยัด เราได้ความสุขใจ” (Ouy, personal communication, July 17, 2024)

“มีความสุขกับเจ้านาย กับเพื่อนร่วมงาน เข้ากันได้ หัวเราะ สนุก สบายใจ มีความสุขกับการทำงานเพลิน งานมันไม่หนักสำหรับคนแก่ พอทำได้ หาเลี้ยงตนเอง การไม่ได้ทำงานมันเบื่อกับชีวิต การทำงานทำให้ลืมเรื่องเครียดได้” (Lek, personal communication, July 20, 2024)

“ถ้าเราไม่ทำงาน เราจะไม่มีเงินใช้ เราต้องใช้เงินเยอะ ค่ากินค่าของใช้ งานบุญ งานต่าง ๆ เราต้องทำงานเพื่อเลี้ยงตัวเอง อีกอย่างก็มีเพื่อนร่วมงาน เจ้านาย มันก็เพลิน ไม่ต้องคิดมาก ผ่านไปวันต่อวัน ถ้าอยู่บ้านมันเหงา มันเครียด มาทำงานก็ดีกว่า” (Chit, personal communication, July 16, 2024)

1.6 ประเด็นสุขภาพกาย

จากการวิเคราะห์ประเด็นสุขภาพกาย ผู้วิจัยสรุปประเด็นสุขภาพกาย พบว่า แรงงานสูงอายุไทยมีสุขภาพกาย โดยแบ่งออกเป็น 4 หมวด มีรายละเอียด ดังนี้ หมวดที่ 1 การได้รับการดูแลสุขภาพจากครอบครัว หมายถึง การได้รับการดูแล เอาใจใส่ และให้กำลังใจ เรื่องสุขภาพจากคนในครอบครัว หมวดที่ 2 การเข้าถึงข้อมูลด้าน

สุขภาพ หมายถึง การเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพทั้งจากข้อมูลที่เป็นทางการและข้อมูลที่เข้าถึงได้ง่าย หมวดที่ 3 การได้รับสวัสดิการเกี่ยวกับสุขภาพจากรัฐ หมายถึง การได้รับสวัสดิการด้านสุขภาพจากหน่วยงานภาครัฐตามสิทธิที่ควรได้รับและควรได้รับอย่างเหมาะสมและเพียงพอต่อความจำเป็น และ หมวดที่ 4 การเตรียมตัวเรื่องสุขภาพและวางแผนการตาย หมายถึง การวางแผนชีวิตเรื่องสุขภาพ การวางแผนป้องกันไม่ให้เกิดโรค และการวางแผนการตายของตนเองในอนาคต

โดยผู้วิจัยขอยกคำกล่าวตอนหนึ่งของการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ประกอบการอธิบาย ดังนี้

“เราต้องดูแลตัวเอง นั่งอ่านก่อนว่ากินอะไรไปดีไหม หรือไม่ดี ลูกก็ดูแลแม่ ซื้ออาหารเสริมมาให้กิน แม่เอนซัวร์ก็ดี มันดีนะ ลูกดูแลดี คนเราถ้าไม่มีโรคก็เป็นลาภที่ประเสริฐ ไม่อยากให้นอนติดเตียง ยังอยากทำ” (Plian, personal communication, July 18, 2024)

“สุขภาพของผู้สูงอายุ เป็นสิ่งสำคัญ ป้าเป็นเบาหวาน ไขมันในเลือด เป็นอุปสรรคกับผู้สูงอายุ ลดความสุขของคนลงไปเยอะเลย แต่ถ้าเรามองว่าเราจะทำทุกวันนี้ให้ดี เราจะไม่เครียด” (Prai, personal communication, July 16, 2024)

“พักผ่อน ออกกำลังกาย เพื่อให้สุขภาพดี มีความดันสูง ส่วนมากก็ไปหาหมอสม่ำเสมอ ปรับวิถีชีวิตเยอะมากตามที่หมอแนะนำ กลัวตาย แต่ก็ทำได้บ้างไม่ได้บ้าง” (Chit, personal communication, July 16, 2024)

“เราต้องดูแลสุขภาพให้ดีเลยนะ จะได้ไม่เป็นภาระลูก ทำยังไงก็ได้ให้ลูกสบาย เราก็ต้องดูแลตัวเองให้ดีที่สุด คิดว่าถ้าเราป่วย ลูกกระทบไปด้วย แม่ชอบออกกำลังกาย เดิน 5 กิโลเมตรทุกวัน เดินเลาะริมน้ำบึงไปเรื่อย ๆ” (Bon, personal communication, July 19, 2024)

“ป้าเป็นมะเร็งเต้านม ป้าจะทำใจให้สบาย ป้าไปหาหมอบ่อย ลูก ๆ เป็นคนพาไป ต้องหยุดงานพาไป ลูกชายรักแม่มาก” (Tee, personal communication, July 18, 2024)

2. HAPPINESS Model (9 สุขสูงวัย)

จากการศึกษา (1) ประเด็นนิยามความสุขในชีวิต (2) ประเด็นการมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน (3) ประเด็นความสัมพันธ์ในครอบครัว (4) ประเด็นรายได้ การออม และหนี้สิน (5) ประเด็นความสุขในการทำงาน และ (6) ประเด็นสุขภาพกาย จึงสามารถสรุปตัวแบบความสุขของแรงงานสูงอายุไทยเป็น HAPPINESS Model หรือเรียกว่า ตัวแบบ 9 สุขสูงวัย ดังแสดงในภาพ 2



ภาพ 2 HAPPINESS Model

จากภาพ 2 HAPPINESS Model หรือเรียกว่า ตัวแบบ 9 สุขสูงวัย เป็นตัวแบบที่อธิบายถึงความสุขของแรงงานสูงอายุ ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

Health คือ สุขจากการมีสุขภาพกายและจิตที่ดี อธิบายได้ว่า สุขจากการมีสุขภาพกายและจิตที่ดี คือ ความสมดุลระหว่างร่างกายและจิตใจ โดยการมีร่างกายจะแข็งแรงตามวัย ไม่มีอาการเจ็บป่วยจนไม่ทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างเต็มที่ การมีอารมณ์ที่มั่นคง มีความสุขภายในที่แสดงออกได้ ไม่เครียดหรือวิตกกังวลเกินไป สามารถเผชิญหน้ากับปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้อย่างสงบและมีสติ

Attitude คือ สุขจากการมีทัศนคติเชิงบวก อธิบายได้ว่า สุขจากการมีทัศนคติเชิงบวก คือ การมองโลกและสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตในแง่ดี มุ่งเน้นไปที่สิ่งที่ดีและโอกาสที่เกิดขึ้นในอนาคต แม้ในเวลาเผชิญกับความยากลำบาก ก็มีทัศนคติว่าจะสามารถจัดการกับความเครียดและอุปสรรคได้อย่างมีประสิทธิภาพ และไม่ย่อท้อต่อปัญหา

Participation คือ สุขจากการมีส่วนร่วมในชุมชนและสังคม อธิบายได้ว่า สุขจากการมีส่วนร่วมในชุมชนและสังคม คือ การได้มีบทบาทในชุมชนและสังคมที่ตนเองเป็นสมาชิกอยู่ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ส่งผลดีต่อชุมชนของตนเองและสังคม การได้ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น ทั้งกิจกรรมที่ตนเองสนใจหรือได้รับการเชิญชวน การเชื่อมโยงและสร้างความสัมพันธ์กับครอบครัว การช่วยเหลือกัน การแบ่งปันสิ่งของและเรื่องราวในชีวิตกับบุคคลอื่น

Planning คือ สุขจากการวางแผนชีวิต อธิบายได้ว่า สุขจากการวางแผนชีวิต คือ การกำหนดเป้าหมายที่แท้จริงของชีวิต การวางแผนเพื่อบรรลุเป้าหมายเหล่านั้น รวมไปถึงแผนในการดำเนินการตามแผนให้สำเร็จ เป็นการจัดการกับความไม่แน่นอนหรืออุปสรรคต่าง ๆ ทั้งทิศทางและการเตรียมพร้อม เพื่อสร้างความรู้สึกรับประกันความหวังในการพัฒนาชีวิตในระยะยาว

Income คือ สุขจากการมีรายได้ที่เพียงพอ อธิบายได้ว่า สุขจากการมีรายได้ที่เพียงพอ คือ การมีทรัพยากรทางการเงินที่เพียงพอในการตอบสนองความต้องการในชีวิต และความพึงพอใจในภาวะการเงินตนเอง การมีรายได้ช่วยสร้างความมั่นคงในชีวิตเกี่ยวกับการจัดการกับค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน เพิ่มความมั่นใจในการวางแผนชีวิตระยะยาวเปิดโอกาสให้ได้ทำสิ่งที่ตนเองสนใจ เช่น การท่องเที่ยว การลงทุนในสุขภาพ หรือการศึกษา และช่วยเหลือครอบครัวหรือคนรอบข้างได้

Networking คือ สุขจากการมีเครือข่ายที่ดี อธิบายได้ว่า สุขจากการมีเครือข่ายที่ดี คือ ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของเครือข่ายในระดับครอบครัว ชุมชน และสังคม โดยมุ่งเน้นไปที่เครือข่ายของครอบครัว ซึ่งจะส่งผลต่อความรักและการผูกพัน ความอบอุ่น และการสนับสนุนซึ่งกันและกันจากการได้รับบทบาทสำคัญร่วมกับสมาชิกในครอบครัว และจะทำให้เครือข่ายขยายออกไปสู่ระดับชุมชนและสังคมด้วยบทบาทที่แตกต่างกันไปตามเครือข่ายที่เป็นสมาชิกอยู่

Employment คือ สุขจากการมีงานทำ อธิบายได้ว่า สุขจากการมีงานทำ คือ การเติมเต็มคุณค่าในชีวิตจากการทำงานที่รักหรือมีความหมายหรือจำเป็นในชีวิต เป็นการใช้องค์ความรู้และความสนใจความสนใจร่วมกัน การเห็นความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนร่วมงาน หรือการพัฒนาทักษะผ่านการทำงานสามารถเพิ่มความมั่นใจในตนเอง และสร้างความภาคภูมิใจจากการได้รับการยอมรับและคำชมเชยจากผลงานที่ทำ

Social-Welfare คือ สุขจากการได้รับสวัสดิการเพื่อการดำรงชีวิต อธิบายได้ว่า สุขจากการได้รับสวัสดิการเพื่อการดำรงชีวิต คือ ความรู้สึกมั่นคงจากการได้รับการดูแลและสนับสนุนในด้านต่าง ๆ จากหน่วยงานหรือองค์กร ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของสุขภาพ การประกันทางสังคม การพักผ่อน หรือสิทธิประโยชน์อื่น ๆ ที่ช่วยยกระดับคุณภาพชีวิต อีกทั้งยังทำให้รู้สึกว่าการมีหน่วยงานหรือองค์กรที่เป็นสมาชิกอยู่ให้ความสำคัญและเห็นคุณค่าในตนเอง

Self-Value คือ สุขจากการรู้คุณค่าในตนเอง อธิบายได้ว่า สุขจากการรู้คุณค่าในตนเอง คือ การยอมรับและเข้าใจถึงคุณค่าของตนเองในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นความสามารถที่มีบุคลิกภาพส่วนตัว ความคิดที่ยืดหยุ่น หรือการมีส่วนร่วมในสิ่งที่สร้างประโยชน์ให้กับตนเองและผู้อื่น การรู้คุณค่าในตนเองทำให้มีความมั่นใจและมีความหมายกับการเป็นตัวของตัวเองโดยยึดถือตนเองเป็นหลักในการใช้ชีวิตและไม่สร้างผลกระทบต่อบุคคลอื่น

การอภิปรายผล

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของแรงงานสูงอายุ ทั้งประเด็นนิยามความสุขในชีวิต การมีส่วนร่วมทางสังคม และชุมชน ความสัมพันธ์ในครอบครัว รายได้ การออม และหนี้สิน สุขในการทำงาน และ สุขภาพกาย ล้วนแล้วแต่มีความเชื่อมโยงกัน โดยผู้วิจัยได้ดำเนินทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ปัจจัยด้านนิยามความสุขในชีวิตส่งผลต่อความสุข ซึ่งประกอบไปด้วย รายได้และสินทรัพย์ทัศนคติ ศาสนา ครอบครัว การเป็นตัวของตัวเอง การทำงาน การรู้จักให้ สุขภาพ และการเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน ซึ่งหลายองค์ประกอบก็สอดคล้องไปกับประเด็นอื่น ๆ ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา พบว่า มีความสอดคล้องกับการศึกษาของ Cheytim et al. (2018) ที่ว่า การได้ช่วยเหลือผู้อื่นหรือทำประโยชน์ต่อสังคมทำให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตด้วยความสุข

2. ปัจจัยด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชนส่งผลต่อความสุขของแรงงานสูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Thumcharoen (2012) พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมจะมีความสามารถในการปรับ

ตัวและจะมีความสุขในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมหรือกิจกรรมทางศาสนา สอดคล้องกับ Bekalu, McCloud, Minsky, and Viswanath (2021) พบว่า การมีส่วนร่วมทางสังคมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุข

3. ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ในครอบครัวส่งผลต่อความสุขของแรงงานสูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Sukontamarn et al. (2023) พบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยกับลูกมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุข Hwang and Sim (2021) พบไปในทิศทางเดียวกันว่า ผู้สูงอายุจะมีความสุขมากขึ้นหากมีการติดต่อหรืออยู่อาศัยกับครอบครัวเมื่อเทียบกับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพัง สอดคล้องกับการศึกษาของ Vachiraphedpranee (2010) พบว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับครอบครัวและได้รับการดูแลจากครอบครัวและชุมชน จะส่งผลให้มีความสุขในชีวิต

4. ปัจจัยด้านรายได้ การออม และหนี้สิน ส่งผลต่อความสุขของแรงงานสูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Gray et al. (2008) พบว่า ผู้ที่มีรายได้มากกว่า 100,000 บาทขึ้นไป เป็นผู้ที่มีความสุขมากกว่าผู้มีรายได้น้อยกว่า อีกทั้ง Muenthaisong, Mondee, Chancham, and Leemanonwarachai (2017) พบว่า เมื่อการออมเพิ่มขึ้นจะส่งผลให้ระดับความพึงพอใจในความสุขเพิ่มขึ้น และ Gray, Chamrathirong, Prasartkul, and Pataravanich (2012) อธิบายว่า ผู้ที่ไม่มีหนี้สินมีความสุขมากกว่ากลุ่มอื่น สอดคล้องกับการศึกษาในประเทศเยอรมัน Will and Renz (2022) พบว่า การจ่ายหนี้สินเป็นจำนวนเงินสูงตามสัดส่วนของรายได้ทำให้ความพึงพอใจและความสุขในชีวิตลดน้อยลง

ปัจจัยด้านความสุขในการทำงานส่งผลต่อความสุขของแรงงานสูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Boontoch and Nuntaboot (2017) พบว่า การที่ผู้สูงอายุไม่ได้ทำงานทำให้เกิดความทุกข์และลดทอนความสุขในชีวิต อีกทั้งในประเทศจีน Yang, Zheng, Wang, and Li (2022) อธิบายว่า การได้รับการจ้างงานส่งผลต่อความสุขมากกว่าการไม่ได้ทำงาน และประเทศเนเธอร์แลนด์ Tadic, Oerlemans, Bakker, and Veenhoven (2013) พบว่า การทำงานประจำจะมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุข

ปัจจัยด้านสุขภาพกายส่งผลต่อความสุขของแรงงานสูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Teeranupattana and Senasu (2021) พบว่า บุคคลมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีอาการเจ็บป่วย ก็จะทำให้ระดับความสุขเพิ่มสูงขึ้นตามไปด้วย สอดคล้องกับประเทศจีน มีการใช้ข้อมูลของ Chinese General Social Survey (CGSS) Sun (2023) อธิบายว่า การมีสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุจะส่งผลให้เกิดความสุขในชีวิตได้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

การจ้างงานผู้สูงอายุเป็นประเด็นที่สำคัญในสังคมที่ประชากรมีแนวโน้มเข้าสู่วัยสูงอายุมากขึ้น การเพิ่มโอกาสในการจ้างงานให้ผู้สูงอายุไม่เพียงแต่ช่วยลดปัญหาการขาดแคลนแรงงาน แต่ยังช่วยให้ผู้สูงอายุมีความมั่นคงทางการเงินและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายในการจ้างงานผู้สูงอายุสามารถแบ่งออกเป็นหลายด้านดังนี้ จากการศึกษาของงานวิจัยนี้พบว่า แนวทางส่งเสริมการจ้างงานผู้สูงอายุ แบ่งออกเป็น 4 หมวด ประกอบด้วย หมวดที่ 1 ส่งเสริมเรื่องการเงิน หนี้สิน และการออมให้กับแรงงานสูงอายุ หมวดที่ 2 ส่งเสริมเรื่องการพัฒนาทักษะเดิมและเพิ่มทักษะใหม่ให้แรงงานสูงอายุ หมวดที่ 3 ส่งเสริมเรื่องสวัสดิการสำหรับแรงงาน

สูงอายุ และ หมวดที่ 4 ส่งเสริมเรื่องการปรับแก้กฎหมายและรณรงค์การจ้างงานผู้สูงอายุ อีกทั้งยังมีแนวทางส่งเสริมความสุขของผู้สูงอายุ ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 หมวด ประกอบด้วย หมวดที่ 1 ส่งเสริมเรื่องสภาพแวดล้อมจากการทำงานและการถูกยอมรับ หมวดที่ 2 ส่งเสริมเรื่องรายได้ที่เกิดจากการจ้างงานและสวัสดิการ หมวดที่ 3 ส่งเสริมเรื่องความเท่าทัน ทันโลก และทันต่อการเปลี่ยนแปลง และหมวดที่ 4 ส่งเสริมเรื่องการมีส่วนร่วมในทำงานและชุมชนเพื่อสร้างคุณค่าให้กับตัวเอง

โดยแนวทางในแนวทางส่งเสริมการจ้างงานผู้สูงอายุและแนวทางส่งเสริมความสุขของผู้สูงอายุ จำเป็นต้องอาศัยการขับเคลื่อนเชิงบูรณาการจากหน่วยงานภาครัฐ โดยภาครัฐต้องเป็นผู้ดำเนินการหลักในการขับเคลื่อนเนื่องจากภาครัฐมีความพร้อมทั้งองค์ความรู้ บุคลากร และงบประมาณ ที่จะช่วยให้เกิดการขับเคลื่อนเชิงบูรณาการในพื้นที่ และลดแรงต่อต้านในสังคม เนื่องจากภาครัฐเป็นกำลังสำคัญที่ขับเคลื่อนงานในส่วนอื่น ๆ ของภาคเอกชนและภาคประชาสังคมร่วมอยู่ด้วยกัน ดังนั้นหากหน่วยงานภาครัฐเข้ามาเป็นกลไกหลักในการขับเคลื่อนการจ้างงานก็จะทำให้ภาคเอกชนและภาคประชาสังคม ร่วมขับเคลื่อนต่อไปได้อย่างรวดเร็วและลดข้อจำกัดได้

ทั้งนี้ ผู้วิจัยขอยกตัวอย่างข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย โดยอ้างอิงผลการศึกษางานวิจัยเชิงปริมาณมาปรับเป็น 5 แนวนโยบายที่ควรสนับสนุน ประกอบด้วย

แนวนโยบายที่ 1 การส่งเสริมการเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยให้กับแรงงานสูงอายุ โดยนโยบายของภาครัฐต้องเอื้อประโยชน์ต่อการเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยสำหรับแรงงานใกล้เกษียณหรือแรงงานสูงอายุที่ยังทำงานต่อในระบบหรือมีข้อมูลเรื่องรายได้ที่ชัดเจน อีกทั้งหน่วยงานภาครัฐควรจัดทำความร่วมมือกับภาคเอกชนในการขยายระยะเวลาในการผ่อนชำระที่อยู่อาศัย การลดภาระดอกเบี้ยเงินกู้ยืมเพื่อที่อยู่อาศัย การเพิ่มโอกาสในการกู้เงินในการเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย สำหรับแรงงานสูงอายุ

แนวนโยบายที่ 2 การส่งเสริมนโยบายทางสุขภาพให้กับแรงงานสูงอายุ โดยภาครัฐต้องปรับปรุงนโยบายด้านสุขภาพ การครอบคลุมโรคในการรักษา การให้สิทธิและสวัสดิการที่หลากหลาย ทั้งถึง และเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายที่แตกต่างกันได้โดยการสร้างความร่วมมือกับส่วนงานประกันสังคม ส่วนงานข้าราชการ และส่วนงานบัตรสวัสดิการถ้วนหน้า เพื่อให้เกิดการเชื่อมั่นนโยบายทางสุขภาพให้กับกลุ่มแรงงานสูงอายุ เพื่อเป็นแรงจูงใจและหลักประกันทางสังคมว่าแรงงานสูงอายุจะได้รับการอำนวยความสะดวกในการเข้าถึงนโยบายทางสุขภาพอย่างมีประสิทธิภาพ

แนวนโยบายที่ 3 การส่งเสริมนโยบายการศึกษาตลอดชีวิตและการเพิ่มทักษะสำหรับแรงงานสูงอายุ โดยหน่วยงานภาครัฐ กระทรวง และกรมที่เกี่ยวข้อง ร่วมมือกันขับเคลื่อนการพัฒนาทักษะของแรงงานทั้งระบบของประเทศไทย เปิดช่องทางในการเข้าถึงการใช้งบประมาณไปยังส่วนของการพัฒนาทักษะ ไม่ใช่แค่ด้านสุขภาพ แต่ยังเป็นด้านศิลปะ การศึกษา กิจกรรมยามว่าง ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิต รวมไปถึงการเข้าถึงการวางแผนเกษียณและการวางแผนการตาย ให้กับผู้สูงอายุที่กำลังวางแผนเข้าสู่ระบบแรงงานหลังเกษียณ เพื่อให้เกิดการปรับตัวได้ทันทีที่ทำงานต่อเนื่องหลังจากเกษียณอายุ

แนวนโยบายที่ 4 การส่งเสริมความมั่นคงและการวางแผนทางรายได้ให้กับผู้สูงอายุ โดยหน่วยงานภาครัฐต้องออกมาตรการในการกำกับนายจ้างหรือผู้ประกอบการต้องจัดให้มีการสร้างความมั่นคงทางรายได้ให้กับแรงงานสูงอายุหรือแรงงานก่อนเกษียณ ทั้งแนวทางการหักเงินค่าตอบแทนเข้าสู่ระบบการฝากเงิน การจ่ายเบี้ยประกันทางด้านสุขภาพหรือการออมในระยะสั้น กลาง ยาว การเข้าถึงแหล่งข้อมูลในการจัดการหนี้สิน การสนับสนุนให้เกิดการจัดการหนี้สินก่อนการเกษียณและการจัดทำระบบการออมขององค์กร โดยหน่วยงานภาครัฐต้องกำกับภาคเอกชนให้ดำเนินการ ทั้งนี้ หน่วยงานภาครัฐต้องเอาประโยชน์และอำนวยความสะดวกให้กับภาคเอกชนที่จะ

ช่วยในการจัดการมาตรการต่าง ๆ เหล่านี้ทั้งการลดภาษี การจัดหาแหล่งเงินทุน รวมไปถึงการจัดสรรทรัพยากรของรัฐบางประการให้กับภาคเอกชนและแรงงานสูงอายุที่เข้าร่วม

แนวนโยบายที่ 5 การส่งเสริมการเข้าถึงการทำงานและนโยบายรองรับการทำงานของแรงงานสูงอายุ โดยหน่วยงานภาครัฐต้องเป็นส่วนงานหลักในการดำเนินการ ต้องจัดทำประชาพิจารณ์ในการจัดจ้างแรงงานสูงอายุ และจัดทำเป็นนโยบายเชิงรูปธรรม ออกมาตรการในการจัดจ้างงานผู้สูงอายุ โดยระบุค่าตอบแทนระยะเวลาทำงาน สวัสดิการที่จำเป็น รวมไปถึงภาคเอกชนหรือภาคประชาสังคมอื่น ๆ ที่เข้าร่วมนโยบายจะได้รับผลประโยชน์ใดตอบแทนตามที่รัฐกำหนด ทั้งนี้ เพื่อเป็นการยกระดับการจ้างงานในเชิงรูปธรรมอย่างชัดเจน ในฐานะที่ภาครัฐเป็นผู้รับผิดชอบหลัก แต่ในขณะเดียวกันก็จำเป็นต้องรณรงค์เชิงสร้างสรรค์เพื่อให้หน่วยงานต่าง ๆ เข้าใจถึงสถานการณ์ร่วมกันในการจ้างงานผู้สูงอายุ

2. ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการและงานวิจัยในอนาคต

ผลการศึกษาพบประเด็นที่น่าสนใจหลากหลาย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเชิงวิชาการสำหรับหน่วยงานภาครัฐ องค์กรภาคเอกชน สถานประกอบการ ภาคประชาสังคม หรือส่วนงานที่เกี่ยวข้องกับการจ้างงานผู้สูงอายุ ควรดำเนินการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจต่อผู้สูงอายุและสังคม โดยการสร้างการตระหนักรู้ถึงสถานการณ์ทางสังคมของประเทศไทยว่าทำไมถึงต้องเกิดการจ้างงานผู้สูงอายุ และการส่งเสริมคุณค่าคือการทำให้ผู้สูงอายุเข้าสู่ระบบแรงงานอย่างทันสมัย มีคุณภาพ เต็มใจ และส่งเสริมความสุข โดยยึดโยงความสุขจากตัวแบบ HAPPINESS ประกอบด้วย สุขจากการมีสุขภาพกายและจิตที่ดี สุขจากการมีทัศนคติเชิงบวก สุขจากการมีส่วนร่วมในชุมชนและสังคม สุขจากการวางแผนชีวิต สุขจากการมีรายได้ที่เพียงพอ สุขจากการมีเครือข่ายที่ดี สุขจากการมีงานทำ สุขจากการได้รับสวัสดิการเพื่อการดำรงชีวิต และ สุขจากการรู้คุณค่าในตนเอง ซึ่งสอดคล้องไปกับประเด็นนิยามความสุขในชีวิต ประเด็นการมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน ประเด็นความสัมพันธ์ในครอบครัว ประเด็นรายได้ การออม และหนี้สิน ประเด็นความสุขในการทำงาน ประเด็นสุขภาพกาย ประเด็นแนวทางส่งเสริมการจ้างงานผู้สูงอายุ และประเด็นแนวทางส่งเสริมความสุขของผู้สูงอายุ จากงานวิจัยเชิงคุณภาพ และตัวแปร มิติด้านประชากรศาสตร์ (การเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย สถานภาพการสมรส สุขภาพร่างกาย อายุ ระดับการศึกษา การเข้าร่วมกิจกรรม ภูมิภาค ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล) มิติด้านเศรษฐกิจ (รายได้ การออม หนี้สิน ความพอใจในภาวะการเงิน) และมิติด้านพฤติกรรมการทำงาน (ภาวะการมีงานทำ ความต้องการทำงาน ชั่วโมงของการทำงาน ประเภทของงานที่ทำ) ของงานวิจัยเชิงปริมาณ

ทั้งนี้ การต่อยอดการศึกษาควรเป็นไปในทิศทางต่อยอด (1) ข้อคำถามให้มีความสอดคล้องกับประเด็นเรื่องความสุขเพิ่มมากขึ้นมากกว่าการถามคำถามเรื่องส่วนตัวเพื่อให้สามารถเจาะจงประเด็นเรื่องความสุขของแรงงานสูงอายุได้เพิ่มมากขึ้น (2) ตัวแปร ควรเพิ่มเรื่องสวัสดิการที่ได้รับจากหน่วยงานภาครัฐ และเรื่องสุขภาพเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากเป็นเรื่องที่มีความเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุอย่างมาก และ (3) การขยายกลุ่มตัวอย่างไปยังกลุ่มผู้ที่กำลังจะเกษียณเพื่อค้นหาแนวทางในการวางแผนและเตรียมการเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุและแรงงานสูงอายุ อีกทั้งยังสามารถที่จะนำตัวแบบ HAPPINESS ประเด็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ และตัวแปรงานวิจัยเชิงปริมาณ ไปออกแบบประเมินความสุข เพื่อที่จะใช้เป็นเครื่องมือในประเมินความสุขในมิติต่าง ๆ ได้เบื้องต้นสำหรับแรงงานสูงอายุ โดยทดลองประเมินจากกลุ่มผู้ที่มีอายุใกล้เข้าสู่ผู้สูงอายุ และดำเนินการติดตามว่ามีความสุขเป็นอย่างไรเมื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุ ก็จะทำให้งานเชิงวิชาการมีความแปลกใหม่และต่อยอดงานวิจัยต่อไปในรูปแบบอื่น ๆ ได้

References

- Bekalu, M. A., McCloud, R. F., Minsky, S., & Viswanath, K. (2021). Association of social participation, perception of neighborhood social cohesion, and social media use with happiness: Evidence of trade-off (JCOP-20-277). *Journal of Community Psychology*, 49(2), 432-446.
- Boontoch, K., & Nuntaboot, K. (2017). Happiness, distress and mental health of the elderly in a community in the upper north region of Thailand. *Journal of the Psychiatric Association of Thailand*, 62(3), 257-270. [In Thai]
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Charoensak, P. (2024). *Happiness for Thai older workers*. Doctoral Dissertation of Philosophy (Demography), Chulalongkorn University. [In Thai]
- Charoensak, P., & Sukontamarn, P. (2024). Happiness of Thai older workers. In *The 2024 National Population Conference* (pp. 74-88). Thai Population Association. [In Thai]
- Cheytim, A., Prasertsuk, N., & Kerdnaimongkol, U. (2018). The happiness of the elderly in the Elderly Club, Bangkok. *Integrated Social Science Journal, Mahidol University*, 5(1), 85-108. [In Thai]
- Gray, R., Chamrathirong, A., Prasartkul, P., & Pataravanich, U. (2012). Income, debt, cognitive strategies of acceptance and happiness. *Journal of the Psychiatric Association of Thailand*, 57(3), 347-356. [In Thai]
- Gray, R., Thongthai, V., & Suwannopkaro, R. (2010). *Happiness is universal*. Mahidol University, Institute for Population and Social Research. [In Thai]
- Gray, R. S., Kramanon, R., & Thapsuwan, S. (2008). The determinants of happiness among Thai people: Some evidence from Chai Nat and Kanchanaburi. *Thammasat Economic Journal*, 26(2), 72-87.
- Hwang, E. J., & Sim, I. O. (2021). Association of living arrangements with happiness attributes among older adults. *BMC Geriatrics*, 21, 100.
- Layard, R. (2005). *Happiness: Lessons from a new science*. Penguin Books.
- Muenthaisong, K., Mondee, S., Chancham, P., & Leemanonwarachai, T. (2017). The comparison of the happiness level of people among urban and suburban areas in Mahasarakham. *Journal of Humanities and Social Sciences Mahasarakham University*, 36(6), 63-76. [In Thai]
- National Statistical Office. (2023). *Survey of the elderly population in Thailand 2021*. Author. [In Thai]

- Oswald, A. J. (1997). Happiness and economic performance. *The Economic Journal*, 107(445), 1815-1831.
- Oswald, J. A., Proto, E., & Sgroi, D. (2015). Happiness and productivity. *Journal of Labor Economics*, 33(4), 789-822.
- Sun, Y. (2023). Happiness and mental health of older adults: Multiple mediation analysis. *Frontiers in Psychology*, 14, 1108678.
- Sukontamarn, P., Asadullah, M. N., Photphisutthiphong, N., & Nguyen, Y. T. H. (2023). Happiness in old age: The daughter connection. *Journal of Happiness Studies*, 24, 1729-1757.
- Tadic, M., Oerlemans, W. G. M., Bakker, A. B., & Veenhoven, R. (2013). Daily activities and happiness in later life: The role of work status. *Journal of Happiness Studies*, 14, 1507-1527.
- Teeranupattana, C., & Senasu, K. (2021). Factors affecting happiness: The role of membership with different incomes as a moderator. *Journal of Chandrakasemsarn*, 27(2), 259-278. [In Thai]
- Thumcharoen, W. (2012). *The influence of external and internal factors on happiness of the elderly*. Master's Thesis of Science (Applied Statistics), National Institute of Development Administration. [In Thai]
- Vachiraphedpranee, S. (2010). Roles of older adults who are happy-living with their families in suburban communities, Nakhon Ratchasima province. *The Journal of Boromarajonani College of Nursing, Nakhonratchasima*, 16(1), 50-59. [In Thai]
- Will, S., & Renz, T. (2022). *In debt but still happy? – Examining the relationship between homeownership and life satisfaction*. Retrieved from <https://www.econstor.eu/bitstream/10419/251792/1/1796833045.pdf>
- Yang, D., Zheng, G., Wang, H., & Li, M. (2022). Education, Income, and Happiness: Evidence From China. *Frontiers in Public Health*, 10, 855327.