



อาชีพมาแรง

สร้างรายได้
อย่างชาญฉลาด
ในโลกที่ต้นกุนสูงชัน

ยุคน้ำมันแพง
2026

Written and Prepared By
Watcharee Tricharoenkullpak., Ph.D.
ดร.वंรี ไตรเจริญกุลภักดิ์ (ดร.พน)

อาชีพมาแรงยุคน้ำมันแพง 2026

สร้างรายได้อย่างชาญฉลาดในโลกที่ต้นทุนสูงขึ้น



Copyright by Watcharee©2026. All Rights Reserved.

คำนำ

ในยุคที่ราคาน้ำมันและค่าครองชีพเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลกระทบต่อผู้คนในทุกระดับ ไม่ว่าจะเป็นนักเรียน นักศึกษา คนทำงาน เจ้าของธุรกิจ หรือแม้แต่ผู้ที่กำลังเริ่มต้นสร้างรายได้ ล้วนต้องเผชิญกับความท้าทายในการบริหารค่าใช้จ่ายและการหารายได้ให้เพียงพอต่อการดำเนินชีวิต

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนี้ ไม่ได้เป็นเพียงอุปสรรค แต่ยังเป็นสัญญาณให้เราต้องปรับตัวและมองหาโอกาสใหม่ๆ อาชีพในยุคปัจจุบันจึงไม่จำเป็นต้องยึดติดกับรูปแบบเดิมอีกต่อไป ผู้คนสามารถเลือกสร้างรายได้จากหลากหลายช่องทาง โดยเฉพาะอาชีพที่ช่วยลดต้นทุนการเดินทาง ใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า และสามารถเริ่มต้นได้ด้วยศักยภาพของตนเอง






หนังสือเล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อเป็นแนวทางให้กับผู้ที่กำลังมองหาโอกาสในการสร้างรายได้ ไม่ว่าจะเป็นเริ่มต้นจากศูนย์ หรือกำลังมองหาอาชีพเสริม เนื้อหาภายในเล่มได้นำเสนอแนวคิด

และตัวอย่างอาชีพที่เหมาะสมกับสถานการณ์ในปัจจุบัน โดย
เรียบเรียงอย่างเป็นลำดับขั้น เข้าใจง่าย และสามารถนำไปปรับ
ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน

ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์
ต่อผู้อ่านทุกคน ไม่ว่าจะอยู่ในช่วงวัยหรือสถานะใดก็ตาม และ
สามารถช่วยจุดประกายแนวคิดใหม่ๆ ในการสร้างรายได้ พร้อม
ทั้งเป็นแรงผลักดันให้ก้าวผ่านข้อจำกัดของยุคนี้ นำมันแพงไปสู่
ความมั่นคงในอนาคต

ดร.วัชรวิ ไตรเจริญกุลภักดี (ดร.ฝน)




สารบัญ

	หน้า
 บทนำ	9
 บทที่ 1: เข้าใจโลกยุคน้ำมันแพง	13
1.1 น้ำมันแพงกระทบชีวิตอย่างไร	14
1.2 อาชีพแบบเดิมที่เริ่มอยู่ยาก	17
1.3 โอกาสใหม่ที่เกิดขึ้นในวิกฤต	19
 บทที่ 2: แนวคิดการเลือกอาชีพยุคใหม่	22
2.1 เลือกอาชีพที่ลดต้นทุนการเดินทาง	23
2.2 อาชีพที่ใช้เทคโนโลยีเป็นตัวช่วย	26
2.3 การคิดแบบคนสร้างรายได้หลายทาง	28
 บทที่ 3: อาชีพทำที่บ้าน (Work from Home)	30
3.1 ขายของออนไลน์	31
3.2 ทำอาหาร/ขนมขายจากบ้าน	34
3.3 งานฟรีแลนซ์ (เขียนบทความ กราฟิก ตัดต่อ)	36
 บทที่ 4: อาชีพต้นทุนน้อย กำไรดี	38

สารบัญ

	หน้า
4.1 ขายของกินง่ายๆ เช่น หมูบึ่ง ไก่ทอด	39
4.2 รับหิ้วสินค้า / ฟรีออเดอร์	41
4.3 ขายของมือสอง	42
 บทที่ 5: อาชีพสายออนไลน์มาแรง	44
5.1 สร้างคอนเทนต์ (TikTok / YouTube)	45
5.2 ขายของผ่านไลฟ์สด	46
5.3 Affiliate Marketing	47
 บทที่ 6: อาชีพบริการใกล้บ้าน	49
6.1 ส่งอาหารในชุมชน	50
6.2 รับซักรีด / ทำความสะอาด	51
6.3 รับเลี้ยงเด็ก/สัตว์เลี้ยง	52
 บทที่ 7: อาชีพสายประหยัดพลังงาน	54
7.1 ธุรกิจพลังงานทางเลือก	55
7.2 ขายสินค้า Eco	56

สารบัญ

	หน้า
7.3 ซ่อมแซม/รีไซเคิล	57
 บทที่ 8: การเริ่มต้นอาชีพอย่างถูกต้อง	59
8.1 การวางแผนต้นทุน	60
8.2 การตั้งราคาสินค้า	62
8.3 การทดลองตลาด	64
 บทที่ 9: การตลาดในยุคน้ำมันแพง	67
9.1 การตลาดออนไลน์	68
9.2 การใช้โซเชียลให้คุ้มค่า	70
9.3 สร้างฐานลูกค้าประจำ	72
 บทที่ 10: เปลี่ยนอาชีพเล็กให้เป็นรายได้ใหญ่	75
10.1 ขยายธุรกิจ	76
10.2 สร้างแบรนด์	78
10.3 วางแผนอนาคต	79
สรุปท้ายบท	81

สารบัญ

หน้า

บทสรุปท้ายเรื่อง

85



บทนำ

ในช่วงเวลาที่โลกกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว หนึ่งในปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตของผู้คนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ คือการปรับตัวสูงขึ้นของราคาน้ำมัน ซึ่งไม่ได้กระทบเพียงแค่การเดินทางเท่านั้น แต่ยังส่งผลต่อค่าครองชีพในทุกมิติ ไม่ว่าจะเป็นราคาสินค้า อาหาร ค่าใช้จ่ายในครัวเรือน ตลอดจนต้นทุนในการประกอบอาชีพของผู้คนในทุกระดับ

เมื่อราคาน้ำมันเพิ่มขึ้น ต้นทุนของการขนส่งก็เพิ่มขึ้นตามไปด้วย ส่งผลให้ราคาสินค้าและบริการต่างๆ ขยับตัวสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง หลายครอบครัวเริ่มรู้สึกถึงภาระที่หนักขึ้น รายได้ที่เคยเพียงพอกลับไม่พอใช้เหมือนเดิม ผู้คนจำนวนมากจึงเริ่มมองหาวิธีปรับตัวเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตต่อไปได้อย่างมั่นคงและไม่สะดุด

สำหรับนักเรียนและนักศึกษา ซึ่งกำลังอยู่ในช่วงของการเตรียมตัวเข้าสู่โลกการทำงาน อาจเกิดความสับสนและไม่แน่ใจว่าควรเลือกเส้นทางอาชีพอย่างไร ในขณะที่คนทำงานเองก็อาจเริ่มตั้งคำถามกับ

รายได้ที่ได้รับว่าเพียงพอต่อค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้นหรือไม่ ส่วนผู้ประกอบการรายเล็กและผู้ที่ทำอาชีพอิสระ ต่างก็ต้องเผชิญกับต้นทุนที่สูงขึ้นและการแข่งขันที่เข้มข้นมากยิ่งขึ้น

อย่างไรก็ตาม ในทุกวิกฤตย่อมมีโอกาสซ่อนอยู่เสมอ การเปลี่ยนแปลงของราคาน้ำมันได้ผลักดันให้เกิดรูปแบบอาชีพใหม่ๆ ที่ตอบโจทย์วิถีชีวิตในยุคปัจจุบัน อาชีพที่ไม่จำเป็นต้องเดินทางไกล อาชีพที่สามารถทำจากที่บ้านได้ หรืออาชีพที่ใช้เทคโนโลยีเข้ามาช่วยลดต้นทุนและเพิ่มประสิทธิภาพ ล้วนเป็นทางเลือกที่น่าสนใจและสามารถสร้างรายได้ได้จริง

ในยุคนี้ การมีอาชีพเพียงอย่างเดียวอาจไม่เพียงพออีกต่อไป หลายคนเริ่มมองหาอาชีพเสริม หรือช่องทางในการสร้างรายได้เพิ่มเติม เพื่อเพิ่มความมั่นคงให้กับชีวิต การเรียนรู้ทักษะใหม่ๆ การใช้สื่อออนไลน์ให้เกิดประโยชน์ และการปรับแนวคิดให้สอดคล้องกับสถานการณ์ ล้วนเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้สามารถอยู่รอดและเติบโตได้ในยุคที่ต้นทุนสูงขึ้น

หนังสือเล่มนี้จึงถูกเขียนขึ้นเพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ที่กำลังมองหาโอกาสในการสร้างรายได้ในยุคน้ำมันแพง โดยเน้นนำเสนอ