



คู่มือหลักสัจธรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่)

ศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริการจัดการหนี้

“สำนึกดี แพนดี บริการหนี้ได้”

ศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้  
“สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้”

## [ สารบัญ ]

|  |     |
|--|-----|
| กิจกรรมศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้<br>“สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้”                       | ๕   |
| ตารางการประชุมเชิงปฏิบัติการศูนย์จัดการกองทุนชุมชน<br>บริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” | ๗   |
| วิชา ศาสตร์พระราชา กองทุนชุมชนกับการน้อมนำหลักปรัชญาของ<br>เศรษฐกิจพอเพียงมาปรับใช้จนเป็นวิถีชีวิต   |     |
| • สังเขปวิชา   | ๘   |
| • เนื้อหาวิชา  | ๑๐  |
| • แผนการสอน  | ๓๒  |
| วิชา การเชื่อมโยงและการสร้างโอกาสการพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก  |     |
| • สังเขปวิชา   | ๓๙  |
| • เนื้อหาวิชา  | ๔๑  |
| • แผนการสอน  | ๕๐  |
| วิชา การสร้างวินัยทางการเงิน   |     |
| • สังเขปวิชา   | ๕๓  |
| • เนื้อหาวิชา  | ๕๔  |
| • แผนการสอน  | ๖๕  |
| วิชา การปรับปรุงพฤติกรรมทางการเงิน   |     |
| • สังเขปวิชา   | ๖๘  |
| • เนื้อหาวิชา  | ๖๙  |
| • แผนการสอน  | ๗๔  |
| วิชา การส่งเสริมการออม   |     |
| • สังเขปวิชา   | ๗๖  |
| • เนื้อหาวิชา  | ๗๗  |
| • แผนการสอน  | ๑๐๑ |
| วิชา การวิเคราะห์/วางแผนทางการเงิน   |     |
| • สังเขปวิชา   | ๑๐๗ |
| • เนื้อหาวิชา  | ๑๐๘ |
| • แผนการสอน  | ๑๒๒ |

## [สารบัญ]

### วิชา การจัดทำบัญชีครัวเรือน

- สังเขปวิชา

๑๒๘

- เนื้อหาวิชา

๑๒๙

- แผนการสอน

๑๓๖

### วิชา การจัดทำแผนพัฒนาครัวเรือน

- สังเขปวิชา

๑๓๗

- เนื้อหาวิชา

๑๓๘

- แผนการสอน

๑๔๐

## กิจกรรม : ศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้”

การบูรณาการกองทุนชุมชนเพื่อส่งเสริมอาชีพและสร้างรายได้ให้กับคนในชุมชน ถือเป็นบทบาทสำคัญของคณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนในการส่งเสริมสนับสนุนให้ครัวเรือนเข้าสู่กระบวนการบริหารจัดการหนี้ไปสู่ ๑ ครัวเรือน ๑ สัญญา รวมทั้งให้สามารถใช้เงินทุนอย่างคุ้มค่า เกิดประโยชน์สูงสุดในการสร้างงาน สร้างรายได้ และต่อยอดอาชีพของครัวเรือน ซึ่งตามแนวทางการดำเนินกิจกรรมตามยุทธศาสตร์กรมการพัฒนาชุมชน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๑ ได้กำหนดกิจกรรมศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” เพื่อส่งเสริมสนับสนุนการบริหารจัดการหนี้ไปสู่ ๑ ครัวเรือน ๑ สัญญา และเสริมสร้างความรู้ด้านการเงินในการบริหารจัดการหนี้ รวมทั้งสร้างวินัยทางการเงินให้กับครัวเรือน โดยดำเนินการตามกิจกรรมศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้

- วัตถุประสงค์ :**
๑. เพื่อเสริมสร้างความรู้ด้านการเงินในการบริหารจัดการหนี้สินและสร้างวินัยทางการเงินให้แก่ประชาชน
  ๒. เพื่อส่งเสริมการบริหารจัดการหนี้ไปสู่ ๑ ครัวเรือน ๑ สัญญา

### วิธีการ/ขั้นตอนดำเนินการ/เงื่อนไขของกิจกรรม :

| รายละเอียดการดำเนินกิจกรรม  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● อำเภอกำหนดแผนการดำเนินกิจกรรมศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” และรายงานให้จังหวัดทราบ</li> <li>● จังหวัดรวบรวมและรายงานแผนการดำเนินกิจกรรมศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” ให้กรมการพัฒนาชุมชนทราบ</li> <li>● อำเภอและคณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนเตรียมความพร้อมดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้               <ol style="list-style-type: none"> <li>๑) อำเภอประสานและสนับสนุนให้คณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนเตรียมความพร้อมในการดำเนินการบริหารจัดการหนี้</li> <li>๒) คณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนประชุมวางแผนการขับเคลื่อนการดำเนินงานศูนย์จัดการกองทุนชุมชนและมอบภารกิจงานให้แก่คณะกรรมการฯ</li> <li>๓) คณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนดำเนินการสำรวจ/ตรวจสอบข้อมูลลูกหนี้ทั้งหมดของกลุ่ม/กองทุนการเงินที่เป็นสมาชิกของศูนย์จัดการกองทุนชุมชน พร้อมทั้งจัดทำฐานข้อมูลลูกหนี้ของคนในชุมชนเป็นรายครัวเรือน</li> <li>๔) คณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนวิเคราะห์ข้อมูลลูกหนี้และจัดประเภทลูกหนี้</li> <li>๕) คณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนคัดเลือกครัวเรือนเป้าหมายที่เป็นหนี้ ลงทะเบียนครัวเรือนเพื่อเข้าสู่กระบวนการบริหารจัดการหนี้</li> </ol> </li> <li>● อำเภอและคณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนดำเนินการเข้าสู่กระบวนการบริหารจัดการหนี้ โดยวิธีการปรับโครงสร้างหนี้ พร้อมทั้งจัดเวที “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” เพื่อชี้แจงเกณฑ์การเข้าสู่กระบวนการบริหารจัดการหนี้ให้แก่กลุ่มเป้าหมาย จำนวน ๔ วัน ดังนี้</li> </ul> |

### รายละเอียดการดำเนินงานกิจกรรม

- ๑) อบรมให้ความรู้การสร้างวินัยทางการเงิน “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” ตามหัวข้อดังนี้
    - ศาสตร์พระราชากับการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาปรับใช้จนเป็นวิถีชีวิต
    - การเชื่อมโยงและสร้างโอกาสการพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก
    - การสร้างวินัยทางการเงิน
    - การจัดทำบัญชีครัวเรือน
    - การส่งเสริมการออม
    - การวิเคราะห์/วางแผนการใช้จ่ายทางการเงิน
    - การปรับพฤติกรรมทางการเงิน
    - การส่งเสริมการบริหารจัดการหนี้
  - ๒) ประชุมวางแผนการบริหารจัดการหนี้ร่วมกัน
  - ๓) คณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนดำเนินการปรับโครงสร้างหนี้ให้กับกลุ่มเป้าหมายให้เป็น ๑ ครัวเรือน ๑ สัญญา โดยมีขั้นตอนดังนี้
    - เจรจาต่อรองการปรับหนี้ ระหว่างลูกหนี้กับเจ้าหนี้ (กองทุนชุมชน)
    - โอนภาระหนี้สินของลูกหนี้ให้มาอยู่กลุ่ม/กองทุนเพียงกลุ่ม/กองทุนเดียว (ที่เป็นสมาชิกของศูนย์จัดการกองทุนชุมชน)
    - ปรับสัญญาเงินกู้ทั้งหมดให้เหลือ ๑ สัญญา รวมเงินต้นทั้งหมด พร้อมดอกเบี้ยให้เป็น ๑ ครัวเรือน ๑ สัญญา
- จัดทำแผนการบริหารจัดการหนี้ตามความต้องการของครัวเรือนเป้าหมาย โดยดำเนินการเป็นกลุ่ม ตั้งแต่ ๕ คนขึ้นไป และต้องเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ และก่อให้เกิดรายได้ในครัวเรือนเพิ่มขึ้น (เงินทุนคืนกลุ่ม)
  - ศูนย์จัดการกองทุนชุมชนเสนอโครงการตามแผนบริหารจัดการหนี้ และอำเภอดำเนินการเสนอ
  - อำเภอสั่งออรรายละเอียดโครงการ/กิจกรรมแจ้งจังหวัดเพื่อขออนุมัติดำเนินการจากจังหวัด ในวงเงินงบประมาณแห่งละ ๔๐,๐๐๐ บาท
  - คณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนดำเนินการสนับสนุนกิจกรรมตามแผนบริหารจัดการหนี้
  - จังหวัดติดตามสนับสนุน/ประเมินผลการดำเนินงาน
  - การรายงาน
    - อำเภอสรุปรายงานผลการดำเนินงานและรายงานผลให้จังหวัดทราบ
    - จังหวัดรวบรวมและสรุปรายงานผลให้กรมฯ ทราบ
      - ศูนย์จัดการฯ เดิม (จัดตั้งปี พ.ศ.๒๕๕๑ – ๒๕๕๖) บันทึกในระบบ BPM ภายในเดือนมีนาคม ๒๕๖๑
      - ศูนย์จัดการฯ ที่จัดตั้งในปี พ.ศ.๒๕๖๐ บันทึกในระบบ BPM ภายในเดือนมิถุนายน ๒๕๖๑

**กลุ่มเป้าหมาย :** ครัวเรือนเป้าหมายที่เป็นหนี้ที่ได้รับการคัดเลือกและลงทะเบียนครัวเรือนกับคณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชน จำนวน ๙๒๔ แห่ง ๆ ละ ๓๐ คน รวมทั้งสิ้น ๒๗,๗๒๐ คน

**ระยะเวลาดำเนินการ :** ดำเนินการในไตรมาส ๒ – ๓ จำนวน ๔ วัน

- ศูนย์จัดการกองทุนชุมชน (สถาบันการจัดการเงินชุมชน) ที่จัดตั้งขึ้นในปี พ.ศ.๒๕๕๑ - ๒๕๕๖ จำนวน ๔๗๙ แห่ง ให้ดำเนินการให้แล้วเสร็จในไตรมาสที่ ๒ ภายในเดือนมีนาคม ๒๕๖๑
- ศูนย์จัดการกองทุนชุมชน (สถาบันการจัดการเงินชุมชน) ที่จัดตั้งขึ้นในปี พ.ศ. ๒๕๖๐ จำนวน ๔๔๕ แห่ง ให้ดำเนินการในไตรมาสที่ ๓ เดือนเมษายน - พฤษภาคม ๒๕๖๑

**งบประมาณ :** สนับสนุนการดำเนินงานศูนย์จัดการกองทุนชุมชน จำนวน ๙๒๔ แห่ง ๆ ละ ๖๑,๐๐๐ บาท โดยมีรายละเอียด แบ่งออกเป็น ๒ ส่วน ดังนี้

- ๑) ประชุมเชิงปฏิบัติการบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” จำนวน ๙๒๔ แห่ง ๆ ละ ๒๑,๐๐๐ บาท
- ๒) สนับสนุนกิจกรรมการบริหารจัดการหนี้ตามแผน จำนวน ๙๒๔ แห่ง ๆ ละ ๔๐,๐๐๐ บาท

**หน่วยดำเนินการ :** สำนักงานพัฒนาชุมชนอำเภอ

**พื้นที่ดำเนินการ :** พื้นที่ตั้งของศูนย์จัดการกองทุนชุมชน จำนวน ๙๒๔ แห่ง

**ผลที่คาดว่าจะได้รับ :** ๑. คริวเรือนเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจในการบริหารจัดการหนี้ และการสร้างวินัยทางการเงิน  
๒. ศูนย์จัดการกองทุนชุมชนสามารถส่งเสริมการบริหารจัดการหนี้ ไปสู่ ๑ คริวเรือน ๑ สัญญา

**ตัวชี้วัด :** ๑. จำนวนคริวเรือนที่สามารถบริหารจัดการหนี้ได้ ๑๒,๗๖๔ คริวเรือน  
๒. ร้อยละ ๗๕ ของศูนย์จัดการกองทุนชุมชนสามารถบริหารจัดการหนี้ได้

## กรอบการดำเนินกิจกรรม

### ศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้”

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <b>วัตถุประสงค์ :</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• เพื่อเสริมสร้างความรู้ด้านการเงินในการบริหารจัดการหนี้สิน และสร้างวินัยทางการเงินให้แก่ประชาชน</li> <li>• เพื่อส่งเสริมการบริหารจัดการหนี้ไปสู่ 1 คริวเรือน 1 สัญญา</li> </ul>  |   |  |
| <b>กลุ่มเป้าหมาย :</b>  | <b>กระบวนการดำเนินงาน</b>  |   |  |
| คริวเรือนเป้าหมายที่เป็นหนี้ที่ได้รับคัดเลือก และลงทะเบียนนคริวเรือนกับคณะกรรมการศูนย์จัดการกองทุนชุมชน จำนวน 924 แห่ง ๆ ละ 30 คน รวมทั้งสิ้น 27,720 คน                     | <b>ขั้นเตรียมการ</b>   | <b>ขั้นดำเนินการ</b>  | <b>ขั้นหลังดำเนินการ</b>   |
| <b>ระยะเวลาดำเนินการ :</b><br>ไตรมาส 2 -3 จำนวน 4 วัน<br>ศูนย์ฯ (เดิม 479 แห่ง) ไตรมาส 2 ใต้แล้วเสร็จ ภายใน มี.ค.61<br>ศูนย์ฯ (ใหม่ 445 แห่ง) ไตรมาส 3 ภายใน เม.ย. - พ.ค.61 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• อำเภอกำหนดแผนดำเนินการ และรายงานให้จังหวัดทราบ</li> <li>• จังหวัดรวบรวมและรายงานแผนให้กรมฯ ทราบ</li> <li>• อำเภอประสานคณะกรรมการศูนย์จัดการฯ เตรียมความพร้อม</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. สรุปรวบรวมข้อมูล/จัดทำข้อมูลลูกหนี้กลุ่ม/กองทุน</li> <li>2. วิเคราะห์และจัดประเภทลูกหนี้</li> <li>3. คัดเลือกคริวเรือนเป้าหมาย</li> </ol> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• อำเภอ/คณะกรรมการฯ ดำเนินกระบวนการบริหารจัดการหนี้ และจัดเวที “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” จำนวน 4 วัน</li> <li>1.อบรมให้ความรู้</li> <li>2.วางแผนการบริหารจัดการหนี้</li> <li>3.ดำเนินการปรับโครงสร้างหนี้</li> <li>4.จัดทำ/เสนอโครงการ งบ 40,000 บาท</li> <li>5.ดำเนินการตามแผน ส่งเสริมอาชีพ</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• อำเภอ/จังหวัดติดตามสนับสนุนการดำเนินงาน</li> <li>• รายงานผลการดำเนินงาน</li> <li>1. อำเภอสรุป/รายงานผลให้จังหวัดทราบ</li> <li>2. จังหวัดรวบรวมและสรุปรายงานผลให้กรมฯทราบ</li> <li>3.บันทึก BPM ศูนย์ฯ เดิม (479 แห่ง) ภายในเดือน มี.ค.61<br/>ศูนย์ฯ ใหม่ (445 แห่ง) ภายในเดือน มี.ย.61</li> </ul> |
|   | <b>ผลที่คาดว่าจะได้รับ :</b>   |   |  |
|   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. คริวเรือนเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจในการบริหารจัดการหนี้และสร้างวินัยทางการเงิน</li> <li>2. ศูนย์จัดการกองทุนชุมชนสามารถส่งเสริมการบริหารจัดการหนี้ไปสู่ 1 คริวเรือน 1 สัญญา</li> </ol>   |   |  |

**ตัวชี้วัด :** 1. จำนวนคริวเรือนที่สามารถบริหารจัดการหนี้ได้ .....คริวเรือน  
2. ร้อยละ 75 ของศูนย์จัดการกองทุนชุมชนสามารถบริหารจัดการหนี้ได้

## ตารางการประชุมเชิงปฏิบัติการ

### ศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้”

| ตารางการประชุมเชิงปฏิบัติการโครงการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” |                     |  |  |                      |  |                           |
|---|---------------------|--|--|----------------------|--|---------------------------|
| จำนวน ๔ วัน   |                     |  |  |                      |  |                           |
| วัน/เวลา  | ๐๗.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น. | ๐๙.๐๐ น. - ๑๐.๐๐ น.  | ๑๐.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.  | ๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น.  | ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.                                   | ๑๔.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.          |
| วันที่ ๑  | ลงทะเบียน/รายงานตัว | ชี้แจงทำความเข้าใจเกี่ยวกับโครงการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” | ศาสตร์พระราชากับการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มาปรับใช้จนเป็นวิถีชีวิต | ทำประกันสุขภาพทางตรง | การเชื่อมโยงและการสร้างโอกาสการพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก |                           |
| วันที่ ๒  |                     | การสร้างวินัยทางการเงิน  |  |                      | การปรับพฤติกรรมทางการเงิน                          | การส่งเสริมการออม         |
| วันที่ ๓  |                     | การวิเคราะห์/วางแผนการใช้จ่ายทางการเงิน  |  |                      | การจัดทำบัญชีครัวเรือน                             | การจัดทำแผนพัฒนาครัวเรือน |
| วันที่ ๔  |                     | การส่งเสริมการบริหารจัดการหนี้   |  |                      |  | คัดเลือกโครงการ/กิจกรรม   |

“

การฝึกอบรมตามโครงการประชุมเชิงปฏิบัติการศูนย์จัดการกองทุนชุมชนบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” สามารถเว้นระยะเวลาของแต่ละวันในการอบรมได้ โดยไม่จำเป็นต้องอบรมต่อเนื่องติดต่อกันจำนวน ๔ วัน แต่ทั้งนี้ ต้องดำเนินการให้ครบตามจำนวนวัน และภายในไตรมาสที่กำหนดไว้

”

## | สังเขปวิชา |



### ศาสตร์พระราช

กองทุนชุมชนกับการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง  
ไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต

#### | คำอธิบายรายวิชา: |

รัฐบาลให้ความสำคัญกับการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ มาเป็นแนวทางในการพัฒนาประเทศ และได้มอบหมายให้กระทรวงมหาดไทย น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปเผยแพร่สร้างความเข้าใจทุกพื้นที่ทั่วทั้งประเทศ จนนำไปสู่ การน้อมนำไปปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต ซึ่งเศรษฐกิจพอเพียงมิได้หมายความว่าเพียงแต่ให้บุคคลพึ่งพาตนเองได้ (Self-Sufficiency) แต่ยังสามารถใช้ได้กับบุคคล กลุ่มบุคคล ชุมชน องค์กรทั้งภาครัฐและภาคเอกชน โดยมี ลำดับขั้นการดำเนินการ ๓ ระดับ คือ

ระดับที่ ๑ เศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน เน้นความพอเพียงในระดับบุคคลและครอบครัว ยึดถือ หลักการที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” คือ การที่สมาชิกในครอบครัวพอมือ พอกิน สามารถสนองความต้องการ พื้นฐานหรือปัจจัยสี่ของครอบครัว พึ่งตนเองได้

ระดับที่ ๒ เศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า คือ ยกกระดับความพอเพียงด้วยการรวมกลุ่ม มีการร่วมคิด ร่วมมือ ร่วมรักษาผลประโยชน์ เรียนรู้ แลกเปลี่ยน และแก้ปัญหาาร่วมกัน เพื่อมุ่งไปสู่ความเข้มแข็งภายในกลุ่ม ชุมชน/หมู่บ้าน

ระดับที่ ๓ เศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวไกล การสร้างเครือข่ายความร่วมมือระหว่างชุมชน กลุ่ม องค์กร ภาคเอกชน เพื่อประโยชน์ของส่วนรวมร่วมกัน

กรมการพัฒนาชุมชนได้น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาเชื่อมโยงกับการดำเนินงานตาม วาระกรมการพัฒนาชุมชน (CDD Agenda) โดยการกำหนดแนวทางการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานรากภายใต้ หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นบันได ๓ ขั้น ตั้งแต่เศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน คือ ระดับบุคคลหรือ ครัวเรือน และระดับเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า คือ ระดับการรวมตัวเป็นกลุ่ม และระดับความร่วมมือกัน เป็นเครือข่าย รวมถึงการบูรณาการกองทุนภายในชุมชนเพื่อหนุนเสริมการประกอบอาชีพของประชาชน

#### | วัตถุประสงค์: |

๑. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้รับทราบและเข้าใจความหมายที่แท้จริงของศาสตร์พระราชและปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง
๒. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้ศึกษาและเรียนรู้การประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงจนเป็นวิถีชีวิต
๓. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้มองเห็นถึงความเชื่อมโยงของการดำเนินงานกรมการพัฒนาชุมชน ที่เน้น การบูรณาการกองทุนภายในชุมชนเพื่อหนุนเสริมการประกอบอาชีพของประชาชนกับการน้อมนำหลักปรัชญา ของเศรษฐกิจพอเพียงไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต

## | ประเด็นเนื้อหาการเรียนรู้ :

๑. ความหมายของศาสตร์พระราชากับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
๒. การประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และตัวอย่างความสำเร็จในการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้
๓. ความเชื่อมโยงของการดำเนินงานตามวาระกรมการพัฒนาชุมชน ที่เน้นการบูรณาการกองทุนภายในชุมชนเพื่อหนุนเสริมการประกอบอาชีพของประชาชนกับการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต

**| ระยะเวลา :** ๑.๓๐ ชั่วโมง (๙๐ นาที)

## | วิธีการ/เทคนิค :

๑. การบรรยาย
๒. การตั้งคำถามเพื่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์
๓. การเสริมความชัดเจนของเนื้อหาด้วยสไลด์ กรณีศึกษา และคลิป
๔. การเติมเต็มให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะ

## | สื่อ/วัสดุ/อุปกรณ์ :

๑. สไลด์ PPT
๒. กรณีศึกษา
๓. คลิป

## | การประเมินผล :

๑. การสังเกตพฤติกรรม
๒. การประเมินการถ่ายทอด
๓. การประเมินรายวิชา

## | เนื้อหาวิชา |

## ๑ ศาสตร์พระราชา กองทุนชุมชนกับการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต

### “คนไทยมีปัญหาพระราชาก็ทรงคิดหาทางแก้ไขโดยศาสตร์พระราชา”

มีคำกล่าวถึง “ศาสตร์พระราชา” มานานหลายปีแล้ว เช่น ศาสตร์พระราชาสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน, ศาสตร์พระราชาสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน, ศาสตร์พระราชามาจากภูมามานานที่ ซึ่งในต่างประเทศต่างทราบว่าเป็นแนวคิดตามแนวพระราชดำริขององค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙

ในความคิดแวบหนึ่ง คนไทยนี่ช่างโชคดี ที่เจอปัญหาอะไร พระราชาของเราก็ดูหาทางแก้ไขไว้ให้ มีคำถามว่า “คนไทยรู้จักศาสตร์ของพระราชาคือแค่ไหน และเคยนำไปปฏิบัติกันหรือยัง” มาเริ่มต้นที่ตัวเรา และต่อไปก็คนรอบข้าง แล้วขยายออกกว้าง ไปสู่สังคมและประเทศชาติในที่สุด

ตัวอย่างปัญหาเช่น ทุกครั้งที่คนไทยมีปัญหาน้ำเสีย น้ำท่วม ดินถล่ม ไฟป่า พระองค์ท่านก็จะคิดศาสตร์มาแก้ไข เมื่อประเทศไทยฝนแล้ง พระองค์ท่านก็มีศาสตร์ในการทำฝนเทียม หรือฝนหลวง ที่เรียกว่า “พากฟ้า ลงภูผา ผ่านทุ่งนาสู่มหานที” เมื่อประชาชนชาว กทม. น้ำท่วม พระองค์ท่านก็คิดศาสตร์ที่ชื่อว่าโครงการแก้มลิง ที่คลองมักกะสัน เพื่อแก้ไขปัญหา โครงการชุดคลองลัดโพธิ์ หรือการแก้ไขปัญหาน้ำเสีย ใช้ฝักตบชวาที่เรียกว่า “ใช้ธรรมปราบอธรรม” (The use of vice to defeat vice) และก็มีกั้งหันชัยพัฒนาเติมออกซิเจน เป็นต้น



### มีคำถามหนึ่งว่า “ทำไมคนไทยรักพระราชามากจนยอมตายแทนได้”

**คำตอบก็คือ** พระราชา ทรงห่วงใยประชาชนของพระองค์ และทำเพื่อบำบัดความทุกข์ทุกอย่างของประชาชน ตลอดระยะเวลาที่ทรงครองราชย์ กว่า ๗๐ ปี จึงเป็นหน้าที่ของคนไทยที่ต้องศึกษาศาสตร์แห่งพระราชา และช่วยกันดำเนินการตามรอยพระบาท หรือ “การเดินตามรอยเท้าพ่อ” ที่ต้องศึกษาแนวทางที่พระองค์ท่านได้ทรงงานและวางแนวทางหาหนทางแก้ไขปัญหาของประชาชนไว้ที่ทุกคนรู้จักกันในนาม “ศาสตร์พระราชา” หรือ “ศาสตร์แห่งพระราชา”

ในแง่แนวคิด ปรัชญา และการปฏิบัตินั้น “การรักพระราชารองเรา” นั่นก็คือการปฏิบัติบูชาตามคำสอน หากคนไทยทุกคนช่วยกันทำ ช่วยกันปฏิบัติ และขยายผลการปฏิบัติให้กว้างขวาง จะยิ่งเกิดผลดีในการปฏิบัติ “เชิงสัญลักษณ์” มากขึ้น ที่ปกติเหล่าบรรดาข้าราชการและพสกนิกรทั่วไปทุกคนก็ได้ทำกันอยู่แล้ว เช่น คำขวัญ สโลแกน ที่เขียนขึ้นป้าย ติดเสื้อ ติดรถ ต่าง ๆ อาทิ “เราเกิด ในรัชกาลที่ ๙” ซึ่งเรียกรวม ๆ กันว่า “ปฏิบัติบูชา” ช่วยกันทำ สังคมก็จะดีขึ้น การเขียนให้ดูสวย ดูดี ดูเท่ แต่ไม่ช่วยกันทำ ช่วยกันปฏิบัติ ก็จะไม่เรียกว่า “รักพระองค์ท่านอย่างแท้จริง”

## ศาสตร์พระราช...ศาสตร์เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ มีพระราชดำรัส เมื่อปี ๒๕๕๔ ว่า “เป้าหมายในการพัฒนาของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว คือ **“การพัฒนาที่ยั่งยืน”** เพื่อปรับปรุงชีวิตความเป็นอยู่ของคน โดยไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม ให้คนมีความสุข โดยต้องคำนึงเรื่องสภาพภูมิศาสตร์ ความเชื่อทางศาสนา เชื้อชาติ และภูมิหลังทางเศรษฐกิจ สังคม แม้ว่าวิธีการพัฒนามีหลากหลาย แต่ที่สำคัญคือนักพัฒนาจะต้องมีความรัก ความห่วงใย ความรับผิดชอบ และการเคารพในเพื่อนมนุษย์ จะเห็นได้ว่าการพัฒนาเกี่ยวข้องกับมนุษยชาติ และเป็นเรื่องของจิตใจ”

เมื่อ ๒๘ ตุลาคม ๒๕๕๙ พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี ได้กล่าวในรายการ **“ศาสตร์พระราชสู่การปฏิบัติอย่างยั่งยืน”** ในการพัฒนาเศรษฐกิจสู่ยุคไทยแลนด์ ๔.๐ รวมทั้งการพัฒนาประเทศเพื่อก้าวเข้าสู่สังคมโลกทั้งในระดับภูมิภาคและในระดับโลก เพื่อน้อมนำพระราชดำรัสขององค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ภูมิพลอดุลยเดชที่ให้ **“ประชาชนเป็นศูนย์กลาง”** ของการพัฒนา มาเป็นแนวทางในการดำเนินงานเพื่อไม่ให้เกิดความขัดแย้งในพื้นที่ ประชาชนมีส่วนร่วมและได้ประโยชน์จากการพัฒนาอย่างแท้จริง ให้มีความอยู่ดี กินดี

รัฐบาล ฯพณฯ พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรีได้เชื่อมโยง **“ศาสตร์พระราช”** ในเรื่องหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (SEP - Sufficiency Economy Philosophy) กับเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (SDGs - Sustainable Development Goals) ประสบความสำเร็จในการสร้างความตระหนักและการยอมรับในเวทีระหว่างประเทศในระดับหนึ่ง ยกตัวอย่างเช่น (๑) ศูนย์สาธิตสหกรณ์โครงการหุบกะพง เพื่อแก้ปัญหาการขาดน้ำกินและน้ำใช้, การขาดที่ดินทำกิน ซึ่งมีการส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีอย่างง่าย (๒) ธนาคารอาหารเป็นกิจกรรมจากกองทุนอาหารกลางวันแบบยั่งยืน ให้เด็กนักเรียนทุกคนนำไปลงทุน เพื่อประกอบอาชีพทำการเกษตรและปศุสัตว์ขนาดเล็ก (๓) โรงเรียนพระดาบส จัดให้มีการสอนวิชาชีพ หลักสูตร ๑ ปี มุ่งให้สามารถนำไปประกอบอาชีพได้จริง เสริมด้วยทักษะชีวิต ให้สามารถดำรงตนได้อย่างเหมาะสม (๔) กังหันชัยพัฒนา เป็นการเพิ่มปริมาณออกซิเจนในน้ำ ลดกลิ่น น้ำไม่เน่าเสีย เป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์น้ำได้ (๕) บริษัท ประชาธิปไตยรักสามัคคี จำกัด ดำเนินการตามรูปแบบ **“วิสาหกิจเพื่อสังคม”** บนกลไก **“ประชารัฐ”** ที่ไม่มุ่งเน้นผลกำไรจากการประกอบการ

ลองมาดูเนื้อหาโดยสรุปของ **“ศาสตร์แห่งพระราช”** ที่สำคัญเหล่านี้กัน

- **โครงการฝนหลวง จากฟ้าลงสู่ผืนดิน ผ่านทุ่งนาสู่มหานคร**

วิธีทำฝนหลวงมีอยู่ ๓ ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ ๑ ก่อทวน คือการตัดแปรสภาพอากาศหรือก้อนเมฆในขณะนั้นเพื่อกระตุ้นให้มวลอากาศ ชั้นไอลพาขึ้นสู่เบื้องบนอันเป็นการชักนำไอน้ำหรืออากาศชื้นเข้าสู่กระบวนการเกิดเมฆ ขั้นตอนที่ ๒ เลี้ยงให้อ้วน คือการตัดแปรสภาพอากาศเพื่อทำให้เมฆเจริญขึ้นจนมีขนาดใหญ่หนาแน่นและพร้อมที่จะตกลงมาเป็นฝน ขั้นตอนที่ ๓ โจมตี คือการตัดแปรสภาพอากาศที่จะกระตุ้นให้เม็ดละอองเมฆปะทะชนกันแล้วรวมตัวเข้าด้วยกัน จนมีขนาดใหญ่ขึ้น ขณะเดียวกันก็เป็นการลดแรงไอลพาขึ้นเบื้องบน เพื่อให้เม็ดน้ำมีขนาดใหญ่ตกลงสู่เบื้องล่างแล้วเกิดเป็นฝนตกลงมาสู่เป้าหมาย

- **ฝายชะลอความชุ่มชื้น(Check Dam) หรือฝายแม้ว**

ใช้วัสดุธรรมชาติที่หาง่ายในท้องถิ่นเช่นก้อนหินและไม้เพื่อก่อเป็นฝายขวางร่องน้ำหรือห้วยเล็ก ๆ ทำหน้าที่กักกระแสน้ำไว้ให้ไหลช้าลงและให้น้ำสามารถซึม ลงใต้ผิวดินสร้างความชุ่มชื้นในบริเวณนั้น อีกทั้งยังช่วยดักตะกอนดินและทราย ไม่ให้ไหลลงสู่แหล่งน้ำเบื้องล่าง

### • แผลก

การปลูกหญ้าแฝกตามแนวระดับเพื่อช่วยชะลอความชุ่มชื้นไว้ในดิน โดยรากของหญ้าแฝกจะขยายออกด้านข้างเป็นวงเส้นผ่าศูนย์กลางไม่เกิน ๕๐ เซนติเมตร และจะแทงลงไปเป็นแนวลึกใต้ดิน ๑-๓ เมตรแล้วสานกันเป็นแนวกำแพงดูดซับความชุ่มชื้นให้แก่ผิวดิน

### • ทฤษฎีใหม่

เป็นการสร้างแหล่งน้ำขนาดเล็กบนผิวดินในพื้นที่การเกษตรของเกษตรกรโดยแบ่งที่ดินสำหรับใช้ชุดเป็นสระเก็บน้ำให้สามารถใช้ทำการเกษตรได้ตลอดปี และสามารถเลี้ยงปลาไปพร้อม ๆ กันนอกจากนี้บริเวณขอบสระยังสามารถใช้ปลูกพืชผักสวนครัวได้อีกด้วย

### • โครงการแก้มลิง

หลักการของโครงการ คือเมื่อเกิดน้ำท่วมก็ขุดคลองชักน้ำให้ไหลมารวมกันเก็บไว้ในแหล่งพักน้ำแล้วจึงค่อยทำการระบายลงสู่ทะเลผ่านทางประตูระบายน้ำในช่วงที่ปริมาณน้ำทะเลลดลง ขณะเดียวกันก็สามารถสูบน้ำออกจากคลองที่เป็นแก้มลิงลงสู่ทะเลตลอดเวลา เพื่อที่น้ำจากตอนบนจะได้ไหลลงมาได้เรื่อย ๆ และเมื่อใดก็ตามที่ ระดับน้ำทะเลขึ้นสูงกว่าระดับน้ำในคลองที่เป็นแก้มลิง ก็ให้ปิดประตูระบายน้ำกันไม่ให้น้ำทะเลไหลย้อนกลับเข้ามา

### • การใช้น้ำดีไล่น้ำเสีย

เป็นการนำน้ำคุณภาพดีจากแม่น้ำเจ้าพระยาส่งเข้าไปไล่น้ำเสียตามคลองในเขตกรุงเทพฯ และปริมณฑลได้แก่ คลองบางเขน คลองบางซื่อ คลองแสนแสบ คลองเทเวศร์ และคลองบางลำภู เพื่อช่วยลดปัญหาความเน่าเสียของน้ำในคลองต่าง ๆ คล้ายกับการ “ซักโครก” คือปิดและเปิดน้ำให้ได้จังหวะตามเวลาน้ำขึ้น-น้ำลง หากน้ำขึ้น สูงก็เปิดประตูน้ำให้น้ำดีเข้าไปไล่น้ำเสีย ครั้นน้ำทะเลลง ก็เปิดประตูถ่างน้ำเสียออกจากคลองไปด้วย

### • กังหันน้ำชัยพัฒนา

กังหันชัยพัฒนา หรือเครื่องกลเติมอากาศที่ผิวน้ำหมุนช้าแบบทุ่นลอย เป็นกังหันน้ำเพื่อบำบัดน้ำเสียด้วยวิธีการเติมอากาศ ทำงานโดยการหมุนปั่น เพื่อเติมอากาศให้น้ำเสียกลายเป็นน้ำดี สามารถประยุกต์ใช้บำบัดน้ำเสียจากการอุปโภคของประชาชน น้ำเสียจากโรงงานอุตสาหกรรม รวมทั้งเพิ่มออกซิเจนให้กับบ่อเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำทางการเกษตร ใช้บำบัดน้ำเสียที่เกิดจากชุมชนและอุตสาหกรรมลักษณะเป็นเครื่องกลหมุนช้าแบบทุ่นลอยเพื่อช่วยเติมออกซิเจนที่ผิวน้ำ

### • การบำบัดน้ำเสียโดยใช้จุลินทรีย์ ๒ วิธี

**วิธีที่ ๑** การใช้น้ำหมักชีวภาพ โดยการใช้ น้ำหมักชีวภาพปริมาณ ๑ ต่อ ๕๐๐ ส่วน ราวลงทิ้งในน้ำทิ้งจากครัวเรือน ตลาดสดฟาร์มปศุสัตว์ หรือโรงงานอุตสาหกรรม เพื่อให้จุลินทรีย์ช่วยย่อยสลายอินทรีย์สารในแหล่งน้ำ นอกจากนี้ น้ำหมักชีวภาพยังสามารถนำไปใช้ได้ดีในการปรับสภาพน้ำในบ่อประมงทั้งบ่อเลี้ยงกุ้งและปลาได้เป็นอย่างดี

**วิธีที่ ๒** ภาวะเปิดจุลินทรีย์ เป็นการบำบัดและฟื้นฟูแหล่งน้ำให้ดีขึ้นด้วยจุลินทรีย์ เช่นเดียวกับการใช้น้ำหมัก ประกอบด้วยโคลนจากท้องน้ำ ๕๐ กิโลกรัม, รำ ๑๐ กิโลกรัม, ปุ๋ยอินทรีย์เม็ดหรือ ผง ๕๐ กิโลกรัม และน้ำหมักชีวภาพที่หมักจนได้ที่แล้ว ๓ เดือนขึ้นไป โดยนำทุกอย่างมาผสมเข้าด้วยกันจนสามารถปั้นเป็นก้อนขนาดเท่าลูกเปตอง นำไปฝังไว้ในที่ร่มจนแห้ง สามารถนำไปบำบัดน้ำได้โดยใช้ในอัตราส่วน ๕ กิโลกรัมต่อน้ำ ๑ ล้านลิตร หรือ ๒๕ กิโลกรัมต่อพื้นที่ไร่ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพน้ำที่เน่าเสีย



## "วิชา ๙ หน้า" ศาสตร์พระราชาทรงงานของพ่อ

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) ได้จัดทำโครงการ "วิชา ๙ หน้า" ศาสตร์พระราชาทรงงานของพ่อ อันเป็นกิจกรรมภายใต้โครงการ "ตามรอยศาสตร์พระราชาสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน" เพื่อน้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณและสืบสานพระราชปณิธานของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพล-อดุลยเดช ด้วยการน้อมนำหลักเข้าใจ เข้าถึง และพัฒนา อันเป็นหลักการทรงงานของพระองค์ท่าน จนเกิดเป็นโครงการพระราชดำริกว่า ๔,๐๐๐ โครงการ เกิดเป็นพื้นที่ท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้ ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดีของประชาชนและการพัฒนาประเทศในทุกด้าน

นางสาวธัญปณีย์ เกียรติไพบูลย์ ผู้อำนวยการสำนักผู้ว่าการการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) กล่าวว่าโครงการ "วิชา ๙ หน้า" ศาสตร์พระราชาทรงงานของพ่อ เป็นการนำเสนอศาสตร์พระราชามาในรูปแบบใหม่ ให้ประชาชนทั่วไปและคนรุ่นใหม่สามารถเข้าใจได้ง่ายขึ้น ผ่านคอนเทนต์ในรูปแบบต่าง ๆ ประกอบด้วย วิดีโอสารคดีและหนังสือ ชุด "วิชา ๙ หน้า" ศาสตร์พระราชาทรงงานของพ่อนำเสนอ ๙ วิชา ผ่าน ๙ บุคคล ซึ่งเป็นผู้มีอิทธิพลทางความคิดในแวดวงต่าง ๆ มาเป็นผู้ถ่ายทอดแต่ละ "วิชา" ที่ได้ไปสัมผัสจริงในชุมชนต่าง ๆ โดยมีศาสตร์พระราชามาเป็นแกนหลักของแต่ละ "บท" ผ่านการ "ท่องเที่ยวชุมชน" ที่แต่ละชุมชนได้น้อมนำหลักการและแนวคิดของพระองค์เป็นแนวทางในการใช้ชีวิตและพัฒนาชุมชนให้เกิดการเติบโตอย่างยั่งยืน ประกอบด้วย



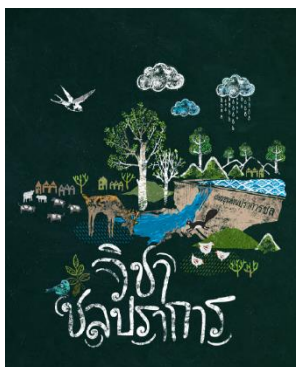
### ๑. วิชาปลูกไทยในใจคน : พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ กรุงเทพมหานคร



พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ เมืองพระราชมังคลาภิเษก กรุงเทพมหานคร

โดย คุณกอบกาญจน์ วัฒนวรางกูร รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา  
รัชกาลที่ ๙ ทรงมุ่งเน้นอนุรักษ์วัฒนธรรมไทยให้สืบต่อเนืองยาวนาน "ปลูก" ความรักชาติไทยสู่ใจชาวไทยและอนุชนรุ่นหลัง ด้วยการโปรดเกล้าฯ ให้ฟื้นฟูประเพณีเสด็จพระราชดำเนินโดยกระบวน

พยุหยาตราทางชลมารคขึ้นอีกครั้ง เพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในชาติของตน และเผยแพร่ให้ชาวโลกได้ประจักษ์



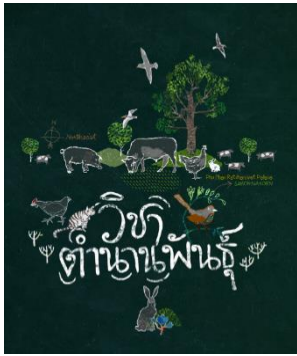
### ๒. วิชาชลปราการ: เชื้อขนุนด่านปราการชล นครนายก



สิ่งขนุนด่านปราการชล โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ๑.๒๕๖๖ นครนายก

โดยคุณยุทธศักดิ์ สุภสร ผู้ว่าการการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย  
เขื่อนของพ่อ "ปราการ" ที่ใช้ปกป้องบรรเทาปัญหาอุทกภัยไม่ให้เข้าท่วมจังหวัดนครนายก ซึ่งเป็นปราการด่านสุดท้ายก่อนที่จะเข้าสู่กรุงเทพมหานคร และยังเป็นปราการที่ใช้เก็บกักน้ำสำหรับหล่อเลี้ยงชีวิตชาวไทย ขณะเดียวกันในฤดูแล้งน้ำจากเขื่อนก็จะถูกระบาย เพื่อแก้ปัญหาดินเปรี้ยวอีกด้วย

### ๓. วิชาตำนานพันธุ์ : ศูนย์ศึกษาการพัฒนาภูพานอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จ.สกลนคร



โครงการพระราชดำริ ศูนย์ศึกษาการพัฒนาภูพานตามพระราชดำริ  
บ้านนาตาก้า อ.หัวยาง จ.เมือง จ.สกลนคร

โดยคุณวิศุทธิ์ พรนิมิตร  
นักวาดภาพประกอบ เจ้าของลายเส้น  
น้องมะม่วง, ควินใต้หมวก, hesheit

ด้วยต้องการบรรเทาความทุกข์ของ  
ประชาชน ในหลวง รัชกาลที่ ๙ จึง  
โปรดฯ ให้สร้างพระตำหนักภูพาน-  
ราชนิเวศน์ เพื่อเป็นศูนย์กลางในการ

ทำงานของพระองค์ในภาคอีสาน พร้อมโปรดฯ ให้จัดตั้งศูนย์ศึกษาการพัฒนาภูพานอันเนื่องมาจากพระราชดำริ  
เพื่อเป็นสถานที่ทดลองแนวพระราชดำริต่าง ๆ โดยเฉพาะการพัฒนาคุณภาพชีวิตเกษตรกร เช่น การสร้างอ่างเก็บน้ำ  
ไว้ในฤดูแล้ง การหาข้าวพันธุ์ดีที่เหมาะสมกับสภาพภูมิประเทศ และอีกโครงการหนึ่งซึ่งถือเป็นไฮไลต์ของที่นี่  
คือ การเลี้ยงสัตว์ โดยในหลวงพระราชทานแนวทางง่าย ๆ ว่า ต้องแข็งแรง ทนทานต่อสภาพแวดล้อม เลี้ยงง่าย  
ไม่ต้องลงทุนสูง ไม่เช่นนั้นหากมีอะไรผิดพลาด เกษตรกรจะกลายเป็นหนี้ จนเป็นที่มาของตำนาน ๓ ดำ แห่งภูพาน  
ซึ่งประกอบด้วย ไก่ดำภูพาน สุกรภูพาน โคเนื้อภูพาน

### ๔. วิชาธรรมชาติสามัคคี : โครงการพัฒนาป่าไม้ตามแนวพระราชดำริภูหินร่องกล้า จ.พิษณุโลก



โดยคุณวงศ์ทอง ชัยณรงค์สิงห์ ผู้ก่อตั้งนิตยสาร a day และ The Standard



โครงการพัฒนาป่าไม้ตามแนวพระราชดำริภูหินร่องกล้า จ.พิษณุโลก  
เรียนรู้ด้วยการปฏิบัติจริง

ชาวเมืองที่ภูหินร่องกล้าส่วนใหญ่ดำรงชีพด้วยการปลูกฝิ่นกับกะหล่ำปลี จึงมักจะเข้าไปบุกกรุก แฝว่ถาง  
พื้นป่าสร้างความเสียหายแก่ทรัพยากรธรรมชาติอย่างมาก กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่าและพันธุ์พืช จึงหยิบยก  
แนวทางพระราชดำริมาเป็นฐาน เพื่อแก้ไขปัญหานี้ โดยสนับสนุนให้ชาวบ้านเปลี่ยนมาปลูกพืชที่เป็นมิตรกับ  
ธรรมชาติ อย่างกาแฟอาราบิก้า และสตรอเบอร์รี่พันธุ์พระราชทาน ๘๐ โดยผลผลิตนำไปจำหน่ายนักท่องเที่ยว  
ที่มาชมความงามของทุ่งดอกกระดาศและดอกดงพญาเสือโคร่ง ซึ่งชาวเขาช่วยกันปลูกเพื่อทดแทนผืนป่าเดิม  
บนยอดดอยที่ถูกบุกกรุกทำลายจนมีสภาพเป็นเขาหัวโล้น พร้อมปลูกฝังแนวคิดเรื่องป่าไม้เป็นเรื่องของทุกคน  
“คนอยู่กับป่า ป่าอยู่กับคน” ด้วยการสอนให้ชาวเขา รู้จักวิถีดูแลรักษาธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ไม่ว่าจะ  
การทำแนวป้องกันไฟป่า การดูแลพันธุ์พืชสัตว์ป่า การดูแลแหล่งน้ำธรรมชาติ ฯลฯ ส่งผลให้ภูหินร่องกล้า  
กลับมาอุดมสมบูรณ์ในระยะเวลาไม่นาน

## ๕. วิชานิเวศปฐมวัย: ศูนย์ศึกษาการพัฒนาอ่าวคุ้งกระเบนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จ.จันทบุรี



โดยคุณชุตารี เทพาคำ เชฟตาม Top Chef Thailand คนแรกของประเทศไทย



ศูนย์ศึกษาการพัฒนาอ่าวคุ้งกระเบน อันเนื่องมาจากพระราชดำริ อ.ท่าใหม่ จ.จันทบุรี

สัตว์น้ำตัวเล็ก ๆ ก็เหมือนกับเด็ก หากไม่มีการดูแลที่ดี โอกาสที่จะเจริญเติบโตเป็นแหล่งโปรตีนที่ดี ก็คงลำบาก ในหลวง รัชกาลที่ ๙ ทรงเข้าใจเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงเป็นสาเหตุว่าทำไมถึงโปรดฯ ให้จัดตั้งศูนย์ศึกษาการพัฒนาอ่าวคุ้งกระเบนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดจันทบุรี เมื่อเดือนธันวาคม พ.ศ. ๒๕๒๔

## ๖. วิชาปลูกผัก: สถานีเกษตรหลวงอินทนนท์ จ.เชียงใหม่



โดยน้องชื่นใจ และคุณแม่-คุณพินดา เอี่ยมศิรินพกุล

อดีตบรรณาธิการและนักเขียน สำนักพิมพ์ polka dots และลูกสาวไอศกรีมวัยจิ๋วขวัญใจชาวเน็ต



สถานีวิจัยโครงการหลวงดอยอินทนนท์ จ.เชียงใหม่

ใครจะเชื่อว่าปัญหาการปลูกฝิ่นที่อยู่คู่สังคมไทยมานานกว่า ๖๐๐ ปีจะหายไป ด้วยพระอัจฉริยภาพ ที่เกิดจากการมองปัญหาอย่างรอบด้านลึกซึ้งของในหลวง รัชกาลที่ ๙ ทำให้สามารถเอาชนะปัญหาที่เกาะกินสังคมไทยมายาวนานได้ เริ่มจากการ “ปลูกป่าในใจคน” นั่นก็คือควรที่จะปลูกต้นไม้ลงในใจคนเสียก่อน แล้วคนเหล่านั้นก็พากันปลูกต้นไม้ลงบนแผ่นดินและรักษาต้นไม้ด้วยตนเอง จากกาแพต้นแรกของพ่อที่ให้ชาวเขาปลูกแทนการปลูกฝิ่นจนกระทั่งเปลี่ยนจากฝิ่นกลายเป็นเมืองกาแฟในปัจจุบัน เช่นเดียวกับบนยอดดอยที่หวนคืนสู่ความอุดมสมบูรณ์อีกครั้ง



## ๗. วิชารักแรงโน้มถ่วง : โครงการแก้มลิงในพระราชดำริทุ่งทะเลหลวง จ.สุโขทัย

โดยคุณสุชาณัฐ ชิตไทย (คนตัวจิ๋ว) บล็อกเกอร์สุดครีเอทีฟเจ้าของเพจ “คนตัวจิ๋ว”



โครงการแก้มลิงในพระราชดำริ “ทุ่งทะเลหลวง” แผ่นดินศักดิ์สิทธิ์รูปหัวใจ ต.บ้านกล้วย อ.เมือง จ.สุโขทัย

เพราะความรักที่มีต่อสัตว์เลี้ยงของในหลวง รัชกาลที่ ๙ พระองค์จึงคอยเฝ้าสังเกตพฤติกรรมของสัตว์ที่ทรงเลี้ยงอย่างใกล้ชิด และจากความสนพระทัยนี้จะถูกต่อยอดมาเป็นแนวทางการบริหารจัดการน้ำที่สำคัญ

ของประเทศ “แก้มลิงรูปหัวใจ” ระบายน้ำจากตอนบนสู่คลองพักน้ำขนาดใหญ่ที่ชายทะเล เมื่อระดับน้ำในทะเลต่ำกว่าในคลองก็ระบายน้ำออกจากคลองทางประตูระบายน้ำด้วยหลักการแรงโน้มถ่วงของโลก

## ๔. วิชาหมอดิน : ศูนย์ศึกษาวิธีการฟื้นฟูที่ดินเสื่อมโทรมเขาชะงุ้ม อันเนื่องมาจากพระราชดำริ จ.ราชบุรี

โดยคุณบอย โกสิยพงษ์ นักแต่งเพลงชื่อดัง



ศูนย์ศึกษาวิธีการฟื้นฟูที่ดินเสื่อมโทรมเขาชะงุ้ม  
อันเนื่องมาจากพระราชดำริ  
ต.เขาชะงุ้ม อ.โพธาราม จ.ราชบุรี



ปัญหาดินเสื่อมโทรมต้องรักษาด้วยการเพิ่ม “วิตามินของดิน” เพื่อฟื้นฟูปรับปรุงบำรุงให้สามารถกลับมาใช้ประโยชน์ได้อย่างมีประสิทธิภาพอีกครั้ง แก้ปัญหาที่ทำกินของตนเองให้กลับมาใช้ประโยชน์ได้ในที่สุด อาทิ การปลูกป่าโดยไม่ต้องปลูก ปล่อยให้ป่าเติบโตตามในวิถีธรรมชาติ การปลูกหญ้าแฝก ป้องกันการชะล้างพังทลายของดิน การรักษาความชุ่มชื้นของดิน

## ๕. วิชาหลอดฟ้า: ศูนย์ฝนหลวงหัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์

โดยคุณภรณ์ สวัสดิ์วัฒน์ ณ อยุธยา นักแสดงหล่อม้าดเซอร์



โครงการตามพระราชดำริ อ่างเก็บน้ำเขาตา  
ต.หนองแก อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์



อาจกล่าวได้ว่าปัญหาภัยแล้ง เป็นทุกข์ของราษฎรพระองค์จึงได้ทรงค้นงานวิจัยจากต่างประเทศจำนวนมาก เพื่อศึกษาหาความเป็นไปได้ในการทำฝนเทียม โดยได้ใช้สนามบินบ่อฝ้าย จังหวัด

ประจวบคีรีขันธ์ ในการทดลอง ฝนที่ในหลวงทรงสร้างจากศาสตร์ของการหลอดฟ้า ที่หั้งค้นคิด และทดลองซ้ำแล้วซ้ำเล่ามานานถึง ๑๔ ปี ได้กลายเป็นเครื่องมือสำคัญ ที่ช่วยชาวบ้านนับแสนนับล้านให้รอดพ้นวิกฤติ จนผู้คนขนานนามว่า ‘ฝนหลวง’

## | เศรษฐกิจพอเพียง |

เวลาพูดถึงเศรษฐกิจพอเพียง หลายคนคิดว่าจะต้องลาออกจากงานไปอยู่ณายู่สวนเท่านั้นถึงจะพอเพียงได้ ที่จริงแล้วเศรษฐกิจพอเพียงไม่ได้จำกัดอยู่แค่การทำเกษตรเท่านั้น แต่เป็นแนวคิดที่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง

ไม่ว่าคุณจะเป็นใครก็ตาม ‘เศรษฐกิจพอเพียง’ จะทำให้คุณเข้าใจได้อย่างเห็นภาพมากขึ้น ท่ามกลางวิกฤตเศรษฐกิจในปี ๒๕๔๐ หรือที่รู้จักกันในชื่อวิกฤตการณ์ต้มยำกุ้ง เป็นครั้งแรกที่คนไทยได้ยินคำว่า “เศรษฐกิจพอเพียง” ซึ่งในหลวง ร.๙ ตรัสขึ้นเพื่อเตือนสติคนไทยที่กำลังเสียขวัญให้กลับมาลุกขึ้นสู้อีกครั้งหนึ่ง

เศรษฐกิจพอเพียง คือข้อแนะนำวิธีการดำเนินชีวิต โดยมีหัวใจอยู่ที่การจัดลำดับความสำคัญและทำชีวิตให้สมดุล สิ่งใดจำเป็นต่อชีวิตก็ควรให้ความสำคัญก่อน สิ่งใดเป็นเพียงแค่ความต้องการก็ควรมาทีหลัง มีหลายเหตุการณ์ที่ในหลวงทรงพบเจอที่แสดงให้เห็นว่าแนวคิด ‘พอเพียง’ เป็นสิ่งจำเป็น

๑

เมื่อปี ๒๕๔๘ มีข้าราชการชั้นผู้น้อยมาทูลขอเงินพระองค์เล็ก ๆ น้อย ๆ แต่ว่าขออยู่เรื่อย ๆ เท่าไหร่ก็เคยไม่พอ จนพระองค์ทรงให้เขาทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายมาถวาย ก็พบว่า มี “ค่าเช่า” อยู่ในรายจ่ายด้วย พอพระองค์ตรัสถาม ข้าราชการคนนี้ก็อธิบายว่าเป็นเงินที่จ่ายให้เจ้ามือทุกเดือน และเมื่อเดือนร้อนก็ขอประมุขเช่าได้ คล้ายกับการกู้เงินนอกระบบแต่เสียดอกเบี้ยต่ำกว่า แต่เขาหมุนเงินไม่ทัน ทำให้ต้องไปประมุขเช่ารายสัปดาห์ เพื่อมาจ่ายค่าเช่ารายเดือนด้วย เหมือนเป็นหนี้ซ้อนหนี้ไปเรื่อย ๆ ในหลวงจึงทรงแนะนำให้เขาใช้เงินไม่เกินรายรับต่อเดือน หรือหากจะกู้เงิน ก็ควรนำมาทำให้เกิดรายได้เพิ่มเติมเพื่อใช้หนี้ให้หมด จะได้ไม่ต้องเดือนร้อนและเสียเครดิตจากการเป็นหนี้

๒

ข้าราชการบริพารคนหนึ่งแต่งงานและทูลขอเงินในหลวง จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท ซึ่งเมื่อปี ๒๕๐๕ ถือเป็นจำนวนเงินที่เยอะมากแต่ด้วยความที่ทำงานดี พระองค์ก็ทรงให้ยืมถือเป็นรางวัล หลังแต่งงานไปชายคนนั้นก็ไม่ได้คืนเงิน ในหลวงก็ไม่ทรงทวง เพราะคิดว่าเขามีความสุขดีแล้ว แต่หารู้ไม่ว่าอีกสองปีต่อมา ชายคนนั้นได้กลับมาทูลขอเงินเพิ่มอีก ๓๐,๐๐๐ บาท พระองค์ก็ทรงสงสัยว่าจะเอาเงินไปทำอะไร จึงทราบว่าตอนแต่งงานเขามีเงินไม่พอจึงไปกู้เงินที่อื่นมาจนเป็นหนี้ต้องเสียดอกเบี้ย ทั้งต้นทั้งดอกรวมแล้ว ๓๐,๐๐๐ บาท

ต่างจากชายคนหนึ่งซึ่งมาทูลขอเงินในหลวงไป ๓๐,๐๐๐ บาท เมื่อทรงถามว่าจะเอาไปทำอะไร ก็ได้คำตอบว่าจะเอาไปซื้อเครื่องมือสำหรับตัดเย็บผ้าให้ภรรยาทำร้าน พระองค์จึงทรงให้กู้ไป จะคืนเมื่อใดก็ได้แต่เขา แต่ชายผู้นั้นถวายเงินคืนทุกเดือนสม่ำเสมอ จนกระทั่งครบจำนวนเงินที่กู้ไป และด้วยความฉลาดเขาก็สามารถต่อยอดกิจการจนมีกำไรมากมาย แสดงให้เห็นว่าการกู้ไม่ใช่เรื่องผิด แต่สิ่งที่สำคัญกว่าคือการบริหารจัดการเงินให้มีประสิทธิภาพสูงสุดต่างหาก

๓

ครั้งหนึ่งในหลวงเคยตรัสถึงเรื่องการปลูกข้าวของชาวนาภาคอีสานว่า ชาวนาหันไปปลูกข้าวหอมมะลิกันหมด เพราะเชื่อว่าจะได้เงินมาก แล้วพอได้เงินมากก็ไปซื้อข้าวเหนียวไว้กิน แต่ปีใดฟ้าฝนไม่ดีหรือข้าวหอมมะลิราคาตก ก็ไม่มีเงินพอที่จะไปซื้อข้าวเหนียวกิน ทั้งที่ความจริงแล้วถ้าปลูกข้าวเหนียวไว้กินทั้งปีก่อน ส่วนที่เหลือถึงมาปลูกข้าวหอมมะลิไว้ขาย ก็ไม่ต้องขายผลผลิตเพื่อเอาเงินไปซื้อข้าวเหนียวกินแต่อย่างใด

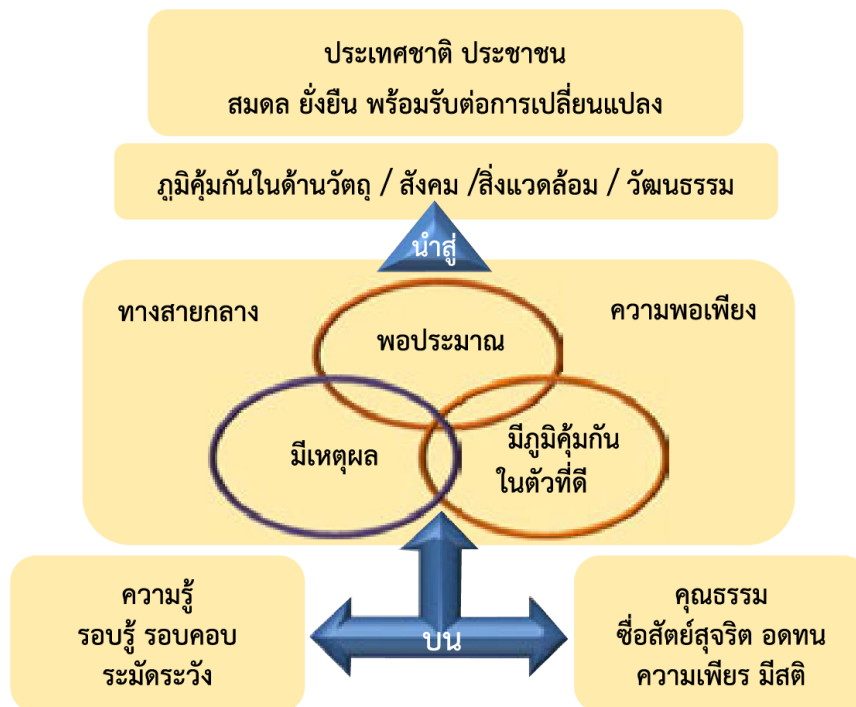
ศักยภาพก็เป็นเรื่องสำคัญ เพราะถ้าไม่ประเมินศักยภาพของตน แต่เอาความต้องการเป็นที่ตั้งอย่างเดียว สุดท้ายก็อาจจะพังเหมือนกับเจ้าของโรงงานสับปะรดกระป๋องคนหนึ่ง ซึ่งในหลวงเคยตรัสเล่าว่า

๔

แต่เดิมชายคนนี้ทำกิจการเล็ก ๆ อยู่ในภาคเหนือ ด้วยเงินลงทุนประมาณ ๓๐๐,๐๐๐ บาท ต่อมาอยากขยายกิจการจึงมาตั้งโรงงานที่ชลบุรี และรับซื้อสับปะรดมาบรรจุกระป๋อง โดยเพิ่มเงินลงทุนเป็นหลายล้านบาท แต่ด้วยความที่ไม่ได้ศึกษาอย่างรอบคอบ ทำให้วัตถุดิบไม่พอ ต้องสั่งสับปะรดมาจากปราณบุรี เสียค่าขนส่งมหาศาลไม่คุ้มกับเงินที่ลงทุน ในที่สุดโรงงานก็ล้มไป

เศรษฐกิจพอเพียง จึงเป็นการกลับมาทบทวนว่าอะไรคือสิ่งจำเป็นในชีวิตของเรา อะไรเป็นเพียงความต้องการ และจัดลำดับความสำคัญอย่างเหมาะสม โดยไม่ทำเกินตัวด้วยความประมาท ใจที่ยึดมั่นแนวคิดพอเพียง แบบนี้แหละที่จะทำให้เรามีฐานที่แข็งแกร่งเพียงพอที่ก้าวผ่านวิกฤตใด ๆ ไปได้อย่างราบรื่น

“เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ **ความพอเพียง** หมายถึง **ความพอประมาณ ความมีเหตุผล** รวมถึงความจำเป็น ที่จะต้องมี**ระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี** พอสมควรต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้ จะต้องอาศัย **ความรู้ ความรอบรู้** ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผน และการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกัน จะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีสำนึกใน**คุณธรรม** ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม จากโลกภายนอก ได้เป็นอย่างดี” (คัดจาก...จากปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสู่การปฏิบัติ...กว่า ๑ ทศวรรษ โดยสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, ๒๕๕๕, หน้า ๙)



ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นทั้งหลักคิดและแนวทางการปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิต โดยเน้นการปฏิบัติตนบนทางสายกลาง เพื่อให้สามารถพึ่งตนเองได้และรอดพ้นจากวิกฤตต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้น โดยคุณลักษณะที่สำคัญของความพอเพียง มี ๓ ประการ คือ

**๑. ความพอประมาณ** หมายถึง ความพอดีต่อความจำเป็นและเหมาะสมกับฐานะตนเอง ไม่น้อยเกินไป ไม่มากเกินไป ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ซึ่งเมื่อพิจารณาจากสภาพสังคมและวัฒนธรรมไทย จะพบว่า ความพอประมาณนั้น นับเป็นแนวปฏิบัติที่มีมายาวนานแล้ว สังเกตได้จากการดำเนินชีวิตของคนไทย “พออยู่ พอกิน” “พึ่งตนเอง” “ประหยัด เรียบง่าย และได้ประโยชน์สูงสุด” โดยมุ่งเน้นให้มีการใช้ทรัพยากรที่ตนเอง มีอยู่หรือที่ชุมชนท้องถิ่นของตนมีอยู่อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด ก่อนที่จะแสวงหาแหล่งทุน วัตถุดิบ หรือสิ่งของ จากภายนอก มีการวางแผนการใช้ให้เหมาะสมกับสถานะเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม เป็นการใช้อย่างรู้คุณค่า ดูแลรักษาสิ่งที่มีและพัฒนาต่อยอดให้ดียิ่งขึ้น

**๒. ความมีเหตุผล** หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียง และการดำเนินการอย่าง พอเพียงนั้นต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผลตามหลักวิชาการ หลักกฎหมาย หลักคุณธรรม และวัฒนธรรมที่ดีงาม โดย คำนึงถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ ถ้วนถี่ “รู้จักอ่อน รู้แข็ง โอกาส อุปสรรค” และคาดการณ์ผลที่จะเกิดขึ้นอย่างรอบคอบ “รู้เขา รู้เรา รู้จักเลือกนำสิ่งที่ดี และเหมาะสมมาประยุกต์ใช้” ทั้งนี้ ความมีเหตุผลในปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มีความหมายที่สะท้อนถึง ความเข้าใจผลที่อาจเกิดขึ้นจากการกระทำ ณ สถานการณ์ใด สถานการณ์หนึ่ง โดยความมีเหตุผลจะเกิดขึ้นได้ ต้องอาศัยการสั่งสมความรู้และประสบการณ์อย่างต่อเนื่อง มีการศึกษาข้อมูลอย่างเป็นระบบและรู้วิธี ประมวลปัจจัยที่ซับซ้อนมาประยุกต์ใช้ในการตัดสินใจ เพื่อให้ความคิดและการกระทำอยู่ในกรอบที่ถูกต้องตาม หลักเหตุผล ดังนั้น ความมีเหตุผลในหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เน้นการตัดสินใจและการปฏิบัติบนพื้นฐาน ของความรู้และประสบการณ์

**๓. การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวเอง** หมายถึง การไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต มีการเตรียมตัวให้พร้อม รับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรม จากทั้งในประเทศและ ต่างประเทศ เพื่อให้สามารถบริหารความเสี่ยง ปรับตัว และรับมือได้อย่างทันท่วงที โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต ทั้งในระยะสั้นและระยะยาว ทั้งนี้ การมีภูมิคุ้มกันที่ดี อาจเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติหรือเกิดจากความไม่ประมาท ซึ่งต้องดำเนินไปพร้อม ๆ กับความมีเหตุผล และ ความพอประมาณ หลีกเลี่ยงความต้องการที่เกินพอดีของแต่ละบุคคล เป็นการสร้างวินัยในตัวเองให้เกิดขึ้นใน ระดับบุคคล เพื่อปกป้องตัวเองจากกระแสบริโภคนิยม หรือความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากกระแสโลกาภิวัตน์ ต่าง ๆ เป็นกลไกการรองรับผลกระทบจากสถานการณ์ต่าง ๆ โดยดำเนินการอย่างเป็นขั้นเป็นตอน เริ่มจากการ “แก้ไข ปัญหาที่จุดเล็ก” หรือ คิด Macro ทำ Micro

ในการดำเนินชีวิตให้อยู่ในระดับพอเพียงนั้น **ต้องอาศัยทั้งเงื่อนไขความรู้และคุณธรรมเป็นพื้นฐาน** ดังนี้

❖ **ความรู้** คือ ความรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ อย่างรอบด้าน ซึ่งจะช่วยพัฒนาทักษะการประกอบอาชีพและ การดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ โดยจำเป็นต้องมีความรอบคอบในการนำความรู้เหล่านั้น มาพิจารณาให้เชื่อมโยง สัมพันธ์กัน เพื่อการวางแผน และความระมัดระวังในการนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดผลในทางปฏิบัติทุกขั้นตอน โดยนำหลักวิชาและความรู้เทคโนโลยีที่เหมาะสมมาใช้ ทั้งในขั้นการวางแผนและปฏิบัติอย่างรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง กล่าวคือ นำวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องมาศึกษาอย่างรอบด้าน และมีความรอบคอบที่จะนำความรู้ เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกันเพื่อประกอบการวางแผน ตลอดจนมีความระมัดระวังในขั้นของการปฏิบัติ

❖ **คุณธรรม** คือ ความซื่อสัตย์ สุจริต มีความอดทน มีความเพียร และใช้สติปัญญา ในการดำเนินชีวิต ซึ่งถือเป็นพื้นฐานในการเสริมสร้างความเข้มแข็งของบุคคล สังคม และประเทศชาติ

เมื่อมีการน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน/หมู่บ้าน องค์กร และสังคมไทย จะนำไปสู่การพัฒนาที่สมดุลพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้น และมีความยั่งยืน ทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมสืบไป (ประมวลจาก...ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและการประยุกต์ใช้ โดย สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, ๒๕๖๐; เศรษฐกิจพอเพียง ร่วมเรียนรู้ สานข่าย ขยายผล โดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, ๒๕๔๙, หน้า ๑๐-๑๑; และร่วมเรียนรู้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและเกษตรทฤษฎีใหม่ เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน โดย สำนักงาน กคส., หน้า ๓-๔)

## ทำไมต้องปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมีความสำคัญต่อประเทศไทยและคนไทยอย่างมาก รัฐบาลโดยพลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี ได้แถลงนโยบายต่อสภานิติบัญญัติแห่งชาติ ในการน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางการขับเคลื่อนการดำเนินงานอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อนำพาประเทศไปสู่ความมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืน ซึ่งปัญหาจากการพัฒนาประเทศที่ผ่านมา แม้ว่ารายได้ต่อหัวของประชาชนจะเพิ่มขึ้นจาก ๓,๔๗๖ บาท/คน/ปี ในปี พ.ศ.๒๕๑๐ เป็น ๒๓,๖๖๖ บาท/คน/ปี ในปี พ.ศ.๒๕๓๐ และเพิ่มขึ้นเป็น ๑๘๕,๘๕๘ บาท/คน/ปี ในปี พ.ศ.๒๕๕๘ ทำให้ประเทศไทยขยับฐานะการพัฒนาระดับประเทศจากการเป็นประเทศรายได้ชั้นกลาง มาเป็นประเทศรายได้ปานกลางตอนบน (Upper Middle Income Country) ตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๕๓

อย่างไรก็ตาม ผลจากการพัฒนาดังกล่าวกลับพบว่าปัญหาความเหลื่อมล้ำทางด้านรายได้ระหว่างคนรวยกับคนจนกลับเพิ่มสูงขึ้น โดยประชากรกลุ่มที่รวยที่สุดร้อยละ ๑๐ มีสัดส่วนรายได้ร้อยละ ๓๕ ของรายได้รวมปี พ.ศ.๒๕๕๘ ขณะที่กลุ่มประชากรร้อยละ ๔๐ ที่มีรายได้ต่ำสุด กลับมีสัดส่วนรายได้เพียงร้อยละ ๑๔.๓ ของรายได้รวม นอกจากนี้ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมได้ร่อยหรอเสื่อมโทรมอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง พื้นที่ป่าไม้ลดลงอย่างต่อเนื่องโดยเฉลี่ยประมาณปีละ ๑ ล้านไร่ ทรัพยากรดินเสื่อมโทรม ระบบนิเวศชายฝั่งถูกทำลาย ทรัพยากรทางทะเลลดลงจากการทำประมงที่ผิดกฎหมาย และการจับสัตว์น้ำเกิดศักยภาพที่ทำลายวัฏจักรการฟื้นตัวของธรรมชาติ ปริมาณขยะมูลฝอยเฉลี่ยต่อคน เพิ่มสูงขึ้นจาก ๑.๐๔ กิโลกรัม/คน/วัน ในปี พ.ศ.๒๕๕๓ เป็น ๑.๑๑ กิโลกรัม/คน/วัน มีปริมาณขยะมูลฝอยเกิดขึ้นปีละ ๒๖.๑๙ ล้านตัน ปริมาณมลพิษทางอากาศเกินค่ามาตรฐานในหลายพื้นที่ของประเทศ คุณภาพน้ำที่อยู่ในเกณฑ์ดี มีแนวโน้มลดลง และมีความเสี่ยงในการขาดแคลนน้ำสะอาดเพื่อการอุปโภคบริโภคในอนาคต (ประมวลจาก...แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๒ (พ.ศ.๒๕๖๐-๒๕๖๔)

หากทุกภาคส่วนไม่ร่วมมือกันแก้ไขปัญหาดังกล่าว ประเทศไทยจะสูญเสียความสามารถในการแข่งขัน รายได้เฉลี่ยของประชาชนจะไม่สามารถยกระดับให้ดีขึ้นได้ คุณภาพชีวิตของประชากรโดยเฉลี่ยจะต่ำลง ปัญหาความเหลื่อมล้ำจะยิ่งทวีความรุนแรง รวมถึงทรัพยากรธรรมชาติจะยิ่งร่อยหรอ เสื่อมโทรม ในที่สุดประเทศไทยจะไม่สามารถพัฒนาได้อย่างยั่งยืนในระยะยาว ด้วยเหตุนี้การพัฒนาประเทศจึงต้องมีการน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้อย่างจริงจัง (คัดมาจาก...คำกล่าวปาฐกถาของพลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี ในพิธีเปิดการประชุม G๓๓) โดยต้องมีความรู้ ความเข้าใจอย่างถ่องแท้ ความพอดีและพอประมาณบนพื้นฐานของเหตุและผลของแต่ละบุคคลซึ่งแตกต่างกันไปตามสถานะ ต้องรู้เท่าทันและมีคุณธรรมกำกับ การกระทำอยู่เสมอไม่ทำให้ตัวเองได้ดี แต่ผู้อื่นหรือสังคมเดือดร้อน หรือสิ่งแวดล้อมได้รับผลกระทบ การจะพัฒนาได้อย่างยั่งยืนนั้น ต้องมาจากรากฐานของความคิด ซึ่งปัจจัยความสำเร็จที่สำคัญของการพัฒนาที่ยั่งยืนทั้งในระดับบุคคล ชุมชน และประเทศชาติ คือ การปลูกฝังทัศนคติและพฤติกรรมที่เริ่มตั้งแต่ระดับบุคคล ทั้งในเรื่องการบริโภค การผลิต การดำเนินธุรกิจ การพัฒนาการเกษตรและอุตสาหกรรมที่คำนึงถึงความยั่งยืน กล่าวได้ว่า ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมีความเป็นสากล เปรียบเสมือนวัคซีนที่ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันจาก “โรค” ที่เกิดจากความประมาท ความไม่แน่นอน และความเสื่อมโทรมอันเนื่องมาจากผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจ สังคม สภาพแวดล้อม

“**เศรษฐกิจพอเพียง**” เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ทรงมีพระราชดำรัสชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมาตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๑๗ เพื่อใช้เป็นแนวทางการดำรงชีวิตโดยยึดหลักความพอเหมาะพอดี ความมีเหตุผล และความไม่ประมาท ซึ่งพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ทรงถือปฏิบัติด้วยพระองค์เองอย่างต่อเนื่องยาวนาน และได้ทรงเตือนล่วงหน้าให้มีความระมัดระวังในการพัฒนาประเทศให้มีความสมดุลทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคม ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ ด้วยการพัฒนาอย่างเป็น “ลำดับขั้น” โดยได้ทรงมีปฐมพระราชดำรัสว่าด้วยเศรษฐกิจพอเพียง ความว่า

“...การพัฒนาประเทศนั้น จำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น เริ่มด้วยการสร้างพื้นฐาน คือความมีกิน มีใช้ของประชาชนก่อน ด้วยวิธีการที่ประหยัดระมัดระวัง แต่ถูกต้องตามหลักวิชา เมื่อพื้นฐานเกิดขึ้นมั่นคงพอควรแล้ว จึงค่อยสร้างเสริมความเจริญขั้นสูงขึ้นไป...ด้วยความรอบคอบระมัดระวังและประหยัดนั้น ก็เพื่อป้องกันความผิดพลาดล้มเหลว และเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จได้แน่นอนบริบูรณ์...”

(พระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช พระราชทานแก่บัณฑิตของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๑๗)

“...การที่จะทำโครงการอะไร จะต้องทำด้วยความรอบคอบและอย่าตาโตเกินไป...แต่ข้อสำคัญที่อยากจะพูดถึง คือ ถ้าเราทำโครงการที่เหมาะสม ขนาดที่เหมาะสมอาจจะไม่ดูหรูหรา แต่จะไม่ล้ม หรือถ้ามีอันเป็นไป ก็ไม่เสียมาก...มาเร็ว ๆ นี้ โครงการต่าง ๆ โรงงานเกิดขึ้นมากมาย จนกระทั่งคนนี่กว่าประเทศไทยนี้จะเป็นเสือตัวเล็ก ๆ แล้ว ก็เป็นเสือตัวโตขึ้น เราไปเห่อว่าจะเป็นเสือ...การจะเป็นเสือนั้นไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่เรามีเศรษฐกิจแบบพอมีพอกิน แบบพอมีพอกินนั้นหมายความว่าอุ้มชูตัวเองได้ ให้มีพอเพียงกับตัวเอง...”

(พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ๔ ธันวาคม ๒๕๔๐)

การตระหนักอย่างจริงจังถึงความหมายของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงได้เริ่มขึ้นภายหลังวิกฤติเศรษฐกิจ พ.ศ.๒๕๔๐ ซึ่งพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชทรงย้ำให้เห็นความสำคัญที่มีเศรษฐกิจแบบ “พอมี พอกิน” พัฒนาคนให้สามารถ “**อุ้มชูตัวเองได้**” และได้ทรงอธิบายความหมายของเศรษฐกิจพอเพียงไว้ใน ๒ วาระ ดังนี้

“...พอเพียงนี้ก็หมายความว่า มีกินมีอยู่ ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่หรูหราก็ได้ แต่ว่าพอ...คนเราก็พอในความต้องการที่มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อย ก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าทุกประเทศมีความคิด “อันนี้ไม่ใช่เศรษฐกิจ” มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียงหมายความว่าพอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข พอเพียงนี้อาจจะมีมาก อาจจะมีของหรูหราก็ได้ แต่ว่าต้องไม่ไปเบียดเบียนคนอื่น ต้องให้พอประมาณตามอัตภาพ พูดจาก็พอเพียง ทำอะไรก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง...”

(พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ๔ ธันวาคม ๒๕๔๑)

“เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเสมือนรากฐานของชีวิต รากฐานความมั่นคงของแผ่นดิน เปรียบเสมือนเสาเข็มที่ถูกตอกรองรับบ้านเรือนตัวอาคารไว้นั่นเอง สิ่งก่อสร้างจะมั่นคงได้ก็อยู่ที่เสาเข็ม แต่คนส่วนมากมองไม่เห็นเสาเข็มและลืมเสาเข็มเสียด้วยซ้ำไป”

(พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช จากวารสารชัยพัฒนา ประจำเดือนสิงหาคม ๒๕๔๒)

การน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ จะช่วยแก้ไขวิกฤติทางเศรษฐกิจและปัญหาของสังคมไทยได้อย่างยั่งยืน เนื่องจาก (๑) ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งเน้นหลักการที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” ด้วยการอุปโภคบริโภคในครัวเรือนอย่างพอเพียง ไม่ฟุ่มเฟือย และใช้อย่างคุ้มค่า หรือหากมีการปลูกพืชผล ก็ให้พอเพียงกับความต้องการบริโภคในครัวเรือนเป็นอันดับแรก เมื่อเหลือจากการบริโภคจึงมาเป็นการผลิตเพื่อการค้า

(๒) ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มุ่งเน้นให้มีการรวมกลุ่มเพื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ ตามความถนัด ทั้งในและนอกภาคเกษตร เช่น ผลิตภัณฑ์หัตถกรรม การแปรรูปอาหาร การค้าขาย และการท่องเที่ยวเชิงนิเวศน์ เพื่อเป็นการสร้างงาน สร้างรายได้ และช่วยให้เกิดการกระจายรายได้อย่างทั่วถึง (๓) ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเมตตา ความเอื้ออาทร และความสามัคคีของคนในชุมชน ในการร่วมแรงร่วมใจเพื่อสร้างความมั่นคงให้กับสถาบันครอบครัว สถาบันชุมชน และสังคมโดยรวม ตลอดจนการดำรงรักษาไว้ซึ่งขนบธรรมเนียมประเพณีที่งดงามของไทยให้คงอยู่สืบไป

## ประเทศไทยกับเศรษฐกิจพอเพียง

ทฤษฎีใหม่ คือ ตัวอย่างที่เป็นรูปธรรมของ การประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียงที่เด่นชัดที่สุด ซึ่งพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชได้พระราชทานพระราชดำรินี้ เพื่อเป็นการช่วยเหลือเกษตรกรที่มีกบฏปัญหาทั้งภัยธรรมชาติและปัจจัยภายนอกที่มีผลกระทบต่อการทำงานเกษตร ให้สามารถผ่านพ้นช่วงเวลาวิกฤต โดยเฉพาะการขาดแคลนน้ำได้โดยไม่ต้องรื้อและยกลำบากรัก ความเสี่ยงที่เกษตรกรมักพบเป็นประจำ ประกอบด้วย

๑. ความเสี่ยงด้านราคาสินค้าเกษตร
๒. ความเสี่ยงในราคาและการพึ่งพาปัจจัยการผลิตสมัยใหม่จากต่างประเทศ
๓. ความเสี่ยงด้านน้ำ ฝนทิ้งช่วง ฝนแล้ง
๔. ภัยธรรมชาติอื่น ๆ และโรคระบาด
๕. ความเสี่ยงด้านแบบแผนการผลิต
๖. ความเสี่ยงด้านโรคและศัตรูพืช
- ๗ ความเสี่ยงด้านการขาดแคลนแรงงาน
๘. ความเสี่ยงด้านหนี้สินและการสูญเสียที่ดิน

**ทฤษฎีใหม่** จึงเป็นแนวทางหรือหลักการในการบริหารการจัดการที่ดินและน้ำเพื่อการเกษตรในที่ดินขนาดเล็กให้เกิดประโยชน์สูงสุด

### ความสำคัญของทฤษฎีใหม่

- มีการบริหารและจัดแบ่งที่ดินแปลงเล็ก ออกเป็นสัดส่วนที่ชัดเจน เพื่อประโยชน์สูงสุดของเกษตรกร ซึ่งไม่เคยมีใครคิดมาก่อน
- มีการคำนวณโดยใช้หลักวิชาการ เกี่ยวกับปริมาณน้ำที่จะกักเก็บให้พอเพียงต่อการเพาะปลูกได้อย่างเหมาะสมตลอดปี
- มีการวางแผนที่สมบูรณ์แบบสำหรับเกษตรกรรายย่อย โดยมีถึง ๓ ขั้นตอน คือ

### ทฤษฎีใหม่ขั้นต้น

ให้แบ่งพื้นที่ออกเป็น ๔ ส่วน ตามอัตราส่วน ๓๐:๓๐:๓๐:๑๐ ซึ่งหมายถึง

- พื้นที่ส่วนที่หนึ่ง ประมาณ ๓๐% ให้ขุดสระเก็บกักน้ำเพื่อใช้เก็บกักน้ำฝนในฤดูฝน และใช้เสริมการปลูกพืชในฤดูแล้ง ตลอดจนการเลี้ยงสัตว์และพืชน้ำต่าง ๆ



- พื้นที่ส่วนที่สอง ประมาณ ๓๐% ให้ปลูกข้าวในฤดูฝนเพื่อใช้เป็นอาหารประจำวันสำหรับครอบครัวให้เพียงพอตลอด ปี เพื่อตัดค่าใช้จ่ายและสามารถพึ่งตนเองได้
- พื้นที่ส่วนที่สาม ประมาณ ๓๐% ให้ปลูกไม้ผล ไม้ยืนต้น พืชผัก พืชไร่ พืชสมุนไพร ฯลฯ เพื่อใช้เป็นอาหารประจำวัน หากเหลือบริโภคก็นำไปจำหน่าย
- พื้นที่ส่วนที่สี่ ประมาณ ๑๐% เป็นที่อยู่อาศัย เลี้ยงสัตว์ ถนนหนทาง และโรงเรียนอื่น ๆ

### ทฤษฎีใหม่ขั้นที่สอง

เมื่อเกษตรกรเข้าใจในหลักการและได้ปฏิบัติในที่ดินของตนจนได้ผลแล้ว ก็ต้องเริ่มขั้นที่สอง คือ ให้เกษตรกรรวมพลังกันในรูป กลุ่ม หรือ สหกรณ์ ร่วมแรงร่วมใจกันดำเนินการในด้าน

- การผลิต (พันธุ์พืช เตรียมดิน ซลประทาน ฯลฯ) ซึ่งเกษตรกรจะต้องร่วมมือในการผลิต โดยเริ่มตั้งแต่ขั้นเตรียมดิน การหาพันธุ์พืช ปุ๋ย การจัดหาหน้า และอื่น ๆ เพื่อการเพาะปลูก
- การตลาด (ลานตากข้าว ยุ้ง เครื่องสีข้าว การจำหน่ายผลผลิต) เมื่อมีผลผลิตแล้ว จะต้องเตรียมการต่าง ๆ เพื่อการขายผลผลิตให้ได้ประโยชน์สูงสุด เช่น การเตรียมลานตากข้าวร่วมกัน การจัดหายุ้ง รวบรวมข้าว เตรียมหาเครื่องสีข้าว ตลอดจนการรวมกันขายผลผลิตให้ได้ราคาดีและลดค่าใช้จ่ายลงด้วย
- การเป็นอยู่ (กะปิ น้ำปลา อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ฯลฯ) ในขณะเดียวกันเกษตรกรต้องมีความเป็นอยู่ที่ดีพอสมควร โดยมีปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต เช่น อาหารการกินต่าง ๆ กะปิ น้ำปลา เสื้อผ้า ที่พอเพียง
- สวัสดิการ (สาธารณสุข เงินกู้) แต่ละชุมชนควรมีสวัสดิภาพและบริการที่จำเป็น เช่น มีสถานีอนามัย เมื่อยามป่วยไข้ หรือมีกองทุนไว้กู้ยืมเพื่อประโยชน์ในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน
- การศึกษา (โรงเรียน ทุนการศึกษา) ชุมชนควรมีบทบาทในการส่งเสริมการศึกษา เช่น มีกองทุนเพื่อการศึกษาเล่าเรียนให้แก่เยาวชนของชุมชนเอง
- สังคมและศาสนา ชุมชนควรเป็นที่รวมในการพัฒนาสังคมและจิตใจ โดยมีศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยว โดยกิจกรรมทั้งหมดดังกล่าวข้างต้น จะต้องได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็นราชการ องค์กรเอกชน ตลอดจนสมาชิกในชุมชนนั้นเป็นสิ่งสำคัญ

### ทฤษฎีใหม่ขั้นที่สาม

เมื่อดำเนินการผ่านขั้นที่สองแล้ว เกษตรกร หรือกลุ่มเกษตรกรก็ควรพัฒนาก้าวหน้าไปสู่ขั้นที่สามต่อไป คือติดต่อประสานงาน เพื่อจัดหาทุน หรือแหล่งเงิน เช่น ธนาคาร หรือบริษัท ห้างร้านเอกชน มาช่วยในการลงทุนและพัฒนาคุณภาพชีวิต ทั้งนี้ ทั้งฝ่ายเกษตรกรและฝ่ายธนาคาร หรือบริษัทเอกชนจะได้รับประโยชน์ร่วมกัน กล่าวคือ

- เกษตรกรขายข้าวได้ราคาสูง (ไม่ถูกกดราคา)
- ธนาคารหรือบริษัทเอกชนสามารถซื้อข้าวบริโภคในราคาต่ำ (ซื้อข้าวเปลือกตรงจากเกษตรกรและมาสีเอง)
- เกษตรกรซื้อเครื่องอุปโภคบริโภคได้ในราคาต่ำ เพราะรวมกันซื้อเป็นจำนวนมาก (เป็นร้านสหกรณ์ราคาขายส่ง)
- ธนาคารหรือบริษัทเอกชนจะสามารถกระจายบุคลากร เพื่อไปดำเนินการในกิจกรรมต่าง ๆ ให้เกิดผลดียิ่งขึ้น

### หลักการและแนวทางสำคัญ

๑. เป็นระบบการผลิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงที่เกษตรกรสามารถเลี้ยงตัวเองได้ในระดับที่ประหยัดก่อน ทั้งนี้ ชุมชนต้องมีความสามัคคี ร่วมมือร่วมใจในการช่วยเหลือซึ่งกันและกันทำนองเดียวกับการ “ลงแขก” แบบดั้งเดิมเพื่อลดค่าใช้จ่ายในการจ้างแรงงานด้วย

๒. เนื่องจากข้าวเป็นปัจจัยหลักที่ทุกครัวเรือนจะต้องบริโภค ดังนั้น จึงประมาณว่าครอบครัวหนึ่งทำนาประมาณ ๕ ไร่ จะทำให้มีข้าวพอกินตลอดปี โดยไม่ต้องซื้อหาในราคาแพง เพื่อยึดหลักพึ่งตนเองได้อย่างมีอิสรภาพ

๓. ต้องมีน้ำเพื่อการเพาะปลูกสำรองไว้ใช้ในฤดูแล้ง หรือระยะฝนทิ้งช่วงได้อย่างพอเพียง ดังนั้น จึงจำเป็นต้องกันที่ดินส่วนหนึ่งไว้ขุดสระน้ำ โดยมีหลักว่าต้องมีน้ำเพียงพอที่จะเพาะปลูกได้ตลอดปี ทั้งนี้ ได้พระราชทานพระราชดำริเป็นแนวทางว่า ต้องมีน้ำ ๑,๐๐๐ ลูกบาศก์เมตร ต่อการเพาะปลูก ๑ ไร่ โดยประมาณ ฉะนั้น เมื่อทำนา ๕ ไร่ ทำพืชไร่ หรือไม้ผลอีก ๕ ไร่ (รวมเป็น ๑๐ ไร่) จะต้องมีน้ำ ๑๐,๐๐๐ ลูกบาศก์เมตรต่อปี

### ประโยชน์ของทฤษฎีใหม่

๑. ให้ประชาชนพออยู่พอกินสมควรแก่อัตภาพในระดับที่ประหยัด ไม่อดอยาก และเลี้ยงตนเองได้ตามหลักปรัชญา “เศรษฐกิจพอเพียง”

๒. ในหน้าแล้งมีน้ำน้อย ก็สามารถเอาน้ำที่เก็บไว้ในสระมาปลูกพืชผักต่าง ๆ ที่ใช้น้ำน้อยได้ โดยไม่ต้องเบียดเบียนชลประทาน

๓. ในปีที่ฝนตกตามฤดูกาลโดยมีน้ำดีตลอดปี ทฤษฎีใหม่นี้สามารถสร้างรายได้ให้แก่เกษตรกรได้ โดยไม่เดือดร้อนในเรื่องค่าใช้จ่ายต่าง ๆ

๔. ในกรณีที่เกิดอุทกภัย เกษตรกรสามารถที่จะฟื้นตัวและช่วยตัวเองได้ในระดับหนึ่ง โดยทางราชการไม่ต้องช่วยเหลือมากนัก ซึ่งเป็นการประหยัดงบประมาณด้วย

## การประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นทั้งวิธีการประกอบอาชีพและวิถีการดำรงชีวิตที่นำไปสู่ชีวิตที่มีความทุกข์น้อยลง หรืออีกนัยหนึ่ง คือ ชีวิตที่มีความสุขเพิ่มขึ้น โดยมีจุดเน้นอยู่ที่การมีภูมิคุ้มกันที่ดี เพื่อให้ไม่ได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงที่ไม่อาจคาดเดาล่วงหน้าได้ หรือหากได้รับผลกระทบก็สามารถฟื้นตัวได้ในเวลารวดเร็วพอสมควร การจะมีภูมิคุ้มกันที่ดีได้นั้น ต้องมาจากการพึ่งตนเองเป็นส่วนใหญ่ หมายถึงใช้ทรัพยากรที่มีอยู่เองหรือหาได้ง่ายในท้องถิ่นให้มากที่สุด ถ้าสามารถพึ่งตนเองได้มากเท่าไร ภูมิคุ้มกันก็จะสูงมากขึ้น ไม่ว่าจะเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจะมีความรุนแรงมากเพียงใด ก็สามารถจัดการได้ แต่การจะพึ่งตนเองได้นั้น จำเป็นต้องเป็นผู้ที่มีความพอประมาณ คือ ทำทุกอย่างเท่าที่จะสามารถทำได้เอง ไม่ทำเกินกำลังความสามารถหรือโลภมาก แต่ในขณะที่เดียวกันก็ต้องไม่ยึดตายด หรือเฉื่อยเนือย ดังนั้น ความพอประมาณจึงเป็นวิธีการที่สำคัญที่จะหนุนช่วยความสามารถในการพึ่งตนเองให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้นและสัมฤทธิ์ผลได้จริง และเมื่อมีความพอประมาณแล้ว ก็ไม่มีความจำเป็นต้องไปเอาardtเอาเปรียบผู้อื่น สามารถดำเนินการทุกอย่างได้อย่างซื่อสัตย์สุจริต มีความเพียร มีความอดทน ตลอดจนมีความเมตตากรุณาต่อผู้อื่น นั่นก็คือ ความมีเหตุมีผลตามความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง

พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชได้มีพระราชดำรัสเกี่ยวกับแนวทางการดำเนินชีวิตด้วยความพอเพียง ซึ่งประกอบด้วยความรู้จักประมาณตน มีสติ มีความรู้ตัว รอบคอบ รู้จักผิดชอบชั่วดี มีความละเอียด ซื่อสัตย์สุจริต ไม่เห็นแก่ตัว ไม่เอาเปรียบผู้อื่น

“ทุกคนต้องหมั่นใช้ปัญญาพิจารณาการกระทำของตนให้รอบคอบอยู่เสมอ ระวังระวังทำการทุกอย่าง ด้วยเหตุผล ด้วยความมีสติ และด้วยความรู้ตัว”

“...การรู้จักประมาณตน ได้แก่ การรู้จักและยอมรับว่าตนเองมีภูมิปัญญาและความสามารถในด้านไหนเพียงใด และควรจะทำงานด้านไหนอย่างไร...จะทำให้คนเรารู้จักใช้ความรู้ ความสามารถที่มีอยู่ได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับงาน...ส่วนการรู้จักประมาณสถานการณ์นั้น ได้แก่ การรู้จักพิจารณาสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้ทราบชัดถึงความเป็นมาและที่เป็นอยู่ รวมทั้งที่คาดว่าจะเป็นไปได้ในอนาคต...การรู้จักประมาณตนและรู้จักประมาณสถานการณ์ จึงเป็นอุปการะอย่างสำคัญที่จะเกื้อกูลให้บุคคลดำเนินชีวิตและกิจการงานไปได้อย่างราบรื่นและก้าวหน้า...”

“คุณสมบัติที่จำเป็นสำหรับทุกคนนั้น ที่สำคัญได้แก่ ความรู้จักผิดชอบชั่วดี ความละเอียดซื่อสัตย์สุจริต ทั้งในความคิดและการกระทำ ความไม่เห็นแก่ตัว ไม่เอาเปรียบผู้อื่น ความไม่มั่งง่าย หยาบคาย กับอีกอย่างหนึ่งที่สำคัญเป็นพิเศษ คือ ความขยันหมั่นเพียร พยายามฝึกหัดประกอบกิจการงานทุกอย่างด้วยตนเอง...”

เศรษฐกิจพอเพียงมิได้หมายความว่าเพียงแต่บุคคลพึ่งพาตนเองได้ (self-sufficiency) แต่สามารถใช้ได้ทั้งกับบุคคล กลุ่มบุคคล ชุมชน องค์กรทั้งภาครัฐและภาคเอกชน โดยมีลำดับขั้นการดำเนินงาน ดังนี้

**ระดับที่ ๑ เศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน:** เน้นความพอเพียงในระดับบุคคลและครอบครัว ยึดถือหลักการที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” คือ การที่สมาชิกในครอบครัวพอมือ พอกิน สามารถสนองความต้องการพื้นฐานหรือปัจจัยสี่ของครอบครัว พึ่งตนเองได้

**ระดับที่ ๒ เศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า:** คือ ยกระดับความพอเพียงด้วยการรวมกลุ่ม มีการร่วมคิด ร่วมมือ ร่วมรักษาผลประโยชน์ เรียนรู้ แลกเปลี่ยน และแก้ปัญหาร่วมกัน เพื่อมุ่งไปสู่ความเข้มแข็งภายในกลุ่ม ชวาบ้าน/ชุมชน

**ระดับที่ ๓ เศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวไกล:** การสร้างเครือข่ายความร่วมมือระหว่างชุมชน กลุ่มองค์กร ภาคเอกชน เพื่อประโยชน์ของส่วนรวมร่วมกัน

ดังนั้น การน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาปฏิบัติ จึงเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้ชีวิต ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติให้สามารถอยู่รอดท่ามกลางความเปลี่ยนแปลง ทั้งจากภายนอกและภายในที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว และหากได้ปฏิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงอย่างต่อเนื่อง จะนำไปสู่การดำรงชีวิตอย่างมีความสุขในที่สุด



## ตัวอย่างความสำเร็จในการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้

พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช พระราชทานหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อที่จะให้พสกนิกรชาวไทย ได้เข้าถึงทางสายกลางของชีวิต และเพื่อคงไว้ซึ่งการพัฒนาที่ยั่งยืน จุดเด่นของปรัชญานี้ คือ แนวทางที่สมดุล เราอาจคิดว่าปรัชญานี้เป็นเรื่องไกลตัว เป็นเรื่องเฉพาะเกษตรกร ชาวนา ชาวสวน แต่ยังมีบุคคลหลากหลายอาชีพ หลายเพศ หลายวัย องค์กรทั้งภาครัฐและภาคเอกชนได้น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปปฏิบัติอย่างจริงจัง จนประสบความสำเร็จ สามารถดำรงตนอยู่ได้ แม้จะได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ จึงได้นำเรื่องราวความสำเร็จของความพอเพียงมาถ่ายทอด พอสังเขป ดังนี้

### ๑. เกษตรทางเลือก...วิถีใหม่ของคนคลองจินดา

ปัญหาใหญ่ของเกษตรกรคือการมีความคิดที่ว่า “ทำมาก ได้มาก” จึงมุ่งเน้นการปลูกพืชเชิงเดี่ยว มีการใช้สารเคมีและปุ๋ยปริมาณมาก ซึ่งล้วนต้องซื้อจากนายทุนทั้งสิ้น ประกอบกับการประสบปัญหาการขาดน้ำในหน้าแล้ง น้ำท่วมในหน้าฝน จึงส่งผลให้เกษตรกรประสบปัญหาหนี้สิน ปัญหาสุขภาพที่เกิดจากการใช้สารเคมีปริมาณมาก และภาวะยากจน

ตำบลคลองจินดา อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม เป็นพื้นที่ราบลุ่ม มีดิน น้ำ อุดมสมบูรณ์ เหมาะแก่การปลูกผัก ผลไม้อย่างยิ่ง แต่หลายสิบปีที่ผ่านมา กลับได้รับผลกระทบจากการใช้สารเคมี โดยมีการใช้ปุ๋ยเคมี และยาฆ่าแมลงสูงถึง ๗๐ ล้านบาทต่อปี ส่งผลให้สุขภาพของคนในชุมชนถดถอย สภาพแวดล้อมย่ำแย่ แต่ด้วยความตระหนักรู้ในปัญหาที่ชุมชนประสบอยู่ สมาชิกใน ๑๐ ครัวเรือน จากจำนวนทั้งสิ้น ๒,๐๐๐ ครัวเรือน

ของชุมชนคลองจินดาทั้งหมด จึงได้รวมตัวกันใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในการประกอบอาชีพ โดยทำการเกษตรแบบปลอดภัย มุ่งเน้นการปลูกผักหลากชนิด เพื่อให้เกิดการพึ่งพิงกันตามธรรมชาติ อด และเล็ก การใช้สารเคมี ซึ่งการปรับตัวเข้าสู่การเกษตรแบบปลอดภัยนั้น ต้องใช้เวลา ดังนั้น สวนของสมาชิกจึงมี ๓ รูปแบบ คือ สวนที่ลดการใช้สารเคมี สวนที่เลิกใช้สารเคมี และเมื่อสามารถปรับตัวได้ ก็จะนำไปสู่สวนที่ปล่อยให้ธรรมชาติดูแลกันเอง โดยที่ไม่ต้องใส่ปุ๋ย ใส่ยาได้ในที่สุด

นอกจากนี้ แนวคิดหลักของกลุ่ม คือการมุ่งเน้นให้เกิดวิถีการพึ่งพิงกันตามธรรมชาติ ซึ่งเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น การปลูกใบพลูกับต้นทองหลาง เมื่อใบทองหลางร่วงลงดินแล้วย่อยสลาย จะทำให้ดินอุดมสมบูรณ์ ใบพลูงามสะพรั่ง หรือการพึ่งพากันของต้นมะนาวกับต้นกระถินณรงค์ มะนาวเป็นพืชที่ไม่ชอบน้ำขัง ขณะที่กระถินณรงค์ มีคุณสมบัติดูดซับน้ำ ทำให้เกิดความพอดี และใบกระถินก็เป็นปุ๋ยให้ต้นมะนาวมีลูกใหญ่ หรือการปลูกต้นพริก ไว้ใกล้ต้นกล้วย ถือเป็นารสร้างสมดุลกันของพืช เพราะพริกเป็นพืชที่ชอบน้ำ ส่วนต้นกล้วยมีน้ำมาก

ถึงแม้ว่าผักผลไม้ปลอดภัยจะเป็นที่ต้องการของตลาดมาก แต่กลุ่มเกษตรกรคลองจินดา ก็ผลิตตามกำลังที่มีเท่านั้น และที่สำคัญ คือ ไม่ต้องมีการรับประกันความปลอดภัยจากหน่วยงานใด แต่การันตีด้วยความซื่อสัตย์ของผู้ผลิตเท่านั้น

## ๒. มุ่งส่งเสริมแก่ความสุข...บริษัท บารูม ดีไซน์ จำกัด

บริษัท บารูม ดีไซน์ จำกัด เริ่มก่อตั้งขึ้นเมื่อ ๑๖ ปีที่แล้ว เป็นธุรกิจนำเข้าสินค้าในท้องถิ่นจากต่างประเทศ แต่เนื่องจากการพึ่งพาสินค้าจากต่างประเทศเพียงอย่างเดียว ทำให้เมื่อเกิดวิกฤติต้มยำกุ้ง ธุรกิจจึงประสบความเสียหายอย่างหนัก มีปัญหาหนี้สินจำนวนมาก ในช่วงนั้นเอง นายวิชรมงคล เบญจนะฉัตร ประธานกรรมการ บริษัท บารูม ดีไซน์ จำกัด ได้มีโอกาสฟังการบรรยายของ ดร.สุเมธ ตันติเวชกุล เกี่ยวกับการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ ซึ่งในตอนแรกเข้าใจว่าหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงใช้ได้เฉพาะผู้ที่ทำการเกษตรเท่านั้น แต่แท้จริงแล้ว หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับทุกธุรกิจ ทุกกิจการ ด้วยการพัฒนาอย่างสมดุลทั้ง ๔ มิติ คือ

มิติที่ ๑ คือ ธุรกิจหรือองค์กรต้องเรียนรู้ที่จะอยู่อย่างสมดุล มีความพอประมาณ คือ รู้เรา รู้ว่าเราเก่งหรือถนัดอะไร จะพัฒนาองค์กรอย่างไร ดังนั้น บริษัท บารูม ดีไซน์ จำกัด ซึ่งประสบปัญหาจากการนำเข้าสินค้าต่างประเทศ จึงได้มุ่งทำธุรกิจที่ตนถนัด โดยเริ่มสร้างแบรนด์ของตนเอง มีการออกแบบและผลิตอ่างอาบน้ำที่มุ่งอำนวยความสะดวกให้กับลูกค้าด้วยการนำไอเทคโนโลยีที่คิดค้นขึ้นเอง มาใช้ในการสั่งการระบบเปิดปิดน้ำในอ่างอาบน้ำผ่านโทรศัพท์มือถือ มีระบบ Recycle น้ำที่ล้นจากอ่างน้ำวนเพื่อนำกลับมาใช้ใหม่ และมีการคิดค้นนวัตกรรมเพื่อพัฒนาสินค้าอย่างต่อเนื่อง ทำให้ได้รับรางวัลมากกว่า ๔๐ รางวัล จากทั้งในและต่างประเทศ และมีสินค้าส่งออกไปขายมากกว่า ๓๐ ประเทศทั่วโลก

มิติที่ ๒ คือ ความมีเหตุมีผล คือ รู้เขา ด้วยการให้ความรักกับคนอื่นให้เหมือนกับคนในครอบครัว ซึ่งจะทำให้ธุรกิจพัฒนามาตรฐานสินค้าให้ดีที่สุด เพื่อสร้างความประทับใจให้กับลูกค้า และรักพนักงานทุกคนเหมือนเป็นพี่น้องกัน ดังนั้น จึงมีการเลี้ยงอาหารกลางวันฟรีให้กับพนักงานประมาณ ๕๐๐ คน เป็นประจำทุกวัน เพื่อช่วยลดค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน จัดพื้นที่บริเวณหลังโรงงานให้พนักงานสลับกันใช้หลังเลิกงาน เพื่อทำนาปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ เลี้ยงปลา เลี้ยงกบ เพื่อจำหน่ายภายในโรงงานเป็นรายได้เสริม ให้ทุนการศึกษากับบุตร

ของพนักงานทุกคนจนจบระดับปริญญาตรี และจัดกิจกรรมสังคมสงเคราะห์ทุกวันพุธให้พนักงานสลับกันไปช่วยงานสังคมสงเคราะห์ที่สถานเลี้ยงเด็กกำพร้า สถานเลี้ยงคนชรา แล้วให้กลับมาเล่าสู่กันฟังว่าความสุขจากการให้มันมีความสุขยิ่งกว่าการได้รับ

มิติที่ ๓ องค์กรต้องมีเป้าหมาย ไม่ใช่เพียงแค่เงินหรือผลกำไรสูงสุด แต่ต้องมุ่งสร้างความสุขจากการแบ่งปัน เพื่อให้คนรอบข้างมีความสุข

มิติที่ ๔ การแบ่งปันประโยชน์อย่างสมดุลกับผู้ที่เกี่ยวข้อง คือ พนักงาน ลูกค้า ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อม ซึ่งนายวัชรมงคล เบญจนะฉัตร ได้เน้นย้ำว่า สิ่งที่เราเรียนรู้จากหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ การสร้างความสมดุลระหว่างความสุขกับความสำเร็จ และระหว่างความรู้กับคุณธรรม สิ่งที่สำคัญ คือ องค์กรต้องมีคนเก่งและคนดี จึงจะสมดุล ดังนั้น จึงได้กำหนดให้การเข้าร่วมกิจกรรมช่วยเหลือสังคม การมีน้ำใจ และการแบ่งปัน เป็นหนึ่งในตัวชี้วัดในการประเมินขึ้นเงินเดือนของพนักงาน

กล่าวได้ว่าเป้าหมายสูงสุดของบริษัท บารูม ดีไซน์ จำกัด คือ การเป็นองค์กรแห่งความสุข ที่มีความสุขจากการแบ่งปันประโยชน์กลับคืนสู่ชุมชนและสังคม

### ๗. ความรู้เริ่มต้นจากการจดบันทึก...จดเพราะดี ไม่ใช่หน้าที่ที่ต้องทำ

คนส่วนมากมักทะเลาะเลยการจดบันทึกในชีวิตประจำวัน เช่น บัญชีครัวเรือน บัญชีค้าขาย ปฏิทิน การเกษตร โดยอ้างว่า “ไม่มีเวลา” หรือ “จดแล้วท้อ เมื่อเห็นรายรับน้อยกว่ารายจ่าย” แต่นายประวิทย์ แขนงาม จากบ้านยอด ตำบลบ้านยอด อำเภอสองแคว จังหวัดน่าน กลับเห็นความสำคัญของการจดบันทึกดังกล่าว ทำให้สังเกตเห็นความไม่สมดุลของรายได้กับต้นทุนจากการปลูกข้าวโพดเลี้ยงสัตว์ โดยพบว่าตนเองปลูกข้าวโพดเลี้ยงสัตว์ ๑๑ ไร่ มีต้นทุนสูงถึง ๑๘,๐๐๐ – ๒๐,๐๐๐ บาท/ไร่ แต่ขายได้เพียง ๕๐,๐๐๐ บาท/ไร่ ยังไม่ได้รับค่าแรงตนเองแต่อย่างใด ข้อมูลดังกล่าว ทำให้นายประวิทย์ แขนงาม ตัดสินใจปรับเปลี่ยนไปสู่การเกษตรแบบผสมผสาน โดยปลูกมะนาว มะแขว่น ข้าว มะม่วงหิมพานต์ เงาะ และพืชผักสวนครัว

ด้วยความอยากเรียนรู้ นายประวิทย์ แขนงาม จึงได้เริ่มจดบันทึกทุกครั้งที่มีการประชุมประชาคมร่วมกันระหว่างโครงการปิดทองหลังพระฯ กับชาวบ้าน เพราะมองว่าสาระจากการพูดคุยกันในวงประชุม คือ โอกาสที่ทำให้รู้ว่า “ปิดทองมีโครงการอะไร จะไปทำฝ่ายตรงไหน ต้องการแรงงานชาวบ้านกี่คน” กล่าวได้ว่าเป็นการพัฒนาจากการจดบันทึกเพื่อประโยชน์ของตนเอง มาเป็นการจดบันทึกเพื่อรักษาผลประโยชน์ของหมู่บ้าน และได้รับการคัดเลือกให้เป็นผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านบ้านยอด ในปี พ.ศ.๒๕๕๗

เทคนิคที่นายประวิทย์ แขนงาม ใช้ในการจดบันทึก คือ (๑) อย่ามองการจดบันทึกเป็นหน้าที่ แต่เป็นสิ่งที่ทำยามว่าง (๒) ใช้การทยอยจด แทนการจดแบบรวดเดียว เพื่อป้องกันความเบื่อหน่ายและการหลงลืม (๓) ไม่จำเป็นต้องจดลงแบบฟอร์มที่ราชการแจกให้ เพราะสาระของการจดอยู่ที่การเข้าใจในข้อมูลที่จด เช่น จดบนสมุด กระดาษ หรือบางรายก็จดที่ข้างฝาบ้าน (๔) หากเป็นการจดเรื่องนัดหมาย ควรจดในปฏิทิน แต่ถ้าจดยุทธการรายรับรายจ่ายควรจดบนสมุด

หากเกษตรกรรู้ความแตกต่างระหว่างต้นทุนกับรายรับ ก็จะสามารถใช้เป็นข้อมูลในการพัฒนาการเกษตรให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น เช่น หากสัดส่วนระหว่างต้นทุนกับรายได้มีน้อยก็ควรหาพืชทางเลือกอื่น แต่หากเป็นในทางตรงข้าม สัดส่วนมีมาก ก็จะช่วยให้เกษตรกรมีร่างกาย แรงใจที่จะทำกิจกรรมนั้นให้ต่อไป

## ๔. เทศบาลตำบลอุโมงค์...การพัฒนาที่มุ่งสร้างชุมชนเข้มแข็งด้วยหลักการพึ่งตนเอง

ตำบลอุโมงค์ อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน มีลักษณะภูมิประเทศเป็นที่ราบลุ่มตามแนวชายฝั่งตะวันตกของแม่น้ำกวาง มีสภาพดินเป็นดินร่วนซุย เหมาะแก่การประกอบอาชีพเกษตรกรรม มีจุดเด่นที่คนในชุมชนมีการรวมตัวกันเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันอย่างเข้มแข็ง ให้ความสำคัญกับการอนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรมท้องถิ่น การส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่นและปราชญ์ชาวบ้าน โดยมีการน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในกิจกรรมการดำเนินงานที่สำคัญ ดังนี้

๑. การจัดสวัสดิการชุมชน เป็นการออมในลักษณะการให้สัจจะต่อตนเอง ต่อชุมชน ด้วยการออมเพียงวันละ ๑ บาท ภายใต้อัตรา “กลุ่มออมทรัพย์สวัสดิการประชาชนตำบลอุโมงค์” โดยมีการนำเงินออมมาจัดสวัสดิการให้กับสมาชิก ครอบคลุมตั้งแต่การเกิด แก่ เจ็บ และตาย ใน ๘ ลักษณะ คือ การเกิด ทุนการศึกษา การบวช เกณฑ์ทหาร การทำบุญตามประเพณี บำนาญผู้สูงอายุ การเจ็บป่วย และการเสียชีวิต ภายใต้อัตราการให้ที่ “ให้อย่างมีคุณค่า รับอย่างมีศักดิ์ศรี”

๒. การจัดการสิ่งแวดล้อม โดยเน้นการจัดการขยะที่ถูกวิธี เพื่อดูแลสุขภาพของคนในชุมชน โดยแกนนำชุมชนร่วมกับเทศบาลตำบลอุโมงค์ ใช้สื่อที่มีในชุมชน คือ วิทยุชุมชน ให้ความรู้เกี่ยวกับปัญหาขยะที่มีในชุมชน จนชุมชนเกิดความรู้ ความเข้าใจ และให้ความร่วมมือในการคัดแยกขยะในครัวเรือน โดยมีการจัดตั้งกลุ่มธนาคารขยะ เพื่อให้คนในชุมชนมีรายได้จากการขายขยะที่คัดแยก การอนุรักษ์พันธุ์ปลา การประดิษฐ์เตาประหยัดพลังงาน และการทำโครงการหมู่บ้านสีเขียว

๓. การจัดการศึกษา โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาเด็กก่อนวัยเรียน และการพัฒนาศักยภาพครูผู้สอนให้มีคุณภาพอย่างต่อเนื่อง โดยมุ่งให้มีการเรียนรู้การดำเนินชีวิตตามแนวทางปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยเน้นให้ผู้ปกครองและชุมชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งก่อให้เกิดความผูกพันระหว่างศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ผู้ปกครอง และชุมชน

๔. การพัฒนาอาชีพ เพื่อสร้างรายได้เสริมให้แก่คนในตำบลอุโมงค์ เนื่องจากผลผลิตลำไยเป็นผลผลิตหลักในพื้นที่ ในช่วงฤดูกาลเก็บเกี่ยวจะมีผลผลิตออกมามากจนล้นตลาด ดังนั้น แม่บ้านในพื้นที่จึงรวมตัวกันจัดตั้งเป็นกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรบ้านไร่ และจดทะเบียนจัดตั้งเป็นกลุ่มวิสาหกิจชุมชนลำไยอบแห้งเนื้อสีทองบ้านไร่ เพื่อดำเนินกิจกรรมแปรรูปลำไยสดเป็นลำไยแห้งเนื้อสีทอง นอกจากนี้ ยังมีการส่งเสริมให้มีการปลูกพืชไร้ดิน (Hydroponics) โดยเปลี่ยนจากดินมาใช้เปลือกมะพร้าวและปุ๋ยอินทรีย์ควบคุมกัน เพื่อลดการใช้สารเคมีให้น้อยที่สุด และการปลูกพืชผักผลไม้ปลอดสารพิษ เพื่อให้คนในชุมชนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงขึ้น จากการบริโภคพืชผลทางการเกษตรที่ปลอดสารพิษ และมีรายได้เพิ่มขึ้นจากการจำหน่ายผลผลิตที่รักษาสุขภาพ

แนวทางการพัฒนาของเทศบาลตำบลอุโมงค์ เริ่มต้นจากจุดเล็ก ๆ และส่งเสริมให้กระจายไปเต็มพื้นที่ด้วยหลักการพึ่งตนเอง และการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน โดยยึดแนวทางการพัฒนาแบบองค์รวม ด้วยการน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ร่วมกันหลักธรรมคำสอนตามวิถีพุทธ เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงของคนในตำบลในทุกมิติ

## ๕. หมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบ หมู่บ้านโป่งศรีนคร...ใช้ทรัพยากรอย่างรู้ค่า นำภูมิปัญญามาเป็นทุน เพื่อสร้างรายได้

บ้านโป่งศรีนคร หมู่ ๑๑ ตำบลโรงช้าง อำเภอป่าแดด จังหวัดเชียงราย จัดตั้งเมื่อวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๔๒ ปัจจุบันมี ๑๐๙ ครัวเรือน ประชากร ๓๓๔ คน คนในหมู่บ้านส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม (ทำนา) ซึ่งพึ่งพาน้ำฝนเป็นหลัก เนื่องจากต้องการแข่งขันกันให้ได้ผลผลิตในปริมาณมาก จึงมีการใช้ปุ๋ยเคมีและสารเคมีปราบศัตรูพืชในปริมาณมากขึ้นไปด้วย ส่งผลให้คนในหมู่บ้านมีสุขภาพแย่ลง มีหนี้สินเพิ่มสูงขึ้น นอกจากนี้ ยังมีค่านิยมในการกู้เงินสร้างบ้านเพื่ออวดฐานะ บริโภคสินค้าจากเมือง และก่อให้เกิดขยะในปริมาณมากขึ้น

จากปัญหาดังกล่าว พัฒนาการจากสำนักงานพัฒนาชุมชนอำเภอป่าแดด จึงได้จัดประชุมประชาคมหมู่บ้าน เพื่อแนะนำให้มีการน้อมนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาพัฒนาหมู่บ้าน โดยมีผู้นำชุมชนเป็นแกนนำสำคัญ นับตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๔๙ ในการดำเนินงานมีการวางแผนชุมชน และประสานความร่วมมือกับโรงเรียน วัด หน่วยงานราชการ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และภาคประชาสังคมในพื้นที่ นำเกณฑ์ ๖ ด้าน ที่ประยุกต์จากปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มาทำกิจกรรมในพื้นที่ร่วมกัน กล่าวคือ การลดรายจ่าย เพิ่มรายได้ การประหยัดเพื่อออมทรัพย์เป็นทุนของชุมชน การจัดฐานการเรียนรู้ การใช้ทรัพยากรอย่างรู้ค่า การส่งเสริมความเอื้ออาทรที่ดีของหมู่บ้าน

ด้วยความร่วมแรงร่วมใจของทุกภาคส่วนในพื้นที่ โดยมีวัดเป็นศูนย์รวมจิตใจ จึงก่อให้เกิดกลุ่มสวัสดิการชุมชน ได้แก่ กลุ่มธนาคารข้าว กองทุนสวัสดิการชุมชน และกองทุนแม่ของแผ่นดิน นอกจากนี้ ยังมี การรวมกลุ่มอาชีพที่มีความหลากหลาย เพื่อสร้างรายได้ให้แก่คนในหมู่บ้าน ได้แก่ กลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิต และสถาบันการจัดการเงินทุนชุมชน กลุ่มอาชีพจักสานไม้ไผ่ผู้สูงอายุ กลุ่มไม้กวาดดอกหญ้า กลุ่มไม้ถูพื้น กลุ่มตัดเย็บเสื้อผ้า กลุ่มเครื่องมือตัดกึ่ง กลุ่มโฮมสเตย์โป่งศรีนคร กลุ่มเลี้ยงปลา/กบ และกลุ่มปุ๋ยหมักชีวภาพ

จากความเข้มแข็งของผู้นำและความร่วมมือของทุกส่วนที่เกี่ยวข้อง ส่งผลให้หมู่บ้านโป่งศรีนคร ได้รับรางวัลรองชนะเลิศการประกวดหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง “อยู่เย็น เป็นสุข” ปี ๒๕๕๘ ระดับจังหวัด และมีการจัดตั้งเป็นศูนย์เรียนรู้ชุมชน ปี ๒๕๕๘ โดยได้รับงบประมาณจากกรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย และงบประมาณตามโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตของจังหวัดเชียงราย ปี ๒๕๕๙ ในความรับผิดชอบของสำนักงานพัฒนาชุมชนจังหวัดเชียงราย นอกจากนี้ ยังมีหลายหน่วยงานเข้ามาร่วมส่งเสริมสนับสนุน ได้แก่ ศูนย์เรียนรู้ของ ธกส. สำนักงาน กศน. สำนักงานเกษตร และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และได้ประกาศจัดตั้งศูนย์เรียนรู้หมู่บ้านปลอดขยะระดับประเทศ ซึ่งนายกรัฐมนตรียังได้ให้เกียรติเดินทางไปเป็นประธานเปิดศูนย์เรียนรู้ดังกล่าว เมื่อวันที่ ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๙

## การดำเนินงานตามวาระกรรมการพัฒนาชุมชนในการบูรณาการกองทุนชุมชน เพื่อหนุนเสริมอาชีพของประชาชนกับการผ่อนชำระหนี้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต

### ๑. การกำหนดทิศทางที่เชื่อมโยงกัน

กรมการพัฒนาชุมชนได้กำหนดวาระกรรมการพัฒนาชุมชน (CDD Agenda) ซึ่งมีปัจจัยขับเคลื่อน ๓ ประการ คือ (๑) การพัฒนาอาชีพครัวเรือน (๒) หนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์ และ (๓) เศรษฐกิจฐานรากและประชารัฐ และปัจจัยสนับสนุน ๕ ประการ คือ (๑) ส่งเสริมองค์กรธรรมาภิบาล (๒) พัฒนาบุคลากรและผู้นำชุมชน (๓) พัฒนาเทคโนโลยีสารสนเทศและจัดการความรู้ (๔) พัฒนาระบบการทำงานแบบมีส่วนร่วม และ (๕) กองทุนหนุนเสริมอาชีพครัวเรือน ซึ่งทั้งปัจจัยขับเคลื่อนและปัจจัยสนับสนุนดังกล่าวมีความเชื่อมโยงที่เป็นเป้าหมายการทำงานที่ชัดเจน โดยมีการขับเคลื่อนงานภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นบันได ๓ ขั้น ตั้งแต่เศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน คือ ระดับบุคคลหรือครัวเรือน และระดับเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า คือ ระดับการรวมตัวเป็นกลุ่ม และระดับความร่วมมือกันเป็นเครือข่าย รวมถึงการบูรณาการกองทุนภายในชุมชน เพื่อหนุนเสริมการประกอบอาชีพของประชาชน

### ๒. การบูรณาการกองทุนเพื่อหนุนเสริมอาชีพของประชาชน

การหนุนเสริมการประกอบอาชีพของประชาชน นับตั้งแต่การหนุนเสริมสัมมาชีพ เพื่อให้ก้าวเดินไปจนถึงจุดหมายปลายทาง นั่นคือ การเป็นผู้ประกอบการชุมชน ตามโครงการ OTOP และการประสานการเป็นเครือข่ายในรูปแบบวิสาหกิจเพื่อสังคมนั้น กรมการพัฒนาชุมชนได้มุ่งเน้นไปที่การบูรณาการกองทุนชุมชน ทั้งของประชาชนและภาครัฐ โดยมีกลไกและกลยุทธ์ในการขับเคลื่อน ๔ ประการคือ

๒.๑ กลไกภาครัฐ ที่มีกรมการพัฒนาชุมชนและหน่วยงานภาคีเป็นหน่วยขับเคลื่อน มีกลยุทธ์ในการขับเคลื่อน ๕ ประการ คือ (๑) พัฒนากลไกการจัดการและธรรมาภิบาล (๒) พัฒนาเทคโนโลยีสารสนเทศกองทุนชุมชน (๓) ยกระดับกองทุนชุมชน (๔) สนับสนุนกองทุนหนุนเสริมอาชีพครัวเรือน และ (๕) บริหารจัดการหนี้ครัวเรือน

๒.๒ กองทุนชุมชน ซึ่งมีอยู่อย่างหลากหลายในพื้นที่ ซึ่งได้แก่ กลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิต/กองทุน กข.คจ./กองทุนพัฒนาบทบาทสตรี/กองทุนแม่ของแผ่นดิน/กองทุนหมู่บ้านและชุมชนเมือง และกองทุนอื่น ๆ มีกลยุทธ์ในการขับเคลื่อน ๓ ประการ คือ (๑) สนับสนุนเงินทุน (๒) ส่งเสริมศูนย์สาธิตการตลาด และ (๓) ส่งเสริมกระดานสินค้า

๒.๓ ศูนย์จัดการกองทุนชุมชน ซึ่งมีกลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิตเป็นแกนหลักในการดำเนินงาน มีกลยุทธ์ในการขับเคลื่อน ๔ ประการ คือ (๑) บูรณาการจัดการกองทุนชุมชน (๒) บริหารจัดการหนี้ครัวเรือน (๓) สร้างอาชีพ/รายได้ และ (๔) ส่งเสริมการจัดสวัสดิการ

๒.๔ กลไกภาคเอกชน เช่น สถาบันไทยพัฒนา บริษัทสยามแม่โคโรจำกัด (มหาชน) มูลนิธิพัฒนาชีวิตชนบท ฯลฯ มีกลยุทธ์ในการขับเคลื่อน ๓ ประการ คือ (๑) อบรม ให้ความรู้ (๒) ส่งเสริมการตลาด และ (๓) Trader สินค้า

จากการดำเนินงานที่ผ่านมา กรมการพัฒนาชุมชนได้มีการบูรณาการกองทุนชุมชนเพื่อการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานราก สร้างรายได้ให้ชุมชน และลด ปลดหนี้ ให้กับสมาชิกในชุมชน โดยผ่าน ๔ กระบวนการ คือ (๑) ส่งเสริมการจัดตั้งสถาบันการจัดการเงินทุนชุมชน และบริหารจัดการหนี้ “สำนึกดี แผนดี บริหารหนี้ได้” (๒) เสริมสร้างความเข้มแข็งในการบริหารจัดการทุนชุมชน (๓) เสริมสร้างความเข้มแข็งของกองทุนแม่ของแผ่นดิน และ (๔) เสริมสร้างความเข้มแข็งของกองทุนพัฒนาบทบาทสตรี

โดยมีผลสัมฤทธิ์ที่เกิดกับชุมชน ดังนี้ (๑) มีสถาบันการจัดการการเงินทุนชุมชน ๙๒๔ แห่ง (๒) สถาบันการจัดการการเงินทุนชุมชน (ศูนย์จัดการกองทุนชุมชน) สามารถบริหารจัดการหนี้ได้ ๑๒,๗๖๔ ครัวเรือน (๓) กลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิต มีการบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพ เป็นแบบอย่างได้ ๑,๕๐๐ กลุ่ม (๔) กองทุนพัฒนาบทบาทสตรี อนุมัติเงินลงทุนหมุนเวียน ๘,๐๒๑ โครงการ ๘๔๓,๘๓๘,๒๔๐ บาท และเงินอุดหนุน ๒๗๑ โครงการ ๒๖,๙๒๒,๘๘๘ บาท (๕) เพิ่มช่องทางการตลาดให้ศูนย์สาธิตการตลาด ๗๙๐ แห่ง และ (๖) ครัวเรือนสมาชิกชุมชน เป็นสมาชิกกองทุน ๒๑๗,๕๓๓ ครัวเรือนและได้รับการสนับสนุนเงินทุนจากกองทุนชุมชน ๑๔๐,๖๐๗ ครัวเรือน ๓,๑๔๕,๑๕๔,๐๕๖ บาท

ในส่วนของการส่งเสริมสัมมาชีพนั้น กรมการพัฒนาชุมชนมุ่งสร้างสัมมาชีพโดยยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ทั้งนี้เพื่อสร้างและพัฒนาผู้นำสัมมาชีพชุมชน รวมทั้งส่งเสริมและพัฒนาอาชีพ ครัวเรือนตามแนวทางสัมมาชีพชุมชน โดยการขับเคลื่อนภายใต้กลไกภาครัฐ โดยมีเป้าหมายคือ “ประชาชนได้รับการพัฒนาอาชีพและมีรายได้” ภายใต้แนวคิดที่ว่า “สร้างและพัฒนาอาชีพให้กับประชาชนตามแนวทางสัมมาชีพชุมชน โดยยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้ประชาชนมีรายได้และเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชน ทำให้ชุมชนเข้มแข็ง พึ่งตนเองได้” โดยการให้ผู้นำสัมมาชีพชุมชนซึ่งเป็นปราชญ์ชาวบ้านเป็นผู้ถ่ายทอดความรู้ในรูปแบบ “ชาวบ้านสอนชาวบ้าน” และให้การแนะนำช่วยเหลืออย่างต่อเนื่อง พร้อมทั้งสนับสนุนให้เกิดการรวมกลุ่มอาชีพ

สำหรับกลุ่มเป้าหมายและพื้นที่เป้าหมาย ได้กำหนดไว้ดังนี้

(๑) ผู้นำสัมมาชีพที่ผ่านการค้นหาและขึ้นทะเบียนในหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงในพื้นที่ตามยุทธศาสตร์ที่ ๑ การส่งเสริมการขับเคลื่อนการพัฒนาตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในภาคการเกษตรและชนบท จำนวน ๒๓,๕๘๙ หมู่บ้าน หมู่บ้านละ ๕ คน รวม ๑๑๗,๙๔๕ คน

(๒) ประชาชนในหมู่บ้านเป้าหมาย ๒๓,๕๘๙ หมู่บ้านๆ ละ ๒๐ ครัวเรือน รวม ๔๗๑,๗๘๐ ครัวเรือน

(๓) ตำบลในพื้นที่เป้าหมาย จำนวน ๖,๐๙๕ ตำบล จาก ๘๗๘ อำเภอ ใน ๗๖ จังหวัด

มีวิธีการดำเนินงาน ๗ ขั้นตอน คือ

(๑) สสำรวจและลงทะเบียนกลุ่มเป้าหมาย ๓ กลุ่ม คือ ปราชญ์ชาวบ้านด้านอาชีพ หมู่บ้านละ ๕ คน รวม ๑๑๗,๙๔๕ คน, ครัวเรือนที่ต้องการฝึกอาชีพ ๔๗๑,๗๘๐ ครัวเรือน และศูนย์/ฐานเรียนรู้อาชีพของหน่วยงานราชการและเอกชน

(๒) ฝึกอบรมปราชญ์ชาวบ้านด้านอาชีพ หมู่บ้านละ ๑ คน รวม ๒๓,๕๘๙ คน ให้เป็นวิทยากรสัมมาชีพ สามารถถ่ายทอดความรู้ด้านอาชีพได้

(๓) สร้างทีมวิทยากรสัมมาชีพระดับหมู่บ้านจากปราชญ์ชาวบ้านด้านอาชีพที่ลงทะเบียนไว้แล้ว หมู่บ้านละ ๕ คน รวม ๑๑๗,๙๔๕ คน

(๔) ทีมวิทยากรสัมมาชีพไปฝึกอบรมอาชีพให้แก่ชาวบ้าน หมู่บ้านละ ๒๐ ครัวเรือน รวม ๔๗๑,๗๘๐ ครัวเรือน เพื่อให้ชาวบ้านนำไปประกอบอาชีพ

(๕) สนับสนุนการรวมกลุ่มอาชีพให้ได้ร้อยละ ๑๐ ของหมู่บ้านเป้าหมาย จำนวน ๒,๓๖๐ กลุ่ม

(๖) บูรณาการแผนชุมชนระดับตำบล เชื่อมแผนท้องถิ่น เพื่อสนับสนุนการประกอบอาชีพของครัวเรือนสัมมาชีพและกลุ่มอาชีพ ในพื้นที่ ๖,๐๙๕ ตำบล

(๗) คัดเลือกหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบ เพื่อขยายผลครัวเรือนสัมมาชีพ/ยกระดับศูนย์เรียนรู้/ขับเคลื่อนปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

## การประยุกต์ใช้ทุนชุมชนในหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบ

กรมการพัฒนาชุมชน ได้น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มาปรับใช้ในการส่งเสริมการดำเนินชีวิต ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และหมู่บ้านทั่วประเทศ ตั้งแต่ปี ๒๕๔๙ และสนับสนุนหมู่บ้านที่มีความพร้อมพัฒนาเป็นหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบ ตั้งแต่ปี ๒๕๕๒ ถึง ๒๕๕๗ รวม ๕,๔๒๗ หมู่บ้าน และสามารถบริหารจัดการตนเองตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงให้เป็นหมู่บ้าน “อยู่เย็นเป็นสุข” ตามยุทธศาสตร์ของกรมการพัฒนาชุมชน ซึ่งยึดหลักตามแนวทางของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๑ และเมื่อหมู่บ้านดำเนินการตามแนวทางนี้แล้ว ก็จะเป็นหมู่บ้าน/ชุมชน ที่มีคุณลักษณะ **๓ ไม่ ๒ มี** กล่าวคือ **ไม่มียาเสพติด ไม่มีคนยากจน ไม่มีหนี้นอกระบบ มีสวัสดิการชุมชน และมีการบริหารจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม**

การดำเนินการพัฒนาตามกระบวนการพัฒนาชุมชนดังกล่าว ยึดการบูรณาการจากทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง โดยมีหมู่บ้านและชุมชนเป็นศูนย์กลางในการดำเนินงาน

ปี ๒๕๔๙ - ๒๕๕๑ เป็นการสร้างกระบวนการเรียนรู้ของชุมชนด้วยเกณฑ์ประเมิน ๖ ด้าน ๑๒ ตัวชี้วัด คือ (๑) ด้านการลดรายจ่าย (ทำสวนครัว ไล่ เลิกอบายมุข) (๒) ด้านการเพิ่มรายได้ (มีอาชีพสุจริต ใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม) (๓) ด้านการประหยัด (มีการออม มีกลุ่มออมทรัพย์ฯ) (๔) ด้านการเรียนรู้ (สืบทอดภูมิปัญญา มีการเรียนรู้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง) (๕) ด้านการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม (ใช้วัตถุดิบในชุมชน ประกอบอาชีพ ปลูกต้นไม้) และ (๖) ด้านการเอื้ออารีต่อกัน (ช่วยเหลือคนจนคนด้อยโอกาส รู้ รัก สามัคคี)

ตั้งแต่ปี ๒๕๕๒ เป็นต้นมา ได้ขยายผลการดำเนินงานสู่ความยั่งยืน โดยพัฒนาหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงให้เป็นหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบที่มีศักยภาพ ๔ ด้าน ๒๓ ตัวชี้วัด คือ (๑) ด้านจิตใจและสังคม มี ๗ ตัวชี้วัด คือ สามัคคี มีข้อตกลง ข้อมูลหมู่บ้าน มีกองทุน ยึดหลักประชาธิปไตย มีคุณธรรม/จริยธรรม ชุมชนปลอดภัย มั่นคง เชื่อมั่นในปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (๒) ด้านเศรษฐกิจ มี ๕ ตัวชี้วัด คือ จัดทำบัญชีครัวเรือน ลดรายจ่าย สร้างรายได้ รวมกลุ่มพัฒนาอาชีพ มีการออม มีกลุ่มในรูปแบบวิสาหกิจชุมชน (๓) ด้านการเรียนรู้ มี ๗ ตัวชี้วัด คือ มีข้อมูลชุมชน มีและใช้ประโยชน์จากข้อมูลและแผนชุมชน ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นสร้างคุณค่า มีศูนย์เรียนรู้ ใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม สร้างเครือข่ายการพัฒนา ปฏิบัติตามหลักการพึ่งตนเอง (๔) ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม มี ๔ ตัวชี้วัด คือ มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม มีกลุ่มองค์กร ด้านสิ่งแวดล้อม มีการใช้พลังงานทดแทน มีการสร้างมูลค่าเพิ่มจากทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

การขยายผลการพัฒนาหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบโดยทุนชุมชนเป็นเป้าหมายสำคัญในการทำงานของกรมการพัฒนาชุมชน เพื่อให้ประชาชนในหมู่บ้านทั่วประเทศ ได้น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ไปปรับใช้ในการดำรงชีวิตตามวิถีพอเพียง สร้างชุมชนเข้มแข็ง เศรษฐกิจฐานรากมั่นคง โดยการส่งเสริมให้ชุมชนมีระบบการบริหารจัดการที่เหมาะสม โดยอาศัยกลไกของชุมชน เช่น กพสม., กพสด., ศอช.ต., ผู้นำ อช., อช., ผู้นำชุมชน, แกนนำหมู่บ้าน, และเจ้าหน้าที่ โดยใช้ทุนชุมชนที่มีอยู่ ทั้งทุนที่ไม่ใช่เงิน และทุนที่เป็นเงิน เช่น กลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิต กองทุนหมู่บ้าน กองทุนกลุ่มอาชีพ กองทุนพัฒนาบทบาทสตรี ฯลฯ มาสนับสนุนกิจกรรมชุมชน ให้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง พร้อมทั้งนำเครื่องมือต่าง ๆ มาสนับสนุนการเรียนรู้ เช่น การมีและใช้ระบบข้อมูลทุนชุมชน จัดทำและปรับแผนชุมชนให้มีมาตรฐาน ส่งเสริมให้มีศูนย์เรียนรู้ชุมชน การวัดความสุขมวลรวมชุมชน ตลอดจนให้มีการจัดการความรู้ชุมชน

## ตัวอย่างความสำเร็จของการประยุกต์ใช้กลุ่มชุมชนในหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบ

### ๑. บ้านผาชัน อำเภอโพธิ์ไทร จังหวัดอุบลราชธานี

หมู่บ้านนี้ตั้งอยู่ริมน้ำโขง แต่ไม่สามารถนำน้ำมาใช้ได้ เพราะพื้นที่เป็นหน้าผาหินและชันมาก จึงไม่สามารถเอาน้ำมาใช้ได้ง่าย ๆ ในช่วงปี ๒๕๓๕-๒๕๔๗ ชาวบ้านต้องประสบปัญหาการขาดแคลนน้เป็นอย่างมาก ถึงขั้นวิกฤติที่ต้องซื้อน้ำจากที่อื่นมาดื่ม มาใช้สำหรับครัวเรือนที่ไม่มีเงิน ก็ต้องให้เด็กหยุดเรียนตอนเช้าเพื่อหอบน้ำมาเก็บไว้ใช้ แต่ทุกคนก็ไม่ยอมแพ้ในที่สุดชาวบ้านก็สามารถหาทางนำน้ำขึ้นมาจากแม่น้ำโขงได้ โดยการค้นพบสิ่งประดิษฐ์ที่เกิดจากภูมิปัญญาชาวบ้านที่เรียกว่า "แอร์แวง" โดยผู้นำชุมชน คือ นายชรินทร์ อินทร์ทอง ได้ค้นพบระบบนี้จากการสังเกตการทำงานของกระบอกสุบลมของเครื่องตีเหล็กผสมกับการพับของสายยางโดยอาศัยหลักการใช้แรงดันอากาศมาช่วยในการสูบน้ำโขงขึ้นมาใช้ เขาเรียกสิ่งประดิษฐ์นี้ว่า "แอร์แวง" เพราะ "แอร์" (Air) คือ อากาศ และ "แวง" คือ แวะ ซึ่งหมายถึง "อากาศมาแวะ" ในท้อแล้วทำให้เกิดแรงดันน้ำ ซึ่งผลสำเร็จนี้ทำให้ "แอร์แวง" ได้รับรางวัลวิจัยดีเด่นจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ในปี ๒๕๕๐ ขณะเดียวกันชุมชนก็เรียนรู้คุณค่าของการใช้น้ำไปในตัวด้วย เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด รวมทั้งการฟื้นฟูป่าต้นน้ำ (ป่าชุมชน) จนได้รับรางวัลชนะเลิศการบริหารจัดการน้ำในปี ๒๕๕๑

หลังจากล้มตาอ้าปาก ยิ้มได้ พวกเขาจึงเริ่มหันมามองศักยภาพด้านอื่น ๆ บ้าง และมีการรวมตัวกันจัดตั้ง "กองทุนปลา" ขึ้น เพื่อตั้งราคามาตรฐานในการซื้อ - ขาย เพื่อไม่ให้ชาวบ้านถูกเอาเปรียบจากพ่อค้าคนกลาง กองทุนปลาเติบโตขึ้นเรื่อย ๆ ต่อมาได้นำเงินกองทุนที่ได้มาจัดสวัสดิการให้แก่คนในชุมชนต่อไปอีก และเนื่องจากมีภูมิศาสตร์ที่สวยงามตามธรรมชาติ จึงได้จัดตั้งกลุ่มบริหารจัดการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ขึ้นมาตั้งแต่ปี ๒๕๔๘ ถึงแม้จะบริหารได้ไม่เท่ามืออาชีพ แต่ก็เป็นที่ไปตามวิถีชีวิตของชาวบ้าน คือ มีความเป็นกันเองและความจริงใจ ซึ่งเป็นทุนเดิมของชุมชน (<http://www.manager.co.th>)

### ๒. บ้านดอกบัวหรือบ้านบัว ตำบลบ้านตุน อำเภอเมืองพะเยา จังหวัดพะเยา

บ้านดอกบัว จะใช้คณะกรรมการหมู่บ้านมาช่วยดูแลแก้ปัญหาและประสานงานทั้งภายในและภายนอกหมู่บ้าน มีการแบ่งการปกครองออกเป็น ๑๐ คุ่ม ๆ ละประมาณ ๒๐ - ๓๐ ครัวเรือน แต่ละคุ้มจะมีหัวหน้าคอยดูแลแก้ปัญหาต่าง ๆ ให้กับสมาชิก ตลอดจนคอยไกล่เกลี่ยปัญหาเมื่อมีการกระทบกระทั่งหรือความไม่เข้าใจกัน แต่ละคุ้มมีกิจกรรมการพึ่งตนเองหลายอย่าง เช่น ปลูกผักปลอดสารพิษ เลี้ยงปลา หมู ไก่ นอกจากนี้จะปลูกไวกินแล้วยังนำไปขายอีกด้วย และมีการทำแก๊สชีวภาพจากมูลสัตว์

ผลผลิตจากอาชีพเสริมที่ขายดี คือ การทำส้มไก่อ ซึ่งเป็นสินค้า "หนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์" (OTOP) มีการจัดการขยะโดยการคัดแยกขยะจำพวกเศษอาหาร ใบไม้ เพื่อนำมาทำเป็นปุ๋ยหมัก ส่วนพลาสติกหรือเศษแก้ว นำไปขายเป็นของเก่า

นอกจากนี้ ยังมีกองทุนชุมชนที่เกิดจากการให้ครัวเรือนออมเงินเพื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ ของหมู่บ้าน ปัจจุบันมีเงินออมของหมู่บ้านกว่า ๙ แสนบาท สำหรับการพึ่งพาตัวเองด้วยทุนชุมชนที่โดดเด่นก็คือการร่วมแรงร่วมใจในการสร้างฝายชะลอน้ำ เพื่อกักเก็บน้ำไว้ใช้ในหน้าแล้งโดยไม่ได้ใช้งบประมาณจากรัฐบาลแต่อย่างใด (<http://www.npzmoon.com/article/village/>)

### ๓. กระบวนการขับเคลื่อนการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต

รัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทยมีคำสั่งกระทรวงมหาดไทยที่ ๓๑๐/๒๕๖๐ ลงวันที่ ๙ มีนาคม ๒๕๖๐ แต่งตั้งคณะกรรมการบริหารศูนย์อำนวยการขจัดความยากจนและพัฒนาชนบทตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง กระทรวงมหาดไทย (ศจพ.มท.) เพื่อเป็นกลไกในการขับเคลื่อนแนวทางการดำรงชีพภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในระดับพื้นที่ โดยมีรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทยและรัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงมหาดไทยเป็นที่ปรึกษา ปลัดกระทรวงมหาดไทย เป็นผู้อำนวยการศูนย์ ผู้บริหารหน่วยงานในสังกัดกระทรวงมหาดไทยและผู้แทนจากกระทรวงที่เกี่ยวข้องเป็นกรรมการ อธิบดีกรมการพัฒนาชุมชนและที่ปรึกษาด้านการปกครอง สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย เป็นกรรมการและเลขานุการร่วม และรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทยได้เห็นชอบให้มีการสร้างความเข้าใจเพื่อน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต ครอบคลุมพื้นที่ทุกหมู่บ้าน/ชุมชน ทั่วประเทศ ๗๕,๐๓๒ หมู่บ้าน ๕,๗๐๐ ชุมชน ประกอบด้วย ๔ ขั้นตอน คือ

๑. การค้นหาและเตรียมครูฝึกระดับอำเภอ โดยให้อำเภอจัดตั้งทีมครูฝึกระดับตำบล เพื่อเผยแพร่สร้างความเข้าใจหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปในพื้นที่ทุกหมู่บ้าน/ชุมชน โดยพิจารณาตามความเหมาะสมของพื้นที่อำเภอ ซึ่งครูฝึกแต่ละทีม ควรประกอบด้วย (๑) ข้าราชการ เช่น พัฒนาการอำเภอ ปลัดอำเภอ ท้องถิ่นอำเภอ ข้าราชการครู เกษตร (๒) ผู้นำท้องที่ ท้องถิ่น (๓) ปราชญ์ชาวบ้าน หรือคนต้นแบบ (๔) ผู้นำศาสนา หรือตามที่คณะกรรมการบริหารศูนย์อำนวยการปฏิบัติการขจัดความยากจนและพัฒนาชนบทตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงระดับอำเภอ (ศจพ.อ.) เห็นสมควร มีหน้าที่เป็นครูในการถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและการนำไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิตแก่ประชาชนในหมู่บ้าน/ชุมชน

๒. การฝึกสอนหรือถ่ายทอดความรู้ ครูฝึกระดับอำเภอและระดับตำบลร่วมกันถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจ การน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิตแก่ประชาชนในหมู่บ้าน/ชุมชน ให้ครอบคลุมทั้งประเทศ ภายใต้การกำกับ ส่งเสริม และสนับสนุน จากคณะกรรมการบริหารศูนย์อำนวยการปฏิบัติการขจัดความยากจนและพัฒนาชนบทตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงระดับจังหวัด (ศจพ.จ.) และระดับอำเภอ (ศจพ.อ.)

๓. การนำไปปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต ครูฝึกและคณะกรรมการบริหารศูนย์อำนวยการปฏิบัติการขจัดความยากจนและพัฒนาชนบทตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงระดับจังหวัด (ศจพ.จ.) และระดับอำเภอ (ศจพ.อ.) รวมทั้งหน่วยงานต่าง ๆ ในพื้นที่ สนับสนุนและส่งเสริมให้ประชาชน หมู่บ้าน/ชุมชน น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต หลังจากที่ได้รับการถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจจากครูฝึก

๔. หมู่บ้าน/ชุมชน ประกาศตนเองเป็นหมู่บ้านที่ได้น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปปฏิบัติ สำหรับหมู่บ้านและชุมชนที่สามารถดำเนินการขับเคลื่อนให้เกิดผลสำเร็จเป็นรูปธรรมในช่วงเดือนสิงหาคมถึงเดือนกันยายน ๒๕๖๐ จะเป็นการประกาศโดยประชาชนเพื่อสร้างความดีถาวรเป็นพระราชกุศล แต่ในหลวงรัชกาลที่ ๙ ส่วนประชาชนและหมู่บ้าน/ชุมชนอื่น ๆ ที่อยู่ระหว่างการตั้งปณิธานและขับเคลื่อนกิจกรรม ก็ดำเนินการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต เมื่อเกิดผลสำเร็จตามเป้าหมายและมีความพร้อมก็ให้หมู่บ้าน/ชุมชน ประกาศตนเองต่อเนื่องต่อไป โดยคณะกรรมการบริหารศูนย์อำนวยการปฏิบัติการขจัดความยากจนและพัฒนาชนบทตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงระดับจังหวัด (ศจพ.จ.) และระดับอำเภอ (ศจพ.อ.) เป็นผู้รวบรวมรายงาน

## | แผนการสอน |

| เวลา    | เนื้อหา                                | วัตถุประสงค์รายวิชา  | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ   | วัสดุ/อุปกรณ์   |
|---------|--|--|--|--|---|
| ๒๐ นาที | ๑. ความหมายของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง | ๑. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้รับทราบและเข้าใจความหมายที่แท้จริงของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง<br>๒. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้ศึกษาและเรียนรู้การประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงจนเป็นวิถีชีวิต<br>๓. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้มองเห็นถึงความเชื่อมโยงของการดำเนินงานตามวาระกรมการพัฒนาชุมชน ที่เน้นการบูรณาการกองทุนภายในชุมชน เพื่อหนุนเสริมการประกอบอาชีพของประชาชนกับการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปสู่การปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต | ๑. วิทยากรกล่าวคำทักทายแล้วถามคำถามว่า “มีใครในที่นี้บ้างไหมครับ ที่ไม่เคยได้ยินคำว่า ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ขอให้ช่วยยกมือขึ้นด้วยครับ” ซึ่งแน่นอนว่า จะไม่มีใครยกมือขึ้นมาเลย เพราะทุกคนต้องเคยได้ยินแน่นอน (แต่ถ้ายังมีคนยกมือขึ้นมาอีก ให้วิทยากรพูดต่อไปว่า “อย่าเพิ่งมีคนยกมือขึ้นมาอีก ให้วิทยากรพูดต่อไปว่า “อย่างน้อยก็ยังมีนะครับ ที่ยังไม่เคยได้ยิน แต่ในวันนี้ออกจากท่านจะได้ยินแล้ว ท่านยังจะได้เรียนรู้เรื่องนี้อีกด้วย”)<br>๒. วิทยากรพูดต่อว่า “ผมอยากจะทำตามต่อไปว่า ‘ความหมายที่แท้จริงของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงคืออะไรครับ?’” (ช่วงนี้เปิดโอกาสให้ผู้เข้าประชุมร่วมกันตอบ ๓-๔ คน แล้ววิทยากรจดจำไว้)<br>๓. วิทยากรสรุปความหมายจากคำตอบของผู้เข้าประชุม แล้วพูดต่อว่า “จากความหมายทั้งหมดที่ท่านได้ตอบมา จะเห็นว่าไม่มีคำตอบไหนเลยที่ผิด เพียงแต่ยังไม่ครอบคลุมเท่านั้น<br>ในโอกาสนี้ ผมจึงขอเชิญพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ รัชกาลที่ ๙ เกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ที่ทรงตรัสไว้เมื่อวันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๔๑ มาเปิดให้ทุกท่านได้ฟังและรับทราบถึงความหมายที่แท้จริงของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เชิญรับชมและรับฟังครับ” | <ul style="list-style-type: none"> <li>• คลิปพระราชดำรัส รัชกาลที่ ๙ เมื่อวันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๔๑ (๓.๑๔ นาที)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• คอมพิวเตอร์</li> <li>• เครื่องฉาย</li> <li>• ไมโครโฟน</li> <li>• สายต่อพ่วงทั้งสภาพและเสียง</li> <li>• ปลั๊กยาวต่อพ่วงมากกว่า ๑ ตัว</li> </ul> |

| เวลา    | เนื้อหา  | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ  | วัสดุ/อุปกรณ์  |
|---------|--|---------------------|--|---|--|
| ๔๐ นาที | <p>๒. การประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และตัวอย่างความสำเร็จในการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้</p> |                     | <p>๔. วิทยากรกล่าวสรุปเนื้อหาจากการชมคลิปว่า “จากคลิปพระราชดำรัสของในหลวงรัชกาลที่ ๙ สรุปได้ว่า เศรษฐกิจพอเพียง มีความหมายว่า ‘พอมีพอกิน’ แต่พอคนไทยเริ่มไม่พอมีพอกิน จึงต้องเป็นนโยบายที่จะให้ทำเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้ทุกคนพอเพียงได้ นี่แหละครับคือความหมายที่แท้จริงของเศรษฐกิจพอเพียงจากพระโอษฐ์ของพ่อหลวงของเรา”</p> <p>๕. วิทยากรบรรยายต่อเนื่องหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงตามประเด็นต่าง ๆ ในเนื้อหาและสไลด์ ดังนี้</p> <p>๕.๑ ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง</p> <p>๕.๒ ทำไมต้องปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง?</p> <p>๕.๓ ประเทศไทยกับเศรษฐกิจพอเพียง</p> <p>ซึ่งในระหว่างบรรยายวิทยากรอาจนำกรณีศึกษาที่เป็นทั้งเรื่องเล่าหรือคลิปมานำเสนอเป็นการเพิ่มเติมก็ได้</p> <p>๖. วิทยากรบรรยายต่อเนื่องการประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และยกตัวอย่างความสำเร็จในการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ตามประเด็นต่าง ๆ ในเนื้อหาและสไลด์ ดังนี้</p> <p>๖.๑ การประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งสามารถใช้ได้กับบุคคล กลุ่มบุคคล ชุมชน องค์กรทางภาครัฐและเอกชน มีลำดับขั้น ดังนี้</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อ ๕.๑-๕.๓ หรืออื่น ๆ (ถ้ามี)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อ ๖.๑-๖.๒</li> </ul> |

| เวลา | เนื้อหา | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน   | สื่อ   | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|------|---------|---------------------|---|--|---------------|
|      |         |                     | <p>ระดับที่ ๑. เศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน เน้นความพอเพียงในระดับบุคคลและครอบครัว ยึดถือหลักการที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” คือ การที่สมาชิกในครอบครัวพ่อกัน สามารถสนองความต้องการพื้นฐานหรือปัจจัยสี่ของครอบครัวพึ่งตนเองได้</p> <p>ระดับที่ ๒. เศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า คือ ยกระดับความพอเพียงด้วยกิจกรรมกลุ่ม มีการร่วมคิด ร่วมมือ ร่วมใจศึกษา ผลประโยชน์ เรียนรู้แลกเปลี่ยนและแก้ปัญหาาร่วมกัน เพื่อมุ่งไปสู่ความเข้มแข็งภายในกลุ่มชาวบ้าน/ชุมชน</p> <p>ระดับที่ ๓. เศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวไกล คือ การสร้างเครือข่ายความร่วมมือระหว่างชุมชน กลุ่ม องค์กร ภาคเอกชน เพื่อประโยชน์ของส่วนรวมร่วมกัน</p> <p>๖.๒ ตัวอย่างการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ ทั้งที่เป็นกรณีศึกษา ที่เป็นเรื่องเล่าและคลิปที่วิทยากรได้เลือกสรรแล้วในจำนวนที่พอเหมาะกะกับเวลา</p> <p>๗. วิทยากรสรุปความเชื่อมโยงของเนื้อหาจากกิจกรรมตามหัวข้อที่ ๔ กับการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ตามหัวข้อที่ ๖ โดยอาจสรุปไว้ก่อนเป็นกรล่วงหน้าหรือเชิญชวนให้ผู้เข้าอบรมร่วมสรุป โดยวิทยากรเป็นผู้นำการสรุปก็ได้ ซึ่งอาจตั้งเป็นคำถามว่า “ท่านเห็นอะไรจากกรณีศึกษาและคลิปที่ได้เรียนรู้อะไร?”</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• คลิปการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้</li> </ul> |               |

## ๒ การเชื่อมโยงและการสร้างโอกาส การพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก

## | สังเขปวิชา |

### | คำอธิบายรายวิชา: |

รัฐบาลได้กำหนดนโยบายลดความเหลื่อมล้ำ สร้างรายได้และความเจริญ ความเข้มแข็งทางเศรษฐกิจให้ครอบคลุมทั่วประเทศ โดยให้เอกชนและภาคประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมดำเนินการกับภาครัฐ เพื่อให้บรรลุวิสัยทัศน์ของประเทศในเรื่อง “มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน” โดยเน้นการขับเคลื่อนผ่านกิจกรรมที่เชื่อมโยงความต้องการที่แท้จริงของหมู่บ้าน/ชุมชน ได้แก่ ลดความเหลื่อมล้ำเน้นในการสร้างความเข้มแข็งให้ชุมชนโดยยึดความต้องการของชุมชนเป็นตัวตั้ง พัฒนาคุณภาพคน เน้นสร้างองค์ความรู้ในระดับชุมชน โดยส่งเสริมองค์ความรู้ และพัฒนาระบบการบริหารจัดการเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขัน เน้นสร้างขีดความสามารถในการแข่งขันอย่างยั่งยืน และมีช่องทาง (Platform) สำหรับกิจกรรมทางเศรษฐกิจของชุมชน

การเสริมสร้างชุมชนให้เข้มแข็งอย่างยั่งยืน และพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากให้มั่นคง โดยยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนการดำเนินงานของกรมการพัฒนาชุมชน ที่มุ่งเน้นกระบวนการเรียนรู้ และกระบวนการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน ส่งเสริมและพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากให้มีความมั่นคงและมีเสถียรภาพ เพื่อให้ทันต่อยุคของการเปลี่ยนแปลงและตอบสนองนโยบายรัฐบาล จึงได้เชื่อมโยงงานกรมการพัฒนาชุมชนให้เห็นทิศทางการเริ่มต้นเดินจนถึงจุดหมายปลายทาง โดยกำหนดแนวทางการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานราก ภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นบันได ๓ ขั้น ตั้งแต่เศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน คือ ระดับบุคคลหรือครัวเรือน และระดับเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า คือ ระดับการรวมตัวเป็นกลุ่ม และระดับความร่วมมือกันเป็นเครือข่าย รวมถึงการบูรณาการทุนภายในชุมชน เพื่อหนุนเสริมการประกอบอาชีพของประชาชน ซึ่งเป็นการส่งเสริมและพัฒนาเศรษฐกิจในระดับฐานรากให้กับประชาชนที่อยู่ในชุมชนให้มีความต่อเนื่องและยั่งยืนต่อไป

### | วัตถุประสงค์: |

๑. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้ทราบถึงแนวทางการดำเนินงานของประเทศไทย ๔.๐ และการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากในยุคปัจจุบัน

๒. เพื่อให้ผู้เข้าประชุมได้มองเห็นถึงความเชื่อมโยงของการดำเนินงานตามวาระกรมการพัฒนาชุมชนที่เน้นถึงแนวทางการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานราก ภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

### | ประเด็นเนื้อหาการเรียนรู้: |

๑. การขับเคลื่อนเศรษฐกิจ ในยุค “ประเทศไทย ๔.๐”

๒. ความเชื่อมโยงของการดำเนินงานตามวาระกรมการพัฒนาชุมชน ที่เน้นถึงแนวทางการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานราก ภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (การพัฒนาอาชีพครัวเรือน (สัมมาชีพ) การสร้างกลุ่มอาชีพ/วิสาหกิจชุมชน OTOP และการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากและประชารัฐ)

๓. การสร้างโอกาสในการพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก

**| ระยะเวลา: |** ๓ ชั่วโมง

**| วิธีการ/เทคนิค: |**

๑. การบรรยาย
๒. การตั้งคำถามเพื่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์
๓. การเสริมความชัดเจนของเนื้อหาด้วยสไลด์ กรณีศึกษา และคลิป
๔. การเติมเต็มให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะ

**| สื่อ/วัสดุ/อุปกรณ์: |**

๑. สไลด์ PPT
๒. กรณีศึกษา
๓. คลิป

**| การประเมินผล: |**

๑. การสังเกตพฤติกรรม
  ๒. การประเมินการถ่ายทอด
  ๓. การประเมินรายวิชา
-

# ๒๓ การเชื่อมโยงและการสร้างโอกาส การพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก

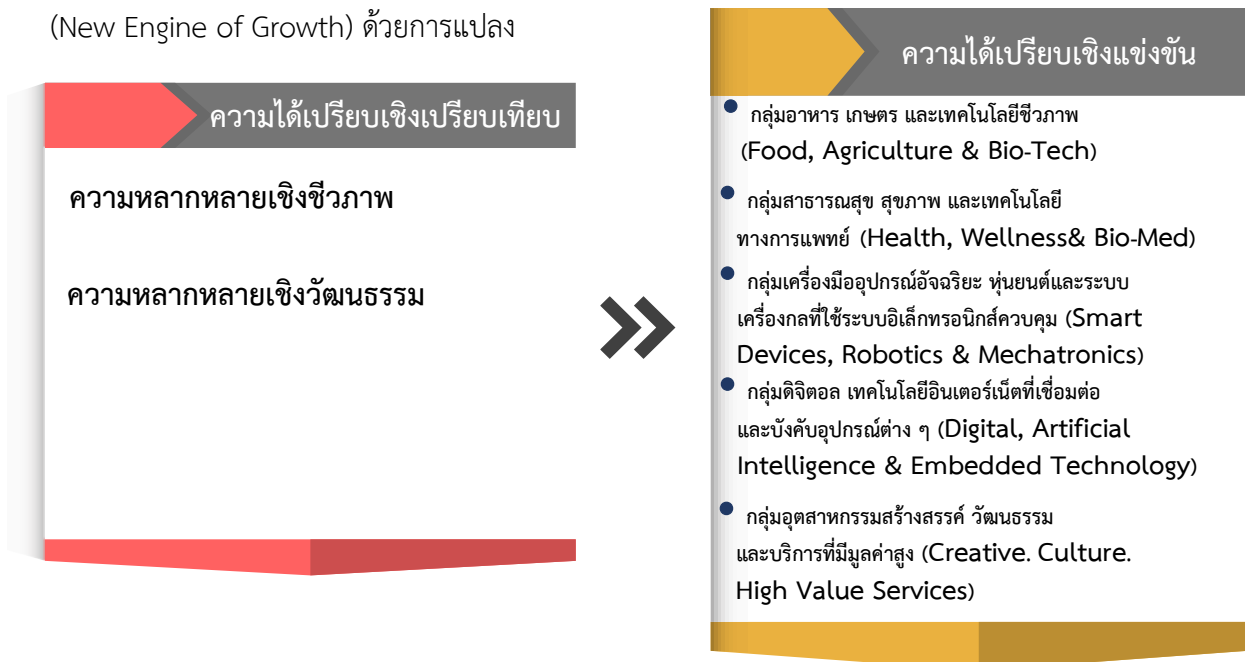
## | เนื้อหาวิชา |

การขับเคลื่อนเศรษฐกิจด้วยนวัตกรรม “ประเทศไทย ๔.๐” เป็นความมุ่งมั่นของนายกรัฐมนตรี พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา ที่ต้องการปรับเปลี่ยนโครงสร้างเศรษฐกิจไปสู่ “Value Based Economy” หรือ “เศรษฐกิจที่ขับเคลื่อนด้วยนวัตกรรม” กล่าวคือ ในปัจจุบันเรายังติดอยู่ในโมเดลเศรษฐกิจแบบ “ทำมาก ได้น้อย” เราต้องการปรับเปลี่ยนเป็น “ทำน้อย ได้มาก” นั่นหมายถึงการขับเคลื่อนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างน้อยใน ๓ มิติสำคัญ คือ

๑. เปลี่ยนจากการผลิตสินค้า “โภคภัณฑ์” ไปสู่สินค้าเชิง “นวัตกรรม”
๒. เปลี่ยนจากการขับเคลื่อนประเทศภาคอุตสาหกรรม ไปสู่การขับเคลื่อนด้วยเทคโนโลยี ความคิดสร้างสรรค์ และนวัตกรรม
๓. เปลี่ยนจากการเน้นภาคการผลิตสินค้า ไปสู่การเน้นภาคบริการมากขึ้น



ประเทศไทย ๔.๐ จึงเป็นการพัฒนา “เครื่องยนต์เพื่อขับเคลื่อนการเติบโตทางเศรษฐกิจชุดใหม่” (New Engine of Growth) ด้วยการแปลง



## 5 กลุ่มอุตสาหกรรมเป้าหมาย

กลุ่มเกษตรแปรรูป อาหาร  
และเทคโนโลยีชีวภาพ



ซึ่งเป็นกลุ่มที่ไทยได้เปรียบ  
จากความหลากหลาย  
ทางชีวภาพ ได้แก่

- อาหารและเครื่องดื่ม
- เกษตรแปรรูป  
ที่ไม่ใช่อาหาร
- อุตสาหกรรมชีวภาพ

กลุ่มสาธารณสุข สุขภาพ  
และเทคโนโลยีทางการแพทย์



ซึ่งเป็นอุตสาหกรรมที่สอดคล้อง  
กับกระแสด้านความต้องการ  
ของโลก ได้แก่

- ยาและสมุนไพร
- อุปกรณ์การแพทย์
- บริการทางการแพทย์

กลุ่มอุตสาหกรรม  
ที่ใช้เทคโนโลยีขั้นสูงและดิจิทัล



ซึ่งเป็นอุตสาหกรรม  
ที่มีการใช้เทคโนโลยี  
และนวัตกรรมอย่างเข้มข้น  
มีความสามารถในการเติบโต  
ในอนาคตสูง ได้แก่

- ยานยนต์และชิ้นส่วน
- เครื่องใช้ไฟฟ้าอิเล็กทรอนิกส์  
และอุปกรณ์โทรคมนาคม
- หุ่นยนต์
- อากาศยานและชิ้นส่วน
- ดิจิทัล ซึ่งรวมถึงการออกแบบ  
และพัฒนากระบวนการจัดการข้อมูล  
เช่น แอปพลิเคชัน ปัญญาประดิษฐ์  
สมองกลฝังตัว ฟาบริกเอชันอิเล็กทรอนิกส์  
Cloud Computing

กลุ่มอุตสาหกรรมสร้างสรรค์  
กบววัฒนธรรม  
และบริการที่มีมูลค่าสูง



ซึ่งเป็นอุตสาหกรรม  
ที่ไทยมีความได้เปรียบ  
จากความหลากหลาย  
ทางวัฒนธรรม ได้แก่

- ท่องเที่ยว
- แฟชั่น
- โลฟต์สไตล์ เช่น เฟอร์นิเจอร์  
เครื่องใช้และของตกแต่งบ้าน  
ของเล่น และเซรามิก
- สื่อสร้างสรรค์และแอนิเมชัน  
เช่น ภาพยนตร์ การพิมพ์  
และสิ่งพิมพ์

กลุ่มอุตสาหกรรมพื้นฐาน  
และอุตสาหกรรมสนับสนุน



เพื่อรองรับการเติบโต  
ของกลุ่มอุตสาหกรรมข้างต้น  
ได้แก่

- บีโตะเคมีและพลาสติก
- เคมีภัณฑ์
- อุตสาหกรรมพลังงาน
- เหล็กและโลหการ
- บรรจุภัณฑ์
- เครื่องจักรกล
- แม่พิมพ์
- เหมืองแร่
- โลจิสติกส์

เป้าหมายของการดำเนินงานตามยุทธศาสตร์ “ประเทศไทย ๔.๐” คือ การขับเคลื่อน ๕ กลุ่มเทคโนโลยีและอุตสาหกรรมเป้าหมายให้เกิดผลสัมฤทธิ์ภายในระยะเวลา ๓-๕ ปีข้างหน้า เป็นการเปลี่ยน “ปัญหาและความท้าทาย” ให้เป็น “ศักยภาพและโอกาส” ในการสร้างความมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืนให้กับประเทศอย่างเป็นรูปธรรม หรืออาจกล่าวโดยสรุปว่า กระบวนทัศน์ในการพัฒนาประเทศ ภายใต้ “ประเทศไทย ๔.๐” มีประเด็นสำคัญ คือ

๑. เป็นจุดเริ่มต้นของยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี ในการขับเคลื่อนไปสู่การเป็นประเทศที่มั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืนอย่างเป็นรูปธรรม

๒. เป็น “Reform in Action” ที่มีการผลักดันการปฏิบัติโครงสร้างเศรษฐกิจ การปฏิรูปการวิจัยและการพัฒนาและการปฏิรูปการศึกษาไปพร้อม ๆ กัน

๓. เป็นการผนึกกำลังของทุกภาคส่วนภายใต้แนวคิด “ประชารัฐ” โดยเป็นประชารัฐที่ผนึกกำลังกับเครือข่ายพันธมิตรทางธุรกิจ การวิจัยพัฒนา และบุคลากรระดับโลก ภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง “รู้จักเติม รู้จักพอ และรู้จักปัน”

ประเทศไทย ๔.๐

การพัฒนาที่สมดุล

เศรษฐกิจมหภาค

เน้นการส่งออกต่างประเทศ

เศรษฐกิจฐานราก

กลับมาชนบท สร้างความเติบโตจากภายใน  
(ภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง)

## ทำไมต้องเปลี่ยน

“**ท่านกระแสนโยบายชีวิต ด้วยหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง**

“ไทยต้องห้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงใช้ในการดำรงชีวิต  
เดินหน้าประเทศไทย ๔.๐ เน้นการขับเคลื่อนด้วยนวัตกรรม ก้าวข้ามกับดัก  
ประเทศรายได้ปานกลาง

เน้นย้ำ **จะไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง ทุกคนต้องก้าวพ้นปัญหาไปพร้อมกัน...**”



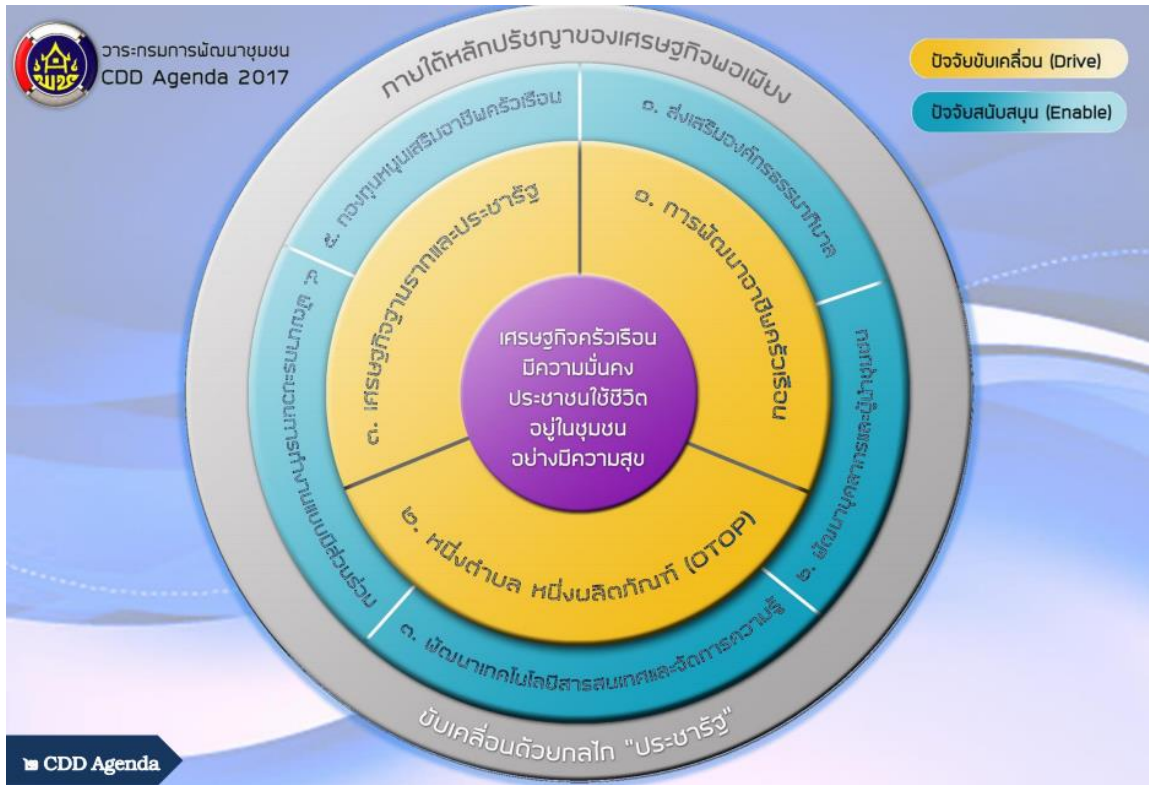
คำกล่าวของนายกรัฐมนตรีน พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา เมื่อวันที่ ๒๔ กันยายน ๒๕๕๕  
ในการประชุมรัฐมนตรีกลุ่ม G๗๗

## กรมการพัฒนาชุมชนในยุคประเทศไทย ๔.๐

รัฐบาลได้กำหนดนโยบายลดความเหลื่อมล้ำ สร้างรายได้และความเจริญ ความเข้มแข็งทางเศรษฐกิจให้ครอบคลุมทั้งประเทศ โดยให้เอกชนและภาคประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมดำเนินการกับภาครัฐ เพื่อให้บรรลุวิสัยทัศน์ของประเทศในเรื่อง “มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน” และเมื่อวันที่ ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๘ คณะรัฐมนตรีได้มีการแต่งตั้งคณะทำงานร่วมรัฐ-เอกชน-ประชาชน (ประชารัฐ) จำนวน ๑๒ คณะ โดยหนึ่งในนั้น คือ คณะทำงานการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากและประชารัฐ (Em) มีรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทยเป็นหัวหน้าทีมภาครัฐ ดำเนินงานในลักษณะหุ้นส่วนภาครัฐ ภาคเอกชน และประชาชน เน้นการขับเคลื่อนผ่านกิจกรรมที่เชื่อมโยงความต้องการที่แท้จริงของหมู่บ้าน/ชุมชน ได้แก่ ลดความเหลื่อมล้ำเน้นในการสร้างความเข้มแข็งให้ชุมชน โดยยึดความต้องการของชุมชนเป็นตัวตั้ง พัฒนาคุณภาพคน เน้นสร้างองค์ความรู้ในระดับชุมชน โดยส่งเสริมองค์ความรู้ และพัฒนาระบบการบริหารจัดการเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขัน เน้นสร้างขีดความสามารถในการแข่งขันอย่างยั่งยืน และมีช่องทาง (Platform) สำหรับกิจกรรมทางเศรษฐกิจของชุมชน

งานพัฒนาชุมชนถือว่าเป็นจุดเน้นที่สำคัญมาตลอดในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ๓ แผนที่ผ่านมา ส่งผลให้ชุมชนมีความเข้มแข็งมากขึ้น ซึ่งการพัฒนาชุมชนโดยการสร้างชุมชนเข้มแข็งให้เป็นพลังร่วมทางสังคม สามารถดำเนินการได้โดยการส่งเสริมการประกอบอาชีพของคนในชุมชน การสนับสนุนให้มีการฝึกอาชีพของคนในชุมชน เพื่อยกระดับทักษะของคนในชุมชน จนสู่ขั้นตอนการสร้างรายได้ที่มั่นคงและการสร้างและพัฒนาผู้นำชุมชนที่เข้มแข็งมีคุณธรรม จริยธรรม เพื่อเป็นแกนหลักในการพัฒนาชุมชน

ภายใต้ยุทธศาสตร์กรมการพัฒนาชุมชน พ.ศ. ๒๕๖๐ - ๒๕๖๔ กำหนดวิสัยทัศน์ “เศรษฐกิจฐานรากมั่นคง และชุมชนพึ่งตนเองได้ ภายในปี ๒๕๖๔” โดยส่งเสริมให้ชุมชนมีศักยภาพในการจัดการการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาเพิ่มคุณค่าและมูลค่าให้กับชุมชน เสริมสร้างเศรษฐกิจฐานรากของประเทศให้เข้มแข็งอย่างยั่งยืน โดยมุ่งเน้นการขับเคลื่อนงานพัฒนาชุมชนภายใต้วาระกรมการพัฒนาชุมชน (CDD Agenda) โดยกำหนดให้การพัฒนาอาชีพครัวเรือน (สัมมาชีพ) การสร้างกลุ่มอาชีพ/วิสาหกิจชุมชน OTOP และการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากและประชารัฐ ซึ่งเป็น ๓ ปัจจัยขับเคลื่อน (Drive) และมี ๕ ปัจจัยสนับสนุน (Enable) ได้แก่ ส่งเสริมองค์กรธรรมาภิบาล, พัฒนาบุคลากรและผู้นำ, พัฒนาเทคโนโลยีสารสนเทศและจัดการความรู้, พัฒนาระบบการทำงานแบบมีส่วนร่วม, กองทุนหนุนเสริมอาชีพครัวเรือน เป็นการกำหนดเป้าหมายการทำงานที่ชัดเจนอันเป็นปัจจัยหนุนนำให้กรมฯ ก้าวไปสู่เป้าหมายวิสัยทัศน์



**ความเชื่อมโยงกรมการพัฒนาชุมชนกับการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานราก**

กรมฯ ได้สร้างความเชื่อมโยงงานให้เห็นทิศทางการเริ่มต้นเดินจนถึงจุดหมายปลายทาง โดยกำหนดแนวทางการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานราก ภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นบันได ๓ ขั้น ตั้งแต่เศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน คือ ระดับบุคคลหรือครัวเรือน และระดับเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า คือ ระดับการรวมตัวเป็นกลุ่ม และระดับความร่วมมือกันเป็นเครือข่าย รวมถึงการบูรณาการทุนภายในชุมชน เพื่อหนุนเสริมการประกอบอาชีพของประชาชน



## 1 การขับเคลื่อนงานภายใต้หลักการ “ประชารัฐ” |

นั่นคือ ความร่วมมือจาก ๕ ภาคส่วน ได้แก่ ภาครัฐ ภาคเอกชน ภาควิชาการ ภาคประชาสังคม และภาคประชาชน ที่ช่วยกันแก้ปัญหาและคิดหาทางสร้างอนาคตให้ประเทศไทย ผ่านโครงสร้างการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศที่มุ่งมั่นคงความเหลื่อมล้ำ พัฒนาคุณภาพคน และเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขัน โดยมียุทธศาสตร์ที่แน่นอน และหนึ่งในนั้น คือ คณะทำงานการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากและประชารัฐ โดยมีเป้าหมาย คือ เศรษฐกิจชุมชนเข้มแข็ง ประชาชนมีความสุข และมีรายได้เพิ่มขึ้น

โดยสิ่งที่สามารถสร้างรายได้ที่ยั่งยืนให้แก่ชุมชนได้ มีอยู่ ๓ กลุ่ม ได้แก่ เกษตร แปรรูป (SME/OTOP) และท่องเที่ยวโดยชุมชน โดยที่เราต้องพัฒนาและสร้างประสิทธิภาพตลอดต้นทาง กลางทาง และปลายทาง มีกระบวนการขับเคลื่อนผ่าน ๕ พันธุ์หลัก คือ

- (๑) การเข้าถึงปัจจัยการผลิต ทั้งด้านทรัพยากรและโอกาสในการเข้าถึงแหล่งทุน
- (๒) การสร้างองค์ความรู้ ทั้งจากในชุมชนและส่งเสริมความรู้เพื่อสร้างประโยชน์ต่อยอด
- (๓) การตลาด โดยการพัฒนาแบบบูรณาการ ตั้งแต่การวิเคราะห์ตลาดไปจนถึงช่องทางการขายใหม่ ๆ
- (๔) การสื่อสารสร้างการรับรู้เพื่อความยั่งยืน นั่นคือการช่วยสร้างแบรนด์และหาช่องทางการประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อท้องถิ่นและสื่อระดับประเทศ
- (๕) การบริหารจัดการ ทั้งด้านต้นทุน บัญชี และการบริหารความเสี่ยง

**โดยทั้ง ๕ พันธุ์จะขับเคลื่อนภายใต้รูปแบบ Social Enterprise (SE) หรือ วิสาหกิจเพื่อสังคม** โดยมีหลักการดำเนินงาน ดังนี้

- (๑) มีเป้าหมายหลักเพื่อสังคม ไม่ใช่เพื่อกำไรสูงสุด
- (๒) เป็นรูปแบบธุรกิจที่รายได้หลักมาจากการขายสินค้าและบริการ ไม่ใช่เงินจากรัฐหรือเงินบริจาค
- (๓) กำไรต้องนำไปใช้ขยายผล ไม่ใช่ปันผลเพื่อประโยชน์ส่วนตัว
- (๔) บริหารจัดการตามหลักธรรมาภิบาล
- (๕) จัดทะเบียนเป็นรูปแบบบริษัท

การขับเคลื่อนงานภายใต้หลักการ “ประชารัฐ” นี้ เป็นการดำเนินงานที่สอดคล้องกับแนวคิดของ “ประเทศไทย ๔.๐” มากที่สุด เกี่ยวกับการสร้างความเข้มแข็งจากภายใน ที่ขับเคลื่อนโดยการยกระดับนวัตกรรมของทุกภาคส่วน การสร้างสังคมที่มีจิตวิญญาณของความเป็นผู้ประกอบการ และการสร้างความเข้มแข็งของชุมชนและเครือข่าย ซึ่งเป็นงานที่หนักของคณะกรรมการพัฒนาชุมชน โดยมีงานที่กรมการพัฒนาชุมชนได้นำไปเชื่อมโยงกับระบบของประเทศหลายเรื่อง ได้แก่ การเชื่อมโยงกับบริษัท Tesco Lotus, การเชื่อมโยงกับกลุ่ม CP, Central, การเชื่อมโยงองค์ความรู้ด้านเศรษฐกิจกับสถาบันการจัดการปัญญาภิวัฒน์ เป็นต้น และในขณะเดียวกันก็ได้นำไปเชื่อมโยงกับระบบสากลซึ่งเป็นการเชื่อมกับโลก ได้แก่ OTOP on Flight (โอท็อปขึ้นเครื่อง), หมู่บ้านศึกษาดูงาน SEP นานาชาติ (Sufficiency Economy Philosophy), และสิทธิพิเศษในการยกเว้นภาษีจาก BOI (Board of Investment) เป็นต้น

หากชุมชน โดยการส่งเสริมและสนับสนุนของทุกภาคส่วน สามารถวิเคราะห์ตนเองและความต้องการที่แท้จริงของชุมชน เพื่อคิดค้นผลิตภัณฑ์หรือบริการที่จะสามารถสร้างรายได้ให้กับชุมชน หรือสร้างนวัตกรรมใด ๆ เพื่อเป็นการผลิตสินค้าเชิงนวัตกรรม รวมทั้งการสร้างมูลค่าเพิ่มให้แก่ผลิตภัณฑ์หรือบริการ หรือชุมชน และเปลี่ยนจากการเกษตรดั้งเดิมไปสู่การเกษตรสมัยใหม่ได้แล้ว นั่นก็จะเป็นจุดเริ่มต้นของการก้าวสู่การเป็น “Smart Enterprise” และ Startups และยังเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีของการมีรายได้ที่เพิ่มขึ้นของชุมชน รายได้ต่อครัวเรือนต่อปีที่มากขึ้น และชุมชนอยู่ดี กินดี ลูกหลานมีความสุข สมกับคำกล่าวที่ว่า “Together for Better Future”

## 1 การพัฒนาอาชีพครัวเรือนตามแนวทางสัมมาชีพชุมชน 1

รัฐบาลได้มอบหมายให้กระทรวงมหาดไทย โดยกรมการพัฒนาชุมชน เป็นหน่วยงานหลักในการบูรณาการความร่วมมือหน่วยงานภาคีการพัฒนาเพื่อสร้างและพัฒนาอาชีพให้ประชาชนตามแนวทางสัมมาชีพชุมชน ใช้ทุนชุมชน และแผนชุมชนเป็นเครื่องมือ โดยมีผู้นำชุมชน ประชาชนชุมชนด้านอาชีพ เป็นกลไกหลักขับเคลื่อนการดำเนินงานภายใต้พระราชรัฐ

โดยความหมายแล้ว สัมมาชีพ ก็คือ “การประกอบอาชีพที่ไม่เบียดเบียนตัวเอง ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่เบียดเบียนสิ่งแวดล้อม และมีรายได้มากกว่ารายจ่าย” ทั้งนี้ เป็นการท้ามาหากินโดยไม่ได้เอากำไรสูงสุดเป็นตัวตั้ง หรือเป็นเป้าหมายสุดท้าย และต้องคำนึงถึงความเป็นธรรมทางสังคม กล่าวคือ ความสุขของตนและคนทำงาน รวมถึงประโยชน์ของผู้บริโภคและผู้รับบริการหลัก

ในขณะที่ “สัมมาชีพชุมชน” คือ “ชุมชนที่มีการประกอบอาชีพโดยชอบ ซึ่งมีรายได้มากกว่ารายจ่าย โดยลดการเบียดเบียนตนเอง ผู้อื่น และสิ่งแวดล้อม ทั้งนี้ ต้องมีความสอดคล้องกับวิถีของชุมชน เพื่อความมุ่งหมายในการสร้างระบบเศรษฐกิจชุมชน” ซึ่งการจะดูว่ารายได้มากกว่ารายจ่ายนั้น จะดูได้จากการจัดทำบัญชีครัวเรือน ซึ่งจะทำให้รู้ว่า รายรับ รายจ่ายของครัวเรือนมาจากแหล่งใดบ้าง จำนวนเท่าใด แล้วนำมาวางแผนการรับ การจ่ายเงินของตนเอง ให้มีรายได้มากกว่ารายจ่าย เมื่อแต่ละครัวเรือนในชุมชนมีรายได้มากกว่ารายจ่าย และไม่ทำให้ตนเองเดือดร้อน ไม่เอารัดเอาเปรียบผู้อื่น ไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม จะนำไปสู่สัมมาชีพชุมชน ซึ่งมีเส้นทางการสร้างสัมมาชีพชุมชน ๔ ขั้นตอน คือ

(๑) คัดเลือกประชาชนชุมชนจากหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง หมู่บ้านละ ๑ คน

(๒) ประชาชนชุมชนดังกล่าวเข้าอบรมหลักสูตรวิทยากรผู้นำสัมมาชีพ ณ ศูนย์ศึกษาและพัฒนาชุมชนทุกแห่ง เพื่อสร้างให้เป็น “วิทยากรผู้นำสัมมาชีพ”

(๓) วิทยากรผู้นำสัมมาชีพร่วมกับเจ้าหน้าที่พัฒนาชุมชน สร้างการเรียนรู้สัมมาชีพชุมชนแก่ประชาชนชุมชนอีกหมู่บ้านละ ๔ คน

(๔) จัดการฝึกอบรมอาชีพให้ประชาชนในหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง หมู่บ้านละ ๒๐ คน

ตามวาระกรมการพัฒนาชุมชน หรือ CDD Agenda ๒๐๑๗ นั้น ได้กำหนดให้การพัฒนาอาชีพครัวเรือนเป็นหนึ่งในปัจจัยขับเคลื่อนงานของกรมฯ โดยมีแนวคิดที่ว่า การพัฒนาอาชีพครอบครัวต้องพึ่งพาอาศัยกันในแนวราบ ทั้งการบริหารจัดการ ปัจจัยการผลิต การรวมกลุ่มอาชีพ ให้ครัวเรือนมีอาชีพและเกิดรายได้ที่สามารถดำรงชีวิตที่พอเพียงตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง โดยประชาชนชุมชนที่มีประสบการณ์คอยให้ความช่วยเหลือ แนะนำ และมีกระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมาย “ครอบครัวมีอาชีพที่สร้างรายได้ให้ตนเอง” ๓ กระบวนการ คือ (๑) พัฒนากลุ่มอาชีพ/วิสาหกิจชุมชน ให้มีศักยภาพในด้านสัมมาชีพชุมชน (๒) สร้างกลุ่มอาชีพ/วิสาหกิจชุมชน ให้พร้อมทำงานเพื่อสังคม และ (๓) ปรับการดำเนินธุรกิจที่รับผิดชอบร่วมในสังคม

ซึ่งการขับเคลื่อนงานตามแนวทางสัมมาชีพชุมชนนั้น ก็มีทิศทางในการสร้างความมั่นคงและลดความเหลื่อมล้ำทางเศรษฐกิจและสังคมของประชาชนในพื้นที่ ซึ่งจะสามารถส่งผลให้ชุมชนเกิดความเข้มแข็งได้อย่างยั่งยืน และหากการดำเนินงานตามแนวทางนี้สามารถเปลี่ยนผ่านระบบใน ๔ องค์ประกอบสำคัญของชาติจากแบบดั้งเดิมไปสู่ศักยภาพที่สูงขึ้นได้ ไม่ว่าจะเปลี่ยนจากเกษตรแบบดั้งเดิมไปสู่การเกษตรสมัยใหม่ เปลี่ยนจาก SMEs แบบดั้งเดิมไปสู่ Smart Enterprises และ Startups เปลี่ยนจากบริการแบบดั้งเดิมไปสู่ High-Value Services และเปลี่ยนจากแรงงานทักษะต่ำไปสู่แรงงานที่เชี่ยวชาญ มีความรู้และทักษะสูง ก็จะทำให้ผู้ประกอบการสัมมาชีพร่ำรวยขึ้นและยกระดับขึ้นเป็นผู้ประกอบการที่ดีและทันสมัยได้

## 1 การส่งเสริมการค้าดำเนินงาน แห่งตำบล แห่งผลิตภัณฑ์ (OTOP) ตามแนวทางสัมมาชีพชุมชน 1

หนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์ (OTOP) เป็นกลุ่มธุรกิจชุมชนที่มีศักยภาพในการประกอบการ มีเครือข่าย OTOP ที่มีประสบการณ์และเข้มแข็ง ควรได้รับการส่งเสริมให้เป็นกำลังในการขับเคลื่อนสัมมาชีพชุมชนจากต้นทาง กลางทาง จนถึงปลายทาง โดยในวาระกรมการพัฒนาชุมชนก็ได้กำหนดให้ OTOP เป็นหนึ่งในปัจจัยขับเคลื่อนงานของกรมฯ เช่นกัน มีการดำเนินงาน ๓ กระบวนการ คือ (๑) การเพิ่มศักยภาพผู้ประกอบการ (๒) การพัฒนาคุณภาพและมาตรฐานผลิตภัณฑ์ และ (๓) การแสวงหาช่องทางการตลาดเพิ่มขึ้น ทั้งนี้ เพื่อมุ่งไปสู่เป้าหมาย นั่นคือ “กลุ่มสัมมาชีพชุมชนได้รับการพัฒนาเป็นผู้ผลิต ผู้ประกอบการ OTOP” และกลุ่มสัมมาชีพดังกล่าวได้ลงทะเบียนผู้ผลิต ผู้ประกอบการ OTOP ในที่สุด

นอกจากการดำเนินงาน OTOP ตามแนวทางสัมมาชีพชุมชนแล้ว ยังมีทุนทางสังคมที่สำคัญของสังคมไทยประการหนึ่งที่มีความเกี่ยวข้องกับ OTOP อย่างแยกไม่ออก นั่นคือ “วัฒนธรรม” และ “วิถีชุมชน” ซึ่งในปัจจุบันการไหลของวัฒนธรรมต่างชาติที่เข้ามาในประเทศไทยผ่านสังคมยุคดิจิทัล อาจมีอิทธิพลที่ทำให้คนไทยจำนวนไม่น้อยที่ยังไม่สามารถคัดกรองและเลือกรับวัฒนธรรมได้อย่างเหมาะสม อาจมีค่านิยมทัศนคติ และพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตที่เบี่ยงเบนได้

“ประเทศไทย ๔.๐” มีความตั้งใจในการนำ “ความหลากหลายทางวัฒนธรรม” มาใช้ให้เกิดความได้เปรียบในเชิงแข่งขัน โดยการเติมวิทยาการต่าง ๆ เข้าไป เช่น ความคิดสร้างสรรค์ และนวัตกรรม เป็นต้น ทั้งนี้ เพื่อให้เกิดมูลค่าเพิ่ม จึงถือได้ว่า “วัฒนธรรม” เป็นหนึ่งในจุดแข็งของหลายๆ ชุมชน ซึ่งจะสามารถแปลงมาเป็น “จุดขายอย่างเหมาะสม” ได้ ก็โดยการผนึกกำลังกันของทุกภาคส่วน หนึ่งในจุดที่จะทำให้งานวัฒนธรรมของชุมชนมีความโดดเด่นขึ้นมาได้ ก็คือการบริหารจัดการหมู่บ้าน OVC หรือหมู่บ้าน OTOP เพื่อการท่องเที่ยวที่สามารถใช้วัฒนธรรมเป็นตัวนำ ไม่ว่าจะเป็นการถ่ายทอดวัฒนธรรมโดยตรง หรือถ่ายทอดผ่านสังคมดิจิทัล หรือถ่ายทอดผ่านผลิตภัณฑ์ชุมชน หรืออื่น ๆ โดยอาจมีการบริหารจัดการที่มุ่งเน้นภาคบริการที่สร้างความประทับใจให้กับผู้มาท่องเที่ยวมากขึ้น เช่น การให้ความสำคัญกับการพัฒนาแบบองค์รวมที่เน้นความยั่งยืนของท้องถิ่น, ชุมชนเป็นผู้ออกแบบ ตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ และบริหารจัดการการท่องเที่ยวในท้องถิ่นของตน, และการให้ผู้มาเยือนได้สัมผัสวัฒนธรรมและวิถีชีวิตที่แท้จริงและได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้คนในท้องถิ่นต่าง ๆ

## 1 งานสนับสนุน 1

นอกจากนี้ กรมการพัฒนาชุมชนยังมีงานที่เป็นปัจจัยสนับสนุนอีกหลายประการที่สอดคล้องกับแนวคิด “ประเทศไทย ๔.๐” นั่นคือ

(๑) การส่งเสริมองค์กรธรรมาภิบาล ที่มุ่งเน้นการนำหลักธรรมาภิบาลมาใช้เป็นเครื่องมือส่งเสริมวัฒนธรรมองค์กร และยกระดับกรมการพัฒนาชุมชนสู่องค์กรธรรมาภิบาล

(๒) การพัฒนาบุคลากรและผู้นำชุมชน ที่มุ่งเน้นให้มีการปรับเปลี่ยนวิธีคิด วิธีทำงาน ท่ามกลางสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงของโลกยุคปัจจุบัน พร้อมทั้งให้มีการเติมความรู้และทักษะของผู้นำชุมชนให้ทันยุคทันสมัยมากขึ้น

(๓) การพัฒนาเทคโนโลยีสารสนเทศและการจัดการความรู้ ที่มุ่งเน้นการพัฒนาเครื่องมือวิเคราะห์ข้อมูล เศรษฐกิจชุมชน เน้นการพัฒนา application สำหรับการติดตามประเมินผล และเน้นการพัฒนาเครื่องมือการจัดการความรู้

(๔) การพัฒนากระบวนการทำงานแบบมีส่วนร่วม ที่มุ่งเน้นการพัฒนาเครื่องมือเทคโนโลยีและนวัตกรรม การพัฒนารูปแบบกลไกการมีส่วนร่วม และการส่งเสริมและสนับสนุนกระบวนการทำงานในยุคดิจิทัล

(๕) การส่งเสริมกองทุนหมุนเวียนเสริมอาชีพครัวเรือน ที่มุ่งเน้นการเสริมสร้างความเข้มแข็งของกองทุนชุมชน การพัฒนาการเข้าถึงแหล่งทุน และการสนับสนุนให้กองทุนชุมชนหมุนเวียนเสริมสัมมาชีพ

ในส่วนของการพัฒนาทุนและองค์กรการเงินชุมชน ก็มีส่วนในการจัดระบบบริหารจัดการทุนชุมชนให้สามารถนำมาสร้างอาชีพและเพิ่มรายได้ให้แก่คนในชุมชนได้อย่างมั่นคง ในขณะเดียวกัน การใช้ความสามารถในการบริหารหนี้สินของคนในชุมชนอย่างมีประสิทธิภาพ ก็เป็นการบริหารจัดการอีกประเด็นหนึ่งที่จะช่วยลดภาระของคนในชุมชนและสามารถเดินหน้าสร้างอาชีพและรายได้ให้แก่ตัวเองได้ สิ่งสำคัญที่อยากให้ “ศูนย์จัดการกองทุนชุมชน” ได้ดำเนินการนอกเหนือจากนี้ก็คือการคิดต่อว่า หลังจากที่ช่วยให้คนในชุมชน สามารถนำทุนชุมชน (ทั้งที่เป็นตัวเงินและไม่เป็นตัวเงิน) มาสร้างอาชีพและรายได้หรือมีการบริหารหนี้สินที่มีประสิทธิภาพได้แล้ว เราจะต้องทำอะไรต่อ ภายใต้บทบาทหน้าที่ของเราและภายใต้ระเบียบ กฎหมายที่กำหนด ทั้งนี้เพื่อให้สามารถส่งเสริมและสนับสนุนการประกอบอาชีพของคนในชุมชนให้เกิดการสร้างงาน สร้างอาชีพ สร้างรายได้ให้ชุมชนพึ่งตนเองได้ในที่สุด

จากการขับเคลื่อนภารกิจของกรมการพัฒนาชุมชนที่ผ่านมา จะเห็นได้ว่ากรมฯ ได้มุ่งเน้นการยกระดับเศรษฐกิจฐานราก โดยมีแนวคิดที่ว่าคนในชุมชนต้องได้รับการพัฒนาอาชีพ โดยเน้นให้ผู้นำสัมมาชีพชุมชน ซึ่งเป็นปราชญ์ชาวบ้านเป็นผู้ถ่ายทอดความรู้ (ชาวบ้านสอนชาวบ้าน) และให้การแนะนำช่วยเหลืออย่างต่อเนื่อง พร้อมทั้งสนับสนุนการสร้างสัมมาชีพในพื้นที่ โดยเน้นย้ำการบูรณาการของทุกภาคส่วนในการสร้างอาชีพชุมชน เพื่อให้เกิดสัมมาชีพเต็มพื้นที่อย่างยั่งยืน และต่อยอดโดยการสนับสนุนให้เกิดการรวมกลุ่มอาชีพ เพื่อให้ครัวเรือนมีอาชีพ มีรายได้ที่สามารถดำรงชีวิตที่พอเพียงตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งการส่งเสริมสัมมาชีพโดยการสร้างอาชีพที่สุจริตให้ประชาชนนี้ เป็นการลดการพึ่งพา ความสะดวกสบาย หนุนให้เลิกอบายมุข คือ “เศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน” ซึ่งดำเนินการในรูปแบบบุคคลหรือครัวเรือน

สำหรับปี พ.ศ.๒๕๖๑ กรมการพัฒนาชุมชน ได้กำหนดเป้าหมายไว้ว่า “ประชาชน จำนวน ๓๓๐,๒๔๐ ครัวเรือน มีอาชีพ มีรายได้” โดยยังคงเน้นหลักการ “ชาวบ้านสอนชาวบ้าน” ภายใต้วิธีการดังนี้

- (๑) ค้นหาปราชญ์ชุมชนและอบรมเป็นวิทยากรกระบวนการเพิ่มเติม
- (๒) เพิ่มผู้ช่วยปราชญ์ชุมชน หมู่บ้านละ ๔ คน
- (๓) ให้ประชาชนสมัครใจเรียนรู้และฝึกปฏิบัติจริงกับปราชญ์ชุมชน
- (๔) สนับสนุนปัจจัยการผลิตครัวเรือน
- (๕) รวมกลุ่มอาชีพให้ได้ ๒,๓๖๐ กลุ่ม (Cluster)

เมื่อประชาชนได้รับการส่งเสริมสัมมาชีพและสามารถรวมตัวกันเป็นกลุ่มอาชีพที่มีความเข้มแข็งแล้ว ก็สามารถรับการส่งเสริมและพัฒนาให้เกิดการรวมกลุ่ม “OTOP” ได้ เพื่อขับเคลื่อน “เศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า” โดย OTOP เป็นกลุ่มธุรกิจชุมชนที่มีศักยภาพในการประกอบการ มีเครือข่าย OTOP ที่มีประสบการณ์และเข้มแข็ง ควรได้รับการส่งเสริมให้เป็นกำลังในการขับเคลื่อนสัมมาชีพชุมชน จากต้นทาง กลางทาง จนถึงปลายทาง โดยการเพิ่มศักยภาพผู้ประกอบการ พัฒนาคุณภาพและมาตรฐานผลิตภัณฑ์ และแสวงหาช่องทางการตลาดเพิ่มขึ้น นั่นคือ

(๑) การพัฒนาผลิตภัณฑ์ ที่ต้องมองคุณภาพควบคู่ปริมาณ/ศักยภาพในการพัฒนา (Quadrant) โดยเน้นประเภทผลิตภัณฑ์ กลุ่ม D (กลุ่มปรับตัวสู่การพัฒนา) เพื่อกระตุ้นให้เกิดการพัฒนาและการขยายตัวของกลุ่มผู้ผลิตผู้ประกอบการเพิ่มขึ้น

(๒) มีการสนับสนุนช่องทางการจำหน่ายสินค้าทั้งในและต่างประเทศ ได้แก่ OTOP สานสัมพันธ์สองแผ่นดิน, OTOP ศิลปชีพฯ, OTOP ภูมิภาค, การจัดตลาดนัดชุมชน และกิจกรรม OTOP อื่น ๆ ในพื้นที่ เป็นต้น

สำหรับปี พ.ศ.๒๕๖๑ กรมการพัฒนาชุมชนได้กำหนดเป้าหมายไว้ว่า “จะสร้างรายได้เพิ่มขึ้น ๒๐% จาก ๑,๔๗๐,๐๐๐,๐๐๐ บาท เป็น ๑,๗๗๔,๐๐๐,๐๐๐ บาท” ภายใต้วิธีการดังนี้

(๑) จัดกลุ่มผู้ประกอบการที่มีศักยภาพเพื่อสนับสนุนการพัฒนาได้แม่นยำขึ้น โดยการพัฒนาคุณภาพผลิตภัณฑ์กลุ่มปรับตัวสู่การพัฒนา (กลุ่ม D), พัฒนาผลิตภัณฑ์ประเภทอาหาร, พัฒนาผลิตภัณฑ์ผู้ประกอบการ OTOP รุ่นใหม่สู่ตลาด ๔.๐, พัฒนายกระดับผลิตภัณฑ์ โดยโรงเรียน OTOP และพัฒนาผู้ประกอบการ OTOP

(๒) เพิ่มช่องทางการตลาด โดยแยกเป็นตลาดระดับจังหวัด ตลาดระดับภูมิภาค ตลาดระดับประเทศ และตลาดระหว่างประเทศ พร้อมนี้ยังเพิ่มช่องทางการตลาดใหม่ นั่นคือ จำหน่ายบนเครื่องบิน ตลาดออนไลน์ และ OTOP Trader เป็นต้น

(๓) เชื่อมโยงกับแหล่งท่องเที่ยวชุมชน โดยการสร้างอัตลักษณ์และเพิ่มมูลค่าผลิตภัณฑ์ OTOP เชื่อมโยงเส้นทางหมู่บ้าน OTOP เพื่อการท่องเที่ยว เป็นต้น

เมื่อประชาชนได้รับการส่งเสริมสมาชิก จนสามารถรวมตัวกันเป็นกลุ่มอาชีพที่มีความเข้มแข็ง และได้รับการส่งเสริมและพัฒนาให้เกิดการรวมกลุ่ม “OTOP” ได้แล้ว ก็สามารถพัฒนาต่อยอดให้เป็น “วิสาหกิจเพื่อสังคม” หรือ “Social Enterprise: SE” ได้ ซึ่ง “วิสาหกิจเพื่อสังคม” ก็คือ การพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากโดยใช้หลักการ “ประชารัฐ” หรือการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน (ภาครัฐ เอกชน วิชาการ ประชาสังคม และประชาชน) และสามารถแปลงไปสู่การปฏิบัติโดยส่งเสริมการจัดตั้ง “บริษัทจำกัด” อันเป็นกลไกการขับเคลื่อน ภายใต้ชื่อ “บริษัทประชารัฐรักสามัคคี จำกัด” ในระดับจังหวัด ๗๖ จังหวัด และระดับประเทศ นับได้ว่าเป็นการสร้างความร่วมมือ การบูรณาการการทำงานร่วมกันของกลุ่ม เครือข่าย องค์กรทุกภาคส่วน โดยการร่วมกันสร้างเครือข่ายร่วมค้า ร่วมจำหน่าย (ระดับจังหวัด/ภาค/ประเทศ) ซึ่งเป็นการขับเคลื่อน “เศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า” เช่นกัน

ประเด็นสำคัญที่จะส่งเสริมให้ผู้ประกอบการได้รับการพัฒนาต่อยอดให้เป็น “วิสาหกิจเพื่อสังคม” ได้แก่

(๑) การร่วมกันกำหนด Model ธุรกิจที่ชัดเจน สามารถสร้างรายได้ให้กับชุมชนได้

(๒) คสป. และบริษัทประชารัฐรักสามัคคีฯ จะต้องร่วมกันเชื่อมโยงเศรษฐกิจการท่องเที่ยวของเมืองให้สามารถรองรับและสนับสนุนผลผลิตของชุมชนอย่างต่อเนื่อง

(๓) พัฒนาบุคลากรและผู้เกี่ยวข้องของจังหวัด ให้เข้าใจ “วิสาหกิจเพื่อสังคม”

สิ่งที่จะสนับสนุนให้กลไกต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้นขับเคลื่อนไปได้อย่างราบรื่นยิ่งขึ้น ก็คือการนำ “กองทุนชุมชน” ที่มีอยู่ในพื้นที่ เข้ามาใช้ประโยชน์ในการขับเคลื่อนและช่วยเหลือกิจกรรมการพัฒนาอาชีพ เพื่อนำไปสู่การรวมกลุ่มกัน การพัฒนาเป็นผู้ประกอบการ OTOP และการต่อยอดไปเป็น “วิสาหกิจเพื่อสังคม” ซึ่งเป็นการส่งเสริมและพัฒนาเศรษฐกิจในระดับฐานรากให้กับประชาชนที่อยู่ในชุมชนให้มีความต่อเนื่องและยั่งยืนต่อไป

| เวลา    | เนื้อหา                                       | วัตถุประสงค์รายวิชา  | วิธีการ/ขั้นตอน   | สื่อ  | วัสดุ/อุปกรณ์   |
|---------|---|--|---|---|---|
| ๒๐ นาที | ๑. การขับเคลื่อนเศรษฐกิจในยุค “ประเทศไทย ๔.๐” | ๑. เพื่อให้ผู้อบรมได้ทราบถึงแนวทางการดำเนินงานของประเทศไทย ๔.๐ และการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากในยุคปัจจุบัน และสามารถปรับตัวให้เท่าทันสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง<br>๒. เพื่อให้ผู้อบรมได้มองเห็นถึงความเชื่อมโยงของگردการค้าเป็นตามวาระกรมการพัฒนาชุมชนที่เน้นถึงแนวทางการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานราก ภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง | ๑. วิทยากรกล่าวคำทักทาย แล้วพูดนำว่า “ผู้เข้าประชุมทุกท่านผ่านมากประเทศไทยของเรา มีการพัฒนาด้านเศรษฐกิจขึ้นอย่างต่อเนื่อง เราผ่านมาตั้งแต่ ๑.๐ ๒.๐ ๓.๐ และมาถึง ๔.๐ คำว่าประเทศไทย ๔.๐ ที่เราได้ยินกันติดหูนั้น หลาย ๆ ท่านคงสงสัยว่าสำคัญกับเราอย่างไร ทำไมจึงต้องมีการปรับเปลี่ยนเพื่อให้ก้าวทันกับคำคำว่าประเทศไทยได้ปานกลาง”<br>แล้วถามคำถามว่า “ทุกท่านรู้หรือไม่ว่า ทำไมประเทศไทยต้องเปลี่ยน”<br>วิทยากรพูดสรุป และอธิบายถึงสาเหตุที่ต้องขับเคลื่อนเศรษฐกิจ ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในยุคประเทศไทย ๔.๐<br>๒. วิทยากรบรรยายต่อในเรื่อง “การขับเคลื่อนประเทศไทย ๔.๐ และการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากในยุคปัจจุบัน” ครอบคลุมประเด็น ดังนี้<br>๒.๑ เป้าหมาย<br>๒.๒ สถานการณ์ความเป็นมาของการขับเคลื่อนประเทศไทย<br>๒.๓ แนวทางการขับเคลื่อนและสร้างโอกาสในการพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก | • Power point<br>• วีดิทัศน์ “ไทยแลนด์ ๔.๐” | • คอมพิวเตอร์<br>• เครื่องฉาย<br>• ไมโครโฟน<br>• สายต่อพ่วงทั้งสายภาพและเสียง<br>• ปลั๊กยาวต่อพ่วงมากกว่า ๑ ตัว |

| เวลา    | เนื้อหา  | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|---------|--|---------------------|--|------|---------------|
| ๖๐ นาที | <p>๒. งานพัฒนาชุมชน ในยุคประเทศไทย ๔.๐</p> <p>๓. การเชื่อมโยงของ การดำเนินงาน ตามวาระกรมฯ ที่เน้นถึงแนวทาง การขับเคลื่อน เศรษฐกิจฐานราก ภายใต้หลักปรัชญา ของเศรษฐกิจ พอเพียง</p> |                     | <p>๓. วิพากษ์กรณีศึกษาว่า “จากบทบาทภารกิจของฯ มีหน้าที่ส่งเสริม สนับสนุนและพัฒนาเศรษฐกิจฐานราก โดยยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ถือเป็นจุดยืนของกรมฯ ในการที่จะขับเคลื่อนการดำเนินงานของกรมการพัฒนาชุมชน ให้บรรลุตามวิสัยทัศน์ ภายใต้ยุทธศาสตร์กรมการพัฒนาชุมชน พ.ศ.๒๕๖๐-๒๕๖๔ “เศรษฐกิจฐานรากมั่นคงและชุมชนพึ่งตนเองได้ ภายในปี ๒๕๖๔” และตอบสนองเชื่อมโยงการพัฒนาไปสู่ประเทศไทย ๔.๐”</p> <p>๔. วิพากษ์กล่าวบรรยายในหัวข้อเรื่อง “การเชื่อมโยงของการดำเนินงานตามวาระกรมการพัฒนาชุมชน ที่เน้นถึงแนวทางการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานราก ภายใต้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ความเชื่อมโยงกรมการพัฒนาชุมชนกับการขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานราก</li> <li>- การขับเคลื่อนภายใต้หลักการ “ประชารัฐ”</li> <li>- การขับเคลื่อนภายใต้รูปแบบ Social Enterprise (SE) หรือ วิสาหกิจเพื่อสังคม</li> </ul> |      |               |

| เวลา   | เนื้อหา  | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน   | สื่อ | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|--|--|---------------------|---|------|---------------|
| ๓๐ นาที<br><br>รวมเวลา<br>บรรยายทั้งสิ้น<br>๒.๓๐ ชั่วโมง<br>(๑๕๐ นาที) | ๔. การสร้างโอกาส<br>ในการพัฒนา<br>เศรษฐกิจฐานราก |                     | ๕. วิทยากรกล่าวนำ “รัฐบาลได้มอบหมายให้<br>กระทรวงมหาดไทย โดยกรมการพัฒนาชุมชน เป็นหน่วยงาน<br>หลักในการบูรณาการความร่วมมือหน่วยงานภาคีการพัฒนา<br>เพื่อสร้างอาชีพให้กับประชาชน ส่วนที่จะต่อยอดให้ไปถึง<br>การสร้างโอกาสในการพัฒนาเศรษฐกิจฐานรากได้นั้น<br>เป็นอย่างไร เราเริ่มทำความเข้าใจพร้อม ๆ กัน”<br><br>๖. วิทยากรเริ่มบรรยายในหัวข้อ “การสร้างโอกาสในการ<br>พัฒนาเศรษฐกิจฐานราก”<br>- การพัฒนาอาชีพครัวเรือนตามแนวทางสัมมาชีพชุมชน<br>- การส่งเสริมการค้าเป็นงานหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์<br>(OTOP) ตามแนวทางสัมมาชีพชุมชน<br>- งานที่เป็นปัจจัยสนับสนุนที่สอดคล้องกับแนวคิด<br>“ประเทศไทย ๔.๐”<br>(๑) การส่งเสริมองค์กรธรรมาภิบาล<br>(๒) การพัฒนาบุคลากรและผู้นำชุมชน<br>(๓) การพัฒนาเทคโนโลยีสารสนเทศและ<br>การจัดการความรู้<br>(๔) การพัฒนากระบวนการทำงาน<br>แบบมีส่วนร่วม<br>(๕) การส่งเสริมกองทุนชุมชนเสริมอาชีพครัวเรือน |      |               |

## ๓ การสร้างวินัย ทางการเงิน

## | สังเขปวิชา |

### | คำอธิบายรายวิชา: |

เนื้อหาเน้นการบรรยาย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้วยกรณีศึกษา และการตั้งคำถามประกอบสื่อกับผู้เข้าอบรม เรื่องหลักการการสร้างวินัยทางการเงิน ที่ระบุถึงเหตุผลที่ต้องวางแผนทางการเงิน, วินัยทางการเงิน, นิสัยในการสร้างวินัยทางการเงิน และแผนพัฒนาระบบการเงินภาคประชาชน

### | วัตถุประสงค์: |

เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้เรียนรู้ถึงหลักการสร้างวินัยทางการเงินและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ทั้งกับผู้เข้าอบรมด้วยกันเองและกับวิทยากร ซึ่งสามารถนำไปเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

### | ประเด็นเนื้อหาการเรียนรู้: |

๑. เริ่มต้นสร้างวินัยทางการเงินให้กับตัวเอง
๒. การสร้างวินัยทางการเงิน: ภูมิคุ้มกันสำหรับปัญหาหนี้ วินัยทางการเงินสร้างได้ (ปัจจัยสำคัญ ๒ ประการ ที่ช่วยในการส่งเสริมวินัย ปัจจัยสำคัญ ๓ ประการที่บั่นทอนวินัย การสร้างวินัยทางการเงินทำได้อย่างไร?)
๓. จะสร้างวินัยทางการเงินสำหรับตัวเองได้อย่างไร? (วินัยของเราสร้างเองได้ นิสัย ๘ ประการ ในการสร้างวินัยทางการเงิน)
๔. จะสร้างวินัยทางการเงินสำหรับชุมชนได้อย่างไร? (แนวทางการจูงใจให้เกิดการปรับเปลี่ยน “แนวคิดเชิงพฤติกรรมทางการเงิน” เพื่อสร้างวินัยทางการเงิน)
๕. การสร้างวินัยทางการเงิน: ภูมิคุ้มกันสำหรับปัญหาหนี้ (วินัยในการใช้จ่ายและหารายได้, วินัยการออม, วินัยในการก่อหนี้, วินัยในการปลดหนี้)

| ระยะเวลา: | ๓.๐๐ ชั่วโมง (๑๘๐ นาที)

### | วิธีการ/เทคนิค: |

๑. การบรรยาย
๒. การตั้งคำถามเพื่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์
๓. การเสริมความชัดเจนของเนื้อหาด้วยสไลด์ กรณีศึกษา และคลิป
๔. การเติมเต็มให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะ

### | สื่อ/วัสดุ/อุปกรณ์: |

๑. สไลด์ PPT
๒. กรณีศึกษา
๓. กระดาษฟลิปชาร์ตพร้อมปากกาเคมี
๔. คลิป VDO

### | การประเมินผล: |

๑. การสังเกตพฤติกรรม
๒. การประเมินการถ่ายทอด
๓. การประเมินรายวิชา

## M การสร้างวินัย ทางการเงิน

## | เนื้อหาวิชา |

### | เริ่มต้นสร้างวินัยทางการเงินให้กับตัวเอง |

เราทุกคนสามารถที่จะออมเงินได้อย่างมีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น ถ้าหากคุณเริ่มต้นที่จะสร้างวินัยทางการเงินที่ดีให้กับตัวเอง ซึ่งการสร้างวินัยทางการเงินที่ดีนั้นไม่ใช่เรื่องยาก

ถ้าหากคุณเป็นคนที่มีความตั้งใจจะเริ่มหรือทำอะไรอย่างแท้จริง โดยอาจจะเริ่มต้นขึ้นด้วยวิธีการง่ายๆ อย่างเช่นการสร้างแรงบันดาลใจให้กับตัวเอง หรือการตั้งเป้าหมายพร้อมทั้งนำเป้าหมายเหล่านั้นเขียนติดตัวของคุณ เพื่อให้คุณสามารถนำเอาเป้าหมายที่คุณเขียนไว้ขึ้นมาอ่านได้บ่อยๆ เพื่อเป็นการย้ำเตือนจุดมุ่งหมายของคุณเอง เพื่อให้คุณไม่ลืมความต้องการของตัวเอง ขอยกตัวอย่างข้อความสร้างแรงบันดาลใจง่ายๆ อย่างเช่น “ภายในปีนี้หรือภายในเดือนนี้เราจะเก็บเงินไปเที่ยวในที่ที่อยากไป” เป็นต้น

ซึ่งข้อดีของการสร้างแรงบันดาลใจในลักษณะแบบนี้ จะช่วยให้คุณเกิดแรงจูงใจจากภายในจิตใจของคุณเอง นอกจากนี้คุณยังสามารถสร้างวินัยทางการเงินที่ดีได้อีกหลากหลายรูปแบบ ซึ่งทุกรูปแบบล้วนเป็นจุดเริ่มต้นที่จะช่วยให้คุณ สามารถมีเงินเก็บหรือเงินก้อนได้อย่างที่คุณตั้งใจได้ไม่ยาก ดังนั้นวิธีการสร้างการยอมรับจากบุคคลอื่นหรือการบอกต่อคนอื่นว่าคุณมีวินัยทางการเงินเป็นอย่างไร จึงนับเป็นวิธีที่ดีและน่าสนใจอีกทางหนึ่งเช่นกัน เพราะข้อดีของการที่คุณแชร์หรือการที่คุณบอกต่อคนอื่น ๆ นั้น ก็เพื่อที่จะคุณได้รับกำลังใจที่ดี ได้รับแรงผลักดัน จากผู้คนที่คุณบอกต่อ และเพื่อเป็นการสร้างการยอมรับจากคนอื่นได้ดี แทนที่คุณจะเก็บเทคนิคต่าง ๆ ในการสร้างวินัยเหล่านั้นเอาไว้เพียงคนเดียว การแชร์หรือบอกต่ออาจจะช่วยให้คุณได้พบกับผู้คนที่กำลังสร้างวินัยทางการเงินที่ดีเหมือนกับคุณได้ ทำให้คุณได้แลกเปลี่ยนแนวคิดและประสบการณ์ต่างๆ และรู้สึกดีที่มีผู้คนจำนวนมากเห็นด้วยกับแนวคิดของคุณ

*การสร้างวินัยทางการเงินที่ดีอีกรูปแบบหนึ่งคือ การเพิ่มเงินเก็บในกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ หรือการฝากเงินเพื่อเป้าหมายบางอย่างผ่านบัญชีที่ไม่สามารถเบิกถอนได้ง่ายๆ* ซึ่งการสร้างวินัยทางการเงินที่ดีให้กับตัวเองด้วยวิธีนี้นั้น แม้จะดูยากสำหรับใครหลายคนไปสักหน่อย แต่ต้องขอบอกและยอมรับว่า วิธีนี้จะให้ผลตอบแทนทางการเงินที่น่าพึงพอใจให้กับคุณได้สูงทีเดียว ซึ่งผลตอบแทนนี้จะกลายเป็นแรงดึงดูดและแรงขับเคลื่อนวินัยหรือพฤติกรรมทางการเงินที่ดีของคุณ ให้อยู่กับคุณได้ตลอดไป ซึ่งถือเป็นข้อดีอย่างมากในระยะยาว ใครที่เลือกสร้างวินัยทางการเงินให้กับตัวเองด้วยวิธีนี้ ขอให้มีความอดทนและมุ่งมั่นแล้วคุณจะได้รับผลตอบแทนที่ดีทีเดียว

นอกจากการสร้างวินัยทางการเงินที่ดีให้กับตนเองด้วยวิธีง่ายที่เราแนะนำไปแล้ว ยังมีวิธีการสร้างวินัยทางการเงินที่ดีให้กับตนเองได้อีกมากมาย เช่น การบริหารเงินเพื่อการศึกษาหาความรู้ต่าง ๆ เพิ่มเติม ซึ่งวิธีนี้นอกจากจะช่วยสร้างวินัยทางการเงินที่ดีให้กับตนเองในทางอ้อมได้แล้ว ยังจะเป็นวิธีที่จะช่วยให้คุณมีความรู้ความสามารถและมีทักษะในด้านต่าง ๆ เพิ่มขึ้น แม้แต่การใช้จ่ายเงินของคุณไปกับค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน อย่างเช่น ค่าอาหาร ค่ายารักษาโรค หรือค่าเสื้อผ้าแต่ถ้าหากคุณจัดสรรและปันส่วนต่าง ๆ ให้ลงตัวอย่างสม่ำเสมอ เป็นระบบระเบียบ ก็นับว่าเป็นวินัยทางการเงินที่ดีอย่างหนึ่งได้เช่นกัน

วินัยที่ดีทางการเงินไม่ได้หมายความว่า คุณจะต้องเก็บหอมรอมริบ ประหยัดคอดอมแต่เพียงอย่างเดียว โดยไม่ใช้จ่าย เพราะการทำอย่างนั้นก็ได้ไม่ได้เป็นวินัยทางการเงินที่ดีเช่นกัน ดังนั้น แค่คุณยอมรับพฤติกรรม การใช้จ่าย คิดทบทวนถึงวิธีการใช้จ่ายของคุณทั้งที่ดีและไม่ดีอยู่เสมอ ก็ถือเป็นการสร้างวินัยทางการเงินที่ดี ให้กับตัวเองได้ ดังนั้นการที่คุณจะให้รางวัลสำหรับตัวเองที่สามารถมีวินัยทางการเงินที่ดีมาตลอดบ้าง ก็ไม่ถือว่าเป็นเรื่องที่ดีเพราะถือเป็นการช่วยให้ตัวเองได้รู้สึกผ่อนคลายบ้างเท่านั้นเอง

แม้ว่าการฝึกวินัยทางการเงินอาจจะเป็นเรื่องยากในตอนแรก แต่ถ้าหากคุณเริ่มต้นและทำอย่างสม่ำเสมอด้วยความตั้งใจจริง ก็จะทำให้เกิดเป็นนิสัยที่เคยชิน และกลายเป็นเรื่องที่ไม่ยากเกินไปสำหรับคุณ ได้เช่นกัน แม้ว่าพฤติกรรมหลายอย่างอาจทำให้คุณรู้สึกฝืนใจตัวเอง แต่ถ้าคุณทำอย่างสม่ำเสมอและลองมอง วิธีการเหล่านั้นให้เป็นเรื่องสนุกสำหรับคุณ การฝึกวินัยทางการเงินที่ดีให้กับตัวเอง ก็จะกลายเป็นความสุขและความสนุกให้กับคุณได้ และเมื่อวินัยทางการเงินได้กลายเป็นพฤติกรรมที่ดีและเป็นพฤติกรรมที่คุณทำอย่างสม่ำเสมอจนเคยชินแล้ว ก็จะไม่ใช้เรื่องที่ต้องฝืนใจทำอีกต่อไป ดังนั้นหากคุณเป็นคนหนึ่งที่อยากเริ่มฝึกหรือสร้างวินัยทางการเงินให้กับตัวเอง คุณสามารถแนะนำแนวทางดังกล่าวเหล่านี้ที่เราแนะนำ ไปปรับใช้กับตัวเองได้ เว็บไซต์ของเราเชื่อว่าคนเราทุกคนจะสามารถสร้างวินัยทางการเงิน ให้กับตัวเองได้อย่างแน่นอน เพื่อเป็นบันไดไปสู่เป้าหมายได้อย่างแน่นอน ขอเพียงแต่มีความตั้งใจจริงที่จะเริ่มต้น และเมื่อคุณได้เริ่มแล้วก็ต้องมีความสม่ำเสมอในการสร้างวินัยเหล่านั้นให้กับตัวเองด้วย เพียงเท่านั้นคุณก็จะสามารถกลายเป็นคนที่วินัยทางการเงินที่ดีได้โดยไม่ยากจนเกินไป

ตราบใดที่คุณยังไม่เริ่มสร้าง นิสัย และวินัยทางการเงิน คุณก็ไม่มีวันที่จะได้รู้จักกับคำว่า “อิสรภาพทางการเงิน” อย่างแท้จริง

## 1. การสร้างวินัยทางการเงิน: ภูมิภาคนี้สำหรับปัญหาหนี้

### ๑. มาวางแผนการเงินกันเถอะ

#### ๑.๑ เหตุผลที่ต้องวางแผนการเงิน

- (๑) คนอายุยืนขึ้น คือปัจจุบันมีอายุเฉลี่ย ๗๑ ปี
- (๒) โครงสร้างสังคมเปลี่ยนไป
- (๓) ค่าครองชีพในอนาคตสูงขึ้นมาก
- (๔) สวัสดิการของรัฐไม่เพียงพอ
- (๕) ผลกระทบทางการเงินมีความซับซ้อนมากขึ้น
- (๖) เกษียณอายุได้เร็วขึ้น
- (๗) รongรับความเสี่ยงของชีวิตได้มากขึ้น

#### ๑.๒ ขั้นตอนการวางแผนการเงิน

(๑) ประเมินฐานะทางการเงินของตนเอง เพื่อให้เห็นภาพรวมทั้งเรื่องทัศนคติและสถานะทางการเงินของตนเองได้อย่างชัดเจน ซึ่งวัดได้จากการทำแบบทดสอบสุขภาพทางการเงิน ซึ่งเป็นการวัดทัศนคติและพฤติกรรมการใช้จ่ายเงิน และงบการเงินส่วนบุคคล ซึ่งมี ๒ ส่วน คือ งบดุลส่วนบุคคลและงบรายได้ และค่าใช้จ่ายส่วนบุคคล เป็นการวัดสถานะและความมั่งคั่งทางการเงิน นั่นคือ “การตรวจสอบสุขภาพทางการเงินโดยรวม” ก่อนนำไปสู่การวางแผนการเงินในด้านอื่นๆ

## ตัวอย่างการทำงานบุคคล

| สินทรัพย์   |           | หนี้สิน                              |           |
|---|-----------|--------------------------------------|-----------|
| สินทรัพย์สภาพคล่อง<br>(เงินสด เงินออมฉุกเฉิน ฯลฯ)         | ๒๗๗,๐๘๘   | หนี้สินระยะสั้น (ไม่เกิน ๑ ปี)       | ๖๔,๐๐๐    |
| สินทรัพย์กองทุน<br>(เงินฝาก หุ้น กองทุน ฯลฯ)              | ๗๕๒,๔๑๐   | หนี้สินระยะยาว (เกินกว่า ๑ ปีขึ้นไป) | ๒,๒๐๖,๑๐๐ |
| สินทรัพย์ส่วนตัว<br>(บ้าน ที่ดิน ที่อยู่อาศัย รถยนต์ ฯลฯ) | ๓,๑๙๐,๐๐๐ | หนี้สินรวม (๒)                       | ๒,๒๗๐,๑๐๐ |
| สินทรัพย์รวม (๑)  | ๔,๒๑๙,๕๙๘ | ความมั่งคั่งสุทธิของคุณ (๑) - (๒)    | ๑,๙๔๙,๓๙๘ |

## ตัวอย่างบรายได้-ค่าใช้จ่ายส่วนบุคคล

| รายการ  | ต่อเดือน | ต่อปี     |
|---|----------|-----------|
| รายได้  |          |           |
| รายได้จากการทำงาน   | ๓๒,๐๐๐   | ๓๘๔,๐๐๐   |
| รายได้จากสินทรัพย์ลงทุน (ค่าเช่าบ้าน เล่นหุ้น ฯลฯ)          | ๘๗,๐๐๐   | ๑,๐๔๔,๐๐๐ |
| รายได้รวม (๑)   | ๑๑๙,๐๐๐  | ๑,๔๒๘,๐๐๐ |
| รายจ่าย   |          |           |
| ค่าใช้จ่ายเพื่อออมและลงทุน                                  | ๑๔,๐๐๐   | ๑๖๘,๐๐๐   |
| ค่าใช้จ่ายคงที่ (ผ่อนบ้าน ผ่อนรถ ผ่อนสหกรณ์ ผ่อนกองทุน ฯลฯ) | ๑๕,๐๐๐   | ๑๘๐,๐๐๐   |
| ค่าใช้จ่ายผันแปร (ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ฯลฯ)                  | ๒๐,๐๐๐   | ๒๔๐,๐๐๐   |
| รายจ่ายรวม (๒)  | ๔๙,๐๐๐   | ๕๘๘,๐๐๐   |
| เงินสดคงเหลือ (ขาด) (๑) - (๒)                               | +๗๐,๐๐๐  | +๘๔๐,๐๐๐  |

สำหรับการทำบัญชีรับ-จ่าย อย่างง่ายๆ สามารถทำได้ดังนี้

- เก็บใบเสร็จจากการซื้อสินค้าและบริการทุกชนิด
- ทำบัญชีทุกวันที่มีการรับ-จ่ายเงิน
- กรณีที่มีรายรับระหว่างเดือนเพิ่มเติม ให้บันทึกไว้ในรายการรายรับด้วย
- บันทึกตามรายการที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน
- แบ่งซองเงินตามประเภทรายจ่าย

(๒) **ตั้งเป้าหมายทางการเงิน** การวางแผนการใช้จ่ายเงินเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนมีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ซึ่งต้องมีการกำหนดเป้าหมายการใช้จ่ายเงินให้ชัดเจน มีการจัดลำดับความสำคัญของเป้าหมายให้สอดคล้องกับสภาพทางการเงินในช่วงเวลานั้นๆ และปฏิบัติจนเป็นนิสัยในการวางแผนการใช้จ่ายเงินให้ตนเองได้อย่างเหมาะสม ในการกำหนดเป้าหมายทางการเงินนั้น มีวิธีการโดยสรุปดังนี้

- แยกระหว่าง “สิ่งที่อยากได้” (Want) และ “สิ่งที่จำเป็นต้องมี” (Need) และต้องเข้าใจไว้เสมอว่า “สิ่งที่อยากได้” กับ “สิ่งที่จำเป็นต้องมี” ของแต่ละคนนั้นไม่เหมือนกัน

- นำสิ่งที่ “จำเป็นต้องมี” มากำหนดเป็นเป้าหมายก่อน เพราะสิ่งที่ “จำเป็นต้องมี” เป็นปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ส่วนสิ่งที่ “อยากได้” เป็นสิ่งที่แม้ว่ามนุษย์ไม่มี ก็สามารถที่จะดำรงชีวิตอยู่ได้ แต่การพิจารณาว่าอะไรคือสิ่งที่จำเป็นต้องมีหรือสิ่งที่อยากได้ของแต่ละคนนั้น ก็ขึ้นอยู่กับเหตุผลและพื้นฐานในการดำเนินชีวิตของแต่ละคน การซื้อสิ่งของหรือบริการใดๆ ก็ตามที่ผ่านมาการพิจารณาอย่างรอบคอบ จะก่อให้เกิดการฝึกนิสัยการบริหารจัดการเงินหรือทรัพยากรที่มีอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์สูงสุด

- เป้าหมายที่ดีต้องเป็นไปตามหลัก SMART ดังนี้

|                 |                  |
|-----------------|------------------|
| S = Specific    | ชัดเจน           |
| M = Measurable  | วัดผลได้         |
| A = Accountable | ทำสำเร็จได้      |
| R = Realistic   | สามารถบรรลุผลได้ |
| T = Time Bound  | มีกำหนดเวลา      |

(๓) **จัดทำแผนสู่เป้าหมาย** เมื่อกำหนดเป้าหมายชีวิตและเป้าหมายทางการเงินเรียบร้อยแล้ว เราต้องเขียนแผนการเงิน พร้อมระบุวิธีที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายอย่างชัดเจน ซึ่งมี ๒ วิธีหลักๆ คือ เพิ่มรายได้ และลดรายจ่าย ซึ่งคนส่วนใหญ่มักจะเลือกที่จะ “ลดรายจ่าย” มากกว่า “เพิ่มรายได้” เพราะทำได้ง่ายกว่า คือแค่เริ่มจากการปรับพฤติกรรมกรใช้จ่ายของตนเอง ดังนั้นการวางแผนการใช้จ่ายและการบริหารหนี้สิน จึงเป็นพื้นฐานสำคัญในการวางแผนการเงิน ตัวอย่างเช่น เราตั้งเป้าหมายไว้ว่า “เราต้องการเก็บเงิน ๒๐๐,๐๐๐ บาท เพื่อดาวน์บ้านในอีก ๓ ปีข้างหน้า” นั่นก็แสดงว่าเราจะต้องเก็บออมเงินเดือนละประมาณ ๕,๖๐๐ บาท เป็นเวลา ๓๖ เดือน ซึ่งหากเราจะทำการลดรายจ่ายและเพิ่มรายได้ ก็อาจทำได้ดังนี้

- ลดรายจ่าย โดยลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นลง เช่น ค่าเสื้อผ้าที่เกินจำเป็น งานสังสรรค์ หรือใช้วิธีการบริหารหนี้สิน โดยการจ่ายหนี้ที่มีดอกเบี้ยสูงๆ ออกไปก่อน เพื่อลดภาระดอกเบี้ยที่ต้องจ่ายในแต่ละเดือน

- เพิ่มรายได้ โดยการหารายได้เสริม เช่น ขายของตามตลาดนัด สร้างรายได้จากสินทรัพย์ที่มีอยู่ เช่น ให้เช่าบ้าน หรือเพิ่มผลตอบแทนจากเงินออมที่มีอยู่เดิม เช่น ซื้อทอง ลงทุนในหุ้น ลงทุนในพันธบัตร เป็นต้น

(๔) **ปฏิบัติตามแผนที่วางไว้** สิ่งที่จะต้องคำนึงถึงในการปฏิบัติตามแผนก็คือการยึดหลัก SMART นั่นคือยึดเป้าหมายเป็นหลัก แล้วตั้งใจเดินไปสู่เป้าหมายนั้นอย่างมีวินัย

(๕) **ตรวจสอบและปรับปรุงแผน** ควรต้องหมั่นทบทวน ตรวจสอบ และปรับปรุงแผนการเงินอย่างสม่ำเสมออย่างน้อยทุกๆ ๖ เดือน เพื่อให้แผนสอดคล้องกับสภาวการณ์ปัจจุบันและตรงตามความเป็นจริงมากที่สุด

## 1. วินัยทางการเงินสร้างได้

ปัญหาหนักใจของคนต้องการบรรลุเป้าหมายทางการเงิน เฉกเช่นคนทั่วไปที่ตั้งใจปรับปรุงตัวหรือพัฒนาศักยภาพบางอย่างให้กับตัวเอง คือ **การสร้างวินัยในตัวเอง (Self-Discipline)**

ดังนั้น ในวันนี้เราจึงควรทำความรู้จักคำว่า “วินัย” กันให้ถ่องแท้ และมาร่วมกันค้นหาถึงอุปสรรคที่ทำให้ใครสักคนมีปัญหาเกี่ยวกับการสร้าง “วินัย” ให้กับตัวเองในการทำอะไบบางอย่าง ไปจนถึงแนวทางช่วยเหลือให้ใครก็ตามที่ต้องการ “วินัย” สามารถสร้างและช่วยให้ “วินัย” นำพาไปสู่เป้าหมายได้ตามต้องการ

“วินัย” สำหรับบางคนหมายถึงการสูญเสียอิสรภาพ หรือสูญเสียความสะดักสบายในปัจจุบัน ตัวอย่างเช่น คนที่ต้องการลดความอ้วนจะเสียอิสระในการกินตามพฤติกรรมเดิมๆ ของตนเอง คนที่ต้องการเก็บเงินในวัยเกษียณจะต้องสูญเสียอิสระในการช้อปปิ้งในปัจจุบันไปบางส่วน

แต่ความจริงอีกด้านคือ “วินัย” หมายถึง “อิสรภาพ” เพราะเมื่อวันที่เรามีวินัยในเรื่องใดๆ ก็ตาม จนถึงวันที่เป้าหมายเป็นจริง วันนั้นคือวันแห่งอิสรภาพ จากตัวอย่างก่อนหน้าก็คือ วันแห่งอิสรภาพของคุณผู้หญิงคนหนึ่ง ที่จะมีรูปร่างดีสมส่วน มีความมั่นใจมากขึ้นตามต้องการ หรือวันแห่งอิสรภาพของคนที่ถูกหอรอมริบจนถึงวัยเกษียณที่สามารถมีวิถีชีวิตได้ตามต้องการ

### ปัจจัยสำคัญ ๒ ประการที่ช่วยในการส่งเสริมวินัย

(๑) **กำลังใจ (Willpower)** หรือสิ่งที่จะช่วยกระตุ้นให้เกิดการกระทำ โดยกำลังใจมาจากทั้งแรงตั้งและแรงต้าน

- **แรงตั้งที่มาจากความต้องการภายใน** เช่น การกระทำใดๆ ที่สร้างให้ชีวิตเราเกิดความมั่นคงปลอดภัย และเกิดการยอมรับในสังคม
- **แรงตั้งที่มาจากความศรัทธา** เช่น ความเชื่อมั่นในศาสนา (ความดี ความถูกต้อง) ความเชื่อมั่นในตัวบุคคล หรือ ความเชื่อมั่นในหลักการ ทฤษฎี หรือปรัชญาใดๆ
- **แรงดันอันมาจากเงื่อนไขที่จำเป็น** เช่น การถูกผูกมัดด้วยสัญญา ข้อกฎหมาย เช่น การต้องรายงานตัวต่อศาล เพื่อแสดงหลักฐานการประพฤติปฏิบัติที่ดีขึ้น หรือการต้องเก็บเงินผ่านกองทุนสำรองเลี้ยงชีพทุกเดือนแบบอัตโนมัติ เพราะเป็นข้อบังคับให้ทำและไม่สามารถยกเว้นได้
- **แรงดันอันมาจากเงื่อนไขที่ทำให้กลัว** เช่น ความกลัวความสูญเสียจากอุบัติเหตุ จึงทำให้ต้องทำประกัน และจ่ายเบี้ยประกันอย่างสม่ำเสมอ ความกังวลห่วงบุตรหลานมีอนาคตไม่สดใส จึงตั้งใจเก็บหอมรอมริบ ส่งเขาเหล่านั้นให้ได้เรียนสูงๆ

(๒) **ค่านิยม (Value)** หรือเราอาจเรียกว่าเป็นมาตรฐานของสังคม หรือคนส่วนใหญ่ ที่ช่วยให้เราคงพฤติกรรมใดๆ ให้เป็นไปตามที่สังคมยอมรับหรือที่สังคมยึดถือปฏิบัติกัน เช่น ในบางสังคมจะมีค่านิยมทางวัตถุต้องมีของใหม่ ทันสมัย ใช้สอย อดประชันกัน ด้วยค่านิยมเช่นนี้ ก็จะทำให้เราตั้งใจซื้อหาและยอมเสียความสบายบางส่วนเพื่อแลกกับวัตถุที่เป็นที่นิยมของสังคม และยอมมีวินัยกับการผ่อนซื้อสินค้าเหล่านั้น หรือในบางสังคมที่มีค่านิยมในการเก็บหอมรอมริบ กับทุกครั้งที่มีรายได้เข้ามา ก็จะทำให้คนในสังคมนั้น มีวินัยในการเก็บเงิน โดยอัตโนมัติ

## I ปัจจัยสำคัญ ๓ ประการที่บั่นทอนวินัย I

(๑) การเสียขวัญ และกำลังใจ เช่น การรู้สึกถึงความไม่มั่นคง ไม่ปลอดภัย ไม่ได้ได้รับความเป็นธรรม ไม่ได้รับการยอมรับ หรือ การไม่ได้รับผลตอบแทนที่ควรจะได้ (เช่น ในภาวะเศรษฐกิจตก หุ่นตก กองทุนผลตอบแทนลด) เหล่านี้จะทำให้เราหยุดการกระทำที่ควรทำ อันจะนำไปสู่การไม่สามารถรักษา “วินัย” ที่ตีไว้ได้

(๒) ความจำเป็น อันเกิดมาจากการถูกบังคับข่มขู่ ความขัดสน การต้องตอบแทนพระคุณ หรือการถูกล่อลวง

(๓) กิเลส อันมาจากความอยาก ความประมาท ความเห่อ ความคับข้องใจ ฯลฯ (คุณลองใส่ที่มาของกิเลสของคุณดู)

## I การสร้างวินัยทางการเงินทำได้อย่างไร? I

จากปัจจัยที่กล่าวมาข้างต้น ไม่ว่าจะปัจจัยสนับสนุนหรือปัจจัยที่บั่นทอน วินัย หากเราทำความเข้าใจอย่างถ่องแท้ จะช่วยให้เราสามารถรักษาวินัยทางการเงิน หรือ สร้างวินัยทางการเงินได้ โดยอาจแบ่งได้เป็น ๖ ข้อ ดังนี้

(๑) สร้างแรงบันดาลใจ: การเขียนข้อความระบุเป้าหมาย ติดตัว หรือติดไว้ในที่ที่จะพบเห็นได้บ่อยๆ เช่น ที่หน้าคอมพิวเตอร์ ที่ทำงาน หรือที่กระจกแต่งหน้าในห้อง หรือที่หน้าจอโทรศัพท์มือถือ เช่น “เก็บเงินเดือนละ ๒๐,๐๐๐ บาท ส่งลูกเรียนอเมริกา” หรือ “ มีบ้าน ๑๐ ล้าน ภายในปี ๒๐๒๐” เป็นต้น ข้อนี้จะเป็นการสร้างกำลังใจอันเกิดจากภายในของเราเอง แต่ที่สำคัญกว่าการสร้างคือ การคงความเป็นกำลังใจให้อยู่กับเราโดยไม่ถูกแทรกแซงง่ายๆ ด้วยกิเลสต่างๆ

(๒) สร้างการยอมรับจากภายนอก: การสื่อสารถึงพฤติกรรมที่ดีที่มีวินัยของตนเอง ต่อสมาชิกในครอบครัว เพื่อน หรือคนรอบข้าง โดยเฉพาะต่อคนที่มีนิสัยให้กำลังใจ และมองโลกในแง่ดี นอกจากจะได้รับความกำลังใจที่ดีต่อกลับต่อพฤติกรรมที่ดีที่ทำแล้ว ยังเป็นการสร้างการยอมรับอันจะเป็นตัวขับเคลื่อนพฤติกรรมที่จะรักษาวินัยเอาไว้ได้อย่างสม่ำเสมอ แทนที่จะทำคนเดียวและเก็บไว้คนเดียว ซึ่ข่มคนเดียว หรือลี้มเล็กไปง่ายๆ คนเดียว

(๓) กำหนดการผูกมัดที่ปรับเปลี่ยนยาก: เช่น การเพิ่มเงินเก็บในกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ หรือ การฝากเงินเพื่อเป้าหมายบางอย่าง ผ่านบัญชีที่ไม่สามารถเบิกถอนได้ง่าย ๆ การบังคับตัดบัญชีเงินฝากกับรายจ่ายประจำสำคัญเช่น ค่าเบี้ยประกันภัย ค่าบัตรเครดิต ค่าผ่อนบ้าน เป็นต้น

(๔) ยอมรับพฤติกรรมที่ดีและไม่ดี: การตระหนักถึงพฤติกรรมที่เป็นอุปสรรค หรือ สังคมที่มีค่านิยมที่เป็นอุปสรรคต่อการสร้างวินัยที่ดี เครื่องเตือนภัยที่ดี สำหรับการหลีกเลี่ยง ถ้าเราตระหนัก (การได้คิดก่อนทำพฤติกรรมนั้น ๆ) ถึงการกระทำใด ๆ ว่าไม่ดี จะช่วยให้เราทำการกระทำนั้น ๆ ลดลง หรือหยุดทำได้ในที่สุด

(๕) ใ้รางวัลสำหรับชีวิตที่มีวินัยบ้าง: ชีวิตที่เข้มงวดเกินไป แข็งตั้งเกินไป เกินกว่าสภาพปกติของตัวเอง จะทำให้การสร้างวินัยของเราเป็นงานที่เหนื่อยและยุ่งยาก ดังนั้นสำหรับใครก็ตามที่มีแนวโน้มวินัยทางการเงินอ่อนแอ ก็ควรที่จะหมั่นให้รางวัลกับการมีวินัยทางการเงินบ้าง เช่น เมื่อสามารถมีวินัยในการเก็บเงิน หรือการใช้เงินมาสัก ๖ เดือน หรือ ๑ ปี ก็ควรที่จะให้รางวัลกับตัวเอง ด้วยการหาความบันเทิง หรือ ความสุขจากเงินเล็กๆ น้อยๆ ใส่ตัวด้วยการผ่อนการมีวินัยลงบ้าง (แต่ต้องไม่แสวงหาความสุขจนเกินไปแล้วทำให้เกิดภาวะการมีวินัยทางการเงินที่หย่อนยานขึ้นเด็ดขาด)

(๖) **ออกห่างจากกิเลสทั้งปวง:** การพาตัวเองเข้าไปใกล้กิเลสแห่งการใช้เงินทั้งหลาย นอกจากจะบั่นทอนวินัยทางการเงินของเป้าหมายอื่นๆ ในชีวิตแล้ว ยังเสี่ยงต่อความล้มเหลวในการจัดการการเงิน ในภาวะปกติด้วย ดังนั้น ทางเลือกที่ดีที่สุดคือ การนำตัวออกห่างจากกิเลสทั้งปวง เช่น ไม่ผ่านไปยังห้างสรรพสินค้าในช่วงเทศกาลลดราคา ลดการเข้าร่วมวงสนทนาที่มีแนวโน้มเชิญชวนให้ซื้อ ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข เช่น การพนัน วงสังสรรค์ที่เน้นการดื่มกินที่มีความถี่มาก และใช้ค่าใช้จ่ายสูงเกินจำเป็น

แนวทางทั้ง ๖ คงไม่สามารถนำไปใช้ได้ดีกับทุกคน ในการสร้างวินัยทางการเงิน เพราะความต้องการภายในของแต่ละคนมีที่มาจากต่างกัน มีแรงขับและแรงผลักที่แตกต่างกัน กิเลสของคนหนึ่งไม่ใช่กิเลสของคนหนึ่ง ดังนั้น การทำความเข้าใจถึงที่มาที่ไป และเหตุผลของการนำเสนอทางออกที่บทความนี้ได้พยายามสื่อให้กับทุกคน จะทำให้สุดท้ายแล้ว ผู้อ่านที่มีความตั้งใจจะมีวินัยทางการเงินจริงๆ จะสามารถพาตัวเองไปยังเป้าหมายที่ต้องการได้ง่ายกว่าที่เคย

ที่มา: วีระพล บดีรัฐ รองผู้อำนวยการฝ่ายวางแผนและให้คำปรึกษาลูกค้าบุคคล ธนาคารกสิกรไทย จำกัด (มหาชน)

## I จะสร้างวินัยทางการเงินสำหรับตัวเองได้อย่างไร? |

### วินัยของตัวเราสร้างเองได้

#### (๑) วินัยในการใช้จ่ายและหารายได้

- ยึดหลักความพอเพียง พอประมาณ และรอบคอบ
- สมาชิกครอบครัวร่วมกันทำบัญชีครัวเรือนเป็นกิจวัตร
- ใช้จ่ายให้น้อยกว่ารายได้ ไม่ฟุ่มเฟือย
- เมื่อพบว่ามียาได้ไม่เพียงพอ ให้เร่งหารายได้เสริม
- เมื่อการประกอบอาชีพ การค้า การลงทุน เริ่มมีปัญหาต้องรีบปรึกษาผู้รู้ อย่าปล่อยให้ขาดทุนสะสมหรือหมุนหนี้ไปเรื่อย

#### (๒) วินัยการออม

- ปรับความคิดใหม่ “ต้องออมก่อนใช้”
- เมื่อมีรายได้ ให้แบ่งเป็นเงินออมก่อนราว ๑ ใน ๔ ส่วน
- ออมเงินไว้เพื่อใช้จ่ายกรณีฉุกเฉิน ให้ได้เป็นจำนวนเท่ากับ ๓ - ๖ เท่าของค่าใช้จ่ายต่อเดือน

#### (๓) วินัยในการก่อหนี้

- พึงระลึกเสมอว่า “เมื่อเป็นหนี้ต้องใช้หนี้”
- คิดก่อนเป็นหนี้ สร้างหนี้เมื่อจำเป็นเท่านั้น
- การกู้ยืมเงินในระบบอาจจะมีขั้นตอนยุ่งยากกว่า อนุมัติช้ากว่า แต่เป็นธรรมกว่ากู้ยืมนอกระบบ
- ใช้เงินตามวัตถุประสงค์ที่กู้ยืมเงินมาเท่านั้น และตั้งใจชำระหนี้ให้ตรงตามเวลา เพื่อรักษาประวัติที่ดีทางการเงิน
- หลีกเลี่ยงการขายฝากที่ดินกับนายทุน เพราะสุ่มเสี่ยงต่อการสูญเสียที่ดินได้โดยง่าย

#### (๔) วินัยในการปลดหนี้

- หยุดสร้างหนี้เพิ่ม เร่งสำรวจหนี้ทุกรายการ
- เจรจากับเจ้าหนี้แต่ละรายเพื่อลดอัตราดอกเบี้ย หรือขยายเวลาการผ่อนชำระ หรือลดเงินงวดที่ต้องชำระ เป็นต้น
- ขอความช่วยเหลือเพิ่มเติมได้จากภาครัฐ

### I นิสัย ๘ ประการในการสร้างวินัยทางการเงิน I

นิสัยทั้ง ๘ ข้อต่อไปนี้อยู่ในตัวเราทุกคน อยู่ที่ว่าเราจะปลุกมันขึ้นมาได้หรือไม่ และให้จำและยึดมั่นไว้เสมอว่า “*ไม่มีความสำเร็จไหนในชีวิต ที่เกิดขึ้นได้ง่าย ๆ โดยที่ไม่ต้องพยายาม*”

#### (๑) ออมเงินให้เป็นอันดับแรก

คำว่า "ออมเงินให้เป็นอันดับแรก" หมายถึง “*ออมเงินอย่างมีวินัยต่อเนืองกัน อย่างน้อยในสัดส่วน ๑๐% ของรายได้*” และตั้งเป้าหมายเลยว่าเราต้องออมให้ได้อย่างน้อย ๑๐ ปี เพราะถ้าเราคิดอยากจะมีอิสรภาพทางการเงิน เราต้องเริ่มจาก "วินัย" ที่ดีก่อน

#### (๒) หยุดล้างผลาญกับการใช้จ่าย

*หยุดใช้จ่ายมั่วซั่ว หยุดล้างผลาญในสิ่งที่ไม่ควรใช้* ลด ละ เลิกในสิ่งที่ยั่ววนจิตใจ เพราะกิเลสในวันนี้อาจจะทำให้เราไม่มีเงินใช้ในหน้าหน้าโดยไม่รู้ตัว

#### (๓) สร้างรายได้หลายๆทาง

มีเงินออม ลดรายจ่าย สุดท้ายคือเพิ่มรายได้ ดังนั้น *เราต้องพยายามสร้างรายได้ให้มากขึ้นกว่ารายได้ประจำ* ลองถามตัวเองดูครับว่า "ถ้าวันนี้ไม่มีงานทำ แล้วเราจะทำอย่างไรเพื่อให้มีรายได้เลี้ยงตัวเอง" ถ้าหากยังไม่มีคำตอบในใจ ถือว่าอันตราย

#### (๔) หยุดอ้างว่าทำไม่ได้

หลังจากอ่านข้อ ๑-๒-๓ ไปแล้ว หลายคนอาจจะบอกว่า "มันจะยากไปไหน" เพราะภาระและหน้าที่แตกต่างกัน แต่ที่สำคัญ*เราต้องไม่ยอมแพ้ หยุดอ้าง หยุดบ่น หยุดท้อแท้ แล้วลุกขึ้นมาแก้ไขกันดีกว่า*

#### (๕) กระจายการลงทุน

*เมื่อเงินออมมีมากถึงระดับหนึ่ง ก็ได้เวลาที่เรานำเงินออมไปลงทุน* แต่การลงทุนมีความเสี่ยงที่แตกต่างกัน ดังนั้น การพิจารณากระจายการลงทุนให้เหมาะสม (Asset Allocation) และเรื่องนี้ถือว่าเรื่องสำคัญที่เราต้องใส่ใจด้วย

#### (๖) มุ่งมั่นหาความรู้ในสายอาชีพ

หากเรายังไม่เก่งเรื่องลงทุน หรือยังไม่มั่นใจที่จะลงทุน กลัวความเสี่ยง อาจจะเมียงมองวิธีการอื่นในการลงทุน เช่น *เลือกที่จะลงทุนในตัวเอง เพื่อสร้างความรู้ความสามารถที่จะแข่งขันในสายอาชีพของเราแทน* ก็ถือว่าเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่ไม่เลวนัก แต่ถ้าทำไปพร้อมๆ กันได้ทั้งสองทางแล้วละก็ รับประกันว่าความสำเร็จคงไม่ไกลอย่างแน่นอน

#### (๗) เริ่มต้นให้เร็ว

การ "*เริ่มต้นตั้งแต่วันนี้*" ในทุกๆ เรื่อง ทั้งเรื่องการออม การลงทุน การศึกษาหาความรู้ แม้จะไม่มีวันสาย แต่ถ้าหากใครเริ่มต้นก่อน รับรองได้ว่ามีชัยไปกว่าครึ่ง

## (๘) ไม่เพื่อเจ้าคอยาสนา

อย่าล่งโทษตัวเองด้วยความผิดพลาด หรือตำหนิตัวว่า เราไม่ดีพอ เราไม่เก่งจริง เราทำไม่ได้ หรือเราไม่โชคดีเหมือนคนอื่นเขา เพราะยิ่งบ่นยิ่งว่าตัวเองมากแค่ไหน เราก็ยิ่งพ่ายแพ้มากแค่นั้น **สิ่งเดียวที่ทำได้คือลุกขึ้นสู้ต่อโชคชะตา** เพราะว่าคนสำเร็จทั้งหลายนั้น เค้าไม่บ่นคอยาสนากันหรอกครับ

ถ้าเราอยากประสบความสำเร็จ สิ่งเดียวที่ทำได้ คือ **"หยุดบ่น แล้วลงมือทำ"**

## I จะสร้างวินัยทางการเงินสำหรับชุมชนได้อย่างไร? I

แนวทางการจูงใจให้เกิดการปรับเปลี่ยน “แนวคิดเชิงพฤติกรรมทางการเงิน” เพื่อสร้างวินัยทางการเงิน โดยการ “จัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม”

การดำเนินการเพื่อที่จะให้แต่ละคนเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางการเงินเพื่อนำไปสู่การสร้างวินัยทางการเงินนั้น ต้องเป็นสิ่งที่มีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางการเงิน จำเป็นที่จะต้องให้แต่ละคนเกิดแนวคิดและมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางการเงิน ซึ่งมีหลากหลายวิธีการ เพราะกระบวนการให้ความรู้อย่างเดียวยังคงไม่เพียงพอ จำเป็นต้องกระตุ้นให้ทุกคนร่วมคิด ร่วมกำหนดแนวทาง เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ดีกว่าเดิมร่วมกัน

วิธีการที่จะทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ นอกจากให้มีความรู้และเข้าใจแล้ว จะต้องมีส่วนกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยน เช่น ให้ทราบถึงโทษที่ร้ายแรงต่อชีวิตและครอบครัว หากไม่เริ่มออมวันนี้วิถีชีวิตจะอับจนตลอดไป หรือเปลี่ยนได้เพื่อคนที่เรารัก เช่น พ่อ แม่ เกือบอมเพื่อหวังถึงอนาคตของลูก หรือแนวทางการบังคับให้เปลี่ยน เช่น ทุกคนต้องมีการออม หากไม่ออมก็ไม่สามารถขอความช่วยเหลือค่าสวัสดิการจากภาครัฐได้ หรือหากไม่มีการออมก็ไม่สามารถเป็นสมาชิกของกลุ่มในชุมชนได้ ฯลฯ แต่สิ่งสำคัญก็คือต้องให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการคิด การสร้างวินัยทางการเงินด้วยพฤติกรรมที่เก๋บออม จะต้องให้ทุกคนร่วมกันกำหนดเป้าหมายในการออม ให้เห็นประโยชน์ที่หลากหลายของการออม แนะนำวิธีการหาเงินมาออม เช่น ออมจากการจัดสรรรายได้ของตัวเอง หรือจากการลดค่าใช้จ่าย โดยมีการกำหนดเป้าหมายในการออมที่ชัดเจน หากบอกให้ออม แต่ไม่มีช่องทางในการหาเงินมาออม ก็ไม่มีประโยชน์

**ตัวอย่าง** การออมที่มาจากลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น เช่น

|   |            |         |
|---|------------|---------|
| - งดสูบบุหรี่ ๑ ซอง/วัน                         | เก็บออมได้ | ๕๕ บาท  |
| - งดดื่มสุรา ๑ ขวด/วัน                          | เก็บออมได้ | ๑๒๐ บาท |
| - ใช้โทรศัพท์ให้น้อยลง ๑๐ บาท/วัน               | เก็บออมได้ | ๑๐ บาท  |
| - ลดจำนวนครั้งการใช้รถจักรยานยนต์/รถยนต์        |            |         |
| ลดการใช้ลงได้ ๓ ครั้ง/วัน ครั้งละ ๒๐ บาท        | เก็บออมได้ | ๖๐ บาท  |
| - ปรับลดการบริโภคอาหารที่ไม่จำเป็น วันละ ๕๐ บาท | เก็บออมได้ | ๕๐ บาท  |
| - ปรับลดการใช้ไฟฟ้าที่ไม่จำเป็นหรือลดจำนวนครั้ง |            |         |
| หรือเวลาในการใช้ให้น้อยลง ประหยัดได้ ๑๕ บาท/วัน | เก็บออมได้ | ๑๕ บาท  |

ในกรณีเช่นนี้จะสามารถประหยัดและเก็บออมได้ ๓๑๐ บาท/วัน เลยทีเดียว

## 1 | วิธีการและเทคนิคในการดำเนินการไปสู่กลุ่มเป้าหมาย |

การสร้างกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อเป็นใช้เป็น “กลไกของชุมชนเองในการถ่ายทอดความรู้ทางการเงินและดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกัน” จะนำไปสู่การเปิดใจ ร่วมคิด ร่วมทำ โดย

(๑) ใช้ตัวอย่างจากแกนนำของชุมชนคนสำคัญเป็นตัวอย่าง เช่น การยกย่องปราชญ์ชาวบ้านที่สามารถร่วมก่อตั้งชุมชนต้นแบบจนประสบความสำเร็จ เป็นผู้ถ่ายทอดความรู้ทางการเงินจนเกิดทักษะในการคำนวณดอกเบี้ย การทำบัญชีรับ-จ่ายในครัวเรือน การจรรยาการต้นทุนและการประกอบอาชีพ เป็นต้น นับเป็นการส่งเสริมให้เกิดแรงจูงใจและสร้างเครือข่าย การเรียนรู้ร่วมกันในชุมชนได้เป็นอย่างดี

(๒) สร้างกระแสในการปรับทัศนคติ โดยมุ่งเน้นประเด็นที่เป็นปัญหา เช่น การสร้างกระแสการออม การลดภาระหนี้ในระบบที่เป็นภาระหนัก อาจจะสร้างกระแสจากตัวอย่างนักท่องเที่ยวสายโหด เพื่อให้เกิดกระแสความกลัว เป็นต้น เพื่อมุ่งเน้นให้ประชาชนมีความตระหนักรู้ถึงโทษของการเป็นหนี้ในระบบ และกระแสความสำคัญของการออม ให้เห็นถึงประโยชน์ของการออมต่อตนเอง ผลต่อฐานะของครอบครัว สังคม และประเทศชาติ ให้เกิดความมั่นคงด้านการเงิน เป็นต้น

(๓) การจัดกิจกรรมผ่านเครือข่ายผู้นำชุมชนประเภทองค์กรการเงินชุมชน เพื่อเป็นวิธีการนำไปสู่กลุ่มเป้าหมายในแต่ละชุมชน เช่น กลุ่มการเงินขนาดเล็ก กลุ่มวิสาหกิจชุมชน กองทุนหมู่บ้านและชุมชนเมือง กองทุนพัฒนาบทบาทสตรี เครือข่ายสถาบันสหกรณ์ ฯลฯ การจัดกิจกรรมต่างๆ เป็นวิธีการที่สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้โดยตรง เพื่อช่วยเป็นแรงผลักดัน สนับสนุน และให้ความรู้ไปสู่กลุ่มเป้าหมายที่ขาดความรู้ทางการเงินหรือผู้มีรายได้น้อยได้ ศูนย์จัดการกองทุนชุมชนควรประสานหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อขอผู้เชี่ยวชาญหรือเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องไปให้ความรู้ผ่านกลุ่มผู้นำหรือเจ้าหน้าที่ ชุมชนที่เกี่ยวข้อง และให้ผู้แทนกลุ่มผู้นำหรือเจ้าหน้าที่นำไปถ่ายทอดและขยายผลต่อ ตัวอย่างเช่น กรมตรวจบัญชีสหกรณ์จัดรณรงค์ส่งเสริมให้เกษตรกร ประชาชน และเยาวชนนักเรียน มีภูมิปัญญาทางบัญชี โดยจัดทำโครงการเสริมสร้างภูมิปัญญาทางบัญชีแก่เกษตรกรไทย และโครงการพัฒนาภูมิปัญญาทางบัญชีสู่ต้นทุนอาชีพ เป็นต้น

(๔) เลือกใช้ช่องทางหรือสื่อที่ใช้สำหรับการรณรงค์และถ่ายทอดความรู้ทางการเงินที่สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น การให้ความรู้โดยการสอดแทรกไปกับการใช้ชีวิตประจำวัน ไว้ในให้คู่มือสำหรับเป็นแนวทางการปลดหนี้และอบรมเมื่อขอสินเชื่อ การให้ความรู้ผ่านเสียงตามสาย/วิทยุชุมชน แนะนำให้ดูละคร หนังสือ เรียลลิตี้โชว์ ที่สอดแทรกความรู้ทางการเงิน และเป็นช่องทางที่อาจทำให้เกิดแรงบันดาลใจให้เรียนรู้ได้

**ตัวอย่างสื่อภาพยนตร์** เพื่อรณรงค์ให้เห็นถึงแรงบันดาลใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ได้แก่ แนวคิดจากภาพยนตร์เรื่อง “Top Secret วัยรุ่นพันล้าน” ซึ่งเป็นภาพยนตร์ที่สร้างแรงบันดาลใจให้กับเหล่าวัยรุ่นซึ่งพาผู้ชมไปรู้จักกับเรื่องราวชีวิตเบื้องลึกของต๊อบ อธิพัฒน์ (พีช พชร) เจ้าของธุรกิจสาหร่ายเถ่าแก่น้อย วัยรุ่นพันล้านไทยที่พลิกชีวิตจากเด็กติดเกมออนไลน์ เด็กมัธยมปลายที่เคยถูกครูฝ่ายปกครองค่อนข้างอดว่าเรียนจบแล้วจะไปทำอะไรกัน จนกลายมาเป็นวัยรุ่นพันล้านในวันนี้ ต๊อบก้าวกระโดดมาถึงจุดนี้ได้อย่างไร เป็นกรณีศึกษาที่น่าสนใจของความอดทน อดกลั้น ความผิดหวัง และความล้มเหลวครั้งแล้วครั้งเล่า

(๕) การรณรงค์โดยผ่านผู้ประกอบการในภาคธุรกิจเอกชนที่ตั้งอยู่ในพื้นที่ของตนเอง เพื่อเป็นการให้ความรู้ทางการเงินแก่พนักงานของธุรกิจนั้นๆ โดยส่งเสริมให้ผู้ประกอบการเห็นความสำคัญและจัดทำโครงการเพื่อเผยแพร่ความรู้ทางการเงินให้กับพนักงาน ซึ่งถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของการงานด้านการบริหารบุคคลที่มีความสำคัญ ตัวอย่างเช่น บริษัท ซีพีแรม จำกัด ได้ให้ความสำคัญกับพนักงาน โดยการนำหลัก “Happy Workplace” ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสร้างทางการเงิน (สสจ.) ๘ ด้านมาใช้ ซึ่งหนึ่งในนั้นคือโครงการ Happy Money ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้พนักงานรู้จักบริหารการใช้จ่ายของตนเองและครอบครัวอย่างถูกวิธี การดำเนินการตามกระบวนการนี้ หากในพื้นที่ของท่านมีบริษัทที่มีพนักงานมากและมีความมั่นคงอยู่แล้ว ท่านอาจหาช่องทางในการประสานให้สมาชิกในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรมของบริษัทด้วยก็ได้ หรือหากในพื้นที่มีผู้ประกอบการระดับ SMEs และท่านต้องการใช้กระบวนการนี้ในการรณรงค์เกี่ยวกับความรู้ทางการเงินและการบริหารจัดการหนี้ให้กับพนักงานของ SMEs ดังกล่าว ท่านก็อาจสร้างเครือข่ายของ SMEs ดังกล่าวร่วมกับผู้ประกอบการแล้วใช้ช่องทางนี้ในการรณรงค์ก็ได้

(๖) ค้นหาบุคคลต้นแบบหรือเชิดชูศิลปินหรือนักแสดงที่มีชื่อเสียงและภาพพจน์ดีมาเป็นต้นแบบ และสร้างแรงบันดาลใจในการสร้างวินัยทางการเงินด้วยการบันทึกบัญชีและลดความฟุ่มเฟือย ใช้จ่ายอย่างพอเพียง ทำให้มีเงินออม ส่งผลให้ครอบครัวมีความสุขอย่างยั่งยืน เป็นต้น

ที่มา: ดร.กิตติชัย นวลทอง ศูนย์วิจัย ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร (ศจก.) ธ.ก.ส.

## | แผนการสอน |

| เวลา    | เนื้อหา  | วัตถุประสงค์รายวิชา  | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ   | วัสดุ/อุปกรณ์   |
|---------|--|--|--|--|---|
| ๓๐ นาที | ๑. เริ่มต้นสร้างวินัยทางการเงินให้กับตัวเอง  | เพื่อให้ผู้เข้าประชุมได้เรียนรู้ถึงหลักการสร้างวินัยทางการเงินและแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้เข้าประชุมด้วยกันเองและกับวิทยากร ซึ่งสามารถนำไปเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในพื้นที่ของตนเองได้ ทั้งนี้มิติของการวางแผนและมีมติในเชิงปฏิบัติ | ๑. วิทยากรกล่าวคำทักทายแล้วเล่าเรื่องของตัวเองของบุคคลผู้เป็นแรงบันดาลใจที่ประสบความสำเร็จเพราะมีการวางแผนเป้าหมายและดำเนินชีวิตตามเป้าหมายนั้นอย่างมีวินัย (เน้นที่เรื่องวินัย) เช่น นักกีฬาทีมชาติ(ชาติใดก็ได้) ที่มีความฝันอยากจะเป็นนักกีฬาทีมชาติ จึงมุ่งมั่น ทุ่มเท เติบโตตามความฝัน แม้ว่าเหนื่อย จะท้อ แต่ก็มุ่งมั่นในการฝึกซ้อมจน จนประสบความสำเร็จ คนเราจะประสบความสำเร็จได้ ไม่ท้อ ไม่ละเลิก เพราะมีวินัย เพื่อเดินไปถึงเป้าหมายในชีวิต (วิทยากรอาจเลือกกรณีศึกษาเรื่องอื่นก็ได้ ตามที่วิทยากรถนัด แต่สุดท้ายให้ตั้งมาเชื่อมโยงกับเรื่องของกรมวิทย์ เพื่อมุ่งไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้) | • ภาพสไลด์หรือคลิปที่เกี่ยวข้องกับกรณีศึกษาที่ยกมา (วิทยากรอาจเตรียมมาเอง) | • คอมพิวเตอร์<br>• เครื่องฉาย<br>• ไมโครโฟน<br>• สายต่อพ่วงทั้งสายภาพและเสียง<br>• ปลั๊กยาวต่อพ่วงมากกว่า ๑ ตัว |
| ๓๐ นาที | ๒. การสร้างวินัยทางการเงิน:<br>ภูมิคุ้มกันสำหรับปัญหาหนี้<br>๒.๑ วินัยทางการเงินสร้างได้ |  | ๒. วิทยากรบรรยายต่อในเรื่องการเริ่มต้นสร้างวินัยทางการเงินให้กับตัวเอง เป็นการปูพื้นฐานความรู้เบื้องต้นและเนื้อหาวินัยทางการเงินสร้าง ซึ่งมีเนื้อหา ดังนี้<br>๒.๑ ปัจจัยสำคัญ ๒ ประการที่ช่วยในการส่งเสริมวินัย (กำลังใจและค่านิยม)<br>๒.๒ ปัจจัยสำคัญ ๓ ประการที่บ้านทอนวินัย (การเสียขวัญและกำลังใจ, ความจำเป็น และกิเลส)<br>๒.๓ การสร้างวินัยทางการเงินทำได้อย่างไร? (สร้างแรงบันดาลใจ, สร้างการยอมรับจากภายนอก, กำหนดการผูกมัดที่ปรับเปลี่ยนยาก, ยอมรับพฤติกรรมที่ดีและไม่ดี, ใ้รางวัลสำหรับชีวิตที่มีวินัยบ้าง และออกห่างจากกิเลสทั้งปวง)   |  |   |

| เวลา    | เนื้อหา   | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน   | สื่อ  | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|---------|---|---------------------|---|---|---------------|
| ๒๐ นาที | ๒.๒ จะสร้างวินัยทางการเงินสำหรับตัวเองได้อย่างไร? |                     | <p>๓. วิทยากรบรรยายต่อในเรื่อง “จะสร้างวินัยทางการเงินสำหรับตัวเองได้อย่างไร?” ตามประเด็นเนื้อหาและสไลด์ ดังนี้</p> <p>๓.๑ วินัยของตัวเองสร้างได้ (วินัยในการใช้จ่ายและหารายได้, วินัยการออม, วินัยในการก่อหนี้ และวินัยในการปลดหนี้)</p> <p>๓.๒ นิสัย ๘ ประการในการสร้างวินัยทางการเงิน (ออมเงินให้เป็นอันดับแรก, หยุดล้างผลาญกับการใช้จ่าย, สร้างรายได้หลายๆ ทาง, หยุดอ้างว่าทำไม่ได้, กระจายการลงทุน, มุ่งมั่นหาความรู้ในสายอาชีพ, เริ่มต้นให้เร็ว และไม่เพื่อเจ้อดอยวาทสนา)</p>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สไลด์ประกอบ</li> </ul> |               |
| ๔๐ นาที | ๒.๓ จะสร้างวินัยทางการเงินสำหรับชุมชนได้อย่างไร?  |                     | <p>๔. วิทยากรบรรยายต่อในเรื่อง “จะสร้างวินัยทางการเงินสำหรับชุมชนได้อย่างไร?” ตามประเด็นเนื้อหาและสไลด์ ดังนี้</p> <p>๔.๑ แนวทางการจูงใจให้เกิดการปรับเปลี่ยน “แนวคิดเชิงพฤติกรรมทางการเงิน” เพื่อสร้างวินัยทางการเงิน โดยการ “จัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม”</p> <p>๔.๒ วิธีการและเทคนิคในการดำเนินการไปสู่กลุ่มเป้าหมาย (ใช้ตัวอย่างจากแกนนำของชุมชนคนสำคัญเป็นตัวอย่าง, สร้างกระแสในการปรับทัศนคติ, การจัดกิจกรรมผ่านเครือข่ายผู้นำชุมชนประเภทองค์กรการเงินชุมชน, เลือกลงชื่อหรือสื่อที่ใช้</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สไลด์ประกอบ</li> </ul> |               |

| เวลา  | เนื้อหา | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน   | สื่อ  | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|---|---------|---------------------|---|---|---------------|
| รวมเวลาบรรยายทั้งสิ้น ๓.๐๐ ชั่วโมง (๑๕๐ นาที) |         |                     | <p>ช่องทางหรือสื่อที่ใช้สำหรับการรณรงค์และถ่ายทอดความรู้ทางการเงินที่สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ, การรณรงค์โดยผ่านผู้ประกอบการในภาคธุรกิจเอกชนที่ตั้งอยู่ในพื้นที่ของตนเอง และค้นหาบุคคลต้นแบบหรือฮีโร่ศิลปินหรือนักแสดงที่มีชื่อเสียงและภาพพจน์ดีมาเป็นต้นแบบ)</p> <p>๔.๓ ฝ้ายคลิบตัวอย่างภาพยนตร์เรื่องวัยรุ่นพันล้าน พร้อมสรุปสิ่งที่ได้จากคลิบ</p> <p>๔.๔ ฝ้ายคลิบเรื่อง “๔รู้ สู้ความมั่นคงยามเกษียณ” โดยก่อนฉายให้เกริ่นนำก่อนว่าคลิบนี้แม้ว่าจะมีชื่อเรื่องเกี่ยวกับการเกษียณ แต่ผู้เข้าประชุมสามารถนำไปปรับใช้ในทันทีได้ เมื่อจบแล้วให้สรุปสิ่งที่ได้จากคลิบ</p> <p>๕. วิทยากรสรุป/ตอบข้อซักถาม</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• คลิบตัวอย่างภาพยนตร์เรื่องวัยรุ่นพันล้าน (๓.๐๓ นาที) และคลิบเรื่อง ๔รู้ สู้ความมั่นคงยามเกษียณ (๐๗.๐๙ นาที)</li> </ul> |               |

## | สังเขปวิชา |

## การปรับพฤติกรรม ทางการเงิน

### | คำอธิบายรายวิชา: |

เนื้อหาเน้นการบรรยาย แลกเปลี่ยนประสบการณ์เพื่อให้เห็นถึงการปรับพฤติกรรมทางการเงิน และการตั้งคำถามประกอบสื่อกับผู้เข้าอบรม เรื่องทำไมถึงต้องมีการปรับพฤติกรรมทางการเงิน พร้อมทั้งสอดแทรกเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางการเงินสู่การลดหนี้ และปลดหนี้ ซึ่งสามารถนำไปปรับใช้ได้เป็นอย่างดี

### | วัตถุประสงค์: |

1. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมค่าใช้จ่ายทางการเงิน เพื่อเตรียมความพร้อมในการชำระหนี้
2. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางการเงินสู่การลดหนี้ และปลดหนี้ให้สำเร็จ

### | ประเด็นเนื้อหาการเรียนรู้: |

1. วิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมค่าใช้จ่ายทางการเงิน
2. เทคนิคการปรับพฤติกรรมทางการเงินสู่การลดหนี้ และปลดหนี้ให้สำเร็จ

| ระยะเวลา: | ๑.๓๐ ชั่วโมง (๙๐ นาที)

### | วิธีการ/เทคนิค: |

1. การบรรยาย
2. การตั้งคำถามเพื่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์
3. การเสริมความชัดเจนของเนื้อหาด้วยสไลด์ กรณีศึกษา และคลิป
4. การเติมเต็มให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะ

### | สื่อ/วัสดุ/อุปกรณ์: |

1. สไลด์ PPT
2. กรณีศึกษา
3. กระดาษฟลิปชาร์ตพร้อมปากกาเคมี
4. คลิป VDO

### | การประเมินผล: |

1. การสังเกตพฤติกรรม
2. การประเมินการถ่ายทอด
3. การประเมินรายวิชา

## | เนื้อหาวิชา |

### การปรับพฤติกรรม ทางการเงิน

ถึงตอนนี้ความทุกข์ใจของคุณคงหนีไม่พ้นเรื่อง “หนี้” ??? งั้นเราควรต้องทำอะไรสักอย่าง เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางการเงินของเรา ฉะนั้น ควรเริ่มตั้งแต่วันนี้เลย อย่ารอ คนเรามีโอกาสแล้ว ต้องทำล้างหนี้ให้ออกจากชีวิต เพื่ออนาคตที่ดีของคุณ

**ขั้นแรกของการปรับพฤติกรรมทางการเงิน** คงต้องเริ่มจากการมีความรู้ทางการเงิน การมีความรู้เกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิตที่พอเพียงและพอดี การมีความรู้ทางการเงิน จะทำให้เรารู้จักวางแผนการใช้เงิน ออมเงิน เมื่อทำแผนออกมาแล้วเราจะเห็นภาพว่าในอนาคตโอกาสในการเงินของเรามีมากน้อยแค่ไหน จะได้วางแผนออมเงินและการบริหารทางการเงินเพื่อไว้ นอกจากนี้ การวางแผนทางการเงินยังช่วยให้เรานำเงินมาใช้ได้อย่างเหมาะสมและตรงตามวัตถุประสงค์อีกด้วย การมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักปรัชญาในการดำรงชีวิต จะช่วยทำให้เราเข้าใจตามความเป็นจริงว่า ชีวิตส่วนไหนที่สำคัญ ส่วนไหนที่ฟุ้งเฟ้อ สอนให้เรารู้จักและเข้าใจธรรมชาติของตนเองและคนอื่น ทำให้ไม่ตกเป็นเหยื่อของกระแสสังคม และตกเป็นเหยื่อของระบบทุนนิยม การมีความรู้ทั้งสองแขนงนี้จะช่วยให้เราดำเนินชีวิตและจัดการเรื่องเงินได้อย่างเหมาะสม ทั้งสองสิ่งนี้เกี่ยวคู่กัน แต่หากไม่สามารถปรับพฤติกรรมทางการเงินของตนเองให้สมดุลได้ ก็จะทำให้ต้องพบเจอกับคำว่า “หนี้”

การเป็นหนี้ทำให้ชีวิตเครียดและวิตกกังวล หลายคนไม่รู้ตัวว่าตนเองมีพฤติกรรมการใช้เงินที่รังแต่จะสร้างหนี้เมื่อมารู้ตัว หนี้ก่อนนั้นก็กลายเป็นหนี้ก้อนใหญ่ เป็นหนี้สินล้นพ้นจนแก้ไขได้ยาก แม้ว่าการปรับนิสัยการใช้จ่ายของตนเองเป็นเรื่องยากอยู่ไม่น้อย แต่ถ้าเรายังคงมีพฤติกรรมใช้เงินเกินฐานะนั้น สร้างหนี้สินพะรุงพะรัง นิสัยนั้นจะก่อให้เกิดปัญหาด้านการเงินในระยะยาว ดังนั้น เราควรต้องหาวิธีแก้ไข เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้เงินและหาทางเอาชนะ นิสัยสร้างหนี้ให้ได้ หนี้สินไม่ได้อยู่ดี ๆ ก็เกิดได้ มันต้องมีคนทำให้เกิดเสมอ แต่ส่วนใหญ่ที่พบเจอก็คือมักจะเกิดขึ้นเพราะตัวเองเรานี่แหละ นั่นก็คือการสร้างรายจ่ายที่เกินตัว มี ๑๐,๐๐๐ ใช้ ๑๐๐,๐๐๐ ต้องนำเงินในอนาคตออกมาใช้พร้อม ๆ กับการยอมรับภาระดอกเบี้ยไปโดยปริยาย แล้วอัตราดอกเบี้ยสมัยก็ไม่ใช่น้อยๆ เอาล่ะ... อย่าท้อใจไปเลย มาดูกันว่าเราจะปรับพฤติกรรมทางการเงินในการชำระหนี้ได้อย่างไรกันบ้างดีกว่า

### | วิธีการปรับพฤติกรรมทางการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมในการชำระหนี้ |

ถ้าเรารู้ตัวว่าเรากำลังเป็นหนี้อยู่และรู้ว่ามันมีแนวโน้มจะมากขึ้นเรื่อย ๆ ก็ต้องอย่าลืมว่าการเก็บหอมรอมริบและการบริหารจัดการเงินทองของเรามันเป็นเรื่องที่สำคัญมาก ไม่ได้ต่างกับการบริหารรายจ่ายที่ต้องทำควบคู่กันไป เป็นการปรับพฤติกรรมของชีวิตในการใช้จ่ายเพื่อให้สอดคล้องกับภาระหนี้ที่มีอยู่

## ๑ | ให้ความสำคัญกับเงินจำนวนน้อย ๆ |

หลายครั้งที่เราใช้จ่ายอะไรขึ้นมาโดยไม่ได้ให้ความสำคัญกับเงินเล็กน้อย คิดว่ามันไม่กี่บาท แต่ถ้าหลาย ๆ ครั้งมันก็เป็นเงินเยอะไม่น้อยเลย การที่เราเก็บเล็กผสมน้อย ๒๐ บาท จำนวน ๑๐ ครั้งก็ ๒๐๐ บาท แล้วหากเราไม่ได้ใส่ใจกับมันก็อาจจะกลายเป็นค่าใช้จ่ายที่เราใช้ไปอย่างไม่รู้ตัวก็ได้ เพราะฉะนั้นลองสำรวจเงินที่มันน้อย ๆ ดูว่าเราสามารถเก็บมันมากขึ้นได้ขนาดไหน

## ๒ | ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตและไลฟ์สไตล์ของตัวเอง |

มันไม่ใช่เรื่องง่ายเลยที่จะสามารถปรับเปลี่ยนนิสัยเดิมของเราได้ในทันที แต่เราควรนึกถึงเสมอว่าการใช้จ่ายที่มากเกินไปจะก่อให้เกิดปัญหาในอนาคต หากวันหนึ่งเงินหมดก็ต้องเป็นหนี้ หรือหากเป็นหนี้เดิมอยู่แล้วก็จะเป็นหนี้มากขึ้น ทับถมไปเรื่อย ๆ การปรับไลฟ์สไตล์สามารถทำให้คุณมีเงินมากขึ้นได้ ไม่ใช่ที่เราจะต้องเปลี่ยนวิถีชีวิตเราไปเลย อย่างเช่นถ้าคุณชอบออกกำลังกาย จากเดิมที่เราเคยจ่ายค่าฟิตเนสรายเดือนเยอะ ๆ เราก็สามารถตัดรายจ่ายระยะยาว ที่ทำให้เรามีโอกาสเกิดหนี้ได้เช่นกัน และเปลี่ยนมาวิ่งตามสวนสาธารณะแทน ซึ่งในแง่ของการได้ออกกำลังกายก็ยังคงทำได้เหมือนเดิม เพียงระลึกถึงเสมอว่าควรดำรงชีวิตแบบใช้จ่ายไม่เกินตัว

## ๓ | แก้นิสัยการตอบสนองความต้องการตลอดเวลา |

ในชีวิตประจำวันเราพบผู้คนมากมาย ปฏิเสธไม่ได้ว่าบางคนที่พบเจอรู้จักจะมาจากครอบครัวที่มีฐานะทำให้เราซึมซับหรือนำตัวเองไปเปรียบเทียบกับเขา ทำให้เกิดความอยากมีอยากได้ มีความรู้สึกนึกคิดว่าไม่อยากจะรู้รูปแบบชีวิตที่มีข้อจำกัด ต้องการตอบสนองความต้องการของตนเพื่อให้ทัดเทียมคนอื่น ดังนั้น สิ่งที่ควรปฏิบัติคือ ไม่นำตัวเองไปเปรียบเทียบกับใคร คำนึงถึงรายได้ว่าเพียงพอกับความต้องการหรือไม่

## ๔ | จัดบันทึกการใช้จ่าย |

ต้องวางแผนการใช้จ่ายให้ดูว่าจะใช้จ่ายอย่างไร ทำบัญชีรายรับรายจ่าย จัดระเบียบการใช้จ่ายเงิน เพื่อจะได้ไม่ต้องนำเงินในอนาคตมาใช้ก่อนทำให้เสียดอกเบี้ยมาก การจดบันทึกรายรับ-รายจ่ายเป็นเรื่องที่มีประโยชน์และมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะเป็นสิ่งที่ช่วยเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้จ่ายของคุณคน สมุดจดบันทึกรายรับ-รายจ่ายช่วยให้คุณทำให้ทราบพฤติกรรมการใช้จ่ายไปกับสิ่งต่าง ๆ ช่วยหาจุดด้อยของการใช้จ่ายและปรับพฤติกรรมเหล่านั้นทิ้งเสีย อีกทั้งยังมีประโยชน์อย่างมากสำหรับคนที่ปัญหาทางการเงินเสมอ เคล็ดลัดง่าย ๆ คือการเก็บใบเสร็จทั้งหมดไว้คำนวณรายจ่าย บันทึกทุกรายการในแต่ละวัน จัดทำเป็นรายสัปดาห์ รายเดือน และรายปี การแบ่งซองเงินแยกตามประเภทรายจ่ายในแต่ละเดือนเพื่อกำหนดงบประมาณค่าใช้จ่ายเพื่อไม่ให้เกินงบประมาณที่ตั้งไว้ วิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ที่ขาดวินัยในการใช้จ่ายอย่างมาก

## ๕ | ปรับเปลี่ยนพฤติการจับจ่ายเพื่อให้มีเงินเหลือใช้ |

การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการใช้จ่ายเงินเป็นทางเลือกหนึ่งที่ทำให้เราสามารถลดหนี้สินได้ หลายคนอาจจะชอบจับจ่ายใช้สอย ทานอาหารตามภัตตาคาร ถ้าหากเรากำลังอยู่ในช่วงเวลาที่มีความเสี่ยงที่จะก่อหนี้มากขึ้นเรื่อย ๆ ก็อาจจะต้องลดค่าใช้จ่ายในส่วนนี้มากขึ้น อาจจะเปลี่ยนเป็น นาน ๆ ครั้ง ลองหาอะไรที่มันทดแทนได้ เช่นปกติเราอาจจะชอบทานกาแฟราคาแพงตอนเช้า ๆ ก็ลองเปลี่ยนเป็นกาแฟซองเองที่มีราคาถูกลง เป็นต้น

## ๖ | แบ่งเงินมาออมอย่างจริงจัง |

วางระเบียบการออมเงินด้วยการฝากเงินไว้ในบัญชีธนาคาร ต้องจัดสรรเงินเพื่อการใช้จ่าย ช่วยให้สภาพคล่องและมีเงินใช้เพียงพอ ส่วนหนึ่งเป็นเงินออมซึ่งเป็นเงินเก็บไว้ใช้จ่ายแก่ อีกส่วนเป็นเงินเผื่อเวลาฉุกเฉินเมื่อเกิดความต้องการใช้เงินเกินปกติ โดยสำรองเงินไว้อย่างน้อย ๓-๖ เดือน และสุดท้ายเป็นเงินออมเพื่อการลงทุน ซึ่งสร้างผลตอบแทนได้ดีกว่าเงินฝากธนาคาร การจัดความสมดุลของเงินออมอย่างเหมาะสมทำให้แผนการใช้จ่ายเป็นไปอย่างราบรื่น โดยเฉพาะในกรณีที่มีหนี้ก้อนใหญ่ที่สำคัญ เช่น ค่าผ่อนบ้าน ผ่อนรถ ถือเป็นค่าใช้จ่ายที่สำคัญมากในชีวิต จึงต้องเรียนรู้การออมเงินและการบริหารเงินหลายรูปแบบ เพื่อให้เกิดความมั่นคงและความมั่งคั่งในอนาคต

เมื่อเราารู้วิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางการเงินเพื่อเตรียมความพร้อมในการชำระหนี้แล้ว เสมือนเป็นการอุดรูรั่วของช่องทางการไหลออกของเงินที่ไม่จำเป็น ทราบถึงรายจ่ายที่ออกไปว่ารายจ่ายไหนคือรายจ่ายที่ไม่เกิดประโยชน์ หรือฟุ่มเฟือย ขึ้นต่อไปคือการชำระหนี้ที่มีอยู่ของเรา โดยเริ่มต้นจากการทำให้หนี้ลดลง ไปจนถึงสามารถชำระหนี้หมดปลดหนี้ได้ในที่สุด ต่อไปนี้คือขั้นตอนไปสู่การปลดหนี้ รับรองว่าหากไม่สามารถปลดหนี้ได้ในระยะเวลาอันสั้น ก็ทำให้ยอดหนี้ลดลงและหมดหนี้ไปในที่สุดได้อย่างแน่นอน

### I | เทคนิคการปรับพฤติกรรมทางการเงินสู่การลดหนี้ และปลดหนี้ให้สำเร็จ |

#### ขั้นตอนที่ ๑ ต้องมีความมุ่งมั่นตั้งใจ

ทุกอย่างมันเริ่มจากที่ใจหากใจบอกรอดแม้ทำอย่างไรมันก็เป็นไปไม่ได้ ดังนั้นลุกขึ้นมาบอกตัวเองว่า “เราทำได้ เราต้องปลดหนี้ได้” เมื่อใจมันสู้ มันอยากล้างหนี้ ก็จะมีคามมุ่งมั่นไปให้ถึงจุดหมาย และที่สำคัญห้ามเครียด เข้าวัดฟังธรรม ทำจิตใจให้สงบ เพราะความเครียดไม่เคยทำอะไรให้ดีขึ้น เมื่อใจสงบแล้วมุ่งมั่นเชื่อเถอะ “คุณทำได้” แล้วดำเนินการข้อต่อไป

#### ขั้นตอนที่ ๒ รวบรวมหนี้สินที่มีออกมาทั้งหมด

เมื่อเราพร้อมก็จัดการหยิบสมุดปากกาขึ้นมา แล้วเขียนก้อนหนี้ที่มีในขณะนี้ ปัจจุบันมันเป็นเท่าไรแล้ว ห้ามมั่ว ห้ามบอกว่าหนี้ก้อนนี้ไม่ใช่ก็ได้ หนี้ก้อนนี้เอาไว้ก่อนไม่เอา ถึงแม้ว่าบางคนพยายามจะลืม ไม่อยากคิดถึง ไม่อยากทบทวน แต่ต้องทำ ยังเป็นคนกันเองคนที่เราไว้ใจ อย่างนี้ พ่อ แม่ หนี้พี่น้อง หนี้เพื่อนหรือคนรู้จักก็ต้องรีบจดไว้ เพราะเขาคือบุคคลที่สำคัญในชีวิตเรามาก ๆ เพราะถ้าจะตัดวงจรหนี้ออกจากชีวิตให้สิ้นซาก จึงต้องเช็คและมองเห็นภาพรวมของหนี้ทั้งหมดทั้งในระบบและนอกระบบที่มี จากนั้นนำมาเรียงลำดับความจำเป็นที่จะต้องใช้นี้ก่อนหลัง แจงเรียงจากดอกเบี้ยสูงสุดโหดก็ได้ เพราะหนี้พวกนี้ไม่ค่อยมีเวลาให้เราต่อลมหายใจเท่าไร มันคือพลังแห่งความเชื่อมั่นและศรัทธาในตัวเอง รวบรวมความกล้าจัดการทบทวนโดยแยกออกเป็น ๒ ส่วน คือ หนี้สินที่จำเป็น เช่น บ้าน รถ การศึกษา เป็นต้น และ หนี้สินที่ไม่มีความจำเป็น เช่น บัตรเครดิต ค่าโทรศัพท์มือถือ เป็นต้น

### **ขั้นตอนที่ ๓ ทำประมาณการรายได้ที่เข้ามา**

ใน ๑ เดือน ๓ เดือน และ ๑ ปี สำหรับคนทำงานประจำประมาณได้ง่าย และในส่วนของคนทำอาชีพอิสระ ให้ลองประมาณจากรายได้เดิม รวมถึงการดูรายได้เสริมทั้งหมดที่มีเข้ามา เพื่อตรวจสอบดูภาวะการเงินของเรา ในส่วนนี้มีความจำเป็นมาก เพราะจะได้ทราบว่าต้องเปิดโอกาส และช่องทางการเงินใหม่ ๆ ให้เข้ามาในชีวิตอีกมูลค่าเท่าไร การมองเห็นความไม่ชัดเจนที่มาที่ไปของเงิน มันเป็นจุดอ่อนทำให้เราชะล่าใจ

### **ขั้นตอนที่ ๔ หารายได้พิเศษ/อาชีพเสริม**

ถ้าหากเรารู้แล้วว่าอาชีพที่ทำอยู่ไม่สามารถส่งหนี้ได้แน่นอน จึงจำเป็นต้องหารายได้พิเศษ หรืออาชีพเสริม เพื่อเพิ่มขึ้นอีกทางหรือสองทาง

ซึ่งอาชีพที่ว่าก็เช่น ขายของออนไลน์ ขายของตลาดนัด อาชีพที่เรานัด (หากมีความสามารถในเรื่องหัตถกรรม ก็สามารถสานตะกร้า ทอผ้า เป็นต้น) ถ้าหาของที่ไหนไม่ได้ก็เก็บของที่จำเป็นต้องใช้หรือคุณไม่ได้ใช้ออกมาขายก่อน เต็มนี้แหล่งขายมีมากมาย อย่าไปเสียดาย เพื่อที่เราตัดใจได้มีเงินใหม่เมื่อไรค่อยว่ากัน (เริ่มชีวิตจากศูนย์ ดีกว่ามีชีวิตติดลบ) นอกจากนี้ก็มีอาชีพอย่างเช่น รับสอนพิเศษ สารพัดอาชีพ ความรู้ความสามารถเฉพาะตัวลองดูว่าเราเหมาะกับอะไรแล้วทำมัน และระหว่างนี้ “ห้าม” สร้างหนี้ใหม่ที่ “ฟุ่มเฟือย” เด็ดขาด หน้าที่ของเราคือ ทำงาน ประหยัด รััดเข็มขัด แล้วนำเงินมาใช้หนี้

### **ขั้นตอนที่ ๕ หยอดก๋อหนี้เพิ่ม**

การก๋อหนี้เพิ่มคือสิ่งที่จะทำให้ไม่มีวันหลุดจากวงจรหนี้ เราต้องสู้กับตัวเองด้วยความอดทน ที่จะไม่หาเหตุผลมารองรับว่าทำไมเราจึงต้องก๋อหนี้เพิ่ม เพื่อให้เราสบายใจกับการเป็นหนี้ใหม่เรื่อย ๆ

### **ขั้นตอนที่ ๖ รััดเข็มขัด ใช้จ่ายเท่าที่จำเป็น**

ยิ่งเราใช้จ่ายฟุ่มเฟือยมากเท่าไร เงินที่เราหามาได้เท่าไร หนี้สินก็จะมีเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น และเมื่อมีหนี้จากชีวิตที่เคยสงบ สบาย ๆ ชิล ๆ มันก็จะยิ่งเครียดยิ่งทุกข์ ดังนั้น สิ่งเดียวที่จะแก้ทุกข์ที่สาเหตุได้ ก็คือการรััดเข็มขัดและไม่ใช้เงินเกินตัว ต้องหัดสะกดคำว่า “พอเพียง” ให้ได้

หากยังนึกไม่ออก อาจเริ่มที่การกำกับข้าวจากที่บ้านไปกินที่ทำงาน อร่อยและไม่เปลืองเงิน งดกินหุรมื้อละหลายร้อยหรือเป็นพัน งดกินกาแฟแก้วแพง ๆ ถ้าอยากกินหยิบกาแฟที่ออฟฟิศมีบริการไว้มากินแทนชงง่าย อร่อยด้วย หากบ้านใกล้ที่ทำงานก็ปั่นจักรยานไปทำงาน หรือเดินไปทำงานก็ได้ ส่วนวันหยุดที่เคยออกช้อปปิ้งตอนนี้หันมาทำงานพิเศษหรืออ่านหนังสือ ออกกำลังกายอยู่บ้าน อย่าลืมนเรียนรู้จากประสบการณ์หนี้ที่ผ่านมา แล้วสร้างภูมิคุ้มกันจากประสบการณ์นั้น

### **ขั้นตอนที่ ๗ เปลี่ยนเป็นคนใหม่ใส่ใจสุขภาพ**

คงคิดไข่ม้อยว่ามันเกี่ยวอะไรด้วย กำลังจะบอกว่าเดี๋ยวนี้การเป็นโรคแต่ละโรคล้วนต้องใช้เงิน มาใช้จ่ายเป็นค่าหมอ ค่ายา ค่านอนโรงพยาบาล ค่าคนเฝ้ามากมาย ยิ่งเป็นโรคร้ายค่าใช้จ่ายยิ่งแพงใหญ่

ดังนั้น สิ่งที่เราทำได้คือการทำยังไงก็ได้ไม่ให้ป่วย นั่นคือ การทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ การออกกำลังกาย ครั้งละครึ่งชั่วโมง อาทิตย์ละ ๓-๔ ครั้ง การอยู่ในที่มีอากาศดี ๆ การพักผ่อนนอนหลับให้ได้อย่างน้อยวันละ ๖-๘ ชั่วโมง การดื่มน้ำเปล่าให้ได้วันละ ๖-๘ แก้ว ไม่เครียด จิตใจสบาย การรักษาสุขอนามัยเบื้องต้นที่ดี เชื่อเถอะทำแค่นี้เป็นประจำก็ช่วยให้สุขภาพดีขึ้นเยอะแล้ว เอาเงินส่วนนี้ไปใช้หนี้ดีกว่าจะได้หมดเร็ว ๆ

## ขั้นตอนที่ ๘ เจรจากับเจ้าหนี้และจัดการหนี้สินที่มีความจำเป็นก่อน

เจรจากับเจ้าหนี้ ถ้าหาเงินก่อนไม่ทันเงินผ่อนได้ไหม เดือนละเท่าไรดี สำหรับหนี้ที่พอจะรีไฟแนนซ์ได้ ให้ทำเลยเพื่อที่ได้มีเวลาต่อลมหายใจใช้หนี้ไปอีกเราไม่ได้โกง เราใช้ทุกคน แต่อันไหนมันต่อเวลาได้ให้ทำ (ยังมีหนี้หลายก้อน จนไม่สามารถหาคืนได้ไว ๆ ยิ่งต้องทำ เชื่อเถอะไม่มีเจ้าหนี้คนไหนไม่ต้องการเงินคืน ยิ่งผ่อนระยะยาวขึ้นก็ได้ดอกเบี้ยเพิ่มขึ้น เขายิ่งชอบ! แล้วยิ่งเราเข้าไปคุยแบบนี้เขายิ่งเอ็นดูและเห็นความตั้งใจจริง อาจมีการลดหนี้ให้บ้างก็ได้ใครจะไปรู้ ดูรายได้ที่ได้รับแต่ละเดือน สามารถผ่อนชำระตามงวดกั๊ยืมได้เพียงพอ นี่คือนี่สิ่งที่จำเป็นต้องบริหารจัดการด้วยตัวเราเอง และเราทำมันได้ หยุดพูดว่า ฉันทำไม่ได้..... เพราะมันจะมีเหตุผลอีกมากมายตามมารองรับสิ่งที่เราทำ สุดท้ายเราจะจมอยู่กับกองหนี้ต่อไป คิดใหม่ทำใหม่ เราทำได้ ท่องไว้ในใจ เราทำได้ๆๆๆ หากเป็นหนี้ของกลุ่ม/กองทุน/กองทุนการเงินในหมู่บ้าน/ชุมชน ให้เข้าสู่กระบวนการบริหารจัดการหนี้ไปสู่ ๑ คราวเรือน ๑ สัญญา ของศูนย์จัดการกองทุนชุมชน

## ขั้นตอนที่ ๙ สามารถจัดการหนี้สินส่วนที่จำเป็นได้

เมื่อเราสามารถดูแลหนี้สินส่วนที่มีความจำเป็นในชีวิตได้เรียบร้อยแล้ว ขั้นตอนต่อมาส่วนที่ไม่มีความจำเป็น ไม่ว่าจะมันจะมีมูลค่าสูงแค่ไหน เราก็จะสามารถจัดการมันได้ เราได้เอาชนะพิชิตหนี้ได้อย่างเต็มภาคภูมิ ณ ที่นั้น มันจะเกิดปิติอย่างที่สุด เหมือนขึ้นสวรรค์ พร้อมกับปฏิญาณกับตัวเองว่า ข้าพเจ้าจะไม่ก่อหนี้ อีกแล้ว! และพูดได้เต็มปากว่า “ขอบคุณนะ ฉันทมีอิสรภาพทางการเงินเรียบร้อยแล้ว”

## ขั้นตอนที่ ๑๐ เปลี่ยนพฤติกรรมมาเป็นนักออมมืออาชีพ

“การออม” คือสิ่งหนึ่งที่จะช่วยทำให้ใช้หนี้ได้สำเร็จ วิธีของเราคือ เงินเดือนออกมากันเป็นเงินออมไว้เลยก้อนหนึ่งเท่ากันทุกเดือน จากนั้นจึงค่อยนำเงินที่เหลือมาเฉลี่ยใช้จ่าย วางกระปุกหม้อออมสินไว้หลาย ๆ ที่มีโอกาสเมื่อไรก็หย่อน มีเงินเหลือจากซื้ออะไรก็หย่อน ถึงจะวันละ ๑ บาท เดือนหนึ่ง ปีหนึ่งก็ได้หลายบาทพอเปิดกระปุกมาอาจร้องว้าว! เลยกี่ได้ แล้วหยุดสักทีกับพฤติกรรมการใช้จ่ายเกินตัว ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย จำไว้ว่าเรากำลังหาเงินใช้หนี้ อะไรประหยัดได้ อะไรออมได้ให้ทำ ไว้หมดหนี้ก่อนค่อยว่ากัน

การเป็นหนี้ไม่ใช่สิ่งต้องห้าม แต่ต้องทำด้วยความรู้ความเข้าใจและทำอย่างเป็นประโยชน์ คุ่มค่า ไม่ใช่เป็นหนี้เพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง หรือเห่อตามกระแสสังคม การเป็นหนี้มัน เดียวนี้เป็นกันง่าย ๆ แต่การจะหมดหนี้มันไม่ใช่เรื่องง่ายเลย เพราะธรรมชาติของมนุษย์นั้น ไม่รู้จักพอ หากไม่รู้จักข่มใจ ก็จะมีเรื่องให้เรา ได้ใช้จ่ายได้อย่างไม่มีวันหมด

**หลักการง่าย ๆ จำไว้ให้ขึ้นใจ**

**หากยังไม่พร้อม ต้องไม่สร้างหนี้**

## | แผนการสอน |

| เวลา    | เนื้อหา   | วัตถุประสงค์รายวิชา   | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ                      | วัสดุ/อุปกรณ์  |
|---------|---|---|--|---------------------------|--|
| ๔๕ นาที | ๑. ทำความเข้าใจ<br>สิ่งที่ไม่พึงต้องรับ<br>พฤติกรรมทาง<br>การเงิน | ๑. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเกิดการ<br>ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้จ่าย<br>ทางการเงิน เพื่อเตรียมความ<br>พร้อมในการชำระหนี้<br>๒. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีความ<br>ความเข้าใจในเรื่องเทคนิคการปรับ<br>พฤติกรรมการเงินสู่การลดหนี้<br>และปลดหนี้ให้สำเร็จ | ๑. วิทยากรกล่าวทักทายแล้วพูดนำว่า “ผู้เข้าประชุมทุกท่าน<br>การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเงินของแต่ละคนไม่ใช่เรื่องง่าย<br>บางท่านอาจคิดว่าจะปรับทำไม่ในเมื่อทำได้ดียวอยู่แล้ว หรือ<br>บางท่านคิดว่า เปลี่ยนไม่ได้แล้ว ทำไม่ได้หรอก ลองเปิดใจ<br>และค่อยๆ คุไปพร้อม ๆ กัน ว่าการปรับพฤติกรรมนั้น ไม่ได้<br>ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตแบบกะทันหัน และปลายทางยัง<br>ทำให้เราเหลือเงิน และหมดหนี้ได้อีกด้วย สำหรับคนที่เข้าหนี้”<br>๒. วิทยากรกล่าวบรรยายในหัวข้อเรื่อง “การปรับเปลี่ยน<br>พฤติกรรมการใช้จ่ายทางการเงิน เพื่อเตรียมความพร้อมใน<br>การชำระหนี้” โดยมีรายละเอียดสำคัญ ดังนี้<br>๒.๑ การให้ความสำคัญกับเงินจำนวนน้อย ๆ<br>๒.๒ ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตและไลฟ์สไตล์ของตัวเอง<br>๒.๓ แก้นิสัยการตอบสนองความต้องการตลอดเวลา<br>๒.๔ จัดบันทึกค่าใช้จ่าย<br>๒.๕ ปรับเปลี่ยนวิธีการใช้จ่ายเพื่อให้มีเงินเหลือใช้<br>๒.๖ แบ่งเงินมาออมอย่างจริงจัง | Power point<br>คลิปวิดีโอ | <ul style="list-style-type: none"> <li>• คอมพิวเตอร์</li> <li>• เครื่องฉาย</li> <li>• ไมโครโฟน</li> <li>• สายต่อพ่วงทั้ง<br/>สายภาพและ<br/>เสียง</li> <li>• บล๊อคยาวต่อพ่วง<br/>มากกว่า ๑ ตัว</li> </ul> |

| เวลา   | เนื้อหา   | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|--|---|---------------------|--|------|---------------|
| ๔๕ นาที                                      | ๒. เรื่องเทคนิคการปรับพฤติกรรมการเงินสู่การลดหนี้ และการลดหนี้ให้สำเร็จ |                     | ๒. วิชยากรกล่าวบรรยายในหัวข้อเรื่อง “เทคนิคการปรับพฤติกรรมการเงินสู่การลดหนี้ และปลดหนี้ให้สำเร็จ” มีขั้นตอนดังนี้<br>ขั้นตอนที่ ๑ ต้องมีความมุ่งมั่นตั้งใจ<br>ขั้นตอนที่ ๒ รวบรวมหนี้สินที่มีออกมาทั้งหมด<br>ขั้นตอนที่ ๓ ทิ้งงบประมาณการรายได้ที่เข้ามา<br>ขั้นตอนที่ ๔ ทหารายได้พิเศษ/อาชีพเสริม<br>ขั้นตอนที่ ๕ หนุ่ดก่อนหนี้เพิ่ม<br>ขั้นตอนที่ ๖ รััดเข็มขัด ใช้จ่ายเท่าที่จำเป็น<br>ขั้นตอนที่ ๗ เปลี่ยนเป็นคนใหม่ใส่ใจสุขภาพ<br>ขั้นตอนที่ ๘ เจริญกับเจ้าหนี้และจัดการหนี้สินที่มีความจำเป็น<br>ขั้นตอนที่ ๙ สามารถจัดการหนี้สินส่วนที่จำเป็นได้<br>ขั้นตอนที่ ๑๐ เปลี่ยนพฤติกรรมมาเป็นนักออมมีอาชีพ |      |               |
| รวมเวลาบรรยายทั้งสิ้น ๑.๓๐ ชั่วโมง (๙๐ นาที) |   |                     | ๓. วิชยากรกล่าวสรุปการบรรยาย พร้อมตอบข้อซักถาม   |      |               |

## | สังเขปวิชา |

## ๕ การส่งเสริม การออม

## | คำอธิบายรายวิชา: |

เนื้อหาเน้นการบรรยาย ถ่ายทอดความรู้การสร้างแรงบันดาลใจในการออม โดยการยกเรื่องราวต่าง ๆ เกี่ยวกับการออม ของพระมหากษัตริย์นักออมเงิน กรณีศึกษา ผู้ที่ออมจนเป็นกระแสโด่งดังในโลกโซเชียล พร้อมทั้งข้อคิดที่ได้จากเรื่องนั้น ๆ ให้ผู้เข้าอบรมได้รับรู้ และแลกเปลี่ยนประสบการณ์เพื่อให้เห็นถึงแนวทางการออมเงิน และการตั้งคำถามประกอบสื่อกับผู้เข้าอบรม พร้อมทั้งสอดแทรกเทคนิคการทลายใจกรู๊ปเลือดกับนิสัยการออม มาใช้ในการอบรม เพื่อสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ได้มากขึ้น

## | วัตถุประสงค์: |

เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้เรียนรู้ถึงหลักการส่งเสริมการออมและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ทั้งกับผู้เข้าอบรมด้วยกันเองและกับวิทยากร ซึ่งสามารถนำไปเป็นแนวทางในการออมในชีวิตประจำวันได้

## | ประเด็นเนื้อหาการเรียนรู้: |

๑. พระมหากษัตริย์นักออมเงิน
๒. การส่งเสริมการออม
๓. กรู๊ปเลือดกับนิสัยการออม
๔. เรียนรู้ผ่านกรณีศึกษา เรื่องใกล้ไม่ใกล้ตัว “ออมเงิน ใคร ๆ ก็ทำได้”, สูดยอดข่าวสร้างแรงบันดาลใจ
๕. ๗ ไอเดียใช้เงินให้มีเงินออม , ๔ สัญญาณที่บอกว่าเงินออมของเรากำลังวิกฤต,  
๕ เหตุผลที่คุณควรมีเงินออมฉุกเฉิน

| ระยะเวลา: | ๒ ชั่วโมง (๑๒๐ นาที)

## | วิธีการ/เทคนิค: |

๑. การบรรยาย
๒. การตั้งคำถามเพื่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์
๓. การเสริมความชัดเจนของเนื้อหาด้วยสไลด์ กรณีศึกษา และคลิป
๔. การเติมเต็มให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะ

## | สื่อ/วัสดุ/อุปกรณ์: |

๑. สไลด์ PPT
๒. กรณีศึกษา
๓. กระดาษฟลิปชาร์ตพร้อมปากกาเคมี
๔. คลิป VDO

## | การประเมินผล: |

๑. การสังเกตพฤติกรรม
๒. การประเมินการถ่ายทอด
๓. การประเมินรายวิชา

## | เนื้อหาวิชา |

### ๕ การส่งเสริม ๕ การออม

#### | พระมหากษัตริย์นักออมเงิน |

พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ทรงเป็นแรงบันดาลใจของพสกนิกรชาวไทย ในหลาย ๆ เรื่อง และหนึ่งในสิ่งที่ทุกคนให้การยกย่องพระองค์เป็นต้นแบบ ก็คือ การเป็น "พระมหากษัตริย์นักออมเงิน" ซึ่งเป็นพระราชจริยวัตรที่พระองค์ทรงปฏิบัติให้เห็นเป็นแบบอย่างเป็นประจำเสมอมา ตามแนวที่สมเด็จพระย่าทรงสั่งสอน โดยเป็นแนวคิดง่ายๆ เกี่ยวกับวิธีการออมและการลงทุนที่ทุกคนสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้เหมาะสม เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและครอบครัว ดังพระราชดำรัสเมื่อวันที่ ๕ เมษายน ๒๕๕๙ ณ อาคารเฉลิมพระเกียรติ โรงพยาบาลศิริราช ดังนี้



**...การประหยัดอดออม...**  
**เป็นรากฐานในการสร้างตัว สร้างฐานะของบุคคล**  
**ตลอดจนความเจริญมั่นคง**  
**...ของสังคมและชาติบ้านเมือง...**

- พระราชดำรัส พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช -  
 ณ อาคารเฉลิมพระเกียรติ โรงพยาบาลศิริราช วันที่ ๕ เมษายน ๒๕๕๙

WWW.KAPOOK.COM

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงสอนพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ในเรื่องการบริหารเงิน โดยสรุปเป็น ๕ เรื่องของพระมหากษัตริย์นักออมเงิน ได้ดังนี้

### ๑. สมเด็จพระเจ้าทรงปลูกฝังวิธีการจัดการเงิน

เรื่องเงินเป็นเรื่องที่ต้องสอนและได้รับการปลูกฝังมาตั้งแต่เด็ก สมเด็จพระเจ้ามีวิธีการสอนอย่างไร เพื่อให้เป็นพระมหากษัตริย์นักออมเงิน ติดตามจากหนังสือ “สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีกับการพัฒนาคุณภาพประชากร” สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอเจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา ทรงมีพระดำรัสตั้งข้อความในหนังสือความว่า

ในการประหยัดนั้น ก็ได้จัดให้มีเงินค่าขนมหรือพอกเก็ดมันนี่ ท่านเองเคยได้รับสัปดาห์ละครั้งและเดือนละครั้ง ท่านสังเกตแล้วว่า สัปดาห์ละครั้งดีก็ว่ามาก เพราะว่าเดือนละครั้งขาดทุนได้น้อยกว่าต่อปี (1) (ผู้ฟังหัวเราะ) ท่านก็เลยมาให้ลูกๆ ท่านสัปดาห์ละครั้ง ตามอายุและก็ได้ไม่มากนัก พอที่จะซื้อขนมพวกลูกกวาดหรือช็อคโกแลต แต่อาจจะซื้อหนังสือหรือของเล่น ซึ่งของพวกนี้ต้องซื้อเอง เพราะของเล่นนั้น ส่วนมากแล้วแม่จะไม่ได้ซื้อให้ เว้นแต่ปีละ 2 ครั้ง คือ ในวันปีใหม่และวันเกิด จะได้ของเล่นที่สำคัญและใหญ่โต เราอยากได้อะไรก็ขอไป บอกว่าอยากได้ของเล่นพวกนี้ ท่านก็บอกว่าถึงวันเกิดจะซื้อให้ จะไม่ซื้อพร่ำเพรื่อ แต่ของเล็กๆ น้อยๆ นั้น เราจะต้องซื้อเองและท่านก็สอนให้เอาเงินไปฝากธนาคาร เมื่อมีจำนวนพอแล้ว

(1) สมัยที่แม่ได้รับทุนของสมเด็จพระพันวัสสาฯ ไปเรียนที่สหรัฐอเมริกาในปี พ.ศ. 2480 และพักอยู่กับครอบครัวอดัมสัน (Adamsen) ที่เมืองเบิร์กลีย์ (Berkeley) แม่ควรได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวสัปดาห์ละ 1 เหรียญ แต่มีสลิปอดัมสัน ให้แม่ 4 เหรียญต่อเดือน ปีหนึ่ง แม่จึงได้ 48 เหรียญ หากแม่ได้สัปดาห์ละเหรียญ แม่จะได้รับปีละ 52 เหรียญ จึงทำให้ขาดทุนไปปีละ 4 เหรียญ

### สรุปแนวคิดด้านการเงินของสมเด็จพระเจ้า

วิธีการสอนของสมเด็จพระเจ้า เพื่อสร้างพระมหากษัตริย์นักออมเงินนั้น เป็นวิธีที่แต่ละครอบครัวควรนำมาไปปฏิบัติตามอย่างยิ่ง เพราะเป็นแนวทางที่เห็นแล้วว่าเป็นประโยชน์และทำได้จริง แนวคิดที่ได้จากเรื่องนี้ คือ

#### ๑.๑ ให้เงินรายเดือนหรือรายสัปดาห์

“ในหลวงได้เงินค่าขนมสัปดาห์ละครั้ง”

วิธีการให้เงินนั้นสำคัญ บางครอบครัวเด็กโตแล้วยังให้เงินเป็นรายวัน ทำให้เด็กไม่รู้จักวิธีแบ่งเงินไว้ใช้เพราะรู้ว่าพรุ่งก็ได้เงิน ไม่ต้องรอนาน หากเปลี่ยนวิธีการให้เงินเป็นรายสัปดาห์หรือรายเดือน เด็กจะรู้ว่าตนเองควรมีวิธีใช้เงินอย่างไร เพื่อให้มีเงินเหลือหรือเพียงพอใช้ก่อนที่จะได้รับเงินรอบใหม่

#### ๑.๒ ให้เก็บเงินสะสมซื้อของเล่นเอง

“ซื้อหนังสือหรือของเล่น ซึ่งของพวกนี้ต้องซื้อเอง เพราะของเล่นนั้นส่วนมากแล้วแม่จะไม่ได้ซื้อให้”

เด็กกับของเล่นนั้นเป็นของคู่กัน เวลาเด็กอยากได้อะไรก็ร้องบอกให้ผู้ปกครองซื้อให้ จนบางครั้งทำให้เด็กเสียนิสัย ติดวิธีการได้ของเล่นมาง่าย ๆ แล้วก็ทิ้งไปง่าย ๆ เช่นกัน เมื่อสมเด็จพระเจ้าไม่ซื้อของเล่นให้ พระองค์ก็ต้องสะสมเงินซื้อเอง หรือประดิษฐ์ของเล่นเองจากสิ่งของที่มีอยู่รอบตัว ทำให้มีความคิดต่อยอดออกไปเรื่อย ๆ จึงกระทั่งกลายเป็น “กษัตริย์นักประดิษฐ์” อีกด้วย

#### ๑.๓ ให้ของขวัญในวันพิเศษ

“ในวันปีใหม่และวันเกิด จะได้ของเล่นที่สำคัญและใหญ่โต เราอยากได้อะไรก็ขอไป บอกว่าอยากได้ของเล่นพวกนี้ ท่านก็บอกว่าถึงวันเกิดจะซื้อให้ จะไม่ซื้อพร่ำเพรื่อ”

การให้ของขวัญพิเศษไม่ควรให้พร่ำเพรื่อ เพื่อฝึกความอดทน ให้เด็กเกิดการรอคอยและเห็นคุณค่าของขวัญที่ได้รับ ดังนั้น ควรเลือกให้ของขวัญในวันพิเศษจริงๆ เท่านั้น อาจจะเป็นช่วงปีใหม่และวันเกิดก็ได้ ไม่ควรตามใจเด็กโดยการซื้อของขวัญให้บ่อยมากเกินไป จนเหมือนทุกวันเป็นวันพิเศษ

๑.๔ สอนให้ฝากเงินในธนาคาร

“ท่านก็สอนให้เอาเงินไปฝากธนาคาร เมื่อมีจำนวนพอแล้ว”

| หมายเลข                   | วันที่      | ฝาก      | ดอกเบี้ย | คงเหลือ  | บัญชี | ปี    |
|---------------------------|-------------|----------|----------|----------|-------|-------|
|                           | 1 APR-8-52  | *100.50  |          | **100.50 | A A   | 19695 |
|                           | 2 APR-3-53  |          | **2.08   | **102.50 | B D   | 19695 |
|                           | 3 FEB-4-54  |          | **2.04   | **104.54 | B A   | 19695 |
|                           | 4 APR-1-55  |          | **3.12   | **107.66 | B D   | 19695 |
|                           | 5 APR-1-55  |          | **2.08   | **106.62 | B D   | 19695 |
|                           | 6 APR-3-56  |          | **2.12   | **108.74 | B D   | 19695 |
|                           | 7 JAN-3-57  |          | **2.16   | **110.90 | B D   | 19695 |
|                           | 8 JAN-3-58  |          | **2.20   | **113.10 | B D   | 19695 |
|                           | 9 JAN-5-59  |          | **2.26   | **115.36 | B B   | 19695 |
|                           | 10          |          |          |          |       |       |
|                           | 11 M. -5-03 |          | **2.30   | **117.66 | B E   | 19695 |
|                           | 12 M. -5-04 |          | **2.34   | **120.00 | B B   | 19695 |
| <b>ธนาคารออมสินกลาง ก</b> |             |          |          |          |       |       |
|                           | 13 M. -5-05 |          | **2.40   | **122.40 | B B   | 19695 |
|                           | 14 M. -1-05 | ***50.00 |          | **172.40 | B B   | 19695 |
|                           | 15 M. -4-06 |          | **3.12   | **175.59 | B B   | 19695 |
|                           | 16 M. -7-07 |          | **3.50   | **179.09 | B D   | 19695 |
|                           | 17 M. -7-08 |          | **3.58   | **182.67 | B D   | 19695 |
|                           | 18 M. -5-09 |          | **3.64   | **186.31 | B B   | 19695 |
|                           | 19 M. -1-10 |          | **3.72   | **190.03 | B B   | 19695 |
|                           | 20          |          |          |          |       |       |
|                           | 21          |          |          |          |       |       |
|                           | 22          |          |          |          |       |       |
|                           | 23          |          |          |          |       |       |
|                           | 24          |          |          |          |       |       |

ลายมือชื่อ 1 \_\_\_\_\_  
 ลายมือชื่อ 2 \_\_\_\_\_  
 บัตร

เมื่อเก็บเงินได้ส่วนหนึ่งแล้ว ก็ต้องนำไปหาที่เก็บรักษาเงินเพื่อให้เงินเติบโต เพื่อฝึกให้เด็กทำเป็นนิสัย ซึ่งสมัยก่อนอาจจะเป็นการฝากเงินในธนาคาร แต่ปัจจุบันแตกต่างกับสมัยก่อนมาก เพราะมีสินทรัพย์ทางการเงินเกิดขึ้นมากมายให้เลือกลงทุน เมื่อเด็กเติบโตจนกระทั่งเรียนเรื่องการคำนวณเกี่ยวกับบอัตรดอกเบี้ยได้แล้ว ควรทำให้เด็กรู้ว่าที่กำลังเรียนอยู่นี้ใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง ๆ ไม่ใช่เรียนเพื่อสอบแล้วก็ลืมไปเท่านั้น

เราอาจจะนำตัวเลขในสมุดบัญชีธนาคารแบบออมทรัพย์หรือฝากประจำ แล้วก็สอนการคำนวณจากตัวอย่างจริง เพื่อให้รู้ว่าการเงินเป็นเรื่องที่อยู่ใกล้ตัวเรา

## ๒. ทรงเก็บออม เพื่อซื้อของใช้ส่วนพระองค์

- ในหลวงสนพระทัยในด้านดนตรีมาตั้งแต่ทรงพระเยาว์ พระองค์เริ่มจากเครื่องเป่า และต่อมา จึงทรงเรียนเปียโน ทรงซื้อเครื่องดนตรีชิ้นแรก คือ คลาริเน็ต เมื่อพระชนมายุ 10 พรรษา ด้วยเงินที่ทรงเก็บออมไว้ เมื่อแรกโปรดดนตรีคลาสสิก และต่อมาโปรดดนตรีแจ๊ซ
- ทรงสนพระทัยดนตรีอย่างจริงจังจรัสพระชนม์ 14-15 พรรษา ทรงซื้อแซกโซโฟนมือสองราคา 300 ฟรังก์ มาทรงหัดเล่น โดยใช้เงินสะสมส่วนพระองค์ครั้งหนึ่ง และสมเด็จพระเจ้าออกให้อีกครั้งหนึ่ง
- ตอนเรียนหนังสือที่ Swiss ในหลวงยังเล็กอยู่ เข้ามาบอกสมเด็จพระเจ้าว่าอยากได้จักรยาน เพื่อนๆ เขามีจักรยานกัน สมเด็จพระเจ้าบอกว่า “ลูกอยากได้จักรยาน ลูกก็เก็บสตางค์ที่แม่ให้ไปกินที่โรงเรียนไว้ซิ” เก็บมาหยอดกระปุกวันละเหรียญ สองเหรียญ เมื่อได้มากพอก็เอาไปซื้อจักรยาน
- พอถึงวันปีใหม่ สมเด็จพระเจ้าก็บอกว่า “ปีใหม่แล้ว เราไปซื้อจักรยานกัน” ให้แคะกระปุกดูซิว่ามีเงินเท่าไร? เสร็จแล้วสมเด็จพระเจ้าก็ถามให้ซึ่งส่วนที่ถนัดนั้นมีมากกว่าเงินในกระปุก
- กล้องถ่ายรูปกล้องแรกของในหลวง คือ Coconet Midget ทรงซื้อด้วยเงินสะสมส่วนพระองค์ เมื่อพระชนม์เพียง 8 พรรษา
- พระอัจฉริยภาพของในหลวง มีพื้นฐานมาจาก “การเล่น” สมัยทรงพระเยาว์ เพราะหากทรงอยากได้ของเล่นอะไร ต้องทรงเก็บสตางค์ซื้อเอง หรือ ทรงประดิษฐ์เอง ทรงเคยหั่นค่าขนมกับสมเด็จพระเชษฐา เพื่อซื้อชิ้นส่วนวิทยุทีละชิ้นๆ แล้วทรงนำมาประกอบเองเป็นวิทยุแล้วแบ่งกันฟัง

### สรุปแนวคิดด้านการเงิน

ของใช้ส่วนพระองค์หลายชิ้น เช่น เครื่องดนตรี กล้องถ่ายรูป จักรยาน ของเล่น ทรงซื้อจากเงินออมที่เหลือจากเงินค่าขนม หากได้รับเงินในโอกาสพิเศษจากสมเด็จพระพันวัสสาฯ พระองค์ก็ทรงเก็บสะสมไว้ สิ่งของบางชิ้นสมเด็จพระเจ้าก็ทรงช่วยโดยการสมทบเงินออมเพิ่ม เพื่อจะได้ซื้อของที่อยากได้เร็วขึ้น ซึ่งสามารถนำวิธีนี้มาประยุกต์ใช้กับตัวเราได้ คือ ซื้อของเมื่อเงินเราพร้อม เพื่อป้องกันตนเองจากสิ่งของฟุ่มเฟือยและหนี้สินพะรุงพะรัง โดยต้องมี “วินัย” ที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความตั้งใจ มุ่งมั่น เพื่อให้เกิดความคุ้มค่าและเกิดความภูมิใจในตัวเองที่สุด

การเก็บสะสมเงินนั้นเป็นกลยุทธ์ที่ยั่งยืนได้คนเดียวได้คนหลายตัว คือ

๑) รู้จักกระเป๋าทนเองว่าของสิ่งนี้จำเป็นที่จะต้องซื้อแล้วหรือยัง (การเรียงลำดับความสำคัญ)

๒) ไม่ต้องมานั่งเสียดอกเบี้ยจากการกู้ยืม (กรณีผ่อนบัตรเครดิตแล้วไม่มีเงินไปชำระหนี้)

๓) ช่วงเวลาสะสมเงินมีเวลาตัดสินใจว่า เราต้องการของสิ่งนั้นจริง ๆ หรือไม่ ไม่ใช่การซื้อเพราะอารมณ์

๔) เราอาจจะได้ของชิ้นใหม่ที่ดีและถูกกว่าเดิม เพราะแต่ละบริษัทก็ต้องผลิตแข่งกัน ช่วงเวลาสะสมเงิน

เราจะมีเวลาหาข้อมูลเพื่อประกอบการตัดสินใจซื้อมากขึ้น

## ๓. การสร้างรายได้และปลูกฝังการรู้จักให้

- แม้จะได้เงินค่าขนมทุกอาทิตย์ แต่ยังไม่ทรงรับจ้างเก็บผักผลไม้ไปขาย เมื่อได้เงินมา ก็นำไปซื้อเมล็ดผักมาปลูกเพิ่ม
- โครงการส่วนพระองค์สวนจิตรลดา เริ่มต้นมาจากโครงการทดลองเลี้ยงโคนมสวนจิตรลดา มีเงินลงทุนเริ่มต้นมาจากเงินส่วนพระองค์จำนวน 32,866.73 บาท ซึ่งได้จากการขายหนังสือ “หลักวิชาการดนตรีวิทยาคศาสตร์สากล” ซึ่งประพันธ์โดยพระเจณดุริยางค์ ต่อมาก็ค่อยๆ เติบโตเป็นโครงการพัฒนามาจนเป็นอย่างเห็นกันทุกวันนี้
- ทรงได้รับการอบรมให้รู้จัก “การให้” โดยสมเด็จพระเจ้าจะทรงตั้งกระปุกออมสินเรียกว่า “กระปุกคนจน” หากทรงนำเงินไปทำกิจกรรมแล้วมีกำไร จะต้องถูก “เก็บภาษี” หยอดใส่กระปุกนี้ 10% ทุกสิ้นเดือนสมเด็จพระเจ้าจะเรียกประชุมเพื่อถามว่าจะเอาเงินในกระปุกนี้ไปทำอะไร เช่น มอบให้โรงเรียนคนตาบอด มอบให้เด็กกำพร้า หรือทำกิจกรรมเพื่อคนยากจน

### สรุปแนวคิดด้านการเงิน

เราสามารถนำเรื่องราวนี้มาประยุกต์ใช้กับตนเองได้ในเรื่องของการสร้างรายได้ โดยเริ่มจากสิ่งเล็ก ๆ ก่อน เมื่อทำงานประสบความสำเร็จ แล้วมีกำไร ก็ค่อย ๆ ขยายให้เติบโตมากขึ้น ขณะนี้โลกออนไลน์เป็นช่องทางการสร้างรายได้ที่กว้างมากและต้นทุนต่ำมากด้วย

เคล็ดลับส่วนตัวที่เราสร้างรายได้จากโลกออนไลน์ คือ สร้างงานจากสิ่งที่ตัวเองรัก ความเชื่อ ความศรัทธา และที่สำคัญต้องเป็นตัวของตัวเอง ถ้าเรามีเป้าหมายชัดเจนว่าจะทำ ด้วยวิธีการมันก็จะตามมาเอง “คอร์สสัมมนาหรือหนังสือสอนรวย” ช่วยเราได้เพียงแนวความคิดเท่านั้น สุดท้ายก็ต้องขึ้นอยู่กับตัวเราว่าจะนำมาประยุกต์ใช้ประโยชน์ได้อย่างไร

การบริจาคหรือการให้ นั้น เป็นการช่วยเหลือ แบ่งปันผู้อื่น เพื่อเป็นประโยชน์ให้สังคมและตัวของผู้ให้เองด้วย ทำให้เราลดความเห็นแก่ตัว ลดความอยากได้ ลดความโลภ เมื่อเราบริจาคแล้ว จะทำให้ภูมิใจ เห็นรอยยิ้มของผู้รับแล้วมีความสุข ได้รับความนับถือและทำให้เรามีเงิน มีโอกาสดี ๆ เข้ามาในชีวิต

เรื่องการให้ นั้น ก็มีความสำคัญ ในสังคมจะมีแต่ผู้รับอย่างเดียวไม่ได้ จะต้องเป็นผู้ให้ด้วย เพราะคนเราไม่ได้อยู่ตามลำพัง เราให้ตามกำลังทรัพย์ที่มี และไม่จำเป็นต้องใช้เงินเสมอไป มันเป็นเรื่องง่ายๆ ที่เริ่มทำได้ เช่น ลูกให้คนแก่ คนท้องนั่ง ชะลอรถให้คนข้ามถนน อ่านหนังสือเสียงให้คนตาบอด ฯลฯ

### ๔. การประหยัด

- ช่วงเกิดสงครามโลกครั้งที่ 2 ทรงป็นจักรยานไปโรงเรียนแทนรถพระที่นั่ง
- หลอดยาสีพระทนต์ ทรงใช้จนแบนราบเรียบคล้ายแผ่นกระดาษ โดยเฉพาะบริเวณคอหลอด ยังปรากฏรอยบุ๋มลึกลงไปจนถึงเกลียวหลอด ซึ่งเป็นผลจากการกด โดยใช้ด้ามแปรงสีพระทนต์ช่วยรีดและกดเป็นรอยบุ๋ม
- ปีหนึ่งในหลวงทรงเบิกดินสอแค่ 12 แท่ง ใช้เดือนละแท่ง จนกระทั่งทุก
- ทรงรับสั่งกับข้าราชการเสมอว่า การนั่งรถคนละคันเป็นการสิ้นเปลือง ให้นั่งรวมกัน ไม่โปรดให้มีขบวนรถยนต์เหยียด
- ของใช้ส่วนพระองค์นั้น ไม่จำเป็นต้องแพงหรือต้องแบรนด์เนม ดังนั้น การถวายของให้ในหลวง จึงไม่จำเป็นต้องใช้ของแพงอะไรที่มาจากน้ำใจจะทรงใช้ทั้งนั้น
- ฉลองพระบาทเป็นรองเท้าหนังสีดำ มีสภาพชำรุดทรุดโทรมจากการใช้งานมาหลายสิบปี ภายในรองเท้าผู้ร่อนหลุดลอกหลายแห่ง ซึ่งถ้าเป็นคนทั่วไปก็อาจจะทิ้งไปแล้ว แต่พระองค์ท่านกลับทรงให้เจ้าหน้าที่นำมาซ่อมเพื่อใช้งานต่อ

เรื่องราวเหล่านี้ที่พระองค์ทรงปฏิบัติ นั้น ทำให้เราว่าการประหยัดเป็นวิธีการที่เราเริ่มทำได้ทันที โดยการใช้ของที่มีให้หมด ใช้ให้คุ้มค่าที่สุด ถ้าเราจะนำปรับใช้ เช่น

๑) เราใส่เสื้อผ้าคุ้มค่าหรือยัง ลองรื้อตู้เสื้อผ้าดูว่ามีชิ้นไหนที่ใส่ได้บ้าง ก็นำมาดัดแปลงเป็นของใหม่ หากชุดไหนใส่ไม่ได้ก็บริจาค

๒) เครื่องบำรุงผิว หลายท่านซื้อเพราะโปรโมชั่น แรงกระแทกใจ ซื้อมา ๒ แกม ๑ รีบจัดไปอย่าให้เสีย แต่รู้ไหมว่าอาจจะกลายเป็นขยะในบ้าน ใช้ไม่ทันเพราะหมดอายุไปก่อน ทางที่ดีเราควรซื้อทีละอย่างพอหมดแล้วค่อยซื้อใหม่ โปรโมชั่นนี้ซื้อไม่ทัน ก็รอรอบหน้าทีอาจจะลดราคายิ่งกว่าเดิมก็ได้

หลายครั้งที่เราใช้จ่ายซื้อของบางอย่างที่ไม่จำเป็น แล้วก็อยากซื้อเพื่อจะได้เหมือนคนอื่น แต่อย่าลืมว่าถ้าเราเลือกคบเพื่อนจากสิ่งของ ในวันที่สิ่งของเปลี่ยนไป เพื่อนจะยังอยู่กับเราหรือไม่ ลองมองอีกด้านหนึ่งว่าถ้าเราคบกันเพราะนิสัยหรือคุณค่าจากความคิดของเรา ความเป็นเพื่อนจะอยู่ยืนนานกว่า เพราะ “เปลือกไม่สำคัญเท่ากับสิ่งที่อยู่ในเปลือก”

## ๕. เงินค่าไถ่บ้านเมืองของรัชกาลที่ ๓

### ๕.๑ เริ่มต้นเงินถุงแดง

ในสมัยรัชกาลที่ ๒ ในขณะที่รัชกาลที่ ๓ ทรงเป็นพระเจ้าลูกยาเธอกรมหมื่นเจษฎาบดินทร์ ทรงทำการค้าเก่งมาก ๆ ด้วยการสร้างเรือสำเภาหลวง และเรือสำเภาส่วนพระองค์ส่งออกไปค้าขายกับเมืองจีน ร่ำรวยจนถึงขั้นที่พระราชบิดาทรงเรียกว่า “เจ้าสัว”

รัชกาลที่ ๓ กำไรที่ได้จากการค้าขาย ก็ไม่ได้ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย หรือยกให้ลูกหลานตามใจชอบ ทั้งที่พระองค์ทรงมีสิทธิ์จะทำได้ แต่ทรงนำผลกำไรที่ได้มาใส่ “ถุงแดง” แยกไว้เป็นถุง ๆ ละ ๑๐ ชั่ง ตีตราปิดปากถุงเก็บไว้ในหีบกำปั่นข้างห้องพระบรรทม ซึ่งมีจำนวนมากถึงสามหมื่นชั่ง (๒,๕๐๐,๐๐๐ ฟรังก์) เป็นเหรียญทองรูปนกของเม็กซิกัน (เป็นเงินตราต่างประเทศที่เป็นตัวกลางซื้อขายสินค้าในเมืองไทย)

มีผู้ไปกราบทูลถามว่าจะเก็บไว้ทำไม ใ้ใช้ก็ไม่ใช้ ทรงรับสั่งว่า “ส่วนหนึ่งให้เก็บไว้เพื่อเป็นทุนสำหรับสร้างและทำนุบำรุงวัดวาอารามต่าง ๆ ทั้งในและนอกพระนคร อีกส่วนหนึ่งยกให้แผ่นดินเก็บรักษาไว้ใช้ในยามจำเป็น”

เมื่อประจวบเหมาะใกล้สวรรคต ก็ยังเป็นห่วงเรื่องความสงบสุขของบ้านเมือง ถึงกับพระราชทานพระบรมราโชวาทแก่ขุนนาง ข้าราชการบริพารที่เข้าเฝ้าเป็นครั้งสุดท้ายว่า “...การที่สงครามข้างญวน ข้างพม่า ก็เห็นจะไม่มีแล้ว จะมีอยู่ก็แต่ข้างพวกฝรั่ง ให้ระวังให้ดี อย่าให้เสียที่แก่เขาได้ การงานสิ่งใดของเขาก็คิด ควรจะเรียนรู้อะไรไว้ ก็เอาอย่างเขา แต่อย่าให้นับถือเลื่อมใสไปทีเดียว...”

### ๕.๒ การออกล่าอาณานิคม

ในสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๕ ขณะนั้นฝรั่งเศสและอังกฤษ เป็นมหาอำนาจ กำลังออกล่าอาณานิคม อังกฤษได้พม่า มลายู อินเดีย ไปเรียบร้อยแล้ว ส่วนญวน (เวียดนาม) ก็ตกเป็นของฝรั่งเศส ประเทศเพื่อนบ้านของไทยตกเป็นอาณานิคมของอังกฤษกับฝรั่งเศสกันหมดแล้ว เหลือแต่ประเทศไทยที่อยู่ในภาวะเสี่ยงที่จะถูกล่าเป็นอาณานิคม มีความขัดแย้งเกี่ยวกับดินแดนของไทยกับฝรั่งเศส เกิดขึ้น จนบานปลายกลายเป็นวิกฤตการณ์ ร.ศ.๑๑๒ (พ.ศ.๒๔๓๖) ที่กรุงเทพฯ ถูกยึดครองด้วยกองเรือรบติดอาวุธของฝรั่งเศส

*ข้อเรียกร้องของฝรั่งเศส (บางส่วน)*

- ๑) ให้ไทยถอนทหารจากฝั่งซ้ายของแม่น้ำโขง (ลาว เขมร) ภายใน ๑ เดือน
  - ๒) จำนวนเงินค่าปรับไหม ๒ ล้านฟรังก์ ประมาณ ๑๕,๐๐๐ ชั่ง สำหรับใช้ทำขวัญให้คนฝรั่งเศส
  - (3) จ่ายเงิน ๓,๐๐๐,๐๐๐ ฟรังก์ เพื่อจะเป็นประกันในการที่จะใช้ค่าทำขวัญและปรับไหมนี้
- ถ้าไม่ได้เงินก็จํานำภาษาอากรในหัวเมืองพระตะบองและเสียมราฐแทน

*ไทยยอมรับเงื่อนไข*

ประเทศไทยจะต้องให้คำตอบกับฝรั่งเศสภายใน ๔๘ ชั่วโมง หากไม่ทำตามนี้ กระสุนจากปืนใหญ่บนเรือรบ ๓ ลำที่ทันสมัยที่สุดจะบุกเข้ามาในแม่น้ำเจ้าพระยา จะสั่งให้ระดมยิงเข้าไปในพระที่นั่งจักรีมหาปราสาท และฝรั่งเศสจะนำเรือมาปิดปากอ่าวไทย

หลังจากใช้วิธีเจรจาทางการทูต ๒ เดือนกว่า ไม่เป็นผล รัชกาลที่ ๕ ทรงเห็นว่าไม่มีทางออกแล้ว เพื่อรักษาอธิปไตยและลดการสูญเสียเลือดเนื้อ จึงทำตามเงื่อนไขของทางฝรั่งเศส ดังนี้

๑) ถอนทหารออกจากดินแดนฝั่งซ้ายแม่น้ำโขง

๒) จ่ายเงินมัดจำ ๓ ล้านฟรังก์ แบ่งออกเป็น ๒ ส่วน คือ เงินในท้องพระคลัง (เงินถุงแดง) มูลค่า ๒,๕๐๐,๐๐๐ ฟรังก์ นำไปมอบให้ฝรั่งเศส ณ เรืออาลูเอตต์ และเงินที่เหลืออีก ๕๐๐,๐๐๐ ฟรังก์ จ่ายเป็นเช็ค โดยไทยสั่งให้ธนาคารฮ่องกงและเซี่ยงไฮ้ส่งจ่ายธนาคารเมืองไซ่ง่อน

ที่มา: หนังสือวิกฤตการณ์สยาม ร.ศ.๑๑๒

เมื่อไทยทำตามเงื่อนไขของฝรั่งเศสแล้ว การเจรจาทางการทูตก็ดำเนินการต่อไปได้ ผลจากเหตุการณ์นี้ทำให้ไทยเสียดินแดนฝั่งซ้ายของแม่น้ำโขงให้ฝรั่งเศส นำเงินถุงแดงรวมกับเงินส่วนพระองค์และพระบรมวงศานุวงศ์ ข้าราชการบริวาร เพื่อมาไถ่บ้านเมือง โดยหม่อมเจ้าหญิงพูนพิสมัย ดิศกุล ทรงนิพนธ์ไว้ในเรื่อง “เหตุการณ์ ร.ศ.๑๑๒ และเรื่องเสียเขตแดนใน ร.๕” มีว่า

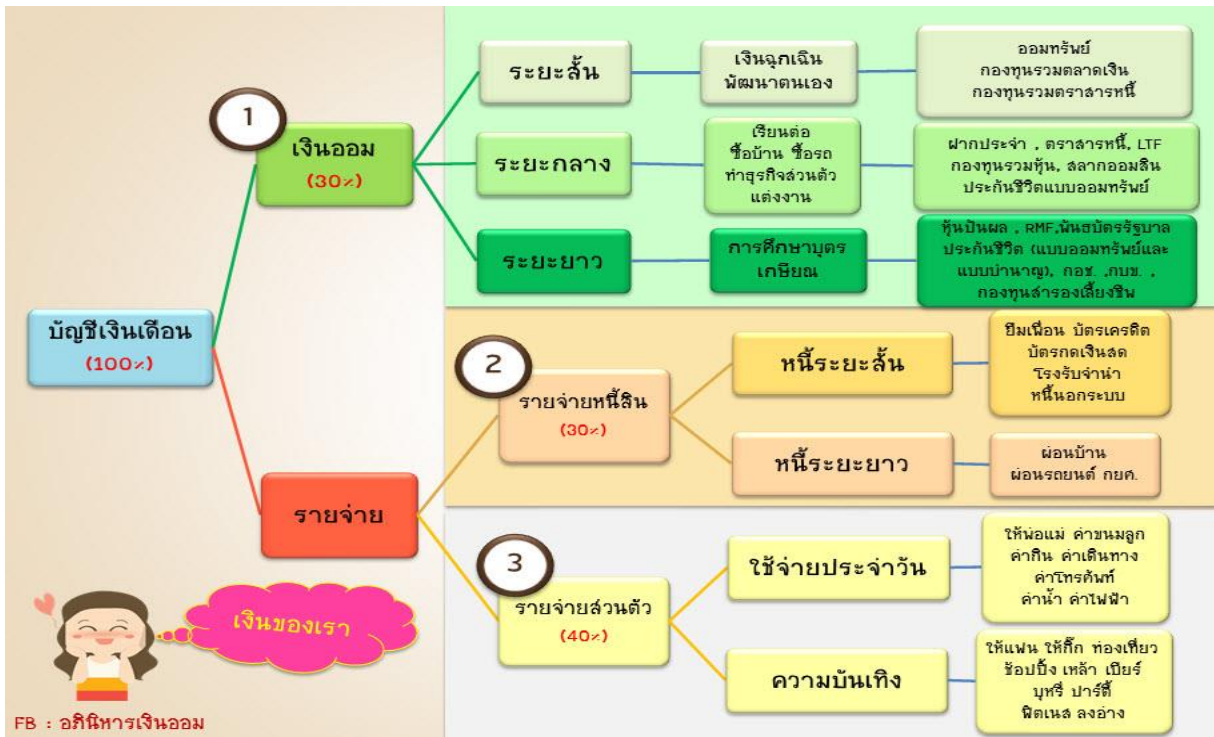
...ฝรั่งเศสไม่ต้องการให้ไทยจ่ายค่าเสียหายเป็นธนบัตร หากว่าต้องการเป็น “เงินจริงๆ” คราวนี้ก็ต้องเทกองกันหมด เงินถุงแดงข้างพระที่นั่งที่พระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 3 ทรงเก็บไว้ ด้วยมีพระราชดำรัสว่า “เอาไว้ถ้าย้ายถ่ายเมือง” ก็ได้ใช้จริงคราวนี้ ผู้ใหญ่เลว่าเจ้านายในพระราชวังเอาเงินถวายเป็นเงินเกลี้ยง ใส่ถุงจนออกจากในวังทางประตูต้นสน ไปลงเรือทางท่าราชวรดิฐกันทั้งกลางคืนกลางวัน...

### สรุปแนวคิดด้านการเงิน

ถ้านับตั้งแต่ปีที่รัชกาลที่ ๓ ทรงสวรรคตเมื่อปี ๒๓๙๔ จนถึงปีที่นำเงินถุงแดงออกมาใช้ไถ่บ้านเมือง ในรัชกาลที่ ๕ ในปี ๒๔๓๖ จะเห็นว่าเงินถุงแดงเก็บไว้เป็นเวลากว่า ๔๒ ปี จากเหตุการณ์นี้ ทำให้เรารู้ว่า ช่วงเกิดวิกฤต เราจะต้องช่วยเหลือตนเอง (ตอนนั้นไม่มีประเทศไหนยื่นมือเข้ามาช่วยเหลือไทยเลย) และจะต้องเก็บเงินฉุกเฉินไว้ด้วย

วิธีการกันเงินไว้ใช้ในยามจำเป็นของรัชกาลที่ ๓ โดยแบ่งเงินแยกไว้ต่างหาก จะใช้ก็ต่อเมื่อเกิดเหตุการณ์จำเป็นเท่านั้น จึงคล้ายกับวิธีการแบ่งกระเป๋าเงินออมตามเป้าหมาย เพื่อความมีระเบียบในการใช้เงิน จากเรื่องนี้ เราจะเห็นชัดเจนเลยว่า การแบ่งรายได้จากการค้าขายหรือแบ่งเงินเดือนมาออมนั้นสำคัญมาก ๆ เพราะเราไม่รู้ว่าวิกฤตจะเกิดขึ้นเมื่อไหร่ การมีเงินฉุกเฉินไว้ก็จะทำให้แบ่งเบาความรุนแรงของวิกฤตนั้นลงได้บ้าง

ตัวอย่าง การแบ่งกระเป๋าเงินออมในชีวิตจริงของเรา อาจจะแบ่งมากหรือน้อยกว่านี้ได้ ขึ้นอยู่กับเป้าหมายที่วางแผนไว้ เคล็ดลับทำให้สำเร็จ คือ การแบ่งสัดส่วนเงินไว้อย่างชัดเจน



ที่มา: ๑) [www.dhammathai.org/king-rama9/เรียนรู้หลักการบริหารเงิน-จากพระมหากษัตริย์นักออมเงิน](http://www.dhammathai.org/king-rama9/เรียนรู้หลักการบริหารเงิน-จากพระมหากษัตริย์นักออมเงิน)

๒) <https://aommoney.com/stories/pajaree/พระมหากษัตริย์นักออมเงิน14069#j92e5ori66>

## การส่งเสริมการออม

### ๑. ความหมายของการออม

เงินออม หมายถึง ส่วนของรายได้ที่เหลืออยู่ หรือที่กันเอาไว้ไม่นำมาใช้จ่ายในการบริโภคและอุปโภคในปัจจุบัน โดยมีจุดประสงค์เพื่อเก็บไว้ใช้จ่ายในอนาคต เช่น ในยามป่วยไข้ เมื่อแก่ชราหรือลงทุน เป็นต้น ถ้าเก็บไว้กับตัวเองเฉย ๆ เช่น ใส่ตูมฝังดินไว้ หรือเก็บใส่ตู้เงินไว้ เงินจำนวนนี้จะไม่หมุนเวียนในระบบเศรษฐกิจจนกว่าจะได้มีการนำมาใช้จ่ายเกิดขึ้น เงินออมไม่จำเป็นต้องถูกเก็บไว้เฉย ๆ เสมอไป เพราะนอกจากจะไม่ให้ประโยชน์ออกเลยแล้วยังอาจจะขาดทุนอีกด้วย ในภาวะเงินเฟ้อ เงินที่เก็บอยู่เฉย ๆ จะมีค่าน้อยลงไปทุกที เมื่อราคาของสินค้าและบริการสูงอยู่ตลอดเวลา อำนาจของเงินจะลดลงเรื่อย ๆ เป็นอัตราส่วนกลับกับอัตราเงินเฟ้อ คนในสมัยนี้ เมื่อรายได้มากกว่ารายจ่ายและมีเงินออม จึงไม่นิยมเก็บใส่ไหฝังดินไว้หรือเก็บใส่ไว้ใต้หมอนอีกต่อไป แต่หาทางทำให้เงินออมนั้นเกิดประโยชน์ อาจจะด้วยการนำไปฝากไว้กับสถาบันการเงิน ผู้ฝากเงินจะได้รับผลตอบแทนเป็นดอกเบี้ยและสถาบันการเงินที่รับฝากเงินจะนำเงินนั้นไปให้ผู้ลงทุนหรือผู้ประกอบการต่อไป บางครั้งจึงเรียกการนำเงินออมไปฝากสถาบันการเงินว่า เป็นการลงทุนทางอ้อม ในบางกรณีผู้มีเงินออมอาจจะทำการลงทุนเพื่อประกอบธุรกิจเองก็ได้ ในกรณีนี้ถือเป็นการลงทุนทางตรง

## ๒. วัตถุประสงค์ของการออม

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
|  <p><b>ออม</b><br/><b>เพื่อการฉุกเฉิน</b></p> <p>ควรมีจำนวนเท่ากับรายจ่ายประจำ 6 เดือน เพื่อเก็บไว้ใช้ในกรณีเจ็บป่วย หรือมีเหตุให้ต้องใช้เงินก้อนอย่างเร่งด่วน</p> |  <p><b>ออม</b><br/><b>เพื่อเติมฝัน</b></p> <p>เป็นการออมระยะสั้นถึงปานกลาง 1-5 ปี เพื่อนำไปใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการ เช่น ห้องเที่ยว ชื้อของที่ชอบอยากได้ หรือบริจาคเพื่อสังคม</p> |  <p><b>ออม</b><br/><b>เพื่อวัยเกษียณ</b></p> <p>เป็นการออมระยะยาวเพื่อใช้จ่ายเมื่อพ้นวัยทำงาน และมีเพียงพอสำหรับการดูแลสุขภาพ ทำกิจกรรมเพื่อความสุขในชีวิตและลดภาระของลูกหลาน</p> |  <p><b>ออม</b><br/><b>เพื่อการลงทุน</b></p> <p>เป็นการนำเงินออมไปลงทุนให้เงินงอกเงย เช่น ซื้อพันธบัตร กองทุนรวม หุ้น ฯลฯ ซึ่งควรเลือกการลงทุนที่เหมาะสมภายใต้ความเสี่ยงที่ยอมรับได้</p> |
|---|---|--|--|

## ๓. หลักการออม

๓.๑ ผู้บริโภคส่วนมากมีความคิดที่จะออมทรัพย์เพื่อไว้ใช้จ่ายในอนาคตแต่มีเฉพาะบางคนเท่านั้นที่สามารถจะทำการออมทรัพย์ดังที่ตนปรารถนาได้ ฉะนั้น ผู้บริโภคควรจะต้องรู้จักวิธีการออมทรัพย์ที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและต่อระบบเศรษฐกิจส่วนรวม ซึ่งผู้บริโภคจะต้องปฏิบัติตามหลักการออมทรัพย์ ๓ ประการ ดังนี้

- รู้จักเพิ่มพูนรายได้ ผู้บริโภคต้องมีความกระตือรือร้น ขยันขันแข็ง มานะอดทนในการประกอบอาชีพ รู้จักหาทางเพิ่มพูนรายได้ตลอดเวลา เพราะโดยทั่ว ๆ ไปแล้ว ผู้ที่มีรายได้มากย่อมมีโอกาสออมทรัพย์ได้มากกว่าผู้ที่มีรายได้น้อย
- รู้จักใช้จ่ายเงินอย่างประหยัดและฉลาด ผู้บริโภคควรจะได้มีการวางแผนการใช้จ่ายเงินและปฏิบัติตามแผนอย่างมีประสิทธิภาพนอกจากนี้ยังจะต้องฝึกให้สมาชิกในครอบครัวรู้จักการใช้จ่ายเงินและประหยัดจนเป็นนิสัยและมีความตั้งใจแน่วแน่ที่จะทำการออมทรัพย์ หากทำได้เช่นนี้แล้วครอบครัวก็จะมีเงินออมไว้ใช้จ่ายในอนาคตตามต้องการ
- รู้จักสงเคราะห์ผู้อื่นหรือสังคมเท่าที่จำเป็น ทั้งนี้เพราะผู้บริโภคทุกคนต่างก็เป็นส่วนหนึ่งของสังคม ทุกคนก็ควรจะมีรายได้เพื่อสังคมบ้างตามความจำเป็น เช่น เพื่อการกุศล ได้แก่ งานศพ งานบวชนาค ช่วยผู้ประสบอุทกภัย เป็นต้น หรือเพื่อสาธารณประโยชน์ ได้แก่ ออมเงินซ่อมถนนหรือชอยเข้าหมู่บ้าน ออกเงินซื้อเครื่องดับเพลิง เป็นต้น

## ๔. ปัจจัยที่มีผลต่อการออม

๔.๑ รายได้ เป็นปัจจัยสำคัญที่จะกำหนดขีดความสามารถในการออมทรัพย์ของผู้บริโภคโดยปกติ ผู้มีรายได้อ่อนมีเงินเหลือและออมได้มากกว่า ผู้ที่มีรายได้น้อย

๔.๒ ค่าใช้จ่าย เป็นปัจจัยสำคัญอีกอันหนึ่งในการกำหนดขีดความสามารถในการออมทรัพย์ ค่าใช้จ่ายของผู้บริโภคแต่ละคน หรือแต่ละครอบครัวขึ้นอยู่กับนิสัยการใช้จ่าย จำนวนสมาชิกในครอบครัว สุขภาพของคนในครอบครัวโดยทั่วไปแล้ว ถ้าบุคคลหรือครอบครัวใดมีค่าใช้จ่ายมาก จะทำให้มีเงินเหลือน้อยและออมทรัพย์ได้น้อย

๔.๓ สถาบันการลงทุน สถาบันอำนวยความสะดวกแก่ผู้ออมทรัพย์มากขึ้นเพียงใด หากให้บริการดี มีความมั่นคงสูง ก็จะเป็นแรงจูงใจให้มีผู้ออมทรัพย์มากขึ้น

๔.๔ อัตราดอกเบี้ยถ้าหากอัตราดอกเบี้ยเงินฝากสูง ก็จะเป็นแรงจูงใจให้ผู้บริโภคลดการใช้จ่ายลง และนำเงินมาออมทรัพย์มากขึ้น

๔.๕ โอกาสในการลงทุน ถ้ามีโอกาสมากในการลงทุนและมีผลตอบแทนดี ก็จะเป็นการจูงใจให้มีการออมมากขึ้น

๔.๖ ขนบธรรมเนียมประเพณีบางอย่างมีอิทธิพลต่อการใช้จ่ายและการออมทรัพย์ได้มากเช่นกัน ขนบธรรมเนียมประเพณีบางอย่าง ทำให้มีการใช้จ่ายเงินกันมา เช่น งานบวช งานศพ งานแต่งงาน ในบางท้องถิ่นมีการแข่งขันกันมาก ต้องจัดงานเลี้ยงหลายวัน มีมหรสพ เลี้ยงกันทั้งหมู่บ้านใช้จ่ายเงินที่เก็บหอม รอมริบมาหลายปีจนหมด บางรายถึงกับต้องเป็นหนี้เป็นสินไปอีกนาน

## ๕. ประโยชน์ของการออม

### ๕.๑ ประโยชน์ต่อตนเอง

- มีความอบอุ่นใจและไม่มีความกังวลใจเรื่องต่าง ๆ สามารถเตรียมพร้อมมีเหตุการณ์ฉุกเฉิน ทำให้มีสุขภาพจิตดี

- ผู้บริโภคอาจใช้เงินซื้อสิ่งของที่มีมูลค่าสูง และมีคุณภาพดี มาใช้ตามความพอใจได้

- เป็นการสร้างความมั่นคงในการดำเนินชีวิตและครอบครัว

- สามารถนำเงินไปลงทุนในกิจการ เพื่อให้เกิดรายได้เพิ่มเติมขึ้นได้

### ๕.๒ ประโยชน์ส่วนรวม

- เพื่อให้เกิดการลงทุนเพิ่มขึ้น เพราะสถาบันการเงินที่ผู้บริโภคเอาเงินไปฝากนั้น จะนำไปให้พ่อค้าแม่ค้าและนักธุรกิจเพื่อเอาไปลงทุนอีกต่อหนึ่ง เมื่อผู้บริโภคออมทรัพย์มาก ปริมาณการลงทุนก็มากด้วย

- เมื่อมีการลงทุนเพิ่มขึ้น ประชาชนก็มีงานทำ มีรายได้มากขึ้น มาตรฐานการดำรงชีพของประชาชนจะดีขึ้น

- เมื่อประชาชนมีความกินดีอยู่ดีแล้ว เศรษฐกิจและสังคมของประเทศจะดีขึ้น

- ทำให้เกิดความสมดุลทางการค้า และการชำระเงินกับต่างประเทศ เพราะสามารถผลิตสินค้าเพื่อส่งไปขายต่างประเทศได้มากขึ้น และมีความจำเป็นต้องซื้อจากต่างประเทศน้อยลง

## ๖. สัดส่วนที่เหมาะสมในการออม

โดยทั่วไปควรออมเงินประมาณ ๑ ใน ๔ ของรายได้แต่ละเดือน อย่างไรก็ตามอัตราส่วนนี้สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม ขึ้นอยู่กับรายได้ปัจจุบันและแผนทางการเงินที่วางไว้ เช่น หากเรามีแผนที่จะใช้เงินก้อนใหญ่ในระยะเวลานี้ใกล้ อาจจำเป็นต้องออมเงินมากกว่า ๑ ใน ๔ เพื่อให้เราถึงเป้าหมายทางการเงินเร็วขึ้น แต่ถ้าเรามีรายได้น้อยและหนี้สินเยอะ ก็อาจลดการออมลง เพื่อนำเงินจำนวนนี้ไปทยอยผ่อนชำระหนี้สินที่มีให้หมดก่อน แล้วค่อยออมเพิ่มขึ้น เป็นต้น

## | ๗ ไอเดียใช้เงินให้มีเงินออม |

**ออมเงินเหรอ? ทุกวันนี้แค่ใช้ต่อเดือนยังไม่พอเลย!!!**

ไหนจะค่าบ้าน ค่ารถ ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าโทรศัพท์ แถมบางคนยังมีค่าเทอมลูกอีก แล้วจะเอาเงินที่ไหนมาออม หลายคนคิดว่าการออมเงินคือการเปิดบัญชีและเอาเงินเข้าไปฝากกับธนาคารเท่านั้น แต่ที่จริงแล้วการออมเงินเกิดได้ตลอดเวลา เพราะหัวใจของการออมเงินคือ การใช้เงินอย่าง “ชาญฉลาด” หรือพูดง่ายๆ ก็คือ ถ้าใช้เงินให้ดีก็ออมเงินได้แล้ว แล้วเราต้องใช้จ่ายยังไงล่ะ? มาดูไอเดียใช้เงินแจ่ม ๆ ที่จะช่วยให้เงินในกระเป๋าของเราเต็มเร็วขึ้น

### ไอเดียที่ ๑ รู้ว่าตัวเองจ่ายอะไรไปบ้าง

สิ่งแรกที่เราต้องรู้เมื่อต้องการออมเงินคือ เราต้องรู้ว่าเงินของเราหายไปไหน เรื่องนี้ทำได้ง่ายที่สุดโดยการตั้งงบค่าใช้จ่าย ไม่ว่าจะใช้แอปพลิเคชัน, จดรายรับ-รายจ่าย, หรือจะจดลงเศษกระดาษที่อยู่ในกระเป๋าตังค์ แค่อขอให้เรารู้ว่าเราใช้จ่ายไปกับอะไรบ้างถือเป็นใช้ได้

บางคนคิดว่ารายจ่ายเล็กๆ ไม่ต้องจดก็ได้ไม่เป็นไร ขอบอกเลยว่าถ้าเป็นเรื่องเงิน ๆ ทอง ๆ แล้วไม่เป็นไรไม่ได้!!! ยิ่งเราใส่ใจสถานะทางการเงินของตัวเองมากเท่าไร เราก็ยิ่งใช้เงินน้อยลงเท่านั้น

### ไอเดียที่ ๒ อย่ารู้สึกที่เราต้องโอเคกับเรื่องเงิน

'ปลอดภัยไว้ก่อน' คำนี้ใช้ได้กับทุกเรื่อง แต่บางเรื่องของการเงินกลับเป็นเรื่องที่ควบคุมไม่ได้ก็อย่าคิดมากไป ถ้าเราไปแข่งเอาที่กับเพื่อนบ่อย ๆ เราคิดว่านิดหน่อยเอง แต่พอเอารายจ่ายทั้งหมดมารวมกันกลับเป็นรายจ่ายก้อนโตไปซะได้ ดังนั้น บางครั้งเราก็ต้องปฏิเสธบ้าง หรือเราอาจจะพาเพื่อนมาเที่ยวบ้านเราแทนไปเที่ยวที่อื่นก็เป็นอีกไอเดียที่จะช่วยเราประหยัดเงินแถมยังเพิ่มความสนิทในกลุ่มเพื่อนอีกด้วย

### ไอเดียที่ ๓ ดูให้ตีว่าอะไรคือกับดักทางการเงิน

บางครั้งแค่ 'ปลอดภัยไว้ก่อน' อาจไม่เพียงพอ แต่เราต้องรู้ด้วยว่าอะไรคือกับดักทางการเงินของเรา เราเป็นนักช้อปเพื่อระบายอารมณ์รึเปล่า? รัต้องซื้ออุปกรณ์ใหม่ ๆ ตลอดเวลา? ไม่ว่าจะจุดอ่อนของเราคืออะไรก็ตาม ให้วางแผนเตรียมรับมือกับจุดอ่อนนั้นให้ดี บางทีเราอาจลองวางแผนหาสิ่งทดแทนเพื่อลดรายจ่าย เช่น ถ้าคุณทำงานไม่ได้ถ้าไม่ดื่มลาเต้อุ่นๆ สักแก้วในตอนเช้า ก็ลองหาทางทำลาเต้ด้วยตัวเองที่บ้านแทนที่จะซื้อมาดื่มแบบนี้ก็ช่วยลดรายจ่ายแถมเพิ่มทักษะการชงกาแฟให้ตัวเองแก่ ๆ อีกด้วย

### ไอเดียที่ ๔ สร้างบัญชีต้องห้าม

คนรวยเริ่มต้นการเก็บออมเงินแล้วก็ใช้จ่ายเล็กน้อยไปกับสิ่งจำเป็น ทำให้พวกเขามุ่งมั่นเก็บออมต่อไปได้ แต่การออมแบบนี้อาจจะยากไปหน่อยสำหรับมือใหม่หัดออม ลองเริ่มต้นด้วยการโอนเงินส่วนที่ต้องการออมจากบัญชีเงินเดือนของเราไปยังบัญชีที่เราถอนออกได้ยากแทน แต่เราก็มีอีกวิธีที่น่าสนใจไม่แพ้กันนั่นก็คือการลงทุน เพราะการลงทุนจะทำให้เงินของเราออกเงยขึ้นมาในเวลาเดียวกันกับที่เราออมเงิน ยิ่งเราออมมากเงินที่เราใช้ลงทุนก็จะมากขึ้นตามไปด้วย แบบนี้สมิแต่ได้กับได้

### ไอเดียที่ ๕ จัดระเบียบชชะ

ไม่ว่าจะเป็นค่าเช่าเคเบิลทีวีหรืออินเทอร์เน็ต, โทรศัพท์, รถยนต์ หรือทุก ๆ บิลที่เราต้องจ่าย เราเข้าใจว่าการจดจำรายการและวันที่ต้องจ่ายนั้นเป็นเรื่องยุ่งยาก แต่ถ้าเราลืมจ่ายสักบิล ค่าปรับที่ต้องจ่ายก็ไม่ใช่ว่าเรื่องเล่น ๆ หากปัญหาของคุณคือ ทำยังไงก็จำไม่ได้ว่าต้องจ่ายบิลวันไหน ลองใช้วิธีหักบัญชีจ่ายอัตโนมัติดู แค่นี้เราก็จ่ายค่าบิลได้ตรงเวลาแถมก็ไม่ต้องเสียค่าปรับอีกต่างหาก

### ไอเดียที่ ๖ อย่าลืมสร้างเป้าหมายทางการเงิน

การสร้างเป้าหมายคือวิธีที่ได้ผลที่สุดในการเก็บออมเงิน เพราะมันจะช่วยให้คุณหักใจไม่ซื้อของเก๋เก๋ยีนส์ที่เราเล็งเอาไว้ หรือไม่ไปแสบเอาท์กับเพื่อน ๆ ๓ วันรวด ควรเริ่มต้นด้วยการสร้างเป้าหมายเล็ก ๆ และใช้เวลาสั้น ๆ ในการบรรลุผลสำหรับตัวเรา (เช่นภายใน ๖ เดือนต้องเก็บเงินให้ได้ ๓-๖ เท่าของเงินเดือนเป็นเงินฉุกเฉิน)

### ไอเดียที่ ๗ ไม่มีคำว่าอายุน้อยเกินไปสำหรับการเกษียณ

หลายคนคิดว่าการเกษียณเป็นเรื่องไกลตัว แต่ก็ไม่เร็วเกินไปที่จะลงทุนในกองทุนเพื่อการเกษียณ ลองคิดดูให้ดี หากเราเริ่มลงทุนตอนอายุ ๓๕ ไม่ลงทุนตอนอายุ ๒๕ ถือว่าเราเสียเวลา ๑๐ ปีที่จะรวบรวมเงินเพื่อการลงทุน นั่นมันมากกว่าพัน (และหลายพัน) บาทซะอีก ลองหาข้อมูลเกี่ยวกับกองทุนรวม RMF ที่นอกจากจะใช้เงินจำนวนไม่มากในการลงทุนแล้วยังสามารถนำไปใช้ลดหย่อนภาษีได้อีกด้วย

การออมเงินไม่ได้หมายความว่าเราต้องใช้คุปองลดราคาเพื่อซื้อของทุกอย่าง หรือใช้ชีวิตโดยปราศจากสิ่งที่เราชอบ แค่ใช้จ่ายอย่างมีเหตุผลและดูแลรายได้ให้ดี เพียงแค่นี้คุณจะสามารถมีเงินเก็บได้แบบชิล ๆ แล้ว

ที่มา: MONEY IDEAS Jul 20, 2017

## I ๘ สัญญาณที่บอกว่าเงินออมของเรากำลังวิกฤต I

### ๑. ใช้เงินเดือนชนเดือน

ผ่านต้นเดือนมาไม่กี่วัน ไม่รู้ว่าเงินเดือนของเราสูญสลายหายไปไหนหมด จากใบแบ่งคัพันที่จ่ายสนุกมือช่วงก่อนหน้า มันเหลือแค่เศษเหรียญลิ่งไปมาที่ก้นกระเป๋า รู้ชะตากรรมเลยว่าอีกครั้งเดือนที่เหลือจะต้องอาศัยมามากับน้ำเปล่าประทังชีวิตแน่ๆ

วิธีแก้อาการ : มี ๒ วิธี คือ

- ๑) จดรายจ่ายจะได้รู้ว่าเงินหายไปไหนบ้าง รู้ว่าอะไรควรซื้อ ไม่ควรซื้อหรือว่ารออีกแป็บนึงค่อยซื้อ
- ๒) แบ่งเงินออกเป็น ๓ ส่วน ตั้งแต่วันเงินเดือนออกเลยก็ได้ว่าก้อนไหนทำอะไรบ้าง คือ เงินออมหนี้สินและรายจ่ายส่วนตัว เมื่อได้รับเงินเดือนมาแล้วก็นำไปออมก่อนเลย ๑๐% ของรายได้ แต่ถ้าไม่ไหวจริง ๆ ก็ออม ๒-๓% ของรายได้ หลังจากนั้นก็จ่ายหนี้สินที่ติดค้างไว้ สุดท้ายเหลือเงินเท่าไรก็ใช้เท่านั้น แล้วก็ใช้ชีวิตตามขนาดกระเป๋าของเรา

**สมการอภินิหารเงินออม □ รายได้ - เงินออม - หนี้สิน = รายจ่ายส่วนตัว**

## ๒. ไม่มีเงินสำรอง

หากเราใช้เงินจนหมด ไม่เคยแบ่งเงินบางส่วนเก็บออมไว้เลย ถ้าวันหนึ่งเราจำเป็นต้องใช้เงินเร่งด่วน เช่น บริษัทเลิกกิจการทำให้เราตกงาน รถเสียต้องซ่อม ลูกป่วยต้องจ่ายเงินค่ารักษา ฯลฯ ถ้าไม่มีเงินออมก็ไม่พ้นการกู้ยืมเงินอย่างแน่นอน อย่าโทษเวรกรรมที่ทำให้เรื่องเลวร้ายเกิดขึ้นพร้อมกัน แต่ควรโทษตัวเองที่ไม่เคยเตรียมความพร้อมมากกว่า

**วิธีแก้อาการ :** สร้างกองทุน “เงินฉุกเฉิน” เพราะเงินส่วนนี้จะเข้ามาช่วยให้เราผ่านพ้นวิกฤตเลวร้ายออกมาได้ เราควรเก็บเงินฉุกเฉินไว้ ๓-๖ เท่าของค่าใช้จ่าย แต่ถ้าใครกังวลว่าน้อยเกินไปก็อาจจะเก็บเกินไป ๑๒ เท่าของค่าใช้จ่ายก็ได้ แล้วควรเก็บไว้ที่ที่มีความเสี่ยงต่ำเพื่อรักษาเงินต้น เช่น ออมทรัพย์ กองทุนรวมตลาดเงิน กองทุนรวมตราสารหนี้

## ๓. เริ่มหยาบคายกับคนใกล้

เมื่อไม่มีเงินออมแต่จำเป็นต้องใช้เงินเร่งด่วน หนทางแรก ๆ ที่หลายคนเลือกใช้ คือ ยืมเงินจากคนใกล้ตัว (เหยื่อของเรา คือ ญาติ เพื่อนสนิท เพื่อนร่วมงาน) มันเป็นวิธีที่ต้องใช้เครดิตความเชื่อมั่นส่วนตัวและความสัมพันธ์ระหว่างกันเป็นเดิมพัน ถ้ายืมแล้วคืนครบทุกบาททุกสตางค์ มันก็จบแบบแฮปปี้ แต่มันจะกลายเป็นโศกนาฏกรรมไปทันที ถ้ายืมแล้วหายเข้ากลีบเมฆ ไม่คืนเลย แบบนี้มีเคืองจนถึงขั้นเลิกคบกันได้ทันที

**วิธีแก้อาการ :** ถ้าต้องยืมเงินคนอื่นจริง ๆ ควรสร้างเครดิตให้ตัวเองด้วยการ “ยืมแล้วต้องคืน” ควรยืมเฉพาะช่วงที่จำเป็นจริงๆ เท่านั้น แล้วอย่าขอยืมบ่อยจนทำให้คนรอบข้างลำบากใจ

## ๔. ใช้บัตรเครดิตเงินสด

บางครั้งเรามีบัตรเครดิตด้านหันไปทางไหนก็ไม่มีใครให้ยืมเงินเลย โอ้ชีวิต!! ทำไมถึงได้โหดร้ายกับเราแบบนี้ ระหว่างที่เดินคิดวิธีหาทางออกอยู่พักใหญ่ ก็ได้ยินเสียงโฆษณาคบัตรเครดิตเงินสดดังแว่วเข้ามา คิดว่านี่แหละทางออกของเรา

แต่ว่า!! ถ้าเราจัดการหนี้ไม่ได้ ทางออกด้วยการใช้บัตรเครดิตเงินสดนี้ก็อาจจะพาเราไปสู่เส้นทางใหม่ที่หายนะกว่าเดิมกับวงจรหนี้สินก้อนโตก็ได้ เพราะบัตรเครดิตจะคิดดอกเบี้ยตั้งแต่วันที่เรากดเงินสดออกมาใช้ (คิดดอกเบี้ยร้อยละ ๒๘ ต่อปี) ดังนั้น กดเงินสดออกมาแล้วจะต้องรีบคืนหนี้ให้เร็วที่สุด ไม่งั้นดอกเบี้ยจ่ายแบ่งบานกลายเป็นภาระหนักขึ้นไปอีก

**วิธีแก้อาการ :** ต้องเปรียบเทียบที่มาของเงินสดที่นำมาใช้จ่าย ว่าแต่ละช่องทางนั้นเราเสียค่าใช้จ่ายอะไรบ้าง ตัวอย่าง เราต้องการเงินสด ๕,๐๐๐ บาท มาใช้จ่าย ๑ เดือน จากภาพเราจะเห็นว่า มี ๕ ช่องทางที่เราจะมีเงินสดมาใช้จ่าย คือ เงินออมของเรา ยืมเงินคนอื่น โรงรับจำนำ ใช้บัตรเครดิตเงินสดและการใช้บัตรเครดิตเงินสด

| เปรียบเทียบแหล่งเงินฉุกเฉิน         |         |   |                            |                             |                             |
|-------------------------------------|---------|---|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| ของเงินสด 5,000 บาท ระยะเวลา 30 วัน |         |   |                            |                             |                             |
| แหล่งเงิน                           | เงินออม | ยืมเงิน   | โรงรับจำนำ                 | บัตรเครดิตเงินสด            | บัตรเครดิต                  |
| จ่ายดอกเบี้ย                        | ไม่มี   | ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ อาจคิดดอกเบี้ยหรือไม่คิดดอกเบี้ยก็ได้ | เสียเงินเพิ่ม<br>12.50 บาท | เสียเงินเพิ่ม<br>115.07 บาท | เสียเงินเพิ่ม<br>242.69 บาท |

ที่มา : บทความชีวิตง่ายไม่มีเงินกับเงินฉุกเฉิน

## 5 เหตุผลที่คุณควรมีเงินออมฉุกเฉิน!



### ๑. เพราะชีวิตคนเราล้วนไม่แน่นอน

ชีวิตเราทุกคนนั้นเกิดมาล้วนต้องตาย แต่ความทุกข์ไม่ใช่เกิดขึ้นเมื่อเราตายไปเท่านั้น แต่มันจะทุกข์สุด ๆ ถ้าใช้เงินหมดแล้วดันไม่ตาย

“ชีวิตคนเรานั้นล้วนไม่แน่นอน”

บางครั้งเราอาจจะมีช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งที่ต้องใช้เงินอย่างเร่งด่วน ซึ่งถ้าหากไม่เตรียมตัวเผื่อไว้ก่อน เมื่อถึงตอนนั้นก็คงไม่ทันแล้ว

### ๒. ตอนช่วงเวลาสำคัญนั้นต้องใช้เงินเสมอ

แนวคิดที่ว่า “ชีวิตคนเรานั้นเงินไม่ได้สำคัญที่สุด” “เงินไม่ได้สำคัญที่สุดนะ... คิดถูกแล้ว แต่เราต้องไม่ลืมว่าทุกเวลาสำคัญของชีวิตนั้น เราต้องใช้เงินด้วยนะ”

### ๓. เราอาจเจอเหตุการณ์ความไม่สงบในประเทศ

บางครั้งประเทศของเราอาจจะเกิดเหตุการณ์

ไม่สงบบางอย่างขึ้นมา เมื่อเกิดเรื่องแล้ว อาจจะมีเหตุจำเป็นทำให้เราต้องใช้เงินฉุกเฉิน ดังนั้น ควรมีเงินออมในส่วนนี้เก็บไว้บ้าง

### ๔. ชีวิตอาเพศ ตกงานโดยไม่รู้ตัว

บางคนโชคดี ตกงานแล้วได้เงินค่าตกใจสัก ๑๐ เดือนก็ยังพอไหว แต่ที่เจอมาสำหรับบางคนนั้นวิกฤตชีวิตชัด ๆ เพราะบริษัทปิดหนีลูกน้อง แล้วถ้าเราไม่มีเงินออมฉุกเฉินไว้ จะไปหาเงินที่ไหนมาใช้จ่าย

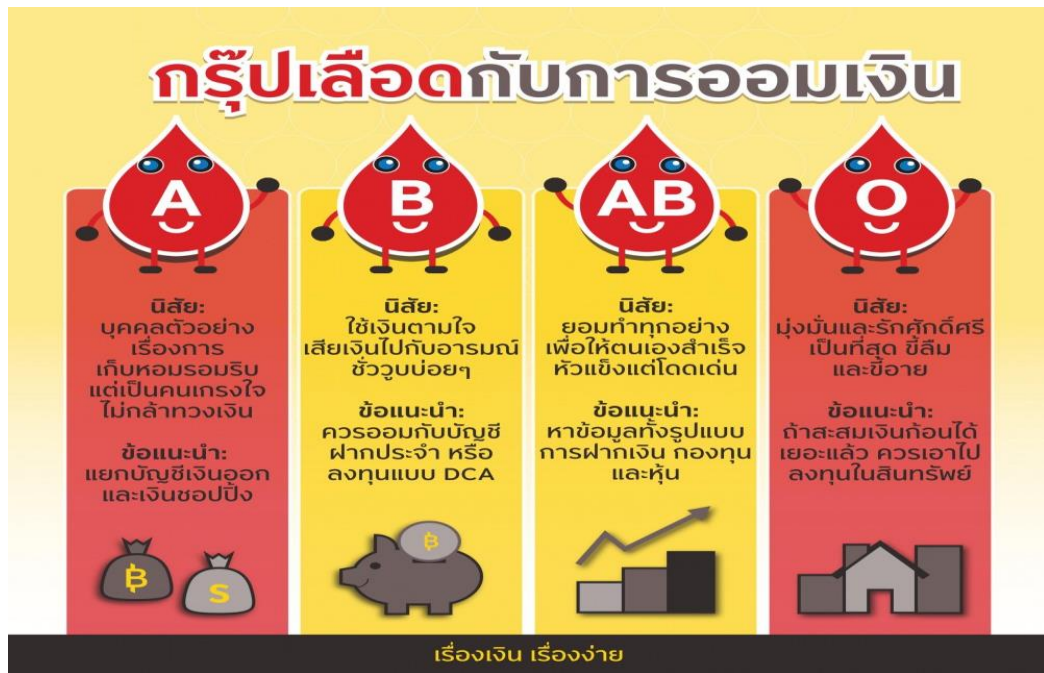
### ๕. อาจช่วยเหลือคนชั่วมาขโมยเงิน

เราอาจจะโชคร้ายแบบสุด ๆ เจอคนไม่ดีขโมยเงินไปช่วยใช้ แล้วที่นี้ชีวิตจะดำเนินต่อไป

อย่างไรก็ตาม.. ผู้เชี่ยวชาญการเงินทั้งหลายมักจะแนะนำว่าเงินออมฉุกเฉินควรสำรองไว้ ๓-๖ เท่าของรายจ่ายต่อเดือน เช่น ถ้าหากเราใช้จ่ายเดือนละ ๒๐,๐๐๐ บาท อย่างน้อยเราควรมีเงินออมฉุกเฉิน ๖๐,๐๐๐ - ๑๒๐,๐๐๐ บาท เพื่อให้อุ่นใจว่าสามารถมีชีวิตอยู่ต่อไปได้ ถ้าหากมีเรื่องฉุกเฉินเกิดขึ้นมาจริง ๆ

ข้อแนะนำเพิ่มเติมว่า นอกจากการออมเงินฉุกเฉินแล้ว เราควรมีเป้าหมายเงินออมต่อไปในระยะยาว

## | กรู๊ปเลือดกับการออมเงิน |

ที่มา : [www.trick2u.com/กรู๊ปเลือดกับวิธีการออม/](http://www.trick2u.com/กรู๊ปเลือดกับวิธีการออม/), [www.krungsri.com](http://www.krungsri.com)

นอกจากราศีเกิดที่เป็นตัวบ่งบอกนิสัยหรือทำนายอนาคตของเรา ๆ แล้ว รู้หรือเปล่าว่าเจ้ากรู๊ปเลือดของเราก็สามารถเป็นตัวบอกนิสัยใจคอของแต่ละคนได้เหมือนกัน คนกรู๊ป A B O AB มีนิสัยที่ต่างกันแบบเรียกได้ว่าสุด ๆ เลย ไม่ใช่แค่นิสัยในเรื่องทั่วไปอย่าง ความรัก เพื่อนฝูง การทำงาน หรือทัศนคติเท่านั้น แต่เรื่อง การจัดการบริหารเงิน ๆ ทอง ๆ ก็ยังไม่เหมือนกันอีกด้วย พูดไปก็อยากรู้แล้วใช่ไหมล่ะว่าจะแมนหรือเปล่าไปตุ๊กกันเลยทีเดียวจ้า แอบกระซิบบอกว่า แมนเกิน

**กรู๊ป A**

ชอบพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เกลียดการล่าอยู่กับที่เป็นที่สุด มีความเป็นผู้นำสูง มั่นใจในตัวเอง แอบหลงตัวเองนิด ๆ พอน่ารัก เสียสละ อดทน เป็นผู้ใหญ่่มากมาก สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ ๆ หรือผู้คนใหม่ ๆ ได้อย่างง่ายดาย เพราะแบบนี้ถึงเป็นผู้นำที่มีแต่คนอยากตาม

นิสัยของคนกรู๊ป A เกี่ยวกับเรื่องเงิน ๆ ทอง ๆ เนื่องจากมีความเป็นผู้นำสูง มีระเบียบในชีวิตเป๊ะ ชาวกรู๊ป A จึงเก็บเงินเก่งอย่าบอกใครเลยเชียว มีเงินเล็ก ๆ น้อย ๆ เหลือจากอะไรนี่ย่าหวังว่าจะรอด เก็บหมด เรียกได้ว่าเป็นบุคคลตัวอย่างเรื่องการเก็บหอมรอมริบเลย สิ่งเดียวที่เธอแพ้คือเวลาชอปปิงนี้แหละ เรียกว่าถึงไหนถึงกัน ที่เก็บ ๆ มาเมื่อกี้ ไปหมดเลยจ้า เพราะนิสัยชื่นชอบของแบรนด์เนมทำให้ถึงแม้ว่าพวกเธอจะมีเงินเก็บเยอะก็หมดทีละเยอะ ๆ เช่นกัน อีกอย่างหนึ่งคือชาวกรู๊ป A เป็นพวกไม่กล้าทวงเงิน เพราะเกรงใจคนที่ยืมไปเป็นที่สุด ถึงจะจำได้ก็เถอะว่าใครยืมไปเท่าไรบ้าง เกรงใจ เกรงใจ วิธีการออมเงินที่ดีที่สุดสำหรับคนกรู๊ป A คือแยกบัญชีเงินออกและเงินชอปปิงชัดเจน จะได้ไม่แตะต้องเงินออมของตนอีก เสื้อผ้า กระเป๋า รอดได้ อย่าใจร้อน ๆ

### กรุป B

เป็นคนติสต์ ๆ มีความคิดสร้างสรรค์แบบบรรเจิดมาก เพราะเป็นคนไม่สมาธิสูง แต่ด้วยความติสต์ของชาวกรุป B ก็ทำให้อารมณ์แปรปรวนง่าย เดี่ยวงอน เดี่ยวหาย ปวดหัวเป็นที่สุด ทั้งขี้ขลาดขี้เขางาต้องการคนมาดูแลสุด ๆ แต่ถึงจะเป็นแบบนี้ก็ชอบนิสัยตัวเองนะ ไม่คิดจะเปลี่ยนด้วย

การเงินของคนกรุป B บอกได้คำเดียวว่าขึ้น ๆ ลง ๆ เหมือนนิสัยพวกเธอเลย ชาวกรุป B ชอบใช้อารมณ์ในการตัดสินใจใช้เงิน เรียกได้ว่าถ้าเห็นแล้วปั๊ง ถูกใจ เงินก็แทบจะลอยออกจากกระเป๋าทันทีเลย จะซื้ออะไรต้องคิดให้ดี ๆ ก่อน ไม่งั้นระวังจะแยเอา คนกรุป B เรียกได้ว่าถ้าเจอสิ่งที่อยากได้จริง ๆ แล้วมีเงินอยู่ในมือก็จะซื้อเดี๋ยวนั้น ใครห้ามก็ไม่ฟังด้วย แต่ถ้าตอนนั้นไม่มีเงินก็จะประหยัดเก็บหอมรอมริบจนกว่าจะมีเงินพอไปซื้อก็อยากได้อะ ทางที่ดีชาวกรุป B ควรออมพวกฝากประจำที่ดีที่สุดจะได้มีอะไรมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวไว้ ไม่เสียเงินไปกับอารมณ์ชั่ววูบจ๋า

### กรุป AB

ตัวแสบและแปลกที่สุดประจำกรุปเลือดทั้ง ๔ คนกรุป AB ยอมทำทุกอย่างเพื่อให้ตนเองสำเร็จ ชอบหรือไม่ชอบก็ทำหมด ก็อยากชนะนี่นา เป็นคนมีเซนส์แถมยังพูดตรงมาก ๆ จนอาจทำร้ายจิตใจคนฟังไปแบบไม่รู้ตัวเลยทีเดียวนะ ไม่ทำตามกฎเกณฑ์ หัวแข็งแต่โดดเด๋อนะ ถึงจะเข้าถึงยากไปหน่อยแต่ถ้าเปิดใจแล้วก็สนิทกันแบบตัวติดกันไปเลย

กรุป AB ด้วยความที่เป็นคนแปลกกว่าคนอื่นทำให้คิดเยอะมาก ๆ ไม่ว่าจะทำอะไร จะฝากเงินแบบไหนดีนะ ซื้อกองทุนตัวไหน หรือหุ้นตัวไหนดี คนกรุป AB จะคิดวนซ้ำไปซ้ำมาอยู่อย่างนั้นจนกว่าจะพอใจจริง ๆ หาข้อมูลแน่นปึกแบบนี้ดีแล้ว จะได้มั่นใจว่าเงินที่ลงทุนไปได้ผลตอบแทนดีคุ้มค่าจริง ๆ

### กรุป O

เป็นคนเจตนาดีแต่มักถูกเข้าใจผิดอยู่บ่อย ๆ เนื่องจากเป็นคนไม่ตามใจคนอื่น ให้ออกาสคนอื่นเสมอ มุ่งมั่นและรักศักดิ์ศรีเป็นที่สุด คำไหนคำนั้น เวลาทำอะไรก็จะพยายามทำให้มันออกมาดีที่สุดในขั้นสุด แต่ก็ขี้ลืมมาก บางทีขนาดเพิ่งลุกขึ้นมาจะหยิบของ พอเดินเข้าห้องปุ๊บก็ลืมว่าจะมาหยิบอะไร พอจะซื้อายก็ซื้อายสุด ๆ แต่พอจะกล้าก็แทบจะพุ่งเข้าไปเลย เดาใจยากจริง ๆ

ชาวกรุป O เป็นคนมีวินัยเรื่องการใช้เงินอย่างหาตัวจับยาก เรียกได้ว่าคำนวณหมดจดหมดจดว่าตัวเองจ่ายอะไรไปบ้าง แต่พอถึงเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ชาวบ้านเขาไม่เสียกัน คนกรุป O ก็จ่ายออกไปแบบงง มักเสียเงินไปกับพวกของกระจุกกระจิกทั้งหลายมากที่สุด แต่ด้วยความที่ชาวกรุป O เป็นคนมีวินัยมาก เรื่องแค่นี้ไม่สะท้านจ๋า เป็นคนมีเงินก้อนเก็บในธนาคารมากที่สุด ก็เล่นเป๊ะชะขนาดนั้นนี่เนอะ แต่ถ้าสะสมเงินก้อนได้เยอะพอสมควรแล้ว ควรเอาไปลงทุนในสินทรัพย์ที่ให้ผลตอบแทนมากกว่านะจ๊ะ จะได้ดอกเบี้ยมากขึ้น

แต่ไม่ว่าจะเป็นชาวกรุปไหนการวางแผนทางการเงินที่ดีก็เป็นทางเลือกที่ดีที่สุดจ๋า ดังนั้นก่อนจะใช้เงินทำอะไร คิดให้ดีก่อนเสมอและหมั่นทำบัญชีรายรับรายจ่ายเพื่อดูว่าการใช้เงินของเราสมเหตุผลสมผลไหม จะได้ควบคุมได้ง่าย ๆ ถ้าทำแบบนี้รับรองว่ามีกินมีใช้ ไม่มีวันขาดมือแน่นอน

# I เรื่องใกล้ ไม่ไกลตัว ‘ออมเงิน’ ใคร ๆ ก็ทำได้! I

ผลของการออมเงินที่ทำให้ใครหลาย ๆ คนเห็นแล้วรับรองว่าต้องมีแรงฮึดที่อยากจะออมเงินมากขึ้น!!

**คนแรก:** นักเรียน นักออม สะสมเงินค่าขนมมาจ่ายค่าเทอมเพื่อแบ่งเบาภาระของพ่อแม่

**คนที่สอง:** พ่อค่านักออม หยอดกระปุกออมสิน ๑ ปี ได้เงินเกือบ ๔ แสนบาท เป็นของขวัญปีใหม่ให้พ่อแม่

**คนที่สาม:** หมู่ปิ้งร้อยล้าน ชายและสะสมเงินจนกระทั่งมีเงินสร้างโรงงานหมู่ปิ้งที่ได้มาตรฐาน

ถ้าใครที่คิดว่าชาตินี้เราออมเงินไม่ได้หรือออมเงินไปแป็บนึงแล้วมักพ่ายแพ้ต่อสิ่งรอบตัว จนต้องหยิบเงินออมออกมาใช้งานหมดเกลี้ยง อยากให้ลองดูวิธีการออมเงินของ ๓ บุคคลตัวอย่าง

## คนแรก: นักเรียน นักออม



ข้อมูลจาก FB (<https://goo.gl/kFwozi>)

ในช่วงเดือนเมษายน ๒๕๖๐ เชื่อว่าหลายคนน่าจะเคยเห็นการแชร์เรื่องราวบน FB และสื่อโทรทัศน์ของนักเรียนคนหนึ่งที่ออมเงินจากค่าขนมมาจ่ายค่าเทอมจำนวน ๖,๓๘๐ บาท เรามาดูกันว่าเขาเป็นใครมาจากไหนและมีวิธีการออมเงินอย่างไร

น้องคนนี้ ชื่อ นายกานต์ พานิช หรือ ป๊อป อายุ ๑๘ ปี อยู่ที่ จ.ฉะเชิงเทรา เรียนที่วิทยาลัยการอาชีพพนมสารคาม สาขาช่างกลโรงงาน ตั้งใจว่าจะนำความรู้ที่ได้มาพัฒนาการทำเกษตรของที่บ้าน

ครอบครัวทำอาชีพเกษตรกรรม ปลูกผักไว้ขาย เช่น มันสำปะหลัง ถั่ว และแตง ไม่ค่อยจะมีเงินมากนัก เพราะบ้านกับโรงเรียนอยู่ห่างกันประมาณ ๗๐ กิโลเมตร ทำให้ต้องจ่ายค่ารถรับส่งเดือนละ ๑,๗๐๐ บาท และต้องตื่นไปโรงเรียนตั้งแต่ตีสี่ทุกวัน

**การออมเงิน:** ต้องการเก็บเงินเพื่อแบ่งเบาภาระของพ่อแม่และเก็บเอาไว้ใช้จ่ายในยามจำเป็น จึงเริ่มออมเงินใส่กระปุกออมสินที่ทำจาก กระบอกไม้ไผ่ (ตัดมาจากข้างบ้าน) และขวดน้ำพลาสติก เงินที่นำมาหยอดนั้นเป็นเงินค่าขนมที่แม่ให้วันละ ๑๐๐ บาท พอเหลือกลับมาก็จะหยอดทุกวัน ๆ ละ ๕-๑๐ บาท

### ข้อคิดที่เราได้จากเรื่องราวของน้องปิอบ...

- ❖ การตั้งใจเรียนเพื่อนำความรู้ที่ได้รับมาสร้างรายได้ให้ตนเองและดูแลครอบครัว
- ❖ การปลูกฝังนิสัยออมเงินต้องเริ่มต้นจากครอบครัว เช่น ได้รับเงินค่าขนมแล้วแบ่งไปออมเก็บไว้
- ❖ ถ้าเราสามารถจัดการกับเงินก้อนเล็ก ๆ ได้ ความรู้ตรงนี้ก็จะทำให้เราจัดการกับเงินก้อนโตที่เราจะ  
ได้รับในอนาคตได้เช่นกัน
- ❖ สำหรับคนวัยทำงานอาจจะนำแนวคิดนี้มาปรับใช้ได้ คือ “ออมก่อนใช้” เมื่อได้รับเงินเดือนมาแล้ว  
ควรไปเก็บออมไว้ก่อน เหลือจากนั้นค่อยนำมาใช้จ่าย



คุณประทีป อະวะรัมย์ อายุ 31 ปี  
หยอดกระปุกออมสิน 1 ปี 380,000 บาท  
เป็นของขวัญปีใหม่ให้พ่อกับแม่

### คนที่สอง: พ่อค้านักออม

ที่มา FB ประทีป ประทีป อະวะรัมย์

(<https://goo.gl/WiLc3K>)

ช่วงวันปีใหม่ปี ๒๕๖๐ มีการแชร์คลิปทางสื่อออนไลน์ของพ่อค้าหนุ่มคนหนึ่ง แบ่งเงินที่ขายของได้มาหยอดกระปุกออมสิน เพื่อเป็นของขวัญปีใหม่ให้พ่อกับแม่ สะสมเงิน ๑ ปี มีเงินออกกว่า ๓๘๐,๐๐๐ บาท เรามาดูกันว่าจะมีวันนี้เขาต้องผ่านอะไรมาบ้าง และมีวิธีการออมเงินอย่างไร

หนุ่มคนนี้ ชื่อ คุณประทีป อະวะรัมย์

อายุ ๓๑ ปี เป็นหนุ่มบุรีรัมย์ อดีตเคยถูกหลอกไปลงทุนแชร์ลูกโซ่และกู้หนี้ยืมสิน ซึ่งพ่อช่วยเหลือเขา โดยการนำที่นาไปจำนอง เพื่อนำเงินไปซื้อรถ แต่งตัว และออกไปหาลูกทีม ใช้เงินกว่า ๑,๐๐๐,๐๐๐ บาท เขาเล่าว่าพอหาลูกทีมได้ ๑-๒ คน ก็รู้สึกว่ามีอะไรทำอยู่บ้าง ไม่มีเงิน แต่มีหนี้ ถึงขนาดกินบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปก็ต้องหักครึ่ง แต่ยังคงแต่งตัวออกไปหาลูกทีม เลยรู้สึกที่ถูกหลอก เคยร้องเรียนให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องตรวจสอบ แต่ไม่มี  
ความคืบหน้า

**การออมเงิน:** ต้องการหยอดกระปุกออมสินเป็นของขวัญปีใหม่ตอบแทนบุญคุณพ่อกับแม่ เงินที่นำมาหยอดนี้ได้มาจากธุรกิจขายเสื้อผ้าตามตลาดนัดและขายสินค้าออนไลน์ แบ่งเงินที่ขายของได้ร้อยละ ๕-๑๐ ในแต่ละวัน มาหยอดกระปุกเป็นระยะเวลา ๑ ปี

**วิธีจัดการรายได้:** ตอนนี้มีรายได้จากธุรกิจ แต่ก็ต้องประหยัดด้วยการแบ่งเงินเดือน ๑๕,๐๐๐ บาทให้ตนเอง ไม่เอาเงินที่ร้านมาใช้ ขณะนี้เขาไม่มีหนี้สินแล้วและเตรียมสร้างบ้านใหม่ให้พ่อแม่

### ข้อคิดที่เราได้จากเรื่องราวของคุณประทีป...

❖ แม้ว่าเงินมากแค่ไหน ก็หมดตัวได้เพราะแชร์ลูกโซ่ ซึ่งปัจจุบันใช้วิธีการหลอกลวงที่เปลี่ยนไป เราควรติดตามข่าวสารตลอดเวลา ทางที่ดีอะไรที่บอกว่าได้ผลตอบแทนสูง ๆ ความเสี่ยงต่ำ ลงทุนปั๊บ ๓-๗ วัน ได้เงินกลับมาทันทีหรือว่าได้เงินง่าย ๆ ก็ควรระมัดระวังไว้

❖ แม้ว่าอาชีพค้าขายจะต้องมีเงินหมุนตลอดเวลา แต่ก็ต้องแบ่งเงินออมเก็บไว้ด้วย เพื่อไว้ใช้ในวงขายของไม่ดีจะได้นำเงินออมออกมาใช้ได้ โดยไม่ต้องกู้ยืมให้เสียดอกเบี้ย ทางที่ดีควรแยกบัญชีส่วนตัวและบัญชีของร้านออกจากกัน เพื่อจะได้ไม่ใช้เงินปะปนกัน

❖ เมื่อเราทำงานมีรายได้แล้วควรแบ่งเงินทำบุญกับพระในบ้านด้วยการให้เงินพ่อแม่ด้วย แต่ควรให้อย่างมีขอบเขตเพราะบางครอบครัวพ่อหรือแม่ติดการพนัน เอาเงินที่ลูกให้ไปเสียพนันจนหมด แบบนี้ลูกอาจจะไม่ให้ก็ได้ จากประสบการณ์ที่เคยเจอเป็นแม่ของเพื่อนติดหวย ลูกให้เงินล้านกว่าบาทก็หมดเกลี้ยง สุดท้ายลูกจำเป็นต้องเลิกให้เงินช่วยเหลือพ่อแม่

### คนที่สาม: หมูปิ้งร้อยล้าน

**เฮียนพ หมูปิ้ง**



นักสู้ชีวิตที่กำหมูปิ้งขาย สะสมเงินจนได้เกือบ 3 ล้านบาท  
นำมาสร้างโรงงานหมูปิ้งนมสดที่ได้มาตรฐาน อย.

เฮียนพ หมูปิ้งนครสวรรค์ ที่ล้มเหลวกับหลาย ๆ อาชีพ จนกระทั่งได้มาเจอสูตรหมูปิ้งเจ้าเด็ดขายดี มียอดขายกว่า ๘๐๐,๐๐๐ ไม่ต่อสัปดาห์ ส่งขายทั่วประเทศ สร้างรายได้กว่า ๒๐๐ ล้านบาทต่อปี แต่กว่าจะมีวันนี้ได้ต้องผ่านอุปสรรคมากมาย

คุณชวพจน์ ชูธีรัญ หรือเฮียนพ ปัจจุบันอายุ ๔๙ ปี มีพี่น้อง ๔ คน พ่อเรียนจบ ม.๓ ก็ไม่ได้เรียนต่อ

#### ประสบการณ์ในอดีต

เริ่มทำงานก่อสร้างมาตั้งแต่อายุ ๑๕ ปี พออายุ ๑๗ ปี เข้า กทม. มาทำงานเป็นช่างทาสี ทำเฟอร์นิเจอร์

ปี ๒๕๓๓ บริษัทเปิดใหม่แถวปทุมฯ เปิดรับพนักงานวุฒิ ม.๓ ก็เลยไปสมัครเป็นลูกจ้างรายวัน ๆ ละ ๗๐ บาท ทำงานมาเกือบ ๑๐ ปี เห็นว่าดีเพราะมีสวัสดิการดี เช่น มีรถรับส่ง มีโรงอาหาร

ปี ๒๕๔๐ เกิดวิกฤตต้มยำกุ้งก็ถูกเลิกจ้างได้เงินก้อนมา ๒ - ๓ หมื่นบาท ตอนนั้นอายุ ๓๐ ปี สมัครงานที่ไหน

ไม่ค่อยมีคนรับ ก็เลยหันมาขายของตามตลาดนัด ทำน้ำยาล้างจานขาย ขายไอติมกะทิสด ขายเสื้อผ้าเด็ก ขายต้นไม้มงคล ขับแท็กซี ปรก. แต่ก็ยังล้มเหลว สุดท้ายบ้านถูกยึดและเลี้ยงชีพด้วยการขับวินมอเตอร์ไซด์

## เริ่มทำหมูปิ้ง

กลุ่มแม่บ้านตำรวจที่ทำหมูปิ้งขายว่าจ้างเขียนพที่ชัปวินมอเตอร์ไซค์ให้ไปส่งหมูปิ้งหลาย ๆ ที่ จนกระทั่งน้องสาวเริ่มขายหมูปิ้ง ในขณะที่เขียนพช่วยผลิตหมูปิ้ง

จุดพลิกอยู่ที่ปี ๒๕๕๔ น้ำท่วมใหญ่ ผู้ผลิตหมูปิ้งคนอื่น ๆ หยุดผลิตทั้งหมดเพราะหนีน้ำท่วม แต่เขียนพไม่หยุดเพราะคิดว่ามีอะไรจะเสียอีกแล้ว จากวิกฤตก็กลายเป็นโอกาส ทำให้เขียนพได้ทั้งลูกค้าและลูกน้องของผู้ผลิตรายอื่น ๆ มาในช่วงน้ำท่วม

## การสะสมเงิน

เมื่อขายได้เงินมาแล้วก็จะหักค่าใช้จ่ายต่าง เช่น เนื้อหมู ค่าแรง ฯลฯ เหลือเงินเท่าไรค่อยนำไปหย่อนตู้ฝากธนาคารเก็บไว้ เก็บไปเรื่อย ๆ ก็ไม่รู้ว่าตัวเองมีเงินเก็บเท่าไร จนกระทั่งวันหนึ่งจำเป็นต้องซื้อรถเพื่อขับส่งของ เพราะคันเก่ามันสภาพไม่ค่อยดี เปิดดูเงินในบัญชีก็ตกใจเพราะมีเงินเกือบ ๓ ล้านบาท!

แม้ว่ามีรายได้เยอะ แต่ก็ยังใช้ชีวิตเหมือนเดิม ปัจจุบันก็ยังอยู่บ้านเอื้ออาทร

## ขยายกิจการจากเงินออม

เมื่อพื้นที่ที่ใช้ผลิตหมูปิ้งถูกนำไปสร้างศูนย์อาหาร จึงต้องย้ายคนงานร้อยละกว่าคนไปเช่าโรงงานเก่า ๆ เดือนละ ๓๐,๐๐๐ บาท ส่วนเงินที่สะสมไว้ตั้งใจว่าจะนำไปซื้อที่ดินเพื่อตั้งโรงงานจะได้ไม่ต้องจ่ายค่าเช่าโรงงาน แต่ก็ถูกญาติพี่น้องตำหนิเพราะลงทุนเป็นล้านไม่รู้ว่าจะได้คืนตอนไหน และคิดว่าหมูปิ้งใคร ๆ ก็ทำได้ คนอื่นทำอยู่ริมถนนเต็มไปหมด

สาเหตุที่ตัดสินใจทำโรงงานเพราะธุรกิจมันดีขึ้นเรื่อย ๆ ลูกค้าไม่เคยมีปัญหา ถ้าเรามีสีจะทำตามที่ให้สัญญาแก่ลูกค้าไว้ รักษาเวลา รักษาคุณภาพก็จะมีลูกค้ามากขึ้น

## เคล็ดลับความสำเร็จ

ตั้งแต่ตกงานปี ๒๕๔๐ ใช้เวลา ๑๒ ปี กว่าที่จะเจอสูตรหมูปิ้งที่ทำให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งจะต้องใช้ความตั้งใจ มีสติและความอดทนเป็นอย่างมากในการดิ้นรนเพื่อหนีความลำบาก

เน้นทางด้านคุณภาพในการสร้างจุดแข็งให้ตัวเองและสร้างความเชื่อมั่นให้กับลูกค้า โดยทำให้โรงงานได้รับมาตรฐาน อย. เขามองว่าถ้าของมีคุณภาพ ลูกค้าก็จะไม่เกี่ยงราคา

เขียนพมองการขายหมูปิ้งออกเป็น ๒ มุม คือ

- ทำเพื่อหาเช้ากินค่ำ ขายเองได้เงินวันต่อวันก็พออยู่ได้ แต่มันไม่เติบโต
- ทำเป็นธุรกิจ คือ ทำให้เติบโตโดยการพยายามเพิ่มสาขาไปเรื่อย ๆ หากคนมาขายแทนเราแล้วยังช่วยเหลือให้คนอื่นมีงานทำอีกด้วย

## ข้อคิดที่เราได้จากเรื่องราวของเขียนพหมูนุ่ม...

- ❖ ชีวิตของทุกคนล้วนมีปัญหา ถ้าเรามีสติและมีความอดทนมากพอก็จะผ่านมันมาได้
- ❖ เรื่องการออมเงินไม่มีสูตรสำเร็จตายตัว ควรปรับให้เข้ากับชีวิตของตัวเอง
- ❖ เขียนพทำอาชีพค้าขาย รายได้ไม่แน่นอน จึงใช้วิธีจ่ายก่อนแล้วค่อยออมเงิน
- ❖ ถ้าเรามีรายได้แน่นอนแล้วอยากปรับวิธีนี้มาใช้กับตัวเองควรจะเป็น “การออมก่อนใช้จ่าย” ก็ได้

❖ เมื่อเราพอมีรายได้อ่างแล้ว ควรช่วยเหลือสังคมด้วย เช่น การทำให้คนอื่นมีงานทำเพื่อเขาจะได้ช่วยเหลือตัวเองได้

❖ ธุรกิจที่คนอื่นทำแล้วสำเร็จ เราทำตามแล้วอาจจะสำเร็จหรือไม่สำเร็จก็ได้ ทางที่ปลอดภัยถ้าเรายังไม่แน่ใจว่าจะสำเร็จเหมือนคนอื่น ๆ หรือไม่ ควรเริ่มทำจากเล็กแล้วค่อย ๆ เติบโตขึ้นไปเรื่อย ๆ จากเงินออมของตัวเอง ถ้าทำแล้วเห็นกำไร มันเริ่มเสถียรแล้วก็อาจจะใช้วิธีการกู้ยืมเงินเข้ามาช่วย เพื่อให้ธุรกิจของเราเติบโตได้เร็วขึ้น

วิธีออมเงินที่แสนจะธรรมดา แต่ได้ผลดีเกินคาด ไม่ว่าจะเป็นการหยอดกระปุกออมสินหรือการฝากเงินเข้าธนาคารผ่านตู้รับฝากเงิน ซึ่งสิ่งทั้ง ๓ คนมีเหมือนกัน คือ วินัยในการออมเงินที่ทำอย่างสม่ำเสมอ บุคคลตัวอย่างทั้ง ๓ คนนี้จะทำให้หลายๆ คนมีแรงฮึดและมีกำลังใจที่จะออมเงินมากขึ้น

ที่มา: อภินิหารเงินออม Sep 16, 2017

## 1. สุดยอดข่าวสร้างแรงบันดาลใจ “ออมเงิน” 1

ชื่อข่าว : สุดโรแมนติก อากงนำเงินออมจากอาชีพเก็บขยะมาหลายปี ซื้อแหวนเพชรให้ภรรยา



เว็บไซต์ข่าวเซี่ยงไฮ้อิสต์รายงานถึงประเด็นที่กำลังได้รับความนิยมในเว่ยป๋อเครือข่ายสังคมออนไลน์ ยอดฮิตของจีน โดยเรื่องราวดังกล่าวโพสต์โดยผู้ใช้ชื่อว่า @zhelishixinjiang พร้อมกับรายงานว่า ชายคนนี้อายุเกิน 70 ปีขึ้นมา พากรรยารวยใกล้เคียงกันมาที่ห้างในเมืองคอร์ลา เพื่อเลือกซื้อแหวนเพชรที่ถูกรใจ เมื่อสอบถามชายชราคนนี้ก็กล่าวว่า สะสมเงินมานานหลายปีแล้ว ชายชรากล่าวว่า

"พวกเราผ่านชีวิตยากลำบากมามาก  
ฉันก็อยากจะให้อะไรเมียฉันบ้าง"

### ที่มา : ข่าวสดออนไลน์

**หลักการออมเงิน** เป้าหมายการออมเงินชัดเจนว่า ต้องการใช้จ่ายเงินซื้อความสุขให้กับคู่ชีวิต ทำให้มีความอดทนและมุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ สำหรับคนที่มิชอบอ้างสารพัดว่าออมเงินไม่ได้ อยากจะให้ดูความพยายามของคุณปู่คนนี้เป็นตัวอย่าง เงินเพียงน้อยนิด ถ้าเก็บสะสมกันเรื่อย ๆ ก็จะกลายเป็นเงินก้อนใหญ่ขึ้นมาได้ ดังนั้น อย่าดูหมิ่นเงินน้อย เพราะเงินก้อนเล็ก ๆ นี้แหละที่จะทำให้เรามีชีวิตไม่ลำบากในอนาคต

## ชื่อข่าว : เศรษฐินี ๑๐ ล้านหยวน ยึดอาชีพกวาดถนนไว้สอนลูก



ที่มา : <http://women.mthai.com>

พนักงานเก็บขยะที่เมืองจีน ชื่อว่า Yu Youzhen (หยู โหยวเจิน) อายุ ๕๓ ปี ตื่นตั้งแต่เช้ามีดทุกวัน เพื่อขี่จักรยานฝ่าอากาศหนาวมาเข้างานเป็นพนักงาน กวาดถนนในเขตอู่ชาง นครอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย์ โดยทำงานถึงสัปดาห์ละ ๖ วัน โดยได้รับเงินเดือนละ ๑,๔๒๐ หยวน (๑,๔๒๐ x ๕ = ๗,๑๐๐ บาท)

นางหยูและสามี จัดอยู่ในกลุ่มคนที่มีความฐานะ ไม่ค่อยจะสู้ดีนัก แต่ด้วยความต่อสู้ชีวิตและเก็บออมเงิน ในช่วงชีวิตที่ผ่านมา เธอเก็บออมเงินสร้างบ้านและแบ่งปันห้องที่เหลือให้กับ แรงงานต่างถิ่นที่เข้ามาทำงาน โดยเก็บค่าเช่าห้องละ ๕๐ หยวน (๒๕๐ บาท) และเก็บออมเงินจากการทำงานมาเรื่อย ๆ จนกระทั่งมีเงินสามารถสร้างบ้านเพิ่มเติมเพื่อปล่อยให้คนเช่าได้เรื่อย ๆ ในยุคที่ค่าที่ดินนั้นยังไม่แพงมาก

ในปี ๒๐๐๒ ทางการเงินเริ่มมีการสำรวจเวนคืนที่ดิน นางหยู คือหนึ่งในเจ้าของที่ดิน ที่ได้รับการเสนอซื้อที่ดินของเธอบางส่วน เพื่อคืนให้กับทางการเงิน เป็นเงินถึง ๑๐ ล้านหยวน (๕๐ ล้านบาท) และนั่นคือวันที่เธอเปลี่ยนสถานะสภาพจากชาวบ้านธรรมดากลายเป็นเศรษฐินีทันที

ขณะที่คนอื่น ๆ ใช้เงินอย่างสนุกสนานกับการไม่เคยมี แต่นางหยูกลับทำตรงกันข้าม นั่นคือ เธอยังคงทำงานเป็นคนกวาดถนนต่อไป แล้วนั่นจึงเป็นจุดเริ่มต้นทำให้เรื่องราวของเธอ กลายเป็นจุดสนใจไปในทันที เธอเคยให้สัมภาษณ์กับผู้สื่อข่าวท้องถิ่นว่า

*เธอต้องการเป็นแบบอย่างให้ลูก ๆ ของเธอได้เห็นคุณค่าของเงิน ลูก ๆ ของเธอต้องทำงาน ถึงจะมีเงินใช้จ่ายได้อย่างมีความสุข ห้ามซื้อเก๊ยจเป็นอันขาด ถึงขนาดที่เธอเคยชู้ลูก ๆ ของเธอว่า ถ้าหากลูกทั้งสองไม่ทำมาหากิน เธอจะนำที่ดินของเธอบริจาคให้ประเทศ*

ปัจจุบันลูกทั้งสองคนของเธอทำงานเป็นพนักงานกินเงินเดือนทั่วไป ลูกชายประกอบอาชีพเป็นคนขับรถ มีรายได้เดือนละ ๒,๐๐๐ หยวน (๑๐,๐๐๐ บาท) ส่วนลูกสาวก็เป็นพนักงานบริษัทมีเงินเดือน ๓,๐๐๐ หยวน (๑๕,๐๐๐ บาท) ถึงแม้จะมีคนหมั่นไส้ในความสมถะของเธอ แต่เธอก็ภูมิใจที่ได้ทำเช่นนี้ เพราะการสอนให้ลูกของเธอรู้คุณค่าของการทำงานและเงินนั้น จะส่งผลดีต่อการดำรงชีวิตของพวกเขาในอนาคต

**หลักการออมเงิน** เรามองเรื่องนี้ได้ ๓ มุมมอง คือ

- **มุมมองที่ ๑** เรื่องการลงทุน

การลงทุนเป็นสิ่งสำคัญจะเป็นการลงทุนอะไรก็ได้ที่ทำให้เงินเติบโตขึ้น สิ่งที่น่างงทำคือ นำเงินที่เก็บออมไว้มาต่อยอดสร้างรายได้เพิ่มจากค่าเช่า โดยหาเงินเพื่อสร้างสินทรัพย์ให้เติบโตไปเรื่อย ๆ ส่วนเรื่องการถูกเวนคืนนั้นเป็นจังหวะที่ทางการต้องการนำที่ดินไปพัฒนาสร้างประโยชน์ให้แก่ประเทศต่อไป ซึ่งการเวนคืนที่ดินที่ได้รับเงินมหาศาลแบบนี้ เราไม่สามารถคาดการณ์ได้แน่นอนว่าส่วนไหนจะถูกเวนคืนและได้รับเงินแบบนี้บ้าง

รับค่าเช่า ==> การสร้างประโยชน์จากสินทรัพย์โดยการสร้างบ้านและแบ่งพื้นที่ปล่อยเช่าได้ห้องละ ๕๐ หยวน (๒๕๐ บาท) เมื่อได้เงินมากขึ้นก็จะสร้างบ้านเพื่อปล่อยเช่าเพิ่มขึ้นด้วยเช่นกัน

กำไรจากการขาย ==> เมื่อทางการจีนสำรวจเวนคืนที่ดินในปี ๒๐๐๒ ทำให้ที่ดินของนางหูได้รับการเสนอซื้อคืนบางส่วน ทำให้ได้รับเงินค่าเวนคืนสูงถึง ๑๐ ล้านหยวน (๕๐,๐๐๐,๐๐๐ บาท)

- **มุมมองที่ ๒** เรื่องการใช้ชีวิตสมถะ

หลายคนที่ได้เงินไปก็จะใช้จ่ายซื้อสิ่งของที่ตนเองไม่มีเพื่อสร้างความสุขให้ตนเอง แต่ความสุขของคนเราแตกต่างกัน ถึงแม้ว่านางหูได้รับเงินจนถึงขั้นเป็นเศรษฐินี แต่ยังคงใช้ชีวิตเหมือนเดิม โดยทำอาชีพกวาดถนนที่ได้รับเงินเดือนละ ๑,๔๒๐ หยวน (หรือจำนวน  $๑,๔๒๐ \times ๕ = ๗,๑๐๐$  บาท) เหมือนเดิม และประหยัดโดยการขี่จักรยานไปทำงาน โดยความสุขของนางหูอยู่ที่ต้องการสอนให้ลูกเห็นถึงคุณค่าของเงินจากการทำตัวเป็นแบบอย่าง

- **มุมมองที่ ๓** เรื่องการเลี้ยงลูก

ถ้าต้นฉบับถูกต้อง สำเนาจะถูกตัดด้วย นางหูทำตัวให้ลูกดูเป็นแบบอย่างว่า *เงินนั้นมีคุณค่า ถ้าอยากได้เงินก็ต้องทำงาน* เพื่อเป็นการปลูกฝังค่านิยมการรู้จักหาเงิน รู้จักใช้เงินอย่างถูกต้อง ไม่มีอะไรได้มาอย่างง่าย ๆ และไม่ฟุ้งเฟ้อ ถ้าให้เงินลูกใช้อย่างฟุ่มเฟือยจะทำให้คิดว่า ได้เงินมาง่าย ๆ แล้วใช้จ่ายหมดไปอย่างรวดเร็วเพราะรวยแล้วจะขอเงินซื้ออะไรก็ได้

## ชื่อข่าว : ผู้สร้างแรงบันดาลใจ นายอภิรักษ์ แซ่ฮ้อ คนจนผู้ยิ่งใหญ่ ไม่ท้อชีวิต



นายอภิรักษ์ แซ่ฮ้อ



ออมเงินในบัญชีธนาคารวันละ 20 บาทรวม 16 ปี



เก็บเงินไว้พ่อดีใจแม่



คุณครูที่สอนการออมเงิน

### ที่มา : รายการตีสิบ

ปัจจุบัน ซึ่งรายได้ที่นำมาออมนี้จะมาจากการเก็บของเก่าขาย ได้เงินมาเท่าไรก็จะไปที่ธนาคารเพื่อฝากเงิน ๒๐ บาท โดยจะไปที่เคาเตอร์ธนาคารเพื่อฝากเงินทุกวันเป็นเวลา ๑๖ ปี เหลือจากฝากเงินเท่าไรก็จะนำไปให้แม่เก็บไว้ทั้งหมด (ช่วงออกรายการตีสิบปี ๒๕๕๒ มีเงินในบัญชีออมทรัพย์ ๕ หมื่นกว่า ๆ)

รายการตีสิบได้ติดตามชีวิตนายอภิรักษ์ตั้งแต่ปี ๒๕๕๔ - ๒๕๕๖ ทำให้เรารู้ว่าตั้งแต่วันแรกจนถึงตอนนี้เขามีชีวิตที่ดีขึ้นจากความกตัญญูรู้คุณบิดามารดา จึงได้รับรางวัล ๒ รางวัล คือ คนพิการดีเด่นและลูกที่มีความกตัญญูต่อแม่ที่สูงต่อแม่ ประเภทประชาชนทั่วไป ความน่าทึ่งของเขายังไม่หมดเพียงเท่านั้นเมื่อเขาได้ตัดสินใจบวชเพื่อทดแทนคุณมารดาที่วัดคลองงูมิ

จากเรื่องนี้ทำให้เรารู้ว่า แม้ว่าชีวิตจะเลือกเกิดไม่ได้ แต่เราเลือกเส้นทางชีวิตเองได้ ความมีวินัยออมเงิน ความกตัญญูต่อมารดา ล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งที่ดีที่นำพาชีวิตไปสู่ความเจริญ ซึ่งเป็นตัวอย่างที่ดีที่เราควรนำไปเป็นแบบอย่าง

### หลักการออมเงิน

การมีวินัยการออมเงินที่ทำสม่ำเสมอทุกวันนี้เป็นหลักสำคัญของการออมเงิน สำหรับคนทั่วไปที่ได้รับเงินรายเดือนอาจจะดัดแปลงวิธีนี้เป็นการออมเงินในวันที่เงินเดือนออกทุกเดือนก็ได้ ส่วนผู้ที่ทำงานอิสระ เป็นเจ้าของกิจการนั้นจะได้รับเงินเป็นก้อน จำนวนไม่เท่ากัน ในแต่ละเดือนอาจจะมากบ้างหรือน้อยบ้าง ก็อาจจะออมเงินโดยตัดเงินไปบัญชีการออมในวันที่ลูกค้าจ่ายเงิน เพื่อเก็บไว้ใช้ในยามไม่มีผู้จ้างงานหรือเก็บไว้ในช่วงที่มีปัญหาทางธุรกิจ

นายอภิรักษ์ แซ่ฮ้อ ชายอายุ ๓๘ ปี ที่มีความผิดปกติทางสมอง มีอาชีพเก็บของเก่าขายแถวพระราม ๔ โดยเก็บเงินฝากธนาคารวันละ ๒๐ บาทมา ๑๖ ปี เขาคิดว่าจะนำเงินนี้ไปผ่าตัดหัวใจแม่ ซึ่งความคิดเรื่องการออมเงินนั้นถูกปลูกฝังมาจาก คุณครูสุพร ชูธงชัย ที่โรงเรียนปลูกจิต สมัยที่นายอภิรักษ์ เรียนอยู่ชั้น ป.๑ ขณะนั้นโรงเรียนมีนโยบายให้เด็กหัดออมเงิน (เมื่อ ๒๐ กว่าปีที่แล้ว อภิรักษ์ได้ค่าขนมมาไม่เยอะมาก) โดยคุณครูจะสอนว่า

“อภิรักษ์ เงินมันมีค่านะ หนูต้องรู้จักเก็บออม หนูมาฝากกับคุณครูวันละ ๑ บาท ละกันนะ ครบสัปดาห์ก็จะบอกอภิรักษ์ว่าได้เงินมา ๕ บาทแล้วนะ”

พอสิ้นเดือนครูจะพาเด็กไปฝากเงินที่ธนาคาร แม้ว่าจะคิดช้า แต่ก็สามารถจดจำคำสอนครูได้ จนถึง

## แผนการสอน 1

| เวลา    | เนื้อหา                            | วัตถุประสงค์รายวิชา   | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ  | วัสดุ/อุปกรณ์  |
|---------|------------------------------------|---|--|---|--|
| ๒๐ นาที | <p>พระกษัตริย์<br/>นักร้องเงิน</p> | <p>เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้เรียนรู้ถึง<br/>หลักการส่งเสริมการออมและ<br/>แลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่าง<br/>ผู้เข้าอบรมด้วยกันและกับวิทยากร<br/>ซึ่งสามารถนำไปเป็นแนวทาง<br/>ในการออมในชีวิตประจำวันได้</p> | <p>๑. วิทยากรกล่าวคำทักทายแล้วเริ่มถามผู้เข้าอบรมว่า “ท่านทราบหรือไม่ว่า ใครเป็นหนึ่งในนักร้องเงินที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในโลก?” ผมคิดว่าท่านคงคิดถึงบุคคลต่างๆ ที่หลากหลายและผมคงจะไม่ให้ท่านตอบ แต่ผมจะเฉลยเลยนะครับว่า ผู้ที่เป็นหนึ่งในนักร้องเงินที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในโลก ก็คือ พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช พ่อหลวงรัชกาลที่ ๙ ของพวกเราบ้างล่ะครับ ซึ่งได้ทรงเป็นแรงบันดาลใจของพลสภานักออมชาวไทย ในหลาย ๆ เรื่อง และหนึ่งในสิ่งที่คุณให้การยกย่องพระองค์เป็นต้นแบบ ก็คือ การเป็น “พระมหากษัตริย์นักร้องเงิน” ซึ่งเป็นพระราชจริยวัตรที่พระองค์ทรงปฏิบัติให้เห็นเป็นแบบอย่างเป็นประจำเสมอมา ตามแนวที่สมเด็จพระย่าทรงสั่งสอน โดยเป็นแนวคิดง่าย ๆ เกี่ยวกับวิธีการออมและการลงทุนที่ทุกคนสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและครอบครัว ดังพระราชดำรัสเมื่อวันที่ ๕ เมษายน ๒๕๕๙ ณ อาคารเฉลิมพระเกียรติ โรงพยาบาลศิริราชว่า</p> <p>“การประหยัดอดออมเป็นรากฐานในการสร้างตัว สร้างฐานะของบุคคลตลอดจนความเจริญรุ่งเรืองมั่นคงของสังคมและชาติบ้านเมือง</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อที่ ๑ (กษัตริย์นักร้องเงิน)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• คอมพิวเตอร์</li> <li>• เครื่องฉาย</li> <li>• ไมโครโฟน</li> <li>• สายต่อพ่วงทั้งสายภาพและเสียง</li> <li>• บัตรยกยาวต่อพ่วงมากกว่า ๑ ตัว</li> </ul> |

| เวลา    | เนื้อหา           | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน   | สื่อ   | วัสดุ/อุปกรณ์   |
|---------|-------------------|---------------------|---|--|---|
| ๒๐ นาที | การส่งเสริมการออม |                     | <p>สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงสอนพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชในเรื่องการออมและการบริหารเงิน ซึ่งสามารถสรุปเป็น ๕ เรื่องของพระมหากษัตริย์นั้กออมเงินได้ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>๑.๑ สมเด็จพระนางเจ้าทรงปลูกฝังวิธีการจัดการเงิน</li> <li>๑.๒ ทรงเก็บออม เพื่อซื้อของใช้ส่วนพระองค์</li> <li>๑.๓ การสร้างรายได้และปลูกฝังการรู้จักให้</li> <li>๑.๔ การประหยัด</li> <li>๑.๕ เงินค่าไถ่บ้านเมืองของรัชกาลที่ ๓</li> </ol> <p>(ในประเด็น ๕ เรื่องของพระมหากษัตริย์นั้กออมให้วิทยากรอธิบายขยายความรายละเอียดในแต่ละหัวข้อตามเนื้อหาที่กำหนดไว้)</p> <p>๒. วิทยากรพูดต่อว่า “เราได้ทราบถึงเรื่องกษัตริย์นั้กออมแล้ว และทราบแล้วว่าพระองค์ท่านมีหลักการออมและบริหารเงินอย่างไร ลำดับต่อไป ผมจะพูดถึงการส่งเสริมการออม ซึ่งเป็นเรื่องที่อยู่ใกล้กับตัวของเรามาก เราได้แรงบันดาลใจจากกษัตริย์นั้กออมแล้ว คราวนี้เรามารู้กันว่าโดยทั่วไปแล้วเขามีการออมกันอย่างไร หากท่านมีประสบการณ์ในเรื่องนี้ ผมอยากให้ออกมาช่วยกันแบ่งปัน เพื่อประโยชน์ของทุกคน” จากนั้นบรรยายตามเนื้อหาและสไลด์ ดังนี้</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อที่ ๒</li> <li>• สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อที่ ๒ การส่งเสริมการออม</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• คอมพิวเตอร์</li> <li>• เครื่องฉาย</li> <li>• ไมโครโฟน</li> <li>• สายต่อพ่วงทั้งสายภาพและเสียง</li> <li>• ปลั๊กยาวต่อพ่วงมากกว่า ๑ ตัว</li> </ul> |

| เวลา    | เนื้อหา                     | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน   | สื่อ   | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|---------|-----------------------------|---------------------|---|--|---------------|
| ๑๐ นาที | กรู๊ปเลือดกับวิธีการออมเงิน | วัตถุประสงค์รายวิชา | <p>๒.๑ ความหมายของการออม</p> <p>๒.๒ วัตถุประสงค์ของการออม</p> <p>๒.๓ หลักการออม</p> <p>๒.๔ ปัจจัยที่มีผลต่อการออม</p> <p>๒.๕ ประโยชน์ของการออม</p> <p>๒.๖ สัตว์สามที่เหมายามะสมในการออม</p> <p>๓. วิพากษ์กรกล่าวคำว่า “ทั้งหมดนั้นคือเรื่องการส่งเสริมการออม ซึ่งตอนนี้ทุกคนก็ทราบแล้วนะครับว่าเขาออมกันอย่างไร? ผมรู้แน่ครึ่บว่าเรื่องเงินๆ ทองๆ เป็นเรื่องที่ยากตรงๆ พูดกันอย่างเปิดเผยได้ยากกว่า แต่ละคนมีการบริหารจัดการเงินทองของตัวเองอย่างไร แต่ในช่วงเวลานี้ผมมีอะไรบางอย่างที่จะทำให้ผมรู้เรื่องการจัดการเรื่องเงินๆ ทองๆ ของท่าน ท่านเชื่อไหมครับว่าผมทำได้ โดยให้ท่านบอกแค่ว่าท่านมีกรู๊ปเลือดใด?” (ช่วงนี้วิทยากรสอบถามกรู๊ปเลือดของผู้เข้าอบรมแต่ละคน แล้วให้เขาเดาว่ากรู๊ปเลือดของเขา มีนิสัยเรื่องเงินๆ ทองๆ อย่างไร จากนั้นก็เฉลยตามเนื้อหาที่กำหนดไว้ แล้วสรุปในช่วงท้ายว่า สิ่งเหล่านี้เป็นการมองในภาพรวมกว้าง ๆ เท่านั้น ไม่อยากให้ผู้เข้าอบรม เอาจริงเอาจังกับค่าเฉลี่ยมากเกินไป ไม่เช่นนั้นผู้เข้าอบรมจะเก็บเอาไปคิดมาก ซึ่งอาจทำให้นอนไม่หลับได้)</p> | <p>สื่อ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อ ๓ (กรู๊ปเลือดกับวิธีการออมเงิน)</li> </ul> |               |

| เวลา    | เนื้อหา                     | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|---------|-----------------------------|---------------------|--|------|---------------|
| ๑๐ นาที | ๗ ไอเดียใช้เงินให้มีเงินออม |                     | <p>๔. วิชยากรกล่าวคำว่า “ในช่วงนี้ผมมีเรื่องราวที่เป็นสุดยอดข่าวสร้างแรงบันดาลใจแห่งปีมาให้ท่านฟัง ๓ เรื่อง ครับ เรื่องที่ ๑ สุทธิโรแมนติก “อากงนำเงินออมจากอาชีพเก็บขยะ ซื้อแหวนเพชรให้ภรรยา”</p> <p>เรื่องที่ ๒ เศรษฐินี ๑๐ ล้านหยวน ยึดอาชีพกวาดถนนไว้สอนลูก</p> <p>เรื่องที่ ๓ ๑๖ ปีฝากเงินวันละ ๒๐ บาท “ผู้สร้างแรงบันดาลใจ นายอภิรักษ์ แซ่อ้อ คนจนผู้ยิ่งใหญ่แม่พ่อชีวิต” (ช่วงนี้วิทยากรค่อยๆ เล่าไปที่ละเรื่อง และสอดแทรกหลักการและมุมมองด้านการเงินไปที่ละเรื่อง และสอบถามผู้เข้าอบรมเป็นระยะๆ เช่น หากคนที่มีชีวิตคล้ายๆ กับคนในเรื่องที่เล่ามา)</p> <p>๕. วิชยากรพูดต่อว่า “นั่นคือเรื่องราวสุดยอดของแต่ละบุคคล ซึ่งถือเป็นแนวทางในการออมและนำเงินออมออกมาใช้อย่างสร้างสรรค์ที่สุดต่อไปผมจะพูดถึง ๗ วิธีคิดที่จะใช้เงินอย่างไรให้มีเงินออม”</p> <p>๖. วิชยากรบรรยายเรื่อง “๗ ไอเดียใช้เงินให้มีเงินออม” ตามประเด็นต่างๆ ดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>๖.๑ รู้ว่าตัวเองจ่ายอะไรไปบ้าง</li> <li>๖.๒ อย่ารู้สึกว่าเขาต้องโอดกับเรื่องเงิน</li> <li>๖.๓ ดูให้ได้ว่าอะไรคือกับดักทางการเงิน</li> <li>๖.๔ สร้างบัญชีต้องทำ</li> <li>๖.๕ จัดระเบียบซะ</li> </ul> |      |               |

| เวลา | เนื้อหา | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ  | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|------|---------|---------------------|--|---|---------------|
|      |         |                     | <p>๖.๖. อธิบายวิธีสร้างเป้าหมายทางการเงิน</p> <p>๖.๗. ไม่มีค่ากว่าอายุยืนเกินไปสำหรับการเกษียณ</p> <p>๗. วิทยากรกล่าวต่อว่า “แต่ก็มีเหมือนกันที่เมื่อเวลาผ่านไปแล้ว กลับมีปัญหาเกี่ยวกับการออมหรือเกิดวิกฤตการออม ซึ่งผมอยากให้ท่านได้รู้ว่ามีสัญญาณอะไรบ้างที่บอกว่าเงินออมของเรา กำลังวิกฤต และเราจะแก้ไขอย่างไร”</p> <p>๘. วิทยากรบรรยายเรื่อง “๔ สัญญาณที่บอกว่าเงินออมของเรา กำลังวิกฤต” ตามประเด็นต่างๆ ดังนี้</p> <p>๘.๑. ใช้เงินเดือนชนเดือน</p> <p>๘.๒. ไม่มีเงินสำรอง</p> <p>๘.๓. เริ่มหยิบยืมคนใกล้</p> <p>๘.๔. ใช้บัตรเครดิตเงินสด</p> <p>๙. วิทยากรพูดต่อว่า “ในตอนต้นท่านก็ได้ทราบแล้วว่า หนึ่งในเงินออมที่ผู้คนจำนวนมากออมกัน ก็คือการออมเงินเพื่อเหตุฉุกเฉิน ซึ่งการออมเงินเพื่อวัตถุประสงค์ดังกล่าวเป็นเรื่องที่สำคัญ ซึ่งผมอยากบอกท่านว่า มันมีเหตุผลอยู่ ๕ ประการ ที่เราควรมีเงินออมฉุกเฉิน”</p> <p>๑๐. วิทยากรบรรยายเรื่อง “๕ เหตุผลที่คุณควรมีเงินออมฉุกเฉิน” ตามประเด็นต่างๆ ดังนี้</p> <p>๑๐.๑. เพราะชีวิตคนเราส่วนใหญ่มิแน่นอน</p> <p>๑๐.๒. ตอนช่วงเวลาที่สำคัญนั้นต้องใช้เงินเสมอ</p> <p>๑๐.๓. เราอาจเจอเหตุการณ์ความไม่สงบในประเทศ</p> | <p>• สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อ ๘ (๔ สัญญาณที่บอกว่าเงินออมของเรา กำลังวิกฤต)</p> |               |

| เวลา  | เนื้อหา | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน   | สื่อ   | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|---|---------|---------------------|---|--|---------------|
| <p>รวมเวลา<br/>บรรยาย<br/>ทั้งสิ้น<br/>๒ ชั่วโมง<br/>(๑๒๐ นาที)</p> |         |                     | <p>๑๐.๔. ซีวีดีอาพศ ตกงานโดยไม่รู้ตัว<br/>๑๐.๕. อาจช่วยเจอลูกคนช่วยมาขโมยเงิน<br/>๑๑. วิทยากรพูดต่อว่า “ผมได้พูดเรื่องการออมไว้อย่างสมบูรณ์แล้วนะครับ รวมถึงการเล่าเรื่องสุดยอดชาวสร้างแรงบันดาลใจแห่งปีเกี่ยวกับการออมให้ท่านได้ฟัง แต่ก่อนจบในวันนี้ผมก็ยังมึนเรื่องเล่าแถมให้ท่านอีก ๓ เรื่อง ที่จะบอกท่านว่าเรื่องการออมเงินเป็นเรื่องใกล้ตัวที่ใครๆ ก็สามารถทำได้ พร้อมกับข้อคิดที่เราได้จากแต่ละเรื่อง ซึ่งผมก็หวังว่าหลังจากวันนี้ไปท่านก็สามารถทำได้ เรื่องที่จะเล่าทั้ง ๓ เรื่อง มีดังนี้ครับ</p> <p>เรื่องที่ ๑ นักเรียน นักออม<br/>เรื่องที่ ๒ พ่อค้า นักออม<br/>เรื่องที่ ๓ หมูเป็งร้อยล้าน</p> <p>๑๒. วิทยากรสรุป/ตอบข้อซักถาม</p> | <p>สื่อ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ซีดีประกอบเนื้อหาหัวข้อ ๑๑ (เรื่องใกล้ไม่ใกล้ตัว ออมเงิน ใครๆ ก็ทำได้)</li> </ul> |               |

## | สังเขปวิชา |

# ๕ การวิเคราะห์/วางแผนทางการเงิน

### | คำอธิบายรายวิชา: |

เนื้อหาเน้นการบรรยาย แลกเปลี่ยนประสบการณ์เพื่อให้เห็นถึงการปรับพฤติกรรมทางการเงิน และการตั้งคำถามประกอบสื่อกับผู้เข้าอบรม เรื่องทำไมถึงต้องมีการปรับพฤติกรรมทางการเงิน พร้อมทั้งสอดแทรกเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางการเงินสู่การลดหนี้ และปลดหนี้ ซึ่งสามารถนำไปปรับใช้ได้เป็นอย่างดี

### | วัตถุประสงค์: |

๑. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมค่าใช้จ่ายทางการเงิน เพื่อเตรียมความพร้อมในการชำระหนี้
๒. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางการเงินสู่การลดหนี้ และปลดหนี้ให้สำเร็จ

### | ประเด็นเนื้อหาการเรียนรู้: |

๑. วิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมค่าใช้จ่ายทางการเงิน
๒. เทคนิคการปรับพฤติกรรมทางการเงินสู่การลดหนี้ และปลดหนี้ให้สำเร็จ

| ระยะเวลา: | ๑.๓๐ ชั่วโมง (๙๐ นาที)

### | วิธีการ/เทคนิค: |

๑. การบรรยาย
๒. การตั้งคำถามเพื่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์
๓. การเสริมความชัดเจนของเนื้อหาด้วยสไลด์ กรณีศึกษา และคลิป
๔. การเติมเต็มให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะ

### | สื่อ/วัสดุ/อุปกรณ์: |

๑. สไลด์ PPT
๒. กรณีศึกษา
๓. กระดาษฟลิปชาร์ตพร้อมปากกาเคมี
๔. คลิป VDO

### | การประเมินผล: |

๑. การสังเกตพฤติกรรม
๒. การประเมินการถ่ายทอด
๓. การประเมินรายวิชา

## | เนื้อหาวิชา |

๖ การวิเคราะห์/  
วางแผนทางการเงิน

การวางแผนทางการเงินเป็นเครื่องมือที่ช่วยเตรียมความพร้อมและนำชีวิตไปสู่ความมั่นคงทางการเงิน ซึ่งควรเริ่มจากการปลูกฝังนิสัยทางการเงินและการใช้เงินอย่างสมเหตุสมผลตั้งแต่วัยเด็ก เพื่อมบ่มเพาะวินัยทางการเงินไว้ก่อน เมื่อเข้าสู่วัยทำงานก็จำเป็นต้องรู้วิธีการวางแผนการจัดสรรรายได้ให้เพียงพอกับการออมเงินตามเป้าหมายและรายจ่ายต่าง ๆ อย่างเหมาะสม เมื่อมีครอบครัวก็จำเป็นต้องดูแลทั้งตนเองและคนในครอบครัว ทำให้ความรับผิดชอบและภาระทางการเงินยิ่งเพิ่มขึ้น ซึ่งส่งผลให้การวางแผนทางการเงินมีความสำคัญมากขึ้น แม้กระทั่งเมื่ออายุมากขึ้นเข้าสู่วัยชรา ก็ยังต้องวางแผนทางการเงิน เพราะเป็นวัยที่รายได้ลดลง แต่ค่าใช้จ่ายส่วนใหญ่ยังคงอยู่ หรืออาจสูงขึ้นในบางหมวด เช่น การรักษาพยาบาล ซึ่งหากไม่มีการวางแผนที่ดีก็อาจเกิดปัญหาได้

## | ๕ ความเชื่อที่ผิด ๆ เกี่ยวกับการวางแผนทางการเงิน |

## ๑. "มีเงินน้อย วางแผนการเงินไม่ได้"

นี่แปลว่าคุณเข้าใจไปเองว่า "วางแผนการเงิน = จ่ายเงิน" และเมื่อต้องจ่ายเงินก็แปลว่า มีเงินเหลือกับตัวน้อยลง สภาพคล่องน้อยลง มีเงินจับจ่ายใช้สอยน้อยลง แล้วการเงินจะฝืดเคือง จึงเกิดความกลัวที่เงินจะต้องออกจากกระเป๋าหรือบัญชีของตัวเอง แล้วจะไม่มีเงินใช้ ถ้าคิดแบบนี้ แสดงว่า เรากำลัง "ติดกับดักทางสภาพคล่อง" อยู่ครับ เราต้องการมีเงินสดอยู่กับตัวเยอะ ๆ เพราะมันรู้สึกว่ารวย ปลอดภัยดี มีเงินใช้คล่องมือ แต่หารู้ไม่ว่า ถ้าเรามีเงินสดเยอะไป ค่าของเงินของเราย่อมจะค่อย ๆ ลดลงเพราะถูกเงินเพื่อกักตุน แถมวินัยทางการเงินก็เสีย เพราะนี่ก็อยากจะใช้เงินเมื่อไหร่ก็ใช้ได้ ควบคุมตัวเองยาก สุดท้ายปลายชีวิตก็แทบไม่เหลือเงินเก็บ เหมือนนกที่อยู่ในหม้อต้มน้ำ กว่าจจะรู้ตัว ก็ถูกต้มจนสุกไปเรียบร้อยแล้ว ทำไม่ลองคิดอีกมุมว่า ก็เพราะเรามีเงินน้อยนะสิ ถึงต้องรู้วิธีบริหารจัดการ ให้เรามีวินัย มีความมั่งคั่งเพิ่มขึ้น โดยที่เรายังมีสภาพคล่องที่เหมาะสมอยู่ มีน้อย ก็บริหารน้อย มีมาก ก็บริหารมาก ไม่ใช่คิดว่า มีน้อย ไม่ต้องบริหาร คิดแบบนี้เมื่อไหร่จะมีล่ะ?

## ๒. "รวยอยู่แล้ว ไม่ต้องวางแผน"

ลองคิดว่าบริษัทอย่าง โฉก ต้องวางแผนธุรกิจไหม? กูเกิ้ล ต้องวางแผนการเงินของบริษัทไหม? เฟสบุ๊ค ต้องจัดการเรื่องกำไรของธุรกิจไหม?

โฉก กูเกิ้ล เฟสบุ๊ค ก็คงมีเงินไม่ใช่น้อย แต่เขาก็ยังต้องวางแผนเรื่องเงินกันอยู่เลย ฉะนั้นการวางแผนไม่ได้เกี่ยวกับปริมาณเงินหรอกครับ มันเกี่ยวกับว่าเราจัดการทรัพย์สินอย่างชาญฉลาดแค่ไหนต่างหาก รวยอยู่แล้ว แต่ถ้าไม่รู้จักการวางแผน ไม่รู้จักวิธีบริหารจัดการเงินอย่างมีประสิทธิภาพ วันหนึ่งเงินก็หมดไปได้ ถ้าเราใช้เงินไม่เป็น อีกอย่างชีวิตของเราเต็มไปด้วยความไม่แน่นอน ถ้าเราไม่รู้จักวางแผนรับมือล่วงหน้าไว้ วันหนึ่งเกิดเหตุไม่คาดฝันขึ้นมา ก็อาจทำให้เราสูญเสียเงินจำนวนมาก จนความมั่งคั่งที่เราหมกหมอมไปจนหมดก็เป็นไปได้

### ๓. การวางแผนการเงิน = การวางแผนลงทุน/การทำประกันชีวิต

คนส่วนใหญ่มักจะเข้าใจแบบนี้ ทั้งที่จริง ๆ แล้วการวางแผนการเงินกว้างกว่านั้นมาก เพราะเรื่องเงินไม่ได้มีแค่เรื่องลงทุนหรือประกันเท่านั้น หลักการทางการเงินบุคคลนั้น ต้องมีลักษณะเหมือนปิระมิด จากฐานล่างขึ้นบน

โดยที่ฐานล่างคือรากฐานสำคัญของการเงินบุคคล ที่จะต้องมีก่อนเป็นอันดับแรก คือ "เงินเก็บ" จึงเกี่ยวกับเรื่องของการจัดการสภาพคล่อง บริหารรายรับรายจ่าย การวางแผนจัดการหนี้สิน และการวางแผนการออม เพื่อสร้างวินัยทางการเงินที่ดีเสียก่อน เพราะถ้าไม่มีเงินเก็บ ก็ไม่ต้องพูดเรื่องลงทุนเลย

**ขั้นต่อไปที่ควรทำ** เมื่อมีเงินเหลือเก็บแล้ว ก็คือการ "**ปกป้อง**" เงินของเรา การปกป้อง ก็คือ การจำกัดความเสี่ยงที่จะสูญเสียเงินจำนวนมาก ให้เหลืออยู่ในขอบเขตแค่ที่เรากำหนด ที่เห็นได้ชัดเจนก็คือเรื่อง "**รักษาพยาบาล**" เพราะเราไม่สามารถรู้ล่วงหน้าได้เลย ว่าเราจะเจ็บป่วย หรือจะเกิดอุบัติเหตุร้ายแรงขึ้นเมื่อไหร่ แล้วถ้ามันเกิดขึ้น เราจะทราบได้ยังไงว่าต้องเสียค่ารักษาเท่าไร? เกิดต้องเสียเป็นล้าน จะทำยังไง? ถ้าไม่จำกัดความเสี่ยงตรงนี้ บางทีเงินทองที่เราอุตส่าห์หามาทั้งชีวิตอาจหายวับไปกับตา เราจึงต้องจำกัดขอบเขตความสูญเสียด้วยการทำ "**ประกันสุขภาพและอุบัติเหตุ**" นอกจากนั้น ถ้ามีภาระทางการเงินอื่น ๆ รวมถึงหนี้สิน เราจึงต้องปกป้องครอบครัว ด้วยการทำประกันชีวิตอีกด้วย

เมื่อเรามีเงินแล้ว และปกป้องเงินที่มีแล้ว **ขั้นต่อไป**เราถึงมาวางแผนเพิ่มความมั่งคั่ง ได้อย่างสบายใจ ซึ่งการวางแผนลงทุน ก็อยู่ในส่วนนี้แหละ นอกจากลงทุน ยังมีเรื่องเกี่ยวกับเพิ่มความมั่งคั่งอีกหลายทาง เช่น **การวางแผนภาษี** ซึ่งการลงทุนนี้ ก็เป็นส่วนหนึ่งของการวางแผนการเงินต่าง ๆ เช่น วางแผนเกษียณ วางแผนซื้อบ้าน หรือวางแผนการศึกษาบุตร เป็นต้น

**สุดท้าย** เมื่อเราแก่ตัวลง มีทรัพย์สินจากการลงทุนเหลือใช้เป็นมรดกให้ลูกหลาน เราก็วางแผนถ่ายโอนความมั่งคั่ง **วางแผนมรดก** ให้ทายาทของเราต่อไป ดังนั้น เห็นแล้วนะครับว่า การวางแผนการเงิน ไม่ได้มีแค่วางแผนการลงทุนแต่เพียงอย่างเดียว

### ๔. "การวางแผนการเงิน เป็นเรื่องของคนที่เริ่มมีอายุ คนหนุ่มสาวอย่างเรายังไม่จำเป็น"

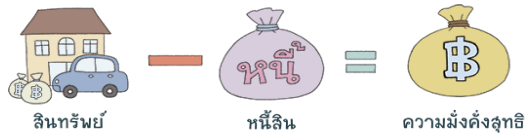
ถ้าเราจะเกษียณอีก ๕ ปี แต่เพิ่งคิดจะมาวางแผนเกษียณ คิดว่าจะเก็บเงิน จะลงทุน หนักไหม? ถ้าเราคิดจะแต่งงาน จะมีลูก แต่ไม่มีเงินเก็บเลย คิดว่าครอบครัวจะไปรอดรีเปล่า? การไปสู่ความสำเร็จในเป้าหมายต่าง ๆ ของเราต้องอาศัยเวลา ดังนั้น ยิ่งเตรียมตัวได้เร็วเท่าไร แถมหากเกิดเหตุไม่คาดฝัน หรือความเปลี่ยนแปลงอะไรขึ้นมา เรายังมีโอกาส มีเวลาปรับเปลี่ยน แก่ตัวทัน แต่ถ้าไปเริ่มตอนอายุมาก เหลือเวลาน้อยแล้ว จะเอาเวลาที่ไหนไปแก้ไขทันกัน

### ๕. "ไม่มีพื้นความรู้ทางการเงินมาก่อน วางแผนการเงินเป็นเรื่องยาก ฉันทำไม่ได้"

ทุกอย่างอยู่ที่ความตั้งใจ คนเราไม่มีใครรู้มาตั้งแต่เกิด ถ้าชวนขวนขวายหาความรู้ ใส่ความพยายาม ынงก็เกิดผล แถมเดี๋ยวนี้ความรู้เรื่องการเงินที่ดี ๆ หาได้ฟรีเต็มไปหมด อยู่ที่เราเองว่าจะศึกษารึเปล่า

## ขั้นตอนการวางแผนทางการเงิน I

● **ประเมินฐานะการเงิน** สิ่งสะท้อนฐานะทางการเงินที่แท้จริงของบุคคลไม่ใช่ สินทรัพย์ที่มีอยู่ แต่เป็น “ความมั่งคั่งสุทธิ” ซึ่งสามารถประเมินได้โดยการจัดทำบัญชีสินทรัพย์และหนี้สิน แล้วนำมาคำนวณ ดังนี้

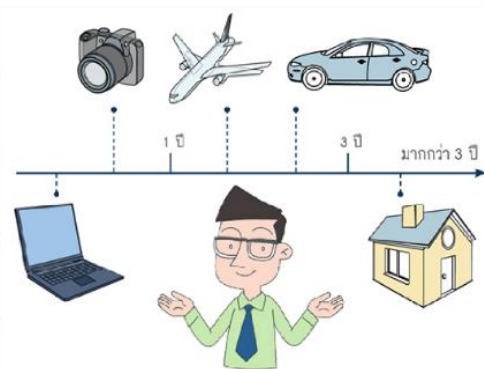


นอกจากนี้ ควรจดบันทึกรายรับรายจ่ายประจำวัน ซึ่งจะช่วยให้เราเห็นพฤติกรรมทางการเงินของตนเองอย่างชัดเจนขึ้น เพราะทั้งรายได้และค่าใช้จ่ายแต่ละรายการจะถูกแจกแจงออกมา ทำให้เราตระหนักได้ว่าค่าใช้จ่ายประเภทใดสูงเกินไป หรือไม่มีความจำเป็น หรือสามารถตัดออกได้ รวมทั้งทราบว่ารายได้ทางใดน้อยเกินไป หรือสามารถหาทางเพิ่มได้อีก ข้อมูลเหล่านี้จะช่วยให้เราสามารถวางแผนทางการเงินได้อย่างเหมาะสมมากขึ้น

● **ตั้งเป้าหมายให้ชัดเจน** ควรมีการตั้งเป้าหมายและกำหนดเวลาที่จะพิชิตเป้าหมายให้ชัดเจน รวมถึงมีการจัดลำดับความสำคัญของเป้าหมายให้สอดคล้องกับความสามารถทางการเงินในช่วงเวลานั้น ๆ เช่น หากในขณะนี้เรามีรายได้น้อยหรือภาระทางการเงินมาก ก็อาจเลื่อนเป้าหมายที่ไม่สำคัญออกไป เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่สำคัญหรือเร่งด่วนก่อน

ควรนำ “สิ่งที่จำเป็นต้องมี” มากำหนดเป็นเป้าหมายก่อน “สิ่งที่อยากได้” โดยเป้าหมายที่ดี ต้องเป็นไปตามหลัก SMART คือ ต้องมีคุณสมบัติดังนี้

|                   |  |
|-------------------|--|
| <b>Specific</b>   | ควรเป็นเป้าหมายที่ชัดเจน ไม่คลุมเครือ มีความเฉพาะเจาะจงว่าเราจะทำอะไร เพื่ออะไร  |
| <b>Measurable</b> | สามารถวัดผลเป็นตัวเลขหรือตัวเงินได้ชัดเจน เพื่อให้ทราบถึงความก้าวหน้า ว่าใกล้ถึงเป้าหมายมากน้อยแค่ไหนแล้ว                          |
| <b>Achievable</b> | เป็นเป้าหมายที่สามารถทำได้ โดยรู้ว่าต้องทำอะไรให้บรรลุเป้าหมาย   |
| <b>Realistic</b>  | เป็นสิ่งที่อยู่บนพื้นฐานความเป็นจริง   |
| <b>Time Bound</b> | มีกรอบเวลาที่แน่ชัดว่าจะเริ่มเมื่อใด และต้องใช้เวลาทำแค่ไหนให้บรรลุเป้าหมายที่ได้วางไว้ โดยอาจแบ่งเป็นระยะสั้น ระยะกลาง และระยะยาว |



● **จัดทำแผนทางการเงิน** ควรมีการจัดทำแผนการบริหารเงินและทรัพย์สินต่าง ๆ เช่น เราจะใช้จ่ายเงินอย่างไร หารายได้เพิ่มเติมจากแหล่งไหน หรือนำไปลงทุนอย่างไรเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ โดยต้องจัดสรรระยะเวลาของแผนให้สัมพันธ์กับรายได้และภาระทางการเงิน เพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายตามที่กำหนดไว้และไม่กดดันตัวเองจนเกินไป

● **ดำเนินการตามแผนอย่างเคร่งครัด** สิ่งที่สำคัญที่สุดคือความมุ่งมั่นและมีวินัย เพราะหากขาดการปฏิบัติที่จริงจังและต่อเนื่อง ก็ยากที่จะบรรลุเป้าหมายได้

● **ตรวจสอบและปรับแผนตามสถานการณ์** ควรหมั่นตรวจสอบอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยทุก ๆ ๖ เดือน ว่าทุกอย่างเป็นไปตามแผนที่วางไว้ หรือไม่หากไม่ก็ต้องหาสาเหตุว่า เกิดจากตัวเราหรือมีเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดที่ทำให้ไม่เป็นไปตามแผน แล้วปรับแผนให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป หากทำเช่นนี้ไปเรื่อย ๆ ก็จะทำให้เกิดวินัยทางการเงินและมีความมั่นคงทางการเงินอย่างแน่นอน



**สมการสู่ความมั่นคงทางการเงิน**

## I ประเมินความรู้อุปตัวทางการเงิน I

เรามาลองทำแบบประเมินความรู้อุปตัวทางการเงิน เพื่อทดสอบว่าปัจจุบันคุณมีความมั่นคงทางการเงินมากน้อยแค่ไหน มีทักษะการจัดการเงินส่วนบุคคลอย่างไร และความรู้พื้นฐานด้านการเงินเพียงพอหรือไม่ เพื่อใช้เป็นข้อมูลประกอบการวางแผนทางการเงินต่อไป (ห้ามแอบดูความหมายก่อนนะ)

### ๑. คุณทราบไหมว่าขณะนี้คุณมีเงินสด ทรัพย์สินอื่น ๆ และหนี้สินอยู่มากเท่าไร

ฉันทพจะทราบคร่าว ๆ ว่ามีทรัพย์สินและหนี้สินอยู่เท่าไร เพราะได้ทำบัญชีทรัพย์สินหนี้สินอย่างสม่ำเสมอ

หมายถึง คุณเป็นคนที่ยึดมั่นมาก สิ่งนี้สะท้อนว่าคุณมีการจัดการด้านการเงินอย่างเป็นระบบ และมีข้อมูลเพียงพอสำหรับการวางแผนและการตัดสินใจทางการเงิน อย่างไรก็ตาม คุณยังสามารถเพิ่มเติมทักษะการวางแผนการเงินโดยศึกษาได้จากหนังสือรู้รอบเรื่องการเงิน ตอน วางแผนการเงินอย่างชาญฉลาด

ตอนนี้อยู่ไม่ได้ ต้องขอกลับไปสำรวจก่อน

หมายถึง การจัดทำรายการทรัพย์สิน-หนี้สิน และปรับปรุงข้อมูลให้เป็นปัจจุบันอย่างสม่ำเสมอ นอกจากจะป้องกันการหลงลืมแล้ว ยังทำให้คุณทราบฐานะทางการเงินที่แท้จริงของตนเอง และใช้ประกอบการวางแผนและตัดสินใจด้านการเงินด้วย

### ๒. คุณออมเงินอย่างสม่ำเสมอหรือไม่

ใช่เลย ได้เงินมาเมื่อไหร่ ฉันทก็ออมเมื่อนั้น

หมายถึง คุณเป็นคนที่ยึดมั่นมาก เพราะเมื่อมีรายได้เข้ามา คุณควรกันเงินส่วนที่ต้องการออมไว้ก่อนเป็นอันดับแรก ส่วนที่เหลือจึงค่อยนำไปใช้จ่าย เมื่อทำเช่นนี้ได้อย่างสม่ำเสมอ คุณก็จะมีเงินออมก้อนโตได้ภายในเวลาไม่นาน

พอทำได้บ้าง เพราะเมื่อไหร่ที่มีเงินเหลือ ฉันทก็นำมาออม

หมายถึง คุณโชคดีที่พอจะมีเงินออมอยู่บ้าง เพราะโดยทั่วไปคนจะนำเงินไปใช้จ่ายจนหมด ทำให้ไม่เหลือเงินไว้เก็บออม การออมก่อนจ่ายจึงเป็นสิ่งที่ควรกระทำ ดังนั้น คุณควรตั้งเป้าหมายการออมไว้ และเมื่อมีรายได้เข้ามา ให้คุณกันเงินส่วนที่ต้องการออมไว้ก่อนเลย ที่เหลือจึงค่อยนำไปใช้จ่าย วิธีนี้จะช่วยให้คุณออมเงินได้อย่างสม่ำเสมอ

ไม่เคยออมเงินได้เลย เป็นเรื่องไกลเกินฝันจริง ๆ

หมายถึง ทุกความฝันสามารถเป็นจริงได้ด้วยการลงมือทำ เพียงแค่คุณตั้งเป้าหมายในการออม โดยเริ่มต้นด้วยจำนวนเงินน้อย ๆ ก่อนก็ได้ เช่น ออมวันละ ๑๐-๒๐ บาท และกันเงินส่วนที่ต้องการออมไว้ก่อนเงินส่วนที่เหลือจึงค่อยนำไปใช้จ่ายในเรื่องที่จำเป็น รู้ไหมว่าเมื่อครบปีคุณก็จะมีเงินออมหลายพันบาทแล้วนะ

### ๓. คุณทำอย่างไรกับการใช้จ่ายในแต่ละเดือน

- ตั้งงบประมาณค่าใช้จ่ายในแต่ละเรื่องไว้ และพยายามใช้จ่ายให้ไม่เกินงบประมาณนั้น

หมายถึง ดีเยี่ยม การตั้งงบประมาณไว้ล่วงหน้า และการรักษาวินัยทางการเงิน โดยใช้จ่ายตามงบประมาณที่ตั้งไว้ จะช่วยให้คุณควบคุมค่าใช้จ่ายได้เป็นอย่างดี

- ตั้งงบประมาณไว้ เพื่อจะได้ทราบรายจ่ายอย่างคร่าว ๆ แต่อาจใช้จ่ายเกินงบประมาณที่ตั้งไว้ไปบ้างในบางเดือน

หมายถึง คุณทำดีแล้วที่ตั้งงบประมาณไว้ล่วงหน้า แต่ถ้าจะให้ดียิ่งขึ้น ต้องพยายามรักษาวินัยทางการเงินและใช้จ่ายตามงบประมาณที่ตั้งไว้ด้วย จะทำให้คุณสามารถควบคุมค่าใช้จ่ายได้เป็นอย่างดี ขอให้ท่องไว้ให้ขึ้นใจ “ไม่ว่าราคาจะถูกแค่ไหน ถ้าไม่ใช่ ก็ไม่ควรซื้อ”

- มีค่าใช้จ่ายอะไรก็จ่าย ๆ ไป ไม่เห็นจำเป็นต้องตั้งงบประมาณอะไรเลย

หมายถึง คุณเชื่อหรือไม่ว่า การตั้งงบประมาณและใช้จ่ายตามงบประมาณที่ตั้งไว้ จะช่วยให้คุณสามารถควบคุมรายจ่ายได้เป็นอย่างดี แถมยังช่วยให้คุณมีเงินเก็บออมเพิ่มขึ้นอีกด้วย และขอให้ท่องไว้ให้ขึ้นใจว่า “ไม่ว่าราคาจะถูกแค่ไหน ถ้าไม่ใช่ ก็ไม่ควรซื้อ”

### ๔. คุณมีวิธีเลือกซื้อสินค้าหรือบริการอย่างไร

- ฉันคิดถึงความเป็น ประโยชน์ใช้สอย คุณภาพ และราคา ก่อนซื้อทุกครั้ง

หมายถึง เยี่ยมมาก คุณสามารถควบคุมค่าใช้จ่ายได้ดี และยังได้ใช้ของที่มีคุณภาพในราคาประหยัดอีกด้วย

- บางครั้งฉันเห็นสินค้าแล้วตัดสินใจซื้อทันที โดยที่อาจไม่เคยได้ใช้มันเลย หรือพบในภายหลังว่าสินค้านั้นมีคุณภาพและราคาไม่เหมาะสม

หมายถึง ก่อนซื้อของคุณควรใช้เวลาพิจารณานานขึ้นอีกสักหน่อย โดยอาจเดินไปที่อื่นก่อนก็ได้ แล้วลองถามตัวเองอีกสักกรอบว่าจำเป็นต้องซื้อของนั้นหรือไม่ ถ้าจำเป็นจึงค่อยเดินกลับมาซื้อก็ยังทัน

- ทุกครั้งที่ฉันเห็นของที่ชอบก็จะซื้อทันที แล้วก็มาพบว่าฉันมีของที่ไม่ได้ใช้งานอยู่เป็นจำนวนมาก หรือมาพบภายหลังว่าของนั้นมีคุณภาพและราคาไม่เหมาะสม

หมายถึง นำเสียดายเงินที่ถูกใช้จ่ายโดยไม่ได้ประโยชน์ หากคุณสามารถตนเองที่จะไม่ซื้อของไม่ได้ คุณอาจต้องใช้วิธีการไปห้างสรรพสินค้าโดยไม่มีเป้าหมาย ใช้จ่ายด้วยเงินสดแทนบัตรเครดิต หรือใช้เวลาให้มากขึ้นในการซื้อของแต่ละชิ้น เพื่อทบทวนอีกครั้งว่าคุณมีความจำเป็นต้องซื้อของชิ้นนี้หรือไม่ หากจำเป็นต้องซื้อ ก็ลองเดินดูจากหลาย ๆ ร้าน เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพ ราคา และข้อเสนออื่น ๆ ก่อนที่จะจ่ายเงินออกไป

๕. ลองนึกดูว่า ถ้าอยู่ที่ ๆ ก็เกิดเหตุไม่คาดฝันทำให้คุณขาดรายได้กะทันหัน เช่น ถูกไล่ออกจากงาน หรือประสบอุบัติเหตุจนไม่สามารถทำงานได้ คุณมีเงินสำรองเพียงพอที่จะดำรงชีพอยู่โดยไม่มีรายได้มานานที่สุด

ไม่เกิน ๓ เดือน

หมายถึง เงินสำรองเพื่อฉุกเฉินของคุณยังน้อยเกินไป คุณควรทยอยออมเงินเพื่อฉุกเฉินเพิ่มขึ้น เพื่อให้ครอบคลุมรายจ่ายประจำอย่างน้อย ๖ เดือน เพราะชีวิตมีความไม่แน่นอนจึงอาจเกิดเรื่องฉุกเฉินที่คุณไม่คาดคิดมาก่อนได้เสมอ การมีเงินสำรองไว้ให้มากพอ จะช่วยบรรเทาความเดือดร้อนลงได้

ประมาณ ๓-๖ เดือน

หมายถึง เงินสำรองของคุณอยู่ในระดับพอใช้ได้ แต่อย่างไรก็ดี คุณควรออมเงินเพื่อฉุกเฉินให้ครอบคลุมรายจ่ายที่เกิดขึ้นเป็นประจำอย่างน้อย ๖ เดือน เพราะชีวิตมีความไม่แน่นอนจึงอาจเกิดเรื่องฉุกเฉินที่ไม่คาดคิดมาก่อนได้เสมอ การมีเงินสำรองไว้เพียงพอก็จะช่วยบรรเทาความเดือดร้อนลงได้

ประมาณ ๖ เดือน - ๑ ปี

หมายถึง คุณมีเงินสำรองอยู่ในระดับที่ดี เงินจำนวนนี้จะช่วยบรรเทาความเดือดร้อนที่เกิดจากความไม่แน่นอนหรือเรื่องฉุกเฉินที่ไม่คาดคิดมาก่อนได้เป็นอย่างดี และเมื่อใช้เงินก้อนนี้ไปแล้ว ควรสะสมเงินออมเพื่อฉุกเฉินขึ้นมาใหม่ให้ครอบคลุมรายจ่ายประจำอย่างน้อย ๖ เดือน เพื่อเตรียมพร้อมรองรับเหตุฉุกเฉินที่อาจเกิดขึ้นอีกในคราวต่อไป

มากกว่า ๑ ปี

หมายถึง คุณมีเงินสำรองอยู่ในระดับที่ดีมาก แต่ก็มีข้อควรคำนึงถึงก็คือ การเก็บออมไว้ในบัญชีเงินฝากออมทรัพย์เป็นจำนวนมาก ทำให้คุณเสียโอกาสที่จะได้รับผลตอบแทนที่เพิ่มสูงขึ้น ดังนั้น ถ้ามีเงินออมแบบนี้มาก ๆ คุณควรแบ่งเงินบางส่วนไปไว้ในทางเลือกอื่น ๆ บ้าง เพื่อให้ได้รับผลตอบแทนที่ดีสูงขึ้น ภายใต้ความเสี่ยงที่คุณยอมรับได้ เช่น เงินฝากออมทรัพย์พิเศษ เงินฝากประจำ กองทุนรวม ทั้งนี้ สิ่งที่คุณควรตระหนักไว้ก็คือ เงินจำนวนนี้อาจมีสภาพคล่องที่ต่ำลง และมีความเสี่ยงที่สูงขึ้น ดังนั้น คุณจึงควรศึกษาและใช้วิจารณญาณอย่างรอบคอบก่อนตัดสินใจลงทุน

๖. คุณเตรียมตัวสำหรับการเกษียณอายุ หรือ ยามแก่ชรา ไร่อย่างไรแล้วบ้าง

ฉันมีเงินเก็บที่เพียงพอกับการใช้จ่ายแล้ว

หมายถึง คุณเป็นผู้ที่มีการเตรียมตัวอย่างยอดเยี่ยม ในยามเกษียณหรือยามแก่ชราคุณสามารถพักผ่อน มีเวลาว่างสำหรับทำกิจกรรมที่โปรดปราน และดูแลสุขภาพ โดยมีเงินใช้อย่างเพียงพอ จึงไม่จำเป็นต้องวิตกกังวลเรื่องการเงิน ถือเป็นรางวัลสำหรับการที่คุณทุ่มเทให้กับการทำงาน และบริหารเงินด้วยความรอบคอบตลอดชีวิต

ฉันวางแผนไว้แล้ว และกำลังทำตามแผน เพื่อให้ฉันมีความพร้อมทางการเงินในวันเกษียณอายุหรือยามแก่ชรา

หมายถึง คุณเป็นผู้ที่มีการเตรียมตัวอย่างดี การเกษียณหรือแก่ชราอย่างมีความพร้อมทางการเงิน ต้องอาศัยการวางแผน และดำเนินตามแผนตั้งแต่นั้น ๆ ขอเป็นกำลังใจสำหรับการทำงานอย่างขยันขันแข็ง และการรักษาวินัยทางการเงินอย่างสม่ำเสมอ เพื่อการเกษียณอย่างมีความสุขของคุณ

ฉันยังไม่แน่ใจว่าฉันจะสามารถมีเงินใช้ในยามเกษียณหรือยามแก่ชราได้อย่างเพียงพอ

หมายถึง การเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่วัยเกษียณหรือยามแก่ชราเพื่อลดความกังวลทางการเงิน ต้องอาศัยการวางแผน และดำเนินตามแผนตั้งแต่นั้น ๆ คุณควรเริ่มออมเงินเพื่อการเกษียณหรือยามแก่ชรา และศึกษาเกี่ยวกับการทำประกันให้ครอบคลุมกับความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นไว้เสียตั้งแต่วันนี้เลย

## | ประโยชน์ของการวางแผนทางการเงินส่วนบุคคล |



ไม่ว่าจะอยู่ในยุคที่เศรษฐกิจกำลังรุ่งเรืองหรือถดถอยการวางแผนทางการเงินส่วนบุคคลก็เป็นเรื่องที่สำคัญเท่ากัน ไม่ว่าจะมั่งคั่งหรือยากจนก็ต้องอาศัยการวางแผนการจัดการที่ดีเท่านั้น จึงจะทำให้บุคคลมีความมั่นคงและยังรับประกันความเสี่ยงต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นกับเงินออม น้อยคนนักที่จะได้รับการเรียนการสอนเกี่ยวกับการวางแผนทางการเงินส่วนบุคคล เมื่อเรียนจบมาทำงานมีรายได้แล้ว กลับไม่สามารถจัดการด้านการเงินของตนเองได้ตึ๊ง ก็เป็นเรื่องที่คนเราควรแสวงหาความรู้ด้านนี้ให้มากขึ้นและมองเห็นความสำคัญของการวางแผนการเงิน เพราะบุคคลคือหน่วยย่อยที่สุดในระบบการหมุนเวียนของกระแสเงินสดทั้งระบบ

หากทุกคนมีการจัดการด้านการเงินที่ดี ก็จะทำให้เศรษฐกิจของประเทศดำเนินไปได้ดีเช่นเดียวกัน ประโยชน์สำคัญของการวางแผนทางการเงิน ดังนี้

### | การวางแผนทางการเงิน ทำให้รู้ถึงสถานะทางการเงินที่แท้จริง |

คนเราไม่มีทางรู้ได้เลยว่าตนเองมีสถานะการเงินอย่างไร หากไม่แจกแจงออกมา หลายคนกลัวเสียด้วยซ้ำ เพราะไม่อยากรู้สถานะทางการเงินที่แท้จริงของตนเอง ทำให้การจัดการวางแผนการเงินยิ่งยุ่งยากและเป็นไปไม่ได้ หากใครที่ต้องการวางแผนการเงิน การรู้สถานะทั้งหมดจึงเป็นเรื่องที่ต้องทำเป็นอันดับแรก ว่าคุณมีเงินสด หนี้ ทรัพย์สินและรายรับอยู่เป็นจำนวนเท่าใด คุณสามารถใช้โปรแกรมคำนวณในการช่วยบันทึกข้อมูล ตั้งแต่การบันทึกค่าใช้จ่ายประจำวันและสรุปเป็นรายเดือน เพื่อเปรียบเทียบระหว่างเดือน คุณมีรายรับจากด้านใดบ้าง ในแต่ละช่วงเวลาของปี เช่น เงินเดือน ค่าเช่า ดอกเบี้ย เงินปันผลจากหุ้น และคุณมีรายจ่ายอะไรบ้างนอกจากรายจ่ายในชีวิตประจำวัน เช่น ค่าประกันชีวิต ค่าประกันรถยนต์ ค่าประกันอุบัติเหตุ ค่าผ่อนส่งบ้านหรือรถยนต์ เงินออมกองต่าง ๆ

เมื่อทำรายละเอียดลงตารางไว้แล้วก็ง่ายต่อการบวกลบและคำนวณตัวเลข เพื่อจะได้รู้ว่าในแต่ละเดือนของคุณนั้นเมื่อหักลบรายได้ รายจ่ายแล้วมีเงินเหลือหรือขาดเงินอยู่เท่าใด ตารางนี้จะใช้เป็นแม่แบบ เพื่อการจัดการด้านการเงินต่าง ๆ และมีประโยชน์เพื่อการตรวจสอบและเห็นแนวโน้มของสถานะทางการเงินของคุณ

### | การวางแผนทางการเงิน ช่วยลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น |

จากการทำตารางบันทึกการใช้จ่ายด้านต่าง ๆ ถ้าคุณบันทึกได้ดีลงรายละเอียดว่า มีการใช้จ่ายด้านต่าง ๆ ไปอย่างไรบ้างในแต่ละวัน เช่น ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ค่าดูหนัง ฟังเพลง อาหารนอกบ้าน ซอปปิ้ง เสื้อผ้าสินค้าอื่น ๆ อยากรู้ สิ่งเหล่านี้คุณจะสามารถจำไม่ได้เลยถ้าไม่ได้มีการบันทึกเอาไว้ หากใช้บัตรเครดิตก็ไม่สามารถครอบคลุมและเห็นเพียง Statement รายเดือนเท่านั้น หลายรายการไม่สามารถใช้บัตรเครดิตได้ เช่น คุณซื้อน้ำดื่มในร้านสะดวกซื้อ ที่แนะนำให้บันทึกอย่างละเอียดเพราะว่าอาจจะมียางรายการที่คุณเปลืองใช้เงินเป็นนิสัยและใช้มากกว่าปกติและเกินงบประมาณ เช่น การทานอาหารนอกบ้าน หรือการซอปปิ้งสินค้าที่มีราคาแพง เพราะหลายครั้งคนเราแม้จะทราบว่ามีเงินจำกัดในแต่ละเดือน แต่เมื่อเห็นสินค้าลดราคาแล้วอดใจไม่ไหวจึงซื้อก็มี การจดบันทึกจะเป็นเหมือนมิเตอร์ที่เตือนให้คุณรู้ว่าค่าใช้จ่ายในหมวดใดที่คุณใช้เงินเกินจำเป็นแล้ว ส่วนจะลดรายการใช้จ่ายอย่างไรก็อยู่ที่ดุลยพินิจของแต่ละบุคคล ตารางข้อมูลเป็นเพียงตัวช่วยบ่งบอกเท่านั้น การจดบันทึกค่าสาธารณูปโภคก็มีประโยชน์เช่นกัน เช่น เห็นค่าไฟฟ้าหรือค่าน้ำขึ้นสูงผิดปกติจากค่าเฉลี่ยก็ต้องมองหาจุดที่มีไฟฟ้าวรัวหรือน้ำประปารัว หรือปรับลดพฤติกรรมการใช้กระแสไฟฟ้าลง

## | การวางแผนทางการเงินส่วนบุคคล ทำให้มีรายได้เพิ่มจากการออมและวางแผนภาษี |

การทราบที่ไปที่ไปว่ามีรายได้และค่าใช้จ่ายอย่างไร ทำให้บุคคลสามารถจัดการเรื่องการออมได้อย่างถูกต้อง ถ้ามีเงินเดือนในบริษัทที่มั่นคงและดำเนินชีวิตตามปกติก็ค่อนข้างจะคำนวณได้แม่นยำว่าต้องการเก็บออมเงินเป็นจำนวนเท่าใด และจะออมอย่างไร ซึ่งก็มีผลิตภัณฑ์ทางการเงินให้เลือกหลายอย่าง เช่น เงินฝากประจำ เงินฝากออมทรัพย์ ทองคำ อสังหาริมทรัพย์ การลงทุนในธุรกิจด้านต่าง ๆ หรือเป็นการซื้อกองทุนรวมที่ให้ผลประโยชน์ตอบแทนที่เปอร์เซ็นต์ต่อปี คุณจะมองเห็นภาพรวมของรายได้และการจ่ายภาษี เพื่อที่จะได้แบ่งสรรปันส่วนเงินไปใช้ประโยชน์ด้านต่าง ๆ ได้ เช่น บริจาคเพื่อการกุศล การซื้อประกันชีวิต หรือการซื้ออสังหาริมทรัพย์ เพื่อใช้เป็นส่วนลดหย่อนค่าใช้จ่ายก่อนคำนวณภาษีได้

## | การวางแผนทางการเงินทำให้สามารถวางแผนการใช้ชีวิตในอนาคต |

เพราะคนเราไม่ได้มีสถานะอยู่เหมือนเดิมตลอดไป ตามอายุที่เพิ่มขึ้น คุณก็ต้องเกษียณในอนาคต และหลังจากเกษียณแล้วคุณจะทำรายได้ต่อไป จะมีแหล่งรายได้อะไรบ้างที่มาคำนวณในวันที่ไม่ได้ทำงานตามปกติแล้ว หรือคุณกำลังวางแผนที่จะมีครอบครัว แต่งงานและมีบุตรก็จะมีเรื่องการเงินเข้ามาเกี่ยวข้องเพิ่มเติมอีกทั้งค่าเลี้ยงดูและการศึกษาค่าเล่าเรียนต่าง ๆ การวางแผนทางการเงินจะทำให้รู้ว่าคุณมีเงินเหลือพอที่จะหาความสุขในชีวิต เช่น ไปท่องเที่ยวได้อย่างไร มีงบที่จะไปเรียนต่อได้หรือไม่ สิ่งเหล่านี้สามารถทำได้โดยการวางแผนทางการเงินเพื่อให้คุณจัดการเงินรายได้และรายจ่ายอย่างเหมาะสมโดยยังคงมีความมั่นคงทางการเงินรองรับ

เมื่อเห็นประโยชน์ที่สำคัญของการวางแผนทางการเงินส่วนบุคคลแล้ว เชื่อว่าหลายคนคงจะต้องหันกลับมาตระหนักถึงความจำเป็นที่จะต้องวางแผนทางการเงินอย่างจริงจัง เพื่อให้สามารถลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น และรู้ว่าต้องหารายได้เพิ่มอย่างไรบ้างจึงจะเพียงพอต่อรายจ่ายต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคต โดยการกำหนดเป้าหมายและบันทึกรายการทรัพย์สินในแต่ละเดือนและแต่ละปี จะทำให้รู้ถึงศักยภาพของตนเองว่ามีมูลค่าทรัพย์สินที่เพิ่มขึ้นและลดลงอย่างไร ตลอดจนการลงทุนที่เป็นการเพิ่มแหล่งรายได้และทรัพย์สินที่จะช่วยเสริมสร้างความอุ่นใจว่าจะมีเงินเพียงพอต่อการดำรงชีวิตเพื่อความสุขของตนเองและครอบครัวต่อไปในอนาคต

## | วิธีวางแผนการเงิน แบบใช้ได้ตลอดชีวิต |

สภาวะสินค้าทั้งอุปโภคและบริโภคที่ต่างก็พากันขึ้นราคา ทำให้เหล่ามนุษย์เงินเดือนและพ่อค้าแม่ค้า หรือแม้กระทั่งในนักธุรกิจรายใหญ่ก็ล้วนแล้วแต่จะต้องมีการบริหารการเงิน ที่เป็นการดูแลการเงินให้มีความเรียบร้อยและรอบคอบเอาไว้ก่อนในกรณีที่ถูกเงินเมื่อต้องมีการใช้เงินในอนาคต



การวางแผนทางการเงิน ถือว่าเป็นข้อที่ควรจะต้องปฏิบัติเป็นอย่างแรกๆ ที่ทุกคนสมควรที่จะต้องทำ ทั้งวิธีวางแผนการเงินของตัวเองและครอบครัวให้มีความเหมาะสม ประกอบไปด้วยการสำรวจตัวเอง การกำหนดเป้าหมายการจัดส่วนของการบริหารเงิน โดยจะต้องมีการจัดงบดุลในการคุมเรื่องค่าใช้จ่ายส่วนตัว ที่จะต้องมีการรวบรวมตัวเลขรายได้ที่มีอยู่ทั้งหมด, รวบรวมและจดบันทึกรายจ่ายในแต่ละเดือน ว่าจะต้องมีการใช้จ่ายไปกับเรื่องใดบ้าง คาดคะเนรายจ่ายที่มีอยู่ในอนาคต เพื่อทำสรุปงบประมาณ แล้วตั้งเป็นงบดุลเงินสด ติดตามการใช้จ่ายและการปรับปรุงงบประมาณ เมื่อเข้าสู่วิธีวางแผนการเงิน ก็ต้องเริ่มที่จะมีการออม โดยที่การออมนั้นควรที่จะมีการแยกบัญชีเงินฝากออกมาเป็น ๓ บัญชี ได้แก่

- บัญชีการใช้จ่ายเผื่อยามฉุกเฉิน
- บัญชีเงินออม
- ตัวบัญชีเพื่อการลงทุน

**| การบริหารหนี้สิน |** เป็นอีกทางหนึ่งที่จะสามารถหนีกับดักทางการเงิน เป็นไปตามสุภาษิตว่า “การไม่มีหนี้ถือว่าเป็นลาภอันประเสริฐ” ซึ่งตัวหนี้ก็มีทั้งแบบ หนี้ดีและหนี้พุ่มเฟิย ที่จะขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์วิธีการที่ดีที่สุดในการลดหนี้ คือ การที่พยายามใส่เงินในจำนวนมากที่สุด โดยที่จะไม่กระทบกับรายจ่ายประจำที่จำเป็นเพื่อเป็นการชำระหนี้สินที่ถูกคิดดอกเบี้ยเอาไว้แพงที่สุด

**| การวางแผนเพื่อการประหยัดภาษี |** เป็นวิธีการง่าย ๆ ที่สรรหาคำตอบของการลดหย่อนภาษีที่ประกอบไปด้วย ดอกเบี้ยการกู้ซื้อบ้าน เงินบริจาค และการทำประกันชีวิต เป็นต้น และการวางแผนทางการเงินของคู่สมรสที่จะต้องมีการวางแผนทางการเงินในอนาคตที่มีระยะยาวถึง ๑๐ ปี และสามารถที่จะจัดแยกเงินออกมาเป็นหลายบัญชี ตามวัตถุประสงค์ของการใช้เงินในแต่ละประเภท

ถ้าต้องการหรือจำเป็นที่จะต้องซื้อสิ่งเหล่านี้

**รถยนต์** ก็ต้องมีแผนในการซื้อรถยนต์ ที่ค่าใช้จ่ายในการซื้อรถ ไม่ควรที่จะเกินอัตรา ๑๕% ของรายได้ของครอบครัว เพื่อที่จะไม่เกิดสภาวะการใช้จ่ายเงินหรือภาระการผ่อนส่งที่เกินตัว

**บ้าน** แผนการเงินเพื่อการซื้อบ้านก็ให้เลือกโครงการที่ดีที่มีค่าใช้จ่ายที่ต่ำสุด กู้เงินให้น้อยที่สุดและมีการผ่อนชำระให้เร็วที่สุดอีกด้วย

**ลูก** เมื่อต้องมีลูกก็ต้องมีแผนการเงินเพื่อการมีลูก โดยให้เริ่มจากการสำรวจค่าใช้จ่ายเฉลี่ยในการคลอดบุตร และค่าเลี้ยงดูบุตรต่อเดือน ซึ่งค่าใช้จ่ายทั้งหมดนี้สามารถที่จะจัดการได้ คือ เมื่อพอเริ่มที่จะตั้งครรภ์ก็ต้องเริ่มที่จะเก็บเงิน และบริหารเงินที่ดี

**การศึกษา** แผนการเงินเพื่อการศึกษา ต้องคำนวณหาค่าเล่าเรียนที่ต้องคิดจากตัวค่าเงินในปัจจุบันและอนาคต โดยให้รวมอัตราการเพิ่มของค่าเทอมหรือเงินเพื่อเฉลี่ยไปต่อปีที่ประมาณ ๕% เข้าไปด้วย

**เกษียณ** แผนการเงินในการเกษียณ เมื่อตอนเกษียณต้องมีการคำนวณด้วยการเอา ๑ หารด้วย ๑๐ แล้วนำเอามาคูณด้วยอายุปัจจุบัน และคูณรายได้ทั้งปี ถ้ามีเงินออมที่น้อยกว่าที่คำนวณได้ ก็ต้องมีการเก็บเงินในสัดส่วนที่มากยิ่งขึ้น จึงจะสามารถพอต่อค่าใช้จ่ายในอนาคตได้

นอกจากนี้ยังมีวิธีการคิดในการแบ่งเงินเอาไว้สำหรับการใช้จ่ายในกรณีฉุกเฉิน และกันเอาไว้สำหรับสร้างหลักประกันที่เรียบร้อยแล้ว เงินที่เหลือจะเป็นเงินในส่วนที่นำเอามาลงทุนได้ ซึ่งก็จะเป็นประเภทของ **บริหารเงินการลงทุน** ที่มีตั้งแต่ตัวหุ้น ตราสารหนี้ กองทุนรวมและตัวเงินฝาก การลงทุนเหล่านี้ผู้ลงทุนจะต้องมีการศึกษาข้อมูลอย่างละเอียดก่อนการลงทุนในทุก ๆ ครั้ง การจัดการเงินออมในแต่ละเดือนให้กลายเป็นเหลือเก็บก่อนค่อยเอาไปใช้ หรือเหลือจ่ายก่อนค่อยเอาไปเก็บ จะมีการจัดขึ้นมาเป็นสมการที่น่าสนใจของการออมเงินที่ต้องลองมาดูว่าการออมแบบใดที่จะเหมาะสมกับตัวเอง คือ

$$\begin{aligned} \text{รายได้} - \text{เงินออม} &= \text{รายจ่าย} \quad (\text{เหลือเก็บแล้วค่อยเอาไปใช้}) \\ \text{รายได้} - \text{รายจ่าย} &= \text{เงินออม} \quad (\text{เหลือจ่าย ค่อยเอาไปเก็บ}) \end{aligned}$$

สมการการออมเงินที่ดีต้องเป็นไปในรูปแบบแรก คือ การหักออมเอาไว้ก่อน ที่เหลือจึงค่อยนำไปใช้จ่ายได้ตามที่ต้องการ เพื่อที่จะกันเงินสำหรับการออมที่ที่อยู่อย่างสม่ำเสมอในแต่ละเดือน แต่สำหรับคนที่มีการมองหาความมั่นคง สมการนี้ก็ถือว่ายังไม่มีความเพียงพอ ต้องเลือกเป็นรูปแบบของสมการเศรษฐกิจแบบนี้คือ

$$\text{รายได้} - \text{เงินออม} - \text{เงินลงทุน} = \text{รายจ่าย}$$

โดยหลังจากการหักเงินออมแล้ว ยังจะต้องมีการแบ่งเงินในส่วนหนึ่งไว้สำหรับลงทุนด้วย เพื่อให้เงินเป็นตัวแทนงาน เงินที่ทำการลงไปจะได้งอกเงยขึ้นมาเรื่อย ๆ แต่ก่อนที่จะทำการลงทุน ก็ควรที่จะต้องมีการสำรวจตนเองเพื่อที่จะดูว่า สามารถที่จะยอมรับต่อความเสี่ยงในการลงทุนนั้นมีมากน้อยแค่ไหน ปัจจุบันเหล่าสถาบันทางการเงินต่าง ๆ มีรูปแบบของการทดสอบในการวัดระดับความเสี่ยงสำหรับลูกค้าก่อนการตัดสินใจในการลงทุนก่อนทุกครั้ง เพื่อเป็นการเลือกวัดระดับความเสี่ยงที่ลูกค้าแต่ละรายจะสามารถยอมรับได้ และเลือกประเภทของการลงทุนที่มีความเหมาะสมให้เหมาะกับไลฟ์สไตล์ และเป้าหมายในการลงทุน พร้อมความเหมาะสมของการลงทุนในแต่ละคน

ดังนั้น สิ่งแรกที่เราควรทำในการวางแผนทางการเงินก็คือ “การกำหนดเป้าหมายหรือกำหนดสิ่งที่เราต้องการก่อน” ซึ่งเป้าหมายนั้นอาจจะแตกต่างกันไปตามความต้องการของแต่ละบุคคล ไม่ว่าจะเป็นการซื้อบ้านใหม่ คอนโดฯ ใหม่ หรือรถคันใหม่ การไปท่องเที่ยวทั้งในประเทศและต่างประเทศ หรือการอยากคิดที่จะเกษียณตั้งแต่อายุยังน้อย ไม่ว่าจะมีความต้องการแบบใดก็ตามให้ลองเลือกมาสักข้อ สองข้อแล้ววางแผนที่จะไปถึงมันให้ได้ ก็จะช่วยให้เรามีกำลังใจในการดำเนินการตามแผนที่วางไว้มากขึ้น

โดยที่เป้าหมายนี้จะทำให้เราเห็นถึงความต้องการของตัวเองอย่างชัดเจน และจะช่วยให้สามารถคาดคะเนระยะเวลาที่เราจะต้องเก็บออม หรือลงทุน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ และยังเป็นตัวกำหนดให้เรารู้จักคิดคำนวณล่วงหน้าว่าเราจะวางแผนใช้เงินอย่างไร จะกระทบกับแผนที่เราวางไว้หรือไม่ โดยการกำหนดเป้าหมาย ควรแบ่งออกเป็น “เป้าหมายระยะสั้น” และ “เป้าหมายระยะยาว”

**เป้าหมายระยะสั้น** คือ การวางแผนสั้น ๆ ไม่เกิน ๑ ปี เพราะถ้าเราวางแผนเฉพาะระยะยาวเพียงอย่างเดียวแล้ว เราอาจจะเกิดการท้อขึ้นมาได้ เนื่องจากว่าระยะเวลาที่นานเกินไป และไม่บรรลุเป้าหมายสักที ดังนั้น การตั้งเป้าหมายระยะสั้น เป็นเหมือนการให้รางวัลชิ้นเล็ก ๆ แก่ตัวเราเพื่อให้เรามีกำลังใจที่จะทำตามแผนต่อไป ตัวอย่างเป้าหมายระยะสั้น ก็อย่างเช่น การไปท่องเที่ยวตามสถานที่ต่าง ๆ ทั้งในและต่างประเทศ การเปลี่ยนโทรศัพท์มือถือเครื่องใหม่ แม้กระทั่งการเปลี่ยนเฟอร์นิเจอร์ตกแต่งบ้านใหม่ เป็นต้น

**เป้าหมายระยะยาว** คือ การวางแผนการเงินสำหรับสิ่งที่เราต้องการในอนาคตข้างหน้า โดยที่เป้าหมายมีระยะเวลาตั้งแต่ ๑ ปีขึ้นไป ซึ่งอาจจะเป็น ๒ ปี ๕ ปี ๑๐ ปี หรือมากกว่านั้น โดยเป้าหมายระยะยาวถือเป็นเป้าหมายหลักที่ทำให้เราต้องมาลงมือทำเรื่องการวางแผนทางการเงิน เพราะความต้องการเหล่านั้นเป็นสิ่งที่ต้องใช้เงินเยอะ ยิ่งถ้าเราต้องการความสุขมากเท่าไรเราก็ต้องการเงินเยอะขึ้นเท่านั้น เราจึงต้องมีแผนการออมการลงทุน ที่รัดกุมและรอบคอบมากยิ่งขึ้น โดยที่เป้าหมายระยะยาว ก็อย่างเช่น การซื้อรถยนต์ บ้าน คอนโดฯ การส่งลูกไปเรียนต่างประเทศ รวมถึงการเก็บเงินสำหรับแต่งงาน เป็นต้น



โดยเมื่อเราตั้งเป้าหมายได้ทั้งระยะสั้น และระยะยาวแล้ว เราจะพบว่ารายการไหนที่เราต้องการทำก่อนหลัง รายการไหนที่จำเป็นมากหรือน้อยเพียงใด รวมถึงรายการไหนต้องเตรียมวางแผนตั้งแต่เนิ่น ๆ แล้วเลือกจัดเรียงแบ่งประเภท แล้วทำการวางแผนทางการเงินได้เลย โดยมีขั้นตอนการวางแผนทางการเงินให้เราประสบความสำเร็จได้อย่างง่าย ๆ เพียง ๔ ขั้นตอน ดังนี้

**ขั้นตอนแรก** การเข้าใจและสำรวจความต้องการของตัวเอง สิ่งที่จะต้องยอมรับให้ได้เป็นอันดับแรกก็คือ การยอมรับตัวเอง การรู้จักนิสัยทางการเงินตัวเอง เงื่อนไข ข้อจำกัด และความพร้อมที่จะรับความเสี่ยงได้มากหรือน้อยเพียงใด เมื่อทราบแล้วจะได้มาปรับใช้ในการวางแผนการเงิน ไม่ว่าจะเป็นการออม และการลงทุนที่เหมาะสม เช่น ถ้าคุณเป็นคนที่มีพื้นฐานการเงินไม่แน่น แต่เลือกการลงทุนที่มีความเสี่ยงสูง ก็ต้องใช้ความระมัดระวังเป็นอย่างสูง ประกอบกับความรู้ความเข้าใจเป็นอย่างมาก ไม่อย่างนั้นก็อาจจะทำให้เรามีโอกาสสูญเสียเงินมากกว่าที่จะได้รับเงินก็ได้

**ขั้นตอนที่สอง** กำหนดระยะเวลาและเป้าหมายที่แน่นอน การกำหนดเป้าหมายนั้น ควรกำหนดสิ่งที่สามารถเป็นจริงได้ ไม่เพ้อฝัน เช่น “จะเป็นคนรวยที่สุดในประเทศภายใน ๓ ปี” เป็นการกำหนดเป้าหมายที่ไม่สามารถเป็นไปได้ และจะทำให้เป้าหมายของเราล้มเหลวตั้งแต่ยังไม่เริ่มต้น การกำหนดเป้าหมายและระยะเวลาที่ดีนั้นต้องคำนึงถึงว่าเราต้องการอะไร อยากจะเป็นอยู่อย่างไร เราจะต้องใช้เงินเท่าไร และเรามีเวลาในการหาเงินนั้นอีกเท่าไร ลองเขียนรายการเหล่านี้ออกมาดู โดยดูเป้าหมายที่เป็นไปได้ ปฏิบัติได้ เช่น อยากจะไปเที่ยวประเทศยุโรป ซึ่งต้องใช้เงินประมาณ ๑๕๐,๐๐๐ บาท เราก็อาจจะตั้งเป้าหมายว่า ใน ๓ ปีนี้เราจะบริหารเงินให้ได้มากกว่า ๑๕๐,๐๐๐ บาท โดยการเก็บเงินเดือนละประมาณ ๔,๕๐๐ บาท แต่ถ้าต้องการไปภายใน ๒ ปี ก็อาจจะหาวิธีลงทุนที่มีผลตอบแทนมากกว่าเพื่อให้สำเร็จตามที่ต้องการ เป็นต้น

**ขั้นตอนที่สาม** กำหนดสัดส่วนเพื่อใช้เงินอย่างเหมาะสม เมื่อเรามีเป้าหมาย ก็จะทำให้เรามีตัวเลขเงินที่อยู่ในใจ ต้องหาวิธีให้ได้เงินก้อนนั้นมา โดยพื้นฐานแล้วสิ่งสำคัญที่สุดคือการจัดสัดส่วนรายได้ รายจ่ายให้เหมาะสม โดยค่าใช้จ่ายอาจจะแบ่งเป็น ค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นประจำ เช่น ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ค่าผ่อนรถ ผ่อนค่าบ้าน ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าบัตรเครดิต เป็นต้น ส่วนอีกอย่างหนึ่งเราจะเรียกว่า ค่าใช้จ่ายพิเศษ เช่น ค่าเครื่องแต่งกาย ค่ารักษาพยาบาล ค่าใช้จ่ายในการเข้าสังคม เป็นต้น ซึ่งค่าใช้จ่ายส่วนนี้จะจำเป็นน้อยกว่า ค่าใช้จ่ายส่วนแรก เมื่อมีรายได้เข้ามาเราควรกันเงินไว้ให้ค่าใช้จ่ายประจำที่จำเป็นก่อน ส่วนรายจ่ายเพื่อความสุขเอาไว้ทีหลัง

**ขั้นตอนสุดท้าย** ลงมือและปรับแผน รวมไปถึงการปรับตัวตามแผน คนเราเมื่อมีความคิดดี ๆ ก็ต้องลงมือทำด้วยจึงจะประสบความสำเร็จ ในขั้นตอนนี้ถือว่าสำคัญที่สุด เพราะไม่ว่าเราจะวางแผนดีเพียงใด ถ้าหากไม่ลงมือทำแล้วก็เหมือนรถที่ไม่ได้วิ่ง ซึ่งในช่วงที่มีการดำเนินตามแผนอาจจะต้องมีการปรับแผน เช่น การลดค่าใช้จ่ายในบางรายการ หรือการลดเพดานเป้าหมายลง ทั้งนี้จะต้องอยู่บนพื้นฐานที่ว่าจะต้องเป็นไปได้ และมีความสุขทั้งตอนนี้และในอนาคต

## | ๔ สิ่งที่ต้องบอกว่ามีสุขภาพการเงินที่ดี |

### ๑. สภาพคล่องทางการเงินต้องดี

การมีสภาพคล่องทางการเงินต้องดีนั้นหมายความว่า มีรายได้เข้ามาเพียงพอรายจ่ายที่จ่ายออกไป โดยที่เราสามารถควบคุมการเงินนี้ได้ ซึ่งสภาพคล่องทางการเงินดีนี้ เป็นสิ่งที่บ่งบอกว่าเรามีสุขภาพการเงินที่ดีอยู่ในปัจจุบัน



### ๒. มีความสามารถในการใช้จ่ายหนี้สินได้เป็นอย่างดี

สุขภาพทางการเงินที่ดีต้องมีความสามารถใช้จ่ายหนี้สินได้ โดยสามารถจ่ายโดยไม่ล่าช้า และไม่ชำระล่าช้าแค่ขั้นต่ำเท่านั้น ถ้ามีความสามารถในการใช้จ่ายหนี้ได้ก็แสดงว่าเรามีสุขภาพการเงินที่ดีอยู่นั่นเอง

### ๓. มีเงินสำรองในเมื่อมีเหตุฉุกเฉินได้

ถ้าเราเกิดเหตุการณ์ไม่คาดฝันเช่น การเจ็บป่วย หรือ ออกจากงานกะทันหันแล้วเรายังสามารถมีทุนสำรองในการดำรงชีพได้ประมาณกี่เดือนเป็นอย่างน้อย ถ้าเราเกิดเหตุการณ์ไม่คาดฝันดังกล่าว เราก็ควรมีเงินสำรองไว้ซักประมาณ ๓ เดือนขึ้นไปจะดีมาก

### ๔. มีเงินเก็บไว้ใช้ช่วงหลังเกษียณอายุ

สิ่งที่บ่งบอกว่าเรามีสุขภาพการเงินที่ดีนั้นเราก็ควรมีเงินเก็บไว้ใช้ช่วงหลังเกษียณอายุ เป็นช่วงที่ไม่สามารถหางานทำได้ง่าย และร่างกาย จะไม่แข็งแรงเหมือนเดิมแล้วนั่นเอง

# | เคล็ดลับเพื่อความมั่นคงทางการเงิน |

## ● คุณควรวางแผนการใช้จ่ายให้เหมาะสมกับรายได้ที่เข้ามา

โดยพิจารณาจากค่าใช้จ่ายที่จำเป็นมีอะไรบ้าง แล้วกันรายได้ส่วนหนึ่งไว้สำหรับเงินออม และค่าใช้จ่ายที่จำเป็น หากพบว่ารายได้ที่เข้ามาไม่เพียงพอ ก็ควรหาทางออก โดยการลดค่าใช้จ่าย หรือเพิ่มรายได้ช่องทางอื่น ๆ



● **ควรเตรียมรับมือกับความไม่แน่นอน** มีเงินออมเผื่อไว้ใช้ในยามฉุกเฉินที่ครอบคลุมค่าใช้จ่ายจำเป็นอย่างน้อย ๖ เดือน ตรวจสอบสวัสดิการและประกันสุขภาพที่มีอยู่ว่าครอบคลุมแค่ไหน หากไม่เพียงพอก็ควรทำประกันสุขภาพเพิ่มเติม ก่อนตัดสินใจกู้ยืมเงินทุกครั้งควรคำนึงถึงรายได้ที่จะเข้ามา เพื่อเพิ่มความสามารถ ในการชำระหนี้ได้หมด อาจหาแหล่งรายได้เสริม หรือนำสินทรัพย์ที่มีไปลงทุนให้กองเงยขึ้นก็ได้

● **เมื่อคุณรู้ว่าในอนาคตต้องการใช้เงินจำนวนมาก** ควรเริ่มวางแผนเก็บเงินเตรียมไว้แต่เนิ่น ๆ บริหารเงินออมให้กองเงย อย่างเช่น การฝากธนาคาร ซื้อพันธบัตร ซื้อประกันสะสมทรัพย์ ซื้อกองทุนรวม ฯลฯ ทั้งนี้ ควรศึกษาและทำความเข้าใจรูปแบบการออม ความเสี่ยง รวมถึงต้องติดตามข่าวภาวะเศรษฐกิจที่อาจส่งผลกระทบต่อ อย่างเช่น ภาวะเงินเฟ้อ อัตราดอกเบี้ยเพื่อประกอบการตัดสินใจด้วย

● **การใช้บัตรเครดิต หรือสินเชื่อส่วนบุคคล** ควรใช้อย่างมีวินัย จัดเก็บใบเสร็จเพื่อตรวจสอบ และจ่ายเงินให้ตรงกำหนด เพื่อจะได้ไม่ต้องเสียดอกเบี้ยโดยไม่จำเป็น

● **การก่อกู้หนี้ไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัว** หากมีการบริหารจัดการที่ดี และเลือกก่อกู้ที่เป็นประโยชน์ในอนาคต อย่างเช่น การกู้ซื้อบ้าน หรือกู้เพื่อประกอบอาชีพ อย่างไรก็ตาม ควรประเมินความสามารถในการชำระคืนก่อน โดยภาระการชำระคืนเงินต้น และดอกเบี้ยของหนี้ทุกประเภทในแต่ละเดือนรวมกัน ไม่ควรเกิน ๑ ใน ๓ ของรายได้ต่อเดือน

● **หากคุณมีหนี้สินเกินตัว** ก็ต้องพยายามปลดหนี้ด้วยการประหยัด ค่อย ๆ ผ่อนชำระ โดยเฉพาะหนี้นอกระบบ และหนี้ที่มีดอกเบี้ยสูง ที่สำคัญไม่ควรก่อกู้เพิ่ม หากไม่สามารถชำระคืนได้ ก็ควรเจรจากับทางเจ้าหนี้เพื่อหาทางออกรวมกัน

นอกจากนี้ การวางแผนการเงินที่ดีควรเริ่มทำตั้งแต่เริ่มมีรายได้เข้ามา ยังมีวางแผนได้เร็วเท่าไร ในอนาคตคุณก็จะมีเงินไว้ใช้มากขึ้นเท่านั้น ขอให้มีความสุขกับการวางแผนการเงินในแบบของคุณ

## | แผนการสอน |

| เวลา    | เนื้อหา   | วัตถุประสงค์รายวิชา  | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ          | วัสดุ/อุปกรณ์   |
|---------|---|--|--|---------------|---|
| ๓๐ นาที | ๑. ความหมายของการวิเคราะห์/วางแผนการใช้จ่ายทางการเงิน | ๑. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้รับทราบและเข้าใจความหมายของการวิเคราะห์/วางแผนการใช้จ่ายทางการเงิน<br>๒. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเข้าใจถึงขั้นตอนในการวางแผนทางการเงินที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับตัวเองได้ ไปสู่การปฏิบัติจนเป็นนิสัย<br>๓. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมรู้ถึงสภาพทางการเงินของตนเอง<br>๔. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเห็นถึงประโยชน์ของการวางแผนการใช้จ่ายทางการเงิน | ๑. วิทยากรกล่าวคำทักทายแล้วถามคำถามว่า “ใครเคยวางแผนการใช้จ่ายเงินของตัวเองบ้าง” บางคนอาจจะบอกว่าเคย บางคนอาจไม่เคยวางแผน หรือไม่รู้จักคำว่าวางแผนการใช้จ่ายทางการเงินเลยก็เป็นไปได้ วิทยากรพูดต่อไปว่า “วันนี้นอกจากทุก ๆ คน จะได้อินแล้ว จะยังได้เรียนรู้เรื่องนี้อีกด้วย”<br>๒. วิทยากรพูดต่อว่า “สำหรับคนที่เคยวางแผนทางการเงิน ท่านมีวิธีการวางแผนอย่างไร” (ช่วงนี้เปิดโอกาสให้ผู้เข้าประชุมร่วมกันตอบ ๓-๔ คน แล้ววิทยากรจดจำไว้)<br>๓. วิทยากรสรุปความหมายจากข้อมูลของผู้เข้าประชุม แล้วพูดต่อว่า “เงินเรามาเริ่มเรียนรู้ไปพร้อม ๆ กัน ว่าการวิเคราะห์การวางแผนทางการเงินนั้น ไม่ใช่เรื่องยุ่งยาก หรือเรื่องไกลตัวเลย เป็นเรื่องง่าย ๆ ที่ใครก็สามารถทำได้ วางแผนการใช้จ่ายทางการเงินสามารถปฏิบัติได้จริง ขั้นตอนจะเป็นอย่างไรนั้น เรามาเรียนรู้พร้อม ๆ กัน” | • Power point | • คอมพิวเตอร์<br>• เครื่องฉาย<br>• ไมโครโฟน<br>• สายต่อพ่วงทั้งสายภาพและเสียง<br>• ปลั๊กยาวต่อพ่วงมากกว่า ๑ ตัว |

| เวลา | เนื้อหา | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|------|---------|---------------------|--|------|---------------|
|      |         |                     | <p>๔. วิทยากรบรรยายความหมายของคำว่า “ การวิเคราะห์/ การวางแผนการใช้จ่ายทางการเงิน” โดยอธิบายในขั้นตอนการวางแผนทางการเงิน ดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>๔.๑ ประเมินฐานะการเงิน</li> <li>๔.๒ ตั้งเป้าหมายให้ชัดเจน</li> <li>๔.๓ จัดทำแผนทางการเงิน</li> <li>๔.๔ ดำเนินการตามแผนอย่างเคร่งครัด</li> <li>๔.๕ ตรวจสอบและปรับแผนตามสถานการณ์</li> </ul> <p>๕. วิทยากรบรรยายเข้าสู่ความรู้รอบตัวทางการเงิน โดยให้ผู้เข้าอบรมร่วมทดสอบทำแบบประเมินความรู้รอบตัวทางการเงิน ไปพร้อม ๆ กัน วิทยากรพูด “ เราจะไม่มีแบบทดสอบความรู้รอบตัวทางการเงินมาให้ทุกคนลองทำกัน ถ้าต้องการทราบความหมายจริงว่าเรามีความรู้รอบตัว หรือความเสี่ยงมากแค่ไหน ต้องทำตัวความเชื่อสัตย์ต่อตนเอง ห้ามแอบดูความหมายก่อนนะ” เริ่มได้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>๕.๑ คุณทราบไหมว่าขณะนี้คุณมีเงินสด ทรัพย์สินอื่น ๆ และหนี้สินอยู่มากเท่าไร มีให้เลือก ๒ ข้อ             <ul style="list-style-type: none"> <li>(๑) ฉันพอจะทราบคร่าว ๆ ว่ามีทรัพย์สินและหนี้สินอยู่เท่าไร เพราะจะได้ทำบัญชีทรัพย์สินอย่างสม่ำเสมอ</li> <li>(๒) ตอนนี้ตอบไม่ได้ ต้องขอกลับไปสำรวจก่อน</li> </ul> </li> </ul> |      |               |

| เวลา    | เนื้อหา                                      | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ   | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|---------|--|---------------------|--|--|---------------|
| ๔๐ นาที | ๒. แบบประเมิน<br>ความรู้รอบตัว<br>ทางการเงิน |                     | <p>๔. วิพากษ์บรรยายความหมายของคำว่า “การวิเคราะห์/การวางแผนการใช้จ่ายทางการเงิน” โดยอธิบายในขั้นตอนการวางแผนทางการเงิน ดังนี้</p> <p>๔.๑ ประเมินฐานะการเงิน</p> <p>๔.๒ ตั้งเป้าหมายให้ชัดเจน</p> <p>๔.๓ จัดทำแผนทางการเงิน</p> <p>๔.๔ ดำเนินการตามแผนอย่างเคร่งครัด</p> <p>๔.๕ ตรวจสอบและปรับแผนตามสถานการณ์</p> <p>๕. วิพากษ์บรรยายเหตุผลเข้าสู่ความรู้รอบตัวทางการเงิน โดยให้ผู้เข้าอบรมร่วมทดสอบทำแบบประเมินความรู้รอบตัวทางการเงิน ไปพร้อม ๆ กัน วิพากษ์พูด “เราจะมีแบบทดสอบความรู้รอบตัวทางการเงินมาให้ทุกคนลองทำกัน ถ้าต้องการทราบความหมายจริงว่าเรามีความรู้รอบตัว หรือความเสียหายมากแค่ไหน ต้องทำด้วยความซื่อสัตย์ต่อตนเอง ห้ามแอบดูความหมายก่อนนะ” เริ่มได้</p> <p>๕.๑ คุณทราบไหมว่าขณะนี้คุณมีเงินสด ทรัพย์สินอื่น ๆ และหนี้สินอยู่มากเท่าไร มีให้เลือก ๒ ข้อ</p> <p>(๑) ฉันพอจะทราบคร่าว ๆ ว่ามีทรัพย์สินและหนี้สินอยู่เท่าไร เพราะได้ทำบัญชีทรัพย์สินอย่างสม่ำเสมอ</p> <p>(๒) ตอนนี้อยู่ไม่ได้ ต้องขอกลับไปสำรวจก่อน</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อ ๔.๑-๕.๕ หรืออื่น ๆ (ถ้ามี)</li> <li>• สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อ ๕.๑ -๕.๖ แบบประเมินความรู้รอบตัวทางการเงิน</li> </ul> |               |

| เวลา | เนื้อหา | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|------|---------|---------------------|--|------|---------------|
|      |         |                     | <p>๕.๒ คุณออมเงินอย่างสม่ำเสมอหรือไม่</p> <p>(๑) ใช่เลย ได้เงินมาเมื่อไหร่ ผันก็ออมเหมือนกัน</p> <p>(๒) พอทำได้บ้าง เพราะเมื่อไหร่ที่มีเงินเหลือฉันก็นำมาออม</p> <p>(๓) ไม่เคยออมเงินได้เลย เป็นเรื่องไกลเกินฝันจริง ๆ</p> <p>๕.๓ คุณทำอย่างไรกับการใช้จ่ายในแต่ละเดือน</p> <p>(๑) ตั้งงบประมาณค่าใช้จ่ายในแต่ละเรื่องไว้ และจะพยายามใช้จ่ายให้ไม่เกินงบประมาณนั้น</p> <p>(๒) ตั้งงบประมาณไว้ เพื่อจะได้ทราบรายจ่ายอย่างคร่าว ๆ</p> <p>แต่อาจใช้จ่ายเกินงบประมาณที่ตั้งไว้บ้างในบางเดือน</p> <p>(๓) มีค่าใช้จ่ายอะไรก็จ่าย ๆ ไป ไม่เห็นจำเป็นต้องตั้งงบประมาณอะไรเลย</p> <p>๕.๔ คุณวิธีการเลือกซื้อสินค้าหรือบริการอย่างไร</p> <p>(๑) ฉันคิดถึงเรื่องราคาเป็นหลัก เป็นประโยชน์ใช้สอย คุณภาพ และราคาก่อนซื้อทุกครั้ง</p> <p>(๒) บางครั้งฉันเห็นสินค้าแล้วตัดสินใจซื้อทันที โดยที่อาจไม่เคยได้ใช้มันเลย หรือพบในภายหลังว่าสินค้านั้นมีคุณภาพ และราคาไม่เหมาะสม</p> <p>(๓) ทุกครั้งที่ฉันเห็นของที่ฉันชอบก็จะซื้อทันที แล้วก็กลับมาพบว่าฉันมีของที่ไม่ได้ใช้งานอยู่เป็น จำนวนมาก หรือมาพบภายหลังว่าของนั้นมีคุณภาพและราคาไม่เหมาะสม</p> |      |               |

| เวลา | เนื้อหา | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน   | สื่อ | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|------|---------|---------------------|---|------|---------------|
|      |         |                     | <p>๕.๕. ลองนึกดูว่า ถ้าอยู่ที่ ๆ ก็เกิดเหตุไม่คาดฝันทำให้คุณขาดรายได้กะทันหัน เช่น ถูกไล่ออกจากงาน หรือประสบอุบัติเหตุจนไม่สามารถทำงานได้ คุณมีเงินสำรองเพียงพองที่จำเป็นดำรงชีพอยู่โดยไม่มีรายได้มานานที่สุด</p> <p>(๑) ไม่นเกิน ๓ เดือน<br/>(๒) ประมาณ ๓ - ๖ เดือน<br/>(๓) ประมาณ ๖ เดือน - ๑ ปี<br/>(๔) มากกว่า ๑ ปี</p> <p>๕.๖. คุณเตรียมตัวสำหรับเกษียณอายุ หรือ ยามแก่ชราไว้อย่างไรแล้วบ้าง</p> <p>(๑) ฉันมีเงินเก็บที่เพียงพอกับการใช้จ่ายแล้ว<br/>(๒) ฉันวางแผนไว้แล้ว และกำลังทำตามแผน เพื่อให้ฉันมีความพร้อมทางการเงินในวันเกษียณอายุ หรือยามแก่ชรา<br/>(๓) ฉันยังไม่แน่ใจว่าฉันสามารถมีเงินใช้ในยามเกษียณหรือยามแก่ชราได้อย่างเพียงพอ</p> <p>เมื่อผู้เข้าอบรมตอบแบบประเมินเรียบร้อยแล้ว วิทยากรจะแสดงความหมายของแต่ละข้อ</p> |      |               |

| เวลา  | เนื้อหา  | วัตถุประสงค์รายวิชา | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ  | วัสดุ/อุปกรณ์ |
|---|--|---------------------|--|---|---------------|
| ๒๐ นาที   | ๓. ประโยชน์ของการวางแผนทางการเงินส่วนบุคคล   |                     | ๖. วิทยากรบรรยายต่อในเรื่องประโยชน์ของการวางแผนทางการเงินส่วนบุคคล มีดังนี้<br>(๑) ทำให้รู้ถึงสถานะทางการเงินที่แท้จริง<br>(๒) ช่วยลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็น<br>(๓) ทำให้มีรายได้เพิ่มจากการออมและวางแผนภาษี<br>(๔) ทำให้สามารถวางแผนการใช้ชีวิตในอนาคต  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อ ประโยชน์ของการวางแผนทางการเงินส่วนบุคคล</li> </ul>  |               |
| ๓๐ นาที   | ๔. วิธีการวางแผนการเงินแบบใช้ตลอดชีวิต   |                     | ๗. วิทยากรบรรยายต่อในเรื่องวิธีการวางแผนการเงินแบบใช้ตลอดชีวิต วิทยากรถามคำถามว่า “คงจะไม่ค่อยใช่หรือมั้ย ถ้าเราทราบถึงวิธีการวางแผนการเงิน ที่สามารถนำไปใช้ได้ตลอดชีวิต นั่นเรารู้กันว่า มันไม่ยากเลย”<br>และเริ่มบรรยายต่อในเนื้อหา ซึ่งประกอบไปด้วย การแยกบัญชีเงินฝาก การบริหารหนี้สิน การวางแผนเพื่อการประหยัดภาษี การกำหนดเป้าหมายระยะสั้นและระยะยาว ตลอดจนการวางแผนทางการเงินให้ประสบความสำเร็จ | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อ วิธีการวางแผนการเงินแบบใช้ตลอดชีวิต</li> </ul>  |               |
| ๓๐ นาที<br>รวมเวลาบรรยายทั้งสิ้น ๒.๓๐ ชั่วโมง<br>(๑๕๐ นาที) | ๕. “๔ สิ่งที่บ่งบอกว่าเรามีสุขภาพการเงินที่ดี” และ “เคล็ดลับเพื่อความมั่นคงทางการเงิน” |                     | ๘. วิทยากรบรรยายต่อในหัวข้อ “๔ สิ่งที่บ่งบอกว่าคุณภาพการเงินที่ดี” และ “เคล็ดลับเพื่อความมั่นคงทางการเงิน”<br>๙. วิทยากรสรุป/ตอบข้อซักถาม  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สไลด์ประกอบเนื้อหาหัวข้อ “๔ สิ่งที่บ่งบอกว่าคุณภาพการเงินที่ดี” และ “เคล็ดลับเพื่อความมั่นคงทางการเงิน”</li> </ul> |               |

## | สังเขปวิชา |

# ๗ การจัดทำ บัญชีครัวเรือน

## | คำอธิบายรายวิชา: |

เนื้อหาเน้นการบรรยาย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และฝึกปฏิบัติจริง เพื่อเสริมทักษะให้เกิดวินัยทางการเงิน พร้อมทั้งสอดแทรกเทคนิคและวิธีการจัดทำบัญชีครัวเรือนที่ง่ายต่อการปฏิบัติ และนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้จริง

## | วัตถุประสงค์: |

๑. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมรู้จักการบันทึกรายได้และค่าใช้จ่ายในครัวเรือน
๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการเข้าใจวิธีการควบคุมค่าใช้จ่ายรู้จักการวางแผนการใช้จ่ายเงิน ซึ่งจะช่วยให้สถานการณ์การเงินของครอบครัวดีขึ้น
๓. เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และเสริมสร้างความเข้มแข็งให้ชุมชน

## | ประเด็นเนื้อหาการเรียนรู้: |

๑. บัญชีครัวเรือนและประโยชน์ของการจัดทำบัญชี
๒. หลักการทำบัญชีครัวเรือน
๓. ขั้นตอนการจัดทำบัญชีรับ - จ่าย
๔. วิธีการบันทึกบัญชีรับ - จ่าย

## | ระยะเวลา: | ๑.๓๐ ชั่วโมง (๑๒๐ นาที)

## | วิธีการ/เทคนิค: |

๑. การบรรยาย
๒. การตั้งคำถามเพื่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์
๓. การเสริมความชัดเจนของเนื้อหาด้วยสไลด์ และคลิป
๔. ฝึกปฏิบัติ
๕. การเติมเต็มให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะ

## | สื่อ/วัสดุ/อุปกรณ์: |

๑. สไลด์ PPT
๒. กระดาษฟลิปชาร์ตพร้อมปากกาเคมี
๓. คลิป VDO

## | การประเมินผล: |

๑. การสังเกตพฤติกรรม
๒. การประเมินการถ่ายทอด
๓. การประเมินรายวิชา

## | เนื้อหาวิชา |

## ๗ การจัดทำบัญชีครัวเรือน

ความรู้สึกของหลายคน เมื่อต้องทำบัญชีรับจ่ายครัวเรือนนั้นเป็นภาระที่ (แสน) น่าเบื่อและจุกจิก แต่ก็ เป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะทำให้เราบรรลุเป้าหมายทางการเงินอย่างที่ตั้งไว้ โดยจะช่วยให้รู้ว่าเราใช้เงินตามแผนที่วางไว้หรือไม่

การทำบัญชีครัวเรือนนั้นจะไม่จำเป็นเลย

๑) หากมีเงินสดพร้อมจ่ายอยู่ในมือตลอดเวลา

๒) มีความทรงจำดี จนจำได้ว่าเงินบาท (ย่าย) จากกระเป๋าของเราไปอยู่ที่ไหน

แต่เพราะไม่มีคุณสมบัติทั้งสองประการ เราจึง ควรทำบัญชีครัวเรือนนี้ให้เป็นเรื่องเป็นราวเสียที่ ถึงการทำบค่าใช้จ่ายของครอบครัวจะเป็นเรื่องน่าเบื่อ แต่ก็มีผลดีในเรื่องการสร้างวินัยทางการเงินที่จะกลายเป็นนิสัยถาวรที่ดีๆ อีกข้อหนึ่งของเรา ช่วยให้เรควบคุมค่าใช้จ่ายจนถึงฝั่งฝันได้ แต่เราต้องผ่านภาระที่ (แสนจะ) น่าเบื่อในช่วงสองสามเดือนแรกไปให้ได้

### | ประโยชน์ของการจัดทำบัญชีครัวเรือน |

- การจดบันทึกรายการรับ-จ่ายเงินในชีวิตประจำวัน เป็นการช่วยเตือนความจำ
- ทำให้ทราบรายรับ รายจ่ายของครอบครัว
- ทำให้ทราบว่าเงินคงเหลือ ณ วันใดวันหนึ่งของ ครอบครัว และฐานะการเงินของครอบครัว
- ทำให้ครอบครัวมีการบริหารจัดการด้านการเงินอย่าง เป็นระบบ ช่วยแก้ไขปัญหาหนี้สิน
- รู้จักการวางแผนการใช้จ่ายเงินอย่างเหมาะสม รู้จักการออมเงิน
- รู้ผลกำไร หรือ ขาดทุนจากการประกอบอาชีพ
- ช่วยในการวางแผนการลงทุนในครั้งต่อไป

### | หลักการทำบัญชีครัวเรือน |

ประกอบด้วย ๓ ขั้นตอน

๑. ทำบัญชีรายรับ รายจ่ายปัจจุบัน

๒. ประเมินการใช้จ่ายและตั้งเป้าหมายและกำหนดแผนการลงทุน เพื่อให้บรรลุตามเป้าที่ตั้งไว้

๓. ทบทวนรายการค่าใช้จ่าย เพื่อให้มั่นใจว่าการใช้จ่ายเป็นไปตามแผน

### | ขั้นตอนการทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย |

๑. การจดบันทึกรายการที่เกิดขึ้นในแต่ละวันว่ารับ-จ่ายเป็นเงินเท่าไร

๒. นำข้อมูลมาจัดรวมกันเป็นหมวดหมู่ เช่น หมวดรายได้ หมวดค่าใช้จ่าย เพื่อความสะดวกในการค้นหา

๓. สรุปผลการนำข้อมูลที่บันทึกไว้มาสรุปยอดรวมว่าในเดือนหนึ่งๆ มีรายได้และค่าใช้จ่ายทั้งสิ้นเท่าไร

๔. การวิเคราะห์ตีความ การนำผลสรุปมาวิเคราะห์ความสามารถในการหารายได้ที่เพิ่มขึ้น การประหยัดค่าใช้จ่ายที่ฟุ่มเฟือย ถ้ามีเงินเหลือควรจะออมไว้ยามจำเป็นเท่าใด



## แบบที่ ๒

บัญชีครัวเรือน ประจำเดือน มีนาคม พ.ศ. 2561

| ว ต ป    | รายการ                | รายรับ          |                  | รวม<br>รายรับ | คชจ.<br>ประกอบ<br>อาชีพ | ชื่อ<br>สินทรัพย์<br>ถาวร | รายจ่าย      |              |                            |              |            |              |            |              | รวม<br>รายจ่าย |
|----------|-----------------------|-----------------|------------------|---------------|-------------------------|---------------------------|--------------|--------------|----------------------------|--------------|------------|--------------|------------|--------------|----------------|
|          |                       | ประกอบ<br>อาชีพ | รายรับ<br>อื่น ๆ |               |                         |                           | อาหาร        | ของใช้       | เสื้อผ้า<br>เครื่องนุ่งห่ม | น้ำมันรถ     | ให้ลูก     | สาธารณูปโภค  | ฝากเงิน    | ชำระเงินกู้  |                |
| 29 มี.ค. | ยอดยกมา               | 3,000           | 10,000           | 13,000        | 2,000                   |                           | 3000         | 2,000        | 400                        | 2,000        | 500        | 1,100        | 500        | 500          | 12,000         |
|          | ขายผัก                | 1,000           |                  | 1,000         |                         |                           |              |              |                            |              |            |              |            |              |                |
|          | กู้เงินมา             |                 | 10,000           | 10,000        |                         |                           |              |              |                            |              |            |              |            |              |                |
|          | ค่ากับข้าว            |                 |                  |               |                         |                           | 300          |              |                            |              |            |              |            |              | 300            |
|          | ให้เงินลูก            |                 |                  |               |                         |                           |              |              |                            |              | 100        |              |            |              | 100            |
| 30 มี.ค. | ค่ากับข้าว            |                 |                  |               |                         |                           | 200          |              |                            |              |            |              |            |              | 200            |
|          | ซื้อพันธุ์ผัก         |                 |                  |               | 300                     |                           |              |              |                            |              |            |              |            |              | 300            |
|          | ซื้อเครื่อง<br>สูบน้ำ |                 |                  |               |                         | 5,000                     |              |              |                            |              |            |              |            |              | 5,000          |
| 31 มี.ค. | ค่ากับข้าว            |                 |                  |               |                         |                           | 300          |              |                            |              |            |              |            |              | 300            |
|          | เสื้อผ้า              |                 |                  |               |                         |                           |              | 600          |                            |              |            |              |            |              | 600            |
|          | ชำระเงินกู้           |                 |                  |               |                         |                           |              |              |                            |              |            |              | 2,000      |              | 2,000          |
|          | ขายผัก                | 1,000           |                  | 1,000         |                         |                           |              |              |                            |              |            |              |            |              |                |
|          | <b>รวมเป็นเงิน</b>    | <b>5,000</b>    | <b>20,000</b>    | <b>25,000</b> | <b>2,300</b>            | <b>5,000</b>              | <b>3,800</b> | <b>2,000</b> | <b>1,000</b>               | <b>2,000</b> | <b>600</b> | <b>1,100</b> | <b>500</b> | <b>2,000</b> | <b>20,800</b>  |

รวมรายรับ 25,000 บาท รวมรายจ่าย 20,800 บาท

รายรับสูงกว่ารายได้ ...4,200 บาท  รายจ่ายสูงกว่ารายรับ.....บาท เงินคงเหลือกไปเดือน 4,200 บาท

หมายเหตุ : สามารถรับหรือเพิ่มเติมหัวข้อรายรับรายจ่ายให้เหมาะสมกับครัวเรือนได้

## | วิธีการบันทึกบัญชีรายรับ - รายจ่าย | บัญชีครัวเรือน

(ข้อมูลจาก [www.aommoney.com](http://www.aommoney.com))

ก่อนอื่น...เราจะเริ่มต้นง่ายๆ จากการแบ่งประเภท "รายรับ" และ "รายจ่าย" ของเราก่อนว่ามีอะไรบ้าง



| รายรับ   | รายจ่าย   |
|--|---|
| <p>รายรับ คือ สิ่งที่บ่งบอกถึงความสามารถในการหาเงินของเราว่ามาจากทางใดบ้าง ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• รายรับหลัก เช่น เงินเดือน ค่าแรงที่ได้รับในแต่ละเดือน</li> <li>• รายรับอื่นๆ หรือ รายรับเสริม เช่น รายรับจากอาชีพเสริมต่างๆ หรือ ผลตอบแทนจากการลงทุน</li> </ul> | <p>รายจ่าย คือ สิ่งที่บ่งบอกถึงการใช้จ่ายของเราว่าได้ใช้เงินไปอย่างไรบ้าง โดยจะแบ่งออกเป็น</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• รายจ่ายคงที่ คือ รายจ่ายที่เกิดขึ้นแน่นอนและสม่ำเสมอในทุกๆเดือน เช่น ค่าเช่าหอพัก ค่าเดินทาง ค่าอาหาร (ตามความจำเป็น) ค่าใช้จ่ายในการดูแลครอบครัว เป็นต้น</li> <li>• รายจ่ายผันแปร คือ รายจ่ายที่มีการเปลี่ยนแปลงขึ้นลง ไม่เท่ากันในแต่ละเดือน เช่น ค่างานเลี้ยงสังสรรค์ ค่ารักษาพยาบาล ค่าท่องเที่ยว สันทนาการต่างๆ เป็นต้น</li> </ul> |

โดยผลต่างระหว่างรายรับและรายจ่าย จะเป็นตัวสะท้อนให้เห็นว่า ตัวเรานั้นมีความสามารถในการบริหารจัดการเงินดีแค่ไหน ถ้าเงินเหลือถือว่าดีมาก แต่ถ้าเงินขาดถือว่า... เอ่อ..

## ตัวอย่างการบันทึกบัญชี

เพื่อให้เข้าใจง่ายขึ้น...เราลองมาดูวิธีการบันทึกรายการรายรับและรายจ่ายพร้อมตัวอย่างประกอบกันเลย

### ตัวอย่างการบันทึกบัญชีรายรับ-รายจ่าย

| ลำดับ | วันที่   | รายการ                                 | รายรับ | รายจ่าย |
|-------|----------|--|--------|---------|
| 1     | 01/06/XX | รับเงินเดือน<br>(หักออมก่อนหักที่ 10%) | ๑,๐๐๐  |         |
| 2     | 02/06/XX | ซื้อเสื้อผ้า                           |        | 500     |
| 3     | 03/06/XX | ค่าอาหาร                               |        | 100     |
| 4     | 05/06/XX | ทำบุญบริจาค                            |        | 50      |



**ช่องที่ 1**

เมื่อได้รับเงินเดือน จำนวน 10,000 บาท  
พอหักเงินออมเหลือ ๑,๐๐๐ บาท นำมาลง  
บัญชีว่าเป็นรายรับ



**ช่องที่ 2**

เมื่อมีรายการใช้จ่ายต่างๆก็นำมา  
จดบันทึกไว้อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ

|  |          |     |        |         |
|--|----------|-----|--------|---------|
|  | 30/06/XX | รวม | ๑,๐๐๐  | 8,500   |
|  |          |     | รายรับ | รายจ่าย |


[WWW.AOMMONEY.COM/TAXBUGNOMS](http://WWW.AOMMONEY.COM/TAXBUGNOMS)

สมมติว่า เราได้รับรายรับ (เงินเดือน) มาจำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท วิธีการบันทึกรายการ มีดังนี้

๑. เริ่มต้นออมเงินก่อน ๑๐% ของรายรับทันที ๑,๐๐๐ บาท
๒. นำเงินส่วนที่เหลือ ๙,๐๐๐ บาท มาลงบันทึกในบัญชี เป็น รายรับ
๓. เมื่อมีรายการใช้จ่ายต่าง ๆ ก็นำมาจดบันทึกไว้เป็น **รายจ่าย** อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ เช่น
  - ค่าอาหาร ๒,๕๐๐ บาท
  - ค่าใช้จ่ายส่วนตัว ๒,๐๐๐ บาท
  - ค่าเดินทาง ๑,๐๐๐ บาท
  - ค่าสังสรรค์ ปาร์ตี้ ๑,๐๐๐ บาท
  - ค่ากาแฟ ๑,๐๐๐ บาท
๔. ตรวจสอบดูสรุปยอดรายการทุกสิ้นเดือน

**ข้อแนะนำ** เราควรเริ่มต้นบันทึกรายการใช้จ่ายในแต่ละเดือนไว้ แล้วสำรวจดูว่า มีรายจ่ายส่วนไหนที่สามารถลดลงได้บ้าง อะไรคือสิ่งไม่จำเป็น แม้ไม่มีครอบครัวหรือได้มาชีวิตก็ยังคงดำรงอยู่ได้ เราต้องรีบทำการตัดรายจ่ายเหล่านั้นทิ้งไปให้หมด เพื่อที่เราจะได้มีเงินเหลือเพิ่มขึ้นในแต่ละเดือนยังไง

หรือไม่ก็ลองตัดนิสัยตัวเอง โดยทุกครั้งที่คิดจะใช้จ่ายไปกับเรื่องที่ไม่สำคัญ ให้ลองเปลี่ยนมาเป็น "ออมเงิน" แทนในทุกๆ ครั้ง เชื่อได้เลยว่าภายใน ๒-๓ ปี เราจะตกใจมาก ๆ ที่เรามีเงินเหลือเพิ่มขึ้นได้ขนาดนี้

## จะทำยังดีแหละ? **ไม่**อยากจดบัญชีรายรับรายจ่าย แต่อยากควบคุมรายจ่ายและมีเงินออม

สำหรับผู้ที่ต้องการมีเงินออม แต่ไม่อยากจะจดบัญชีรายรับรายจ่ายเพราะรู้สึกท้อทรมานและสะเทือนใจ ทุกครั้งที่เห็นยอดรายจ่ายรวมของตนเองซึ่งบางครั้งแทบเป็นลม เวลาสรุปยอดจ่ายรายเดือน จนทำให้ยกเลิกจดบัญชีเพราะทำใจยอมรับไม่ได้ แน่แน่นอนว่าการจดบัญชีเป็นทางออกที่ดีที่ทำให้รู้จักรู้งู้อะไรของรายจ่ายที่ดีที่สุด แต่เชื่อว่าทุกคนจะทำได้เพราะความอ่อนไหวและความขยันของแต่ละคนนั้นแตกต่างกัน

น่าจะมีวิธีอื่นที่ไม่ต้องจดบัญชีแล้วสามารถจัดระเบียบรายจ่าย แลมีเงินออมอีกด้วย วิธีนี้ประยุกต์มาจากวิธีการตั้งงบประมาณรายจ่ายโดยมีแนวคิดว่าจะใช้จ่ายอะไรก็ได้แต่ต้องอยู่ภายใต้งบประมาณเหล่านั้น เท่านั้น จึงใช้ชื่อวิธีนี้ว่า “**ตั้งบสยบรายจ่าย**”

$$\text{รายได้} - \text{เงินออม} - \text{รายจ่ายห้ามเบียด} = \text{รายจ่ายล้นลา}$$

**รายจ่ายจะแบ่งออกเป็น 3 ส่วน** คือ ==> **เงินออม (กระปุกเงินออม)** คือ รายจ่ายเพื่อเป้าหมายของตนเอง และสร้างความมั่งคั่งในอนาคต ซึ่งควรออมอย่างน้อยที่สุด 10% ของรายได้ทุกเดือน

**==> รายจ่ายคงที่(รายจ่ายห้ามเบียด)** คือ รายจ่ายแบบมีภาระผูกพันที่ต้องจ่ายอย่างสม่ำเสมอ ไม่สามารถปรับลดรายจ่ายส่วนนี้ได้ มิฉะนั้นจะส่งผลเสียหายร้ายแรง เช่น ค่าผ่อนบ้าน ค่าผ่อนรถ ถ้าไม่จ่ายจะถูกยึดบ้าน ยึดรถ

**==> รายจ่ายผันแปร(รายจ่ายล้นลา)** คือ รายจ่ายภายในชีวิตประจำวันทั่วไป มีความยืดหยุ่นเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้ ถ้าเราต้องการตัดลดรายจ่ายจะเริ่มที่รายจ่ายส่วนนี้



## | แผนการสอน |

| เวลา     | เนื้อหา   | วัตถุประสงค์รายวิชา   | วิธีการ/ขั้นตอน  | สื่อ  | วัสดุ/อุปกรณ์   |
|----------|---|---|--|---|---|
| ๑.๓๐ ชม. | ๑. วิธีการจัดทำบัญชีครัวเรือน<br>๒. การวิเคราะห์รายรับรายจ่าย<br>๓. กำหนดเป้าหมายวางแผนรายจ่ายให้เหมาะสมกับครัวเรือนและประยุกต์ใช้ในครัวเรือน<br>การแก้ไขปัญหานี้ | ๑. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการรู้จักการบันทึกรายได้และค่าใช้จ่ายในครัวเรือน<br>๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการเข้าใจวิธีการควบคุมค่าใช้จ่ายรู้จักการวางแผนการใช้จ่ายเงินซึ่งจะช่วยให้สถานการณ์การเงินของครอบครัวดีขึ้น<br>๓. เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และเสริมสร้างความเข้มแข็งให้ชุมชน | วิทยากรที่ทบทวนครัวเรือนเป้าหมายและสอบถามว่าครัวเรือนใดที่ทำบัญชีครัวเรือนบ้าง เพื่อดูฐานความรู้ความเข้าใจและสอบถามถึงข้อดีในการจัดทำบัญชีครัวเรือน และนำเข้าสู่การบรรยาย<br>๑) ประโยชน์ของการจัดทำบัญชีครัวเรือน<br>๒) หลักการทำงานค่าใช้จ่ายของครอบครัวเรือน<br>๓) ขั้นตอนการทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย<br>๔) วิทยากรแจกแบบตัวอย่างบัญชีและลงฝึกปฏิบัติ<br>หากเป็นครัวเรือนที่เป็นผู้สูงอายุให้ลองบันทึกแบบง่าย (ตัวอย่างที่ ๑) และหากเป็นครัวเรือนที่สามารถทำบัญชีแบบละเอียดได้ให้บันทึกบัญชีแบบละเอียด (ตัวอย่างที่ ๒)<br>๕) วิทยากรยกตัวอย่าง โดยการนำบัญชีครัวเรือนของผู้เข้าร่วมโครงการ ๑ คน มายกตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูลรายรับรายจ่าย ๑ เดือน และนำไปสู่การกำหนดเป้าหมายและให้ครัวเรือนทดลองวางแผนรายจ่ายของตนเอง<br><b>วิทยากรสรุป</b> ข้อดีและประโยชน์ของการจัดทำบัญชีเพื่อการวางแผนชีวิตประยุกต์ใช้ในการแก้ไขหนี้สิน | วิธีทัศนเกี่ยวกับการจัดทำบัญชี เช่น จดแล้วไม่จบ | • คอมพิวเตอร์<br>• เครื่องฉาย<br>• ไมโครโฟน<br>• สายต่อพ่วงทั้งสายภาพและเสียง<br>• ปลั๊กยาวต่อพ่วงมากกว่า ๑ ตัว |

## | สังเขปวิชา |

# การจัดการ แผนพัฒนาชีวิต

## | คำอธิบายรายวิชา: |

เนื้อหาเน้นการบรรยาย ทบทวนการจัดการแผนพัฒนาชีวิต โดยการแลกเปลี่ยนประสบการณ์เพื่อให้ทราบถึงปัญหาอุปสรรคในการดำเนินการตามแผนพัฒนาชีวิตที่วางไว้ พร้อมยกตัวอย่างการประเมินตนเองและให้ครัวเรือนเป้าหมายประเมินตนเอง ลำดับเหตุการณ์ที่มีผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิต วิเคราะห์สาเหตุ ปัญหาต่าง ๆ รวมถึงการเป็นหนี้สินของครัวเรือน และทักษะในการประกอบอาชีพ สำหรับการวางแผนการเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย การลดหนี้ ปลดหนี้ และเติมเต็มความรู้เกี่ยวกับการจัดทำแผนพัฒนาชีวิต การกำหนดเป้าหมายและแผนชีวิต และให้ฝึกปฏิบัติ เพื่อให้เห็นถึงการปรับพฤติกรรมทางการเงิน และสามารถนำไปใช้ได้ ในชีวิตประจำวัน

## | วัตถุประสงค์: |

เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตและการมีหนี้สิน ครัวเรือน และสร้างความตระหนักและกำหนดเป้าหมายเพื่อหาทางออกปัญหาให้สามารถจัดทำแผนพัฒนาชีวิต และสามารถปฏิบัติได้จริง

## | ประเด็นเนื้อหาการเรียนรู้: |

๑. การกำหนดเป้าหมายและแผนชีวิต
๒. การประเมินตนเอง
๓. การจัดทำแผนพัฒนาชีวิต

## | ระยะเวลา: | ๑.๓๐ ชั่วโมง (๙๐ นาที)

## | วิธีการ/เทคนิค: |

๑. การบรรยาย
๒. การตั้งคำถามเพื่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์
๓. การเสริมความชัดเจนของเนื้อหาด้วยสไลด์
๔. การฝึก/ลงมือปฏิบัติ
๕. การเติมเต็มให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะ

## | สื่อ/วัสดุ/อุปกรณ์: |

๑. สไลด์ PPT
๒. กระดาษฟลิปชาร์ตพร้อมปากกาเคมี

## | การประเมินผล: |

๑. การสังเกตพฤติกรรม
๒. การประเมินการถ่ายทอด
๓. การประเมินรายวิชา

## | เนื้อหาวิชา |

## ๖ การจัดทำ แผนพัฒนาชีวิต

### ทำไม ???

#### ต้องวางแผนชีวิต

แผนชีวิต คือ การกำหนดเป้าหมายของชีวิตในด้านต่าง ๆ ซึ่งเป็นกระบวนการบริหารจัดการไว้ล่วงหน้าว่าจะทำอะไร ทำอย่างไร ใช้วัสดุอุปกรณ์อะไรบ้างงบประมาณเท่าไร ซึ่งเป็นแนวทางสำหรับปฏิบัติให้สำเร็จตามเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ที่วางไว้ มีแนวทางที่แน่นอนประกอบด้วยหลักการและเหตุผลที่มีประสิทธิภาพ ทำให้บุคคลเกิดความมั่นใจที่จะทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างต่อเนื่อง หากไม่ได้มีการวางแผนชีวิตไว้เหมือนกับชีวิตขาดเป้าหมายและอาจพบปัญหามากมายหรือบางครั้งเรากำหนดเป้าหมายและแผนชีวิตไว้เป็นอย่างดีแล้วแต่ก็ไม่สามารถไปถึงเป้าหมายที่วางไว้ได้ มีอุปสรรคเกิดขึ้นจนได้ แต่เราก็สามารถตรวจสอบได้อย่างรวดเร็วว่าที่เราปฏิบัตินั้น มีขั้นตอนไหนผิดไปจากแผนที่กำหนดไว้ และสามารถหาแนวทางแก้ไขปัญหาได้ทัน



### | การกำหนดเป้าหมายและแผนชีวิต | ควรพิจารณาจากช่วงวัยที่เหมาะสม ดังนี้

๑. วัยก่อนทำงาน (๐ - ๒๐ ปี) ในวัยนี้เป็นวัยที่กำลังอยู่ในระหว่างการศึกษาเล่าเรียนที่มาของรายได้ส่วนใหญ่จะเป็นลักษณะการพึ่งพาคุณพ่อคุณแม่ เพราะยังไม่มีรายได้เป็นของตัวเอง และในขณะเดียวกันคนในวัยนี้ส่วนมากจะยังไม่มีภาระหนี้สิน โดยเป้าหมายในการใช้จ่ายส่วนใหญ่ของคนในวัยนี้ก็คือ เพื่อซื้อของใช้ส่วนตัว เกี่ยวกับเพื่อนหรือ ช้อปปิ้ง เป็นต้น ดังนั้นการวางแผนทางการเงินที่สำคัญของคนในวัยนี้ก็ต้องเน้นการสร้างวินัยการออมเพื่ออนาคตที่มั่นคง เพราะหากคนวัยนี้มีวินัยการออมที่ดีแล้ว จะทำให้ในช่วงอายุต่อ ๆ ไป สามารถวางแผนทางการเงินได้ง่ายและเป็นไปตามเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ ในส่วนการวางแผนการลงทุนของคนในช่วงนี้ก็จะเน้นเป็นการฝากเงินไว้กับธนาคารทั้งในรูปแบบออมทรัพย์ หรือฝากประจำเพราะยังไม่มีเงินลงทุนมากนัก



๒. ช่วงวัยเริ่มทำงาน (๒๑ - ๓๐ ปี) สำหรับวัยเริ่มทำงานนี้เป็นวัยเริ่มต้นของการมีภาระหน้าที่ และมีรายได้เป็นของตนเอง ซึ่งแน่นอนว่าเมื่อเริ่มต้นการทำงานก็จะมีเงินเดือนหรือรายได้ต่าง ๆ เข้ามา ซึ่งก็อาจจะยังไม่สูงมากนักแต่ก็เป็นจุดเริ่มต้นที่ดีที่จะสามารถเก็บออมเพื่อนำเงินไปลงทุนต่อได้ ทั้งนี้ในส่วนของค่าใช้จ่าย หรือภาระหนี้สินของคนในวัยนี้อาจยังไม่สูงมากนักเช่นกัน เพราะเป็นวัยที่เพิ่งเริ่มสร้างเนื้อสร้างตัว โดยเป้าหมายในการใช้จ่ายส่วนใหญ่ของคนในวัยนี้ก็คือการซื้อสินค้าที่ทันสมัยตามกระแส การท่องเที่ยว เปิดประสบการณ์ ซื้อของใช้ส่วนตัว หรือซื้อรถยนต์ที่มีมูลค่าไม่แพงมาก ดังนั้น การวางแผนการเงินของคนในวัยนี้จะต้องเน้นการให้ความสำคัญกับกลยุทธ์การบริหารเงิน โดยจะต้องมีการบริหารค่าใช้จ่ายและรายได้ให้เพียงพอ และสามารถมีเงินเก็บออมเพื่อนำไปลงทุนเพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มได้ ในส่วนการวางแผนการลงทุนของคนในช่วงวัยนี้ เนื่องจากยังมีระยะเวลาในการหารายได้เพิ่มอีกนาน ดังนั้นการวางแผนการลงทุนจึงสามารถลงทุนในความเสี่ยงที่ค่อนข้างสูงได้ เพราะหากมีความผิดพลาดเกิดขึ้นจากการลงทุน ก็ยังมีระยะเวลาที่จะสามารถหาเงินกลับมาเพื่อลงทุนสร้างผลตอบแทนอีกได้ แต่อย่างไรก็ตามในการลงทุนแต่ละประเภทก็ควรจะต้องมีการศึกษาและทำความเข้าใจให้ดีก่อนนะครับ นอกจากนี้ในช่วงอายุนี้นี้ควรมีการเพิ่มความรู้ การลงทุนเพิ่ม เพื่อประสิทธิภาพในการลงทุนของตัวเองอีกด้วย



๓. **วัยเริ่มสร้างครอบครัว (๓๑ - ๔๐ ปี)** สำหรับคนที่อยู่ในช่วงวัยนี้เป็นวัยที่ต้องเพิ่มพูนความมั่งคั่งให้กับตนเองและเริ่มที่จะสร้างครอบครัว โดยมีรายได้และรายจ่ายอยู่ในระดับสูงแล้ว หน้าที่การงานของคนในวัยนี้กำลังก้าวหน้า โดยเป้าหมายในการใช้จ่ายส่วนใหญ่ของคนในวัยนี้จะมุ่งไปที่การสร้างครอบครัว และออมเงินไว้เพื่ออนาคต อีกทั้งกำลังมองหาสินทรัพย์ที่ใหญ่ขึ้น อยากรับได้รถยนต์หรูหราราคาขึ้น

ดังนั้นการวางแผนการเงินของคนในวัยนี้จะต้องให้ความสำคัญกับความเสี่ยงที่กำลังเผชิญ เช่น ภาระหนี้สินก้อนโต และที่สำคัญคือปัญหาเรื่องสุขภาพและ

อุบัติเหตุ ด้วยเหตุนี้การวางแผนการเงินจึงควรต้องกระจายความเสี่ยง เพราะมีภาระทางการเงินสูงขึ้น และควรเพิ่มในส่วนของแผนภาษี แผนการออมและการลงทุนเพื่อวัยเกษียณ



๔. **วัยการงานมั่นคง (๔๑ - ๕๕ ปี)** ในวัยนี้เป็นวัยที่หน้าที่การงานและฐานะทางการเงินมีความมั่นคงแล้ว และส่วนใหญ่จะมีรายได้สูง ในขณะที่ภาระทางการเงินเริ่มลดลง ลักษณะส่วนใหญ่ของคนในวัยนี้จะหันมาใส่ใจเรื่องสุขภาพมากขึ้น โดยเป้าหมายในการใช้จ่ายส่วนใหญ่ของคนในวัยนี้จะเป็นเรื่องของการวางแผนการศึกษาให้กับบุตร ซึ่งต้องรักษาความมั่นคงทางการเงินและยังจะต้องระวังเรื่องการก่อหนี้ รวมถึงปัญหา

สุขภาพและอุบัติเหตุอีกด้วย ที่สำคัญคนในวัยนี้จะต้องให้ความสำคัญกับการวางแผนเกษียณ เพราะเหลือระยะเวลาในการหารายได้อีกไม่นาน ดังนั้นการวางแผนการเงินสำหรับคนในวัยนี้นั้น จะเน้นเรื่องการวางแผนภาษีและการวางแผนเกษียณอย่างเป็นระบบ ซึ่งจะต้องมีการกระจายการลงทุน และเริ่มลดสัดส่วนในสินทรัพย์ที่มีความเสี่ยงสูงลง



๕. **วัยเกษียณอายุ (๕๕ ปีขึ้นไป)** สำหรับคนที่อยู่ในช่วงวัยนี้เป็นวัยของผู้ที่กำลังจะก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุ ซึ่งจะไม่มียาได้ประจำ ในขณะที่ภาระทางการเงินก็ลดลง ค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องค่าใช้จ่ายประจำวันและค่ารักษาสุขภาพ โดยเป้าหมายทางการเงินส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องของการมองหารายรับ เพื่อนำมาใช้

จ่ายประจำวัน การท่องเที่ยวพักผ่อนและเก็บออมไว้ให้ลูกหลาน และให้ความสำคัญในการวางแผนเพื่อส่งมอบทรัพย์สินไปให้ลูกหลานด้วย ดังนั้นสำหรับรายรับจากการวางแผนการเงินในวัยนี้จะมาจากเงินบำเหน็จ - บำนาญ เงินออม และผลตอบแทนจากการออมและการลงทุนตั้งแต่วัยทำงานอยู่ ด้วยเหตุนี้ หากต้องการลงทุนเพื่อเพิ่มรายได้ การวางแผนทางการเงินจึงต้องเน้นผลิตภัณฑ์การเงินที่มีความเสี่ยงต่ำเพื่อรักษาเงินต้น แต่ยังสามารถสร้างผลตอบแทนสม่ำเสมอ

แผนชีวิตตามโครงการศูนย์จัดการกองทุนชุมชน “บริหารจัดการหนี้ สำนึกดี แผนดีบริหารหนี้ได้” จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

๑. เพื่อให้ครัวเรือนเป้าหมายสามารถวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตและการมีหนี้สินครัวเรือน

๒. เพื่อสร้างความตระหนักและกำหนดเป้าหมายเพื่อหาทางออกปัญหา

๓. ครัวเรือนเป้าหมายมีแผนชีวิต

## | วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินงาน |

๑. จำแนกครัวเรือนเป้าหมายตามศักยภาพ และช่วงอายุ
๒. ครัวเรือนเป้าหมายประเมินตนเอง ลำดับเหตุการณ์สำคัญ ที่มีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต วิเคราะห์สาเหตุปัญหาต่าง ๆ รวมถึงการเป็นหนี้สินของครัวเรือน และทักษะในการประกอบอาชีพ สำหรับการวางแผนการเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย การลดหนี้ ปลดหนี้
๓. ครัวเรือนกำหนดเป้าหมาย
๔. จัดทำแผนชีวิต

## | ตัวอย่างแบบประเมินตนเอง |

ให้ครัวเรือนเป้าหมายนึกถึงลำดับเหตุการณ์ที่สำคัญ ๆ ลำดับเหตุการณ์สำคัญต่าง ๆ ที่ผ่านมา ซึ่งมีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงในชีวิต ทั้งการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี และการเปลี่ยนแปลงที่ทำให้ทุกข์กาย ทุกข์ใจ สาเหตุของความทุกข์ สาเหตุของความทุกข์ และการที่ได้เรียนรู้จากเหตุการณ์นั้น

| ปี พ.ศ. | เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต | ผลกระทบที่เกิดขึ้นในชีวิต |
|---------|-----------------------------|---------------------------|
|         |                             |                           |
|         |                             |                           |
|         |                             |                           |

๑) อะไรที่ทำให้เรามีความสุขจากเหตุการณ์นั้น

.....

.....

๒) อะไรที่ทำให้เรามีความทุกข์จากเหตุการณ์นั้น

.....

.....

๓) เราได้เรียนรู้อะไรจากเหตุการณ์นั้น

.....

.....

การตั้งเป้าหมายก็ไม่ใช่เรื่องง่ายและการไปให้ถึงเป้าหมายก็ไม่ใช่เรื่องง่าย แต่ทั้งสองอย่างนั้นสามารถทำไปพร้อม ๆ กันได้ สิ่งแรกคือการตัดสินใจอย่างแน่อนว่าคุณต้องการอะไรจริง ๆ ถ้าเป็นเป้าหมายใหญ่ ต้องแยกย่อยเป็นเป้าหมายขนาดเล็กลง แบ่งย่อยออก จากนั้นต้องกำหนดขอบเขตของเวลา ควรกำหนดเป้าหมายออกเป็นด้านการทำงาน ด้านการเงิน ด้านการศึกษา ด้านสุขภาพ ด้านสังคม

## 1 กำหนดเป้าหมายชีวิตอย่างไร จึงจะไม่เครียด 1

หลายคนเคยตั้งเป้าหมายในชีวิตไว้หลายเรื่อง และหลายครั้งแล้วแต่เป็นหาที่เกิดขึ้น คือ

**1 เป้าหมายยากเกินไป 1** ทำให้หมดกำลังใจ ไม่อยากทำตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ เพราะทำเท่าไรก็คงไม่บรรลุเป้าหมาย

**1 เป้าหมายง่ายเกินไป 1** ไม่ต้องทำอะไรก็ได้ตามเป้าหมายอยู่แล้ว

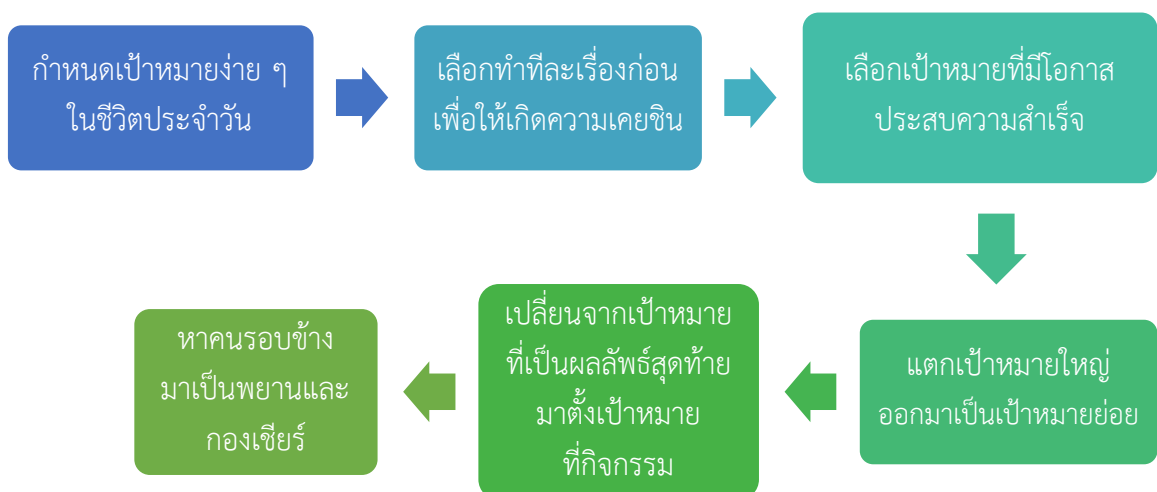
**1 เป้าหมายมากเกินไป 1** หลายเรื่อง ไม่รู้จะทำเรื่องอะไรก่อน สุดท้ายไม่ทำสักเรื่อง

**1 เปลี่ยนเป้าหมายบ่อยและเร็วเกินไป 1** ยังไม่ทันทำอะไรก็มีเป้าหมายใหม่อีก เหมือนชีวิตมีเป้าหมายเยอะแยะสุดท้ายก็ไม่ต่างอะไรกับคนที่ไม่มีเป้าหมาย

**1 มีเป้าหมายระยะยาว ไม่มีเป้าหมายระยะสั้น 1** ดังนั้นจึงใช้ชีวิตแต่ละเดือนแต่ละวัน ผ่านเลยไปโดยไม่ทำอะไร เพราะมัวมองแต่เป้าหมายระยะยาวเพียงอย่างเดียว

**1 เป้าหมายแย้งกันเอง 1** ประเภทได้อย่างเสียอย่าง หรืออยากได้แต่ไม่กล้าเสี่ยง เทคนิคการตั้งเป้าหมายที่กำหนดง่ายและสามารถทำได้ เพื่อเป็นจุดเริ่มต้นสู่ความสำเร็จในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

**1 ตั้งเป้าหมายที่กำหนดง่ายและสามารถทำได้ 1** เพื่อเป็นจุดเริ่มต้นสู่ความสำเร็จในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ



## | ตัวอย่างการกำหนดเป้าหมายของชีวิต |

| ชีวิตด้าน             | เป้าหมายที่ต้องการ<br>(สามารถวัดความสำเร็จได้)  | ระยะเวลา<br>(ภายในกี่ปี)       |
|-----------------------|---|--------------------------------|
| การงาน                | - อาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้<br>- มีตำแหน่งงานที่สูงขึ้น  | ๑ ปี<br>๓ ปี                   |
| การเงิน/<br>ทรัพย์สิน | - เงินออม ๕๐๐,๐๐๐บาท<br>- ชำระหนี้สิน ๓๐,๐๐๐ บาท ให้หมดภายใน ๓ ปี<br>- ซื้อที่นา<br>- ทำประกันชีวิต | ๑๐ ปี<br>๓ ปี<br>๕ ปี<br>๑๕ ปี |
| สุขภาพ                | - ออกกำลังกาย สัปดาห์ละ ๓ วัน<br>- ทานอาหารสุขภาพ<br>- สวดมนต์ นั่งสมาธิ                            | ๑ ปี<br>๑ ปี<br>๑ ปี           |
| ครอบครัว              | - ส่งลูกเรียนถึงปริญญาตรี<br>- พาครอบครัวไปพักผ่อน  | ๑๐ ปี<br>๑ ปี                  |
| สังคม                 | - บริจาคสิ่งของ<br>- ทำบุญ<br>- มีส่วนร่วมกิจกรรมในหมู่บ้าน   | ๑ ปี<br>๑ ปี<br>๑ ปี           |

เมื่อเรากำหนดเป้าหมายได้แล้วจะต้องจัดลำดับความสำคัญ และใส่รายละเอียดว่าเราจะต้องทำอะไรบ้าง เช่น ถ้าเราต้องการเลือกซื้อที่นาเป็นอันดับแรก ต้องกำหนดเวลาที่ต้องทำ ถึงแม้ว่าเราจะรู้แล้วว่าเราจะต้องทำอะไรบ้างเพื่อให้บรรลุเป้าหมายแต่จะไม่สามารถลงมือทำอะไรได้เลยถ้าเราไม่รู้ว่าจะต้องทำอะไรก่อนหลังหรือต้องทำอะไรเมื่อไหร่ ดังนั้น ให้เอากิจกรรมทั้งหมดมาจัดทำลำดับความสำคัญ ประเมินความเป็นไปได้และกำหนดระยะเวลาว่าจะดำเนินการให้สำเร็จภายในกี่ปี

## ตัวอย่างที่ ๑

| กิจกรรม : ซื้อที่ดิน (ที่นา)             | ปีที่ ๑ | ปีที่ ๒ | ปีที่ ๓ | ปีที่ ๔ | ปีที่ ๕ |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|
| ๑. หาทำเลซื้อที่ดิน / ประเมินการราคา     |         |         |         |         |         |
| ๒. เก็บเงินซื้อที่ดิน                    |         |         |         |         |         |
| ๓. ศึกษาข้อมูลการซื้อที่ดิน              |         |         |         |         |         |
| ๔. ดำเนินการซื้อที่ดิน                   |         |         |         |         |         |
| ๕. ดำเนินการซื้อที่ดิน                   |         |         |         |         |         |
| ๖. ฟื้นฟูบำรุงดิน สร้างระบบน้ำในการเกษตร |         |         |         |         |         |

การประเมินความเป็นไปได้ เมื่อมองเห็นแผนชีวิตในภาพรวมแล้ว ให้ลองประเมินดูว่ามีเรื่องไหนบ้างที่เป็นไปได้ยาก เช่น การที่เราจะเก็บเงินออมเพื่ออนาคต ๕๐๐,๐๐๐ บาท ชำระหนี้สิน ๓๐,๐๐๐ บาท ให้หมดภายใน ๓ ปี เก็บเงินที่ดิน และการทำประกันชีวิตเราต้องคำนวณว่าแต่ละเดือนเราต้องเก็บเงินทั้งหมดเท่าไร และจะทำได้หรือไม่ หากไม่สามารถทำได้ให้ปรับแต่งกิจกรรมให้เหมาะสมและมีโอกาสเป็นไปได้

## | แผนชีวิต |

| เป้าหมาย  | สิ่งที่ต้องทำ/แนวทางบรรลุเป้าหมาย                                    | ปีที่ |   |   |
|---|--|-------|---|---|
|   |  | ๑     | ๒ | ๓ |
| <b>ด้านกรงาน</b><br>- มีอาชีพเสริม<br>ภายใน ๑ ปี      | • ศึกษาข้อมูลอาชีพเสริมที่สนใจ โดยคำนึงถึงทักษะ และความชอบ           |       |   |   |
|   | • เตรียมวัสดุอุปกรณ์ /ทดลองเพื่อทดสอบความเป็นไปได้                   |       |   |   |
|   | • ลงมือทำโดยเริ่มจากเล็ก ๆ เพื่อเก็บเกี่ยวประสบการณ์                 |       |   |   |
| <b>ด้านการเงิน</b><br>ชำระหนี้สินให้<br>หมดภายใน ๓ ปี | • สำรวจหนี้สินภายในครัวเรือน   |       |   |   |
|   | • ศึกษาข้อมูลของการการบริหารจัดการหนี้                               |       |   |   |
|   | • สมัครเข้าร่วมโครงการฯ และทำตามขั้นตอนของศูนย์จัดการ<br>กองทุนชุมชน |       |   |   |
|   | • พัฒนารายได้หลัก และทำอาชีพเสริม                                    |       |   |   |
|   | • จัดทำบัญชีครัวเรือน /แผนชีวิต                                      |       |   |   |
| <b>สุขภาพ</b>   | • ออกกำลังกาย สัปดาห์ละ ๓ วัน  |       |   |   |
| <b>ครอบครัว</b>                                       | • พาครอบครัวไปพักผ่อน ปีละ ๒ ครั้ง                                   |       |   |   |
| <b>สังคม</b>  | • ให้ความร่วมมือกิจกรรมส่วนรวมในหมู่บ้าน/ชุมชน                       |       |   |   |

การเขียนแผนชีวิตดูเหมือนจะยุ่งยาก แต่ถ้าเราใช้เวลาและความสำคัญกับแผนชีวิตให้มาก นอกจากจะช่วยให้เวลาที่เราจะสูญเสียไปในระหว่างเส้นทางของชีวิตแล้ว ยังจะช่วยรับประกันความสำเร็จให้เราได้อีกทางหนึ่งด้วย แต่ถ้าใครคิดว่าการวางแผนชีวิตเป็นภาระและเป็นเรื่องที่ยุ่งยากมาก ก็ขอแนะนำให้เริ่มเขียนแผนชีวิตแล้วค่อย ๆ เป็นค่อย ๆ ไปก็ได้

## | แผนการสอน |

| เวลา     | เนื้อหา  | วัตถุประสงค์รายวิชา  | วิธีการ/ขั้นตอน   | สื่อ                           | วัสดุ/อุปกรณ์  |
|----------|--|--|---|--------------------------------|--|
| ๑.๓๐ ชม. | วิเคราะห์เหตุการณ์<br>ที่มีผลกระทบต่อการ<br>ดำเนินชีวิตเพื่อ<br>กำหนดเป้าหมาย<br>และการวางแผน<br>ชีวิต | ๑. เพื่อให้ครัวเรือนเป้าหมาย<br>สามารถวิเคราะห์สาเหตุของ<br>ปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต<br>และการมีหนี้สินครัวเรือน<br>๒. เพื่อสร้างความตระหนักและ<br>กำหนดเป้าหมายเพื่อหาทางออก<br>ปัญหา<br>๓. ครัวเรือนเป้าหมายมีแผนชีวิต | วิทยากรชวนคุยและทบทวนแผนชีวิตที่ดำเนินการครั้งที่<br>ผ่านมา และสอบถามความเคลื่อนไหว ปัญหา อุปสรรค และ<br>นำมาปรับใช้ในชีวิตให้เหมาะสม<br>๑) วิทยากรจำแนกครัวเรือนเป้าหมายตามศักยภาพ<br>และช่วงอายุ<br>๒) วิทยากรยกตัวอย่างการประเมินตนเองและให้ครัวเรือน<br>เป้าหมายประเมินตนเอง ลำดับเหตุการณ์สำคัญ<br>ที่มีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตวิเคราะห์สาเหตุ<br>ปัญหาต่าง ๆ รวมถึงการเป็นหนี้สิน ของครัวเรือน และ<br>ทักษะในการประกอบอาชีพ สำหรับการวางแผนการเพิ่ม<br>รายได้ ลดรายจ่าย การลดหนี้ ปลดหนี้<br>๓. ให้ครัวเรือนกำหนดเป้าหมายและฝึกปฏิบัติการจัด<br>ทำแผนชีวิต | วีดิทัศน์เกี่ยวกับแผน<br>ชีวิต | <ul style="list-style-type: none"> <li>คอมพิวเตอร์</li> <li>เครื่องฉาย</li> <li>ไมโครโฟน</li> <li>สายต่อพ่วงทั้ง<br/>สายภาพและ<br/>เสียง</li> <li>ปลั๊กยาวต่อพ่วง<br/>มากกว่า ๑ ตัว</li> </ul> |

## คณะผู้จัดทำ

### ที่ปรึกษา

|            |           |   |
|------------|-----------|---|
| นายธงชัย   | บุตรนุชิต | ผู้อำนวยการสำนักพัฒนาทุนและองค์การการเงินชุมชน  |
| นายสุสังข์ | ชุ่มมะโน  | ผู้อำนวยการกลุ่มงานส่งเสริมองค์การการเงินชุมชน<br>สำนักพัฒนาทุนและองค์การการเงินชุมชน |

### คณะผู้จัดทำ

|                 |                 |  |
|-----------------|-----------------|--|
| นางสาวรวรวัลย์  | จันทร์สงเคราะห์ | นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการ   |
| นางสาวจุฑามาศ   | ปลาตศรี         | นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการ   |
| นางสาวธัญญ์นภัส | วิหิรัณยกรณ์    | นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการ   |
| นางสาวกาญจนา    | สิมพันธ์        | นักวิชาการพัฒนาชุมชนปฏิบัติการ<br>กลุ่มงานส่งเสริมองค์การการเงินชุมชน<br>สำนักพัฒนาทุนและองค์การการเงินชุมชน<br>กรมการพัฒนาชุมชน |

### ผู้เขียน/เรียบเรียง

|               |         |                              |
|---------------|---------|------------------------------|
| นางสาวจุฑามาศ | ปลาตศรี | นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการ |
|---------------|---------|------------------------------|



สำนักพัฒนาทุนและองค์การการเงินชุมชน  
กรมการพัฒนากุศล