

รู้ใช้ รู้ออม (รู้ลงทุน)

สู่อิสรภาพทางการเงิน

“สำหรับมนุษย์เงินเดือน” ตอนที่ **1**

(เปลี่ยน **Mindset** สร้างวินัย ทำเป้าหมายให้เป็นจริง)

รศ.นพ. ญาณพ เอื้อพันธ์เศรษฐ

1 ก.ค. 2564



รศ.นพ.รณภพ เอื้อพันธเศรษฐ ภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัว

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

- แพทยศาสตร์บัณฑิต(มช. รหัส 2807069)
- วุฒิบัตรเวชปฏิบัติทั่วไป
- อนุมัติบัตรเวชศาสตร์ครอบครัว
- การจัดการทั่วไป (ม.สุโขทัยธรรมมาธิราช)
- เศรษฐศาสตร์มหาบัณฑิต(ม.เชียงใหม่)
- **Investment Consultant(IC):**ผู้แนะนำการลงทุน
- **Certified Financial Planner (CFP1) module 1 :** พื้นฐานการวางแผนการเงิน ภาษี และจรรยาบรรณ (Foundation of Financial & Tax Planning)
- **Certified Financial Planner (CFP 2) module 2:** การวางแผนการลงทุน (Investment Planning)
- **Associate Financial Planner Thailand, AFPT™** ที่ปรึกษาการเงิน



จำนวนนักวางแผนการเงิน CFP® และที่ปรึกษาการเงิน AFPT™ ในประเทศไทย
(ข้อมูล ณ เดือนเมษายน 2564)



นักวางแผนการเงิน CFP 356 คน
ที่ปรึกษาการเงิน AFPT 987 คน

- ผู้ช่วยอธิการบดี
- กรรมการกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ มช.
- กรรมการกองทุนพัฒนามหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- อนุกรรมการบริหารจัดการทรัพย์สินเงินกองทุนพัฒนามหาวิทยาลัยเชียงใหม่

การบริหารจัดการเงินส่วนบุคคล

หมวดที่ 1 : การสร้างวินัย / **Mindset** / เป้าหมายทางการเงิน

หมวดที่ 2 : เงินและดอกเบี้ยทบต้น

หมวดที่ 3 : การจัดทำบัญชีและบัญชีรายรับ-รายจ่าย

หมวดที่ 4 : การวางแผนจัดการเงิน(**Money Management**)

หมวดที่ 5 : สินทรัพย์เพื่อการลงทุน

หมวดที่ 6 : เตรียมเกษียณ

หลักสูตรการบริหารจัดการเงินสำหรับมนุษย์เงินเดือน(หลักสูตร 1 วัน)

โดย รศ.นพ.รณภพ เอื้อพันธเศรษฐ, M.D., AFPT™

ภาคเช้า หัวข้อ

- การสร้างเป้าหมายและวินัยทางการเงิน(ปรับเปลี่ยน Mindset ใหม่)

WS I : การสร้างเป้าหมายทางการเงิน

- เรื่องของเงินและดอกเบี้ยทบต้น

WSII: แบบทดสอบสุขภาพทางการเงิน

- Financial Calculators

WSIII: Financial Calculators

- การบริหารจัดการหนี้

WS IV: Budget Planning

ภาคบ่าย หัวข้อ

- การจัดทำบัญชี รายรับ –รายจ่าย
- การจัดทำงบประมาณทางการเงินส่วนบุคคล
- WS V: Happy Money app.
- สร้างเงินล้านกับการลงทุนในกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ
- การลงทุนแบบ Dollar Cost Average
- การวางแผนภาษี
- Retirement Planning
- WS VI: เครื่องมือวางแผนการเงิน/โปรแกรมคำนวณ

เนื้อหา 1.5 ชั่วโมง

หลักการ/แนวคิดพื้นฐานเรื่องการบริหารจัดการเงิน(รู้จักเงิน)

เข้าใจ **lifestyle** ตนเอง(รู้จักตนเอง)

~~สามารถลงทุนได้(รู้จักการลงทุน) ?????~~



“เปลี่ยน mindset
สร้างวินัย
ทำเป้าหมายให้เป็นจริง”



เริ่มวางแผนเกษียณ
ตั้งแต่เริ่มทำงาน

คำถาม....

ทำไมต้องวางแผนการเงิน

ทำไมคนส่วนใหญ่ไม่วางแผนการเงิน

คำตอบ.....

เหตุผลที่ต้องวางแผนการเงิน

- เพื่อให้มีเงินใช้(บริหารเงินที่มีอยู่ให้เติบโตเพื่อความมั่งคั่งในอนาคต/ รายรับมากกว่ารายจ่าย)
- เพื่อบริหารทรัพย์สิน(ทำให้งอกเงย/ **passive income**)
- ปลดภาระหนี้สิน(ไม่มีหนี้ดีที่สุด ถ้าจะมีเลือกที่จะมีหนี้ดี)
- ป้องกันและลดความเสี่ยง(วางแผนป้องกันความเสี่ยง)
- เพื่อใช้จ่ายยามฉุกเฉิน(เตรียมความพร้อมรับมือกับเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝัน)
- เพื่อเกษียณสุข(วางแผนเกษียณ)

2528 – 2534

2534 – 2537

2537 - 2541

2541 - ปัจจุบัน

ผู้แนะนำการลงทุนตั้งแต่ 2557 – ปัจจุบัน
ที่ปรึกษาการเงิน 2561- ปัจจุบัน



ข้อมูลส่วนบุคคล

ข่าวสาร/กิจกรรม

จัดการข้อมูล

ข้อมูลสารสนเทศ

สืบค้นข้อมูล

อีเมล

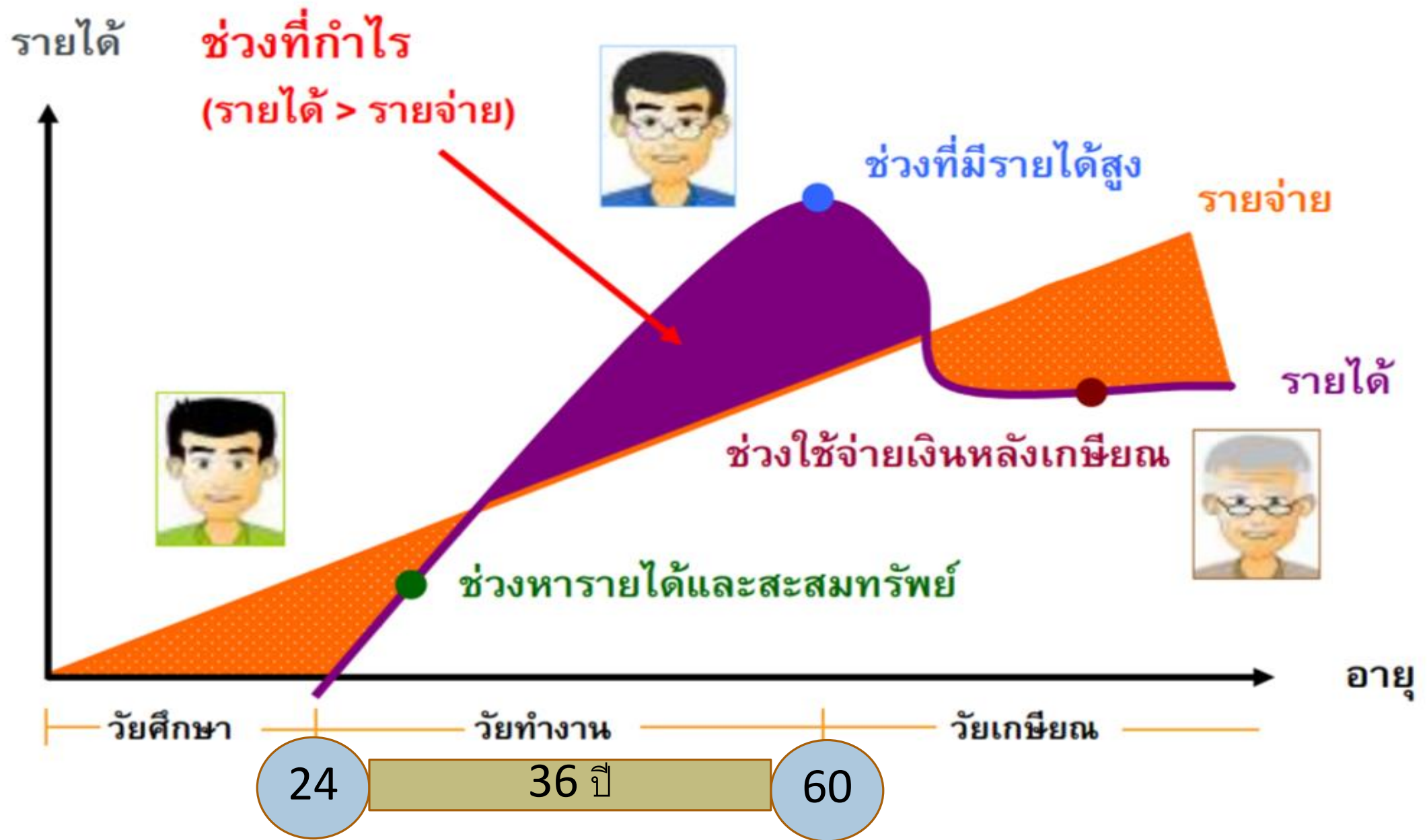
ดาวน์โหลด

แสดง	01/04/2535		ไม่ระบุ	นายแพทย์	C 4	7,200.00	ปรับตามอัตราเงินเดือน บัญชี 1	-	✓
แสดง	01/04/2534		ไม่ระบุ	นายแพทย์	C 4	5,600.00	1506/2534ลว.18/07/34	-	✓

รายละเอียดประวัติการทำงาน

ลำดับ :	1
ประเภทคำสั่ง :	ไม่ระบุ
เลขที่คำสั่ง :	1506/2534ลว.18/07/34
วันที่เริ่มต้น :	01/04/2534
วันที่สิ้นสุด :	
เลขที่ตำแหน่ง :	1064
ตำแหน่ง :	นายแพทย์
สังกัด :	ภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัว
ประเภทตำแหน่ง :	ไม่ระบุ
ระดับ :	C 4
เงินเดือน :	5,600.00
เงินบริหาร :	0.00
ขั้น, % :	0.00
จำนวนเงินที่ได้รับ :	0.00
%ค่าตอบแทนพิเศษ :	
ค่าตอบแทนพิเศษ :	
เงิน พ.ส.ร. :	
สถานะการดำรงตำแหน่ง :	ดำรงตำแหน่ง
สถานะการทำงาน :	ทำงานปกติ
หมายเหตุ :	
สถานะ :	-

5,600



ที่มา : ศูนย์ส่งเสริมการพัฒนาความรู้ตลาดทุน (TSI) ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย

- **ช่วงก่อน 20 : Be A Good Student** ..เป็นนักเรียนที่ดี เรียนให้หนัก หาความรู้เบื้องต้นให้เป็นพื้นฐานชีวิต 'ควรทำงาน Part-Time' ...งาน Part-Time ไม่สามารถทำให้รวย แต่จะสอนให้เรารู้จักค่าของเงิน
- **ช่วง 20 - 30 :** 'เริ่มต้นทำงาน ให้หานายที่ดี' ..ช่วงนี้ให้หาต้นแบบที่ดี เพราะนายที่ดี จะเป็นอาจารย์ในชีวิตจริงที่สอนโลกให้เรา ..เขาให้มองหาองค์กรเล็ก ดีกว่าองค์กรใหญ่ เพราะองค์กรเล็กเราจะได้ทำเกือบทุกอย่าง และ เราจะเรียนรู้คำว่า '**แรงบันดาลใจ และ ความฝัน**' จากองค์กรเล็ก ไม่ใช่จากธุรกิจใหญ่
- **ควรเรียนรู้ สิ่งใหม่ ๆ** (ความผิดพลาดในวัย 30 เป็นสิ่งที่จะช่วยให้เราก้าวกระโดด เมื่อเราเดินต่อไป)
- **ช่วง 30 - 40 :** 'เริ่มคิดถึงตัวเอง ว่าเราทำงานเพื่อใคร ทำไม?' ..ถ้าจะเริ่มธุรกิจตัวเอง อายุช่วงนี้ช้าสุดแล้วที่ต้องเริ่ม มันเป็นช่วงสุกงอมใน **Know who & Know how** ...ไปตามความฝันของคุณ ด้วยความสามารถที่เรามี !!

- **ช่วง 40 - 50 :** 'ต้อง **Focus**' ..อายุเท่านี้คนเราจะรู้แล้วว่า เราเก่งและถนัดอะไร ..มีความชัดเจนในตัวเอง มีจุดยืน มีความเชี่ยวชาญ และ มี **Identity** ...อย่าทำในสิ่งที่ไม่ถนัด **Focus !!**
- **ช่วง 50 - 60 :** 'ไปทำงานกับรุ่นน้อง' 'ทำงานกับคนรุ่นใหม่' ..ถ้าเป็นลูกจ้างก็ไปหา ลูกน้องหนุ่มรุ่นใหม่ ไปทำงานกับเขา ..แต่ถ้าเป็นธุรกิจเรา ต้องให้เด็กรุ่นใหม่ช่วย กำหนดทิศทาง คือ ทำงานเพื่อให้เด็กใช้ความคิดสร้างสรรค์แทนเรา ...เรามีเงิน มีเครือข่าย ..เด็กมี **Idea** มีทางเดินแนวใหม่ !! :...การเปิดใจทำงานกับเด็กรุ่นใหม่ จะทำให้เราผนวกความเชี่ยวชาญ กับ โอกาสใหม่ๆ ...ต้องลงทุนและร่วมมือกับคนรุ่นใหม่ เพื่อให้เราทันสมัย ไม่ตกยุค
- **หลัง 60** หลังอายุ 60 'ช่วงเวลาแห่งการให้' ...ให้เราไปทำสิ่งที่ชอบ ให้โอกาสคน และ ถ่ายทอดความรู้ ยิ่งอายุเยอะขึ้น ความสุขจะเพิ่มขึ้นจากการให้ ไม่ใช่การได้มา
ไปพักผ่อนครับ'

คิดแบบง่าย

ทำไมต้องวางแผนสร้างความ “มั่งคั่ง”

คำถามชวนคิด

- 1 โดยเฉลี่ยคนไทยเริ่มทำงานมีรายได้อายุ?
- 2 เงินเดือนเดือนแรกที่คุณคาดว่าจะได้รับ?
- 3 จะออมเงินเดือนละเท่าไร?
- 4 จะทำงานไปจนถึงอายุเท่าไร?
- 5 คาดว่าจะใช้ชีวิตไปจนถึงอายุเท่าไร?

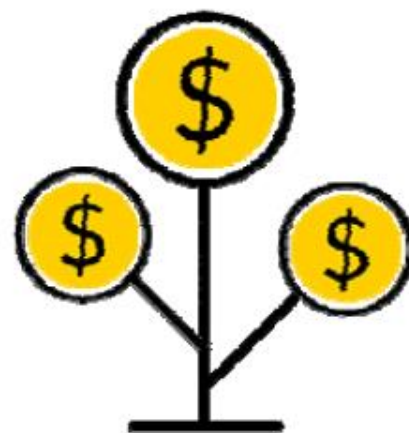
22 ปี

15,000 บาท

2,000 บาท

60 ปี

85 ปี



คำตอบชวนคุย



สำนักงานสถิติแห่งชาติ (6 เดือนแรก ปี 2562) : ค่าใช้จ่ายครัวเรือนเฉลี่ย **21,236** บาท/เดือน

300 เดือนหลังเกษียณ = **6,370,800 บาท !!!**

ถ้าคนเราอายุเฉลี่ยแปดสิบปี เราก็มีสิบปีแค่แปดครึ่ง

- สิบปีแรก หหมดไปกับความไร้เดียงสา
- สิบปีต่อมา หหมดไปกับการศึกษาเล่าเรียน
- สิบปีต่อมา หหมดไปกับการทำงานและการใช้ชีวิต
- สิบปีต่อมา หหมดไปกับการสร้างฐานะ สร้างครอบครัว
- สิบปีต่อมา หหมดไปกับการลงหลักปักฐาน รักษาสิ่งที่สร้างมา
- สิบปีต่อมา หหมดไปกับการให้และการถ่ายทอดประสบการณ์
- สิบปีต่อมา หหมดไปกับการดูแลสุขภาพกายใจให้แข็งแรง
- ...สิบปีสุดท้าย หหมดไปกับการปล่อยวาง รอการกลับบ้าน

Sandwich Generation



-
- ผมอายุ 22 เพิ่งเรียนจบ เริ่มทำงาน วางแผนการเงินยังไงดี ?
 - อายุ 25 เงินเดือน 30,000++++ วางแผนอย่างไร เก็บเงิน 1 ล้านบาทในอายุ 30 (5 ปี)
 - วางแผนมีอิสรภาพทางการเงินใน 10 ปี จะทำได้หรือไม่ ?
 - อายุ 24 วางแผนการเงิน เก็บเงินแต่งงาน ซื้รถ เก็บเงินล้าน เตรียมเกษียณอายุ ทำอย่างไรดี ?

โหลที่ 1 : ความจำเป็น

โหลที่ 2 : พักผ่อน ความฝัน

และสุขภาพ

โหลที่ 3 : การลงทุน

โหลที่ 4 : เรียนรู้

โหลที่ 5 : การออม

โหลที่ 6 : การให้



“6 ขวดโหล” ...ในการบริหารเงิน

โหลที่	วัตถุประสงค์	อัตราดอกเบี้ย
1	ใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน (Necessity Account)	55% ของรายได้
2	ใช้จ่ายส่วนตัวเพื่อซื้อความสุข สนองความชอบให้แก่ตนเอง (Play Account)	10% ของรายได้
3	การลงทุนเพื่อให้บรรลุ อิสระทางการเงิน (Financial Freedom Account)	10% ของรายได้
4	เงินลงทุนเพื่อการศึกษา หาความรู้ใส่ตัว (Education Account)	10% ของรายได้
5	เงินออมระยะยาว สำหรับใช้ในอนาคต (Long-term Saving for Spending Account)	10% ของรายได้
6	การให้ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยเหลือผู้อื่น (Give Account)	5% ของรายได้

เรียบเรียงโดย : สรวิศ อิมบำรุง

ดร.ธนียวงศ์ ทิระวัฒนาชัย PNPEEP

WEALTHY THAI

โหลที่ 1 - โหลแห่งความจำเป็น

Necessity Account



- เป็นเงินที่จะถูกแบ่งไว้เพื่อใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน
- ไม่ก่อให้เกิดรายได้เพิ่มเติม

ให้แบ่งเป็น **55 %** ของรายได้ทั้งหมด



หนี้สินต่าง ๆ



ค่าอาหาร



ค่าเดินทาง



ค่าน้ำ-ไฟ



ค่าน้ำมันรถ

โหลที่ 2 - โหลแห่งการพักผ่อน

PLaY Account

+ สุขภาพ+ ความฝัน



- เงินที่นำไปใช้จ่ายส่วนตัวตามใจชอบ
- ถือเป็นรางวัลสำหรับการทำงานในแต่ละเดือน
- ใช้ได้อิสระไม่ต้องพะวงเรื่องใด ๆ

ให้แบ่งเป็น **10 %** ของรายได้ทั้งหมด



ปาร์ตี้



ทำสปา



ดินเนอร์



ท่องเที่ยว



ช้อปปิ้ง

โหลที่ 3 - โหลแห่งการออม

Long-term saving for spending Account



- เงินที่นำไปใช้เพื่อการวางแผนและตั้งเป้าหมายค่าใช้จ่ายในระยะยาว
- หากเก็บเงินต่อเนื่องและสม่ำเสมอ เมื่อถึงเวลาใช้จ่าย คุณจะสบายใจ เพราะมีเงินจ่ายโดยไม่ต้องไปหยิบยืมคนอื่นให้เป็นหนี้

ให้แบ่งเป็น **10 %** ของรายได้ทั้งหมด



เบี้ยประกันชีวิต



ประกันรถยนต์



ซื้อบ้าน



วางแผนแต่งงาน



ค่าเล่าเรียนของลูก

โหลที่ 4 - โหลแห่งการให้

Give Account



- เงินที่นำไปใช้เพื่อบริจาค หรือให้การช่วยเหลือองค์กรการกุศลต่าง ๆ
- ชื่อของบัญชีให้กับคนใกล้ชิดในโอกาสพิเศษ

ให้แบ่งเป็น **5 %** ของรายได้ทั้งหมด



บริจาคให้มูลนิธิต่าง ๆ



ให้ของขวัญแม่

โหลที่ 5 - โหลแห่งการเรียนรู้

Education Account



- เงินที่นำไปใช้เพื่อศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม
- ไม่จำเป็นต้องจำกัดอยู่ที่การสมัครเรียน
- การซื้อหนังสือ การอบรมสัมมนา
- การเข้าเวิร์กช็อปในสิ่งที่ตัวเองสนใจ

ให้แบ่งเป็น **10 %** ของรายได้ทั้งหมด



ซื้อหนังสือ



อบรมสัมมนา



เวิร์กช็อป

โหลที่ 6 - โหลแห่งการลงทุน

Financial Freedom Account



- เงินที่นำไปใช้ในการลงทุน
- สร้างความมั่นคงทางการเงินเมื่อเกษียณ
- เงินส่วนนี้จะช่วยสร้าง Passive Income สร้างความมั่นคงให้คุณ ในอนาคต

ให้แบ่งเป็น **10 %** ของรายได้ทั้งหมด



ลงทุนในหุ้น



ลงทุนใน
กองทุนรวม



ลงทุนใน
กองทุนส่วนบุคคล



ซื้อสินทรัพย์
เพื่อเก็งกำไร



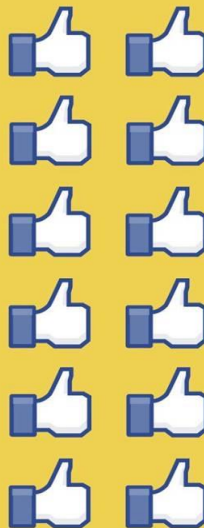
400 ฿



399 ฿

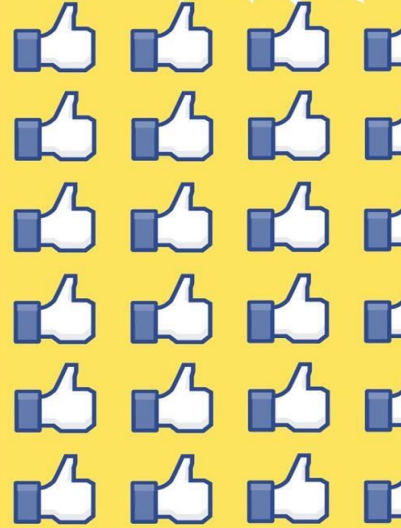


~~700 ฿~~
400 ฿



~~700 ฿~~
450 ฿

Free



fb.com/ContrastTH



195.-



270.-

วิธี
046 = 1,000 × 1,000
46 = 1,000 × 500
49 = 500 × 500
69 = 500 × 500
คิด
82 = 1,000

แพฟงจิ้ง

แพฟงอ๊ะ

พร้อมโอน

เรามีพฤติกรรมค่าใช้จ่ายอย่างไร

รายได้จากการทำงาน



งานหลัก



งานเสริม

รายได้จากทรัพย์สิน



เงินปันผล



ค่าเช่า



อื่น ๆ

ค่าใช้จ่ายเพื่อการออมและลงทุน



เงินฝาก



กองทุนรวม



อื่น ๆ

ค่าใช้จ่ายคงที่



ค่าเช่าบ้าน



เงินผ่อนสินค้า



อื่น ๆ

ค่าใช้จ่ายผันแปร



ค่าเสื้อผ้า



ค่าเดินทาง



ค่าช้อปปิ้ง



ค่าน้ำไฟ



ค่าอาหาร



อื่น ๆ

เงินเหลือ



ปลดหนี้



ออมเพิ่ม



ซื้อทรัพย์สินเพิ่ม

เงินขาด



ลดค่าใช้จ่าย



เพิ่มรายได้

เคล็ดลับ จัดการเงิน

ให้พอใช้และเหลือเก็บออม



คุณ sẽเลือกทางไหนก่อน...

เติมน้ำใส่ตุ่ม
(เพิ่มรายได้)

หรือ

อุดรูรั่วบนตุ่ม
(ลดค่าใช้จ่าย)

ตุ่มชีวิต

รูรั่วไหนบ้าง
ที่คุณติด
หรือลดได้?

ดอกเบี้ยเงินกู้

ค่าเดินทาง

เสื้อผ้า

เหล้า / บุหรี่

ห่วย / ลอตเตอรี่

อาหาร

กาแฟ

ค่าน้ำ / ค่าไฟ

ของใช้ในบ้าน

www.set.or.th/education

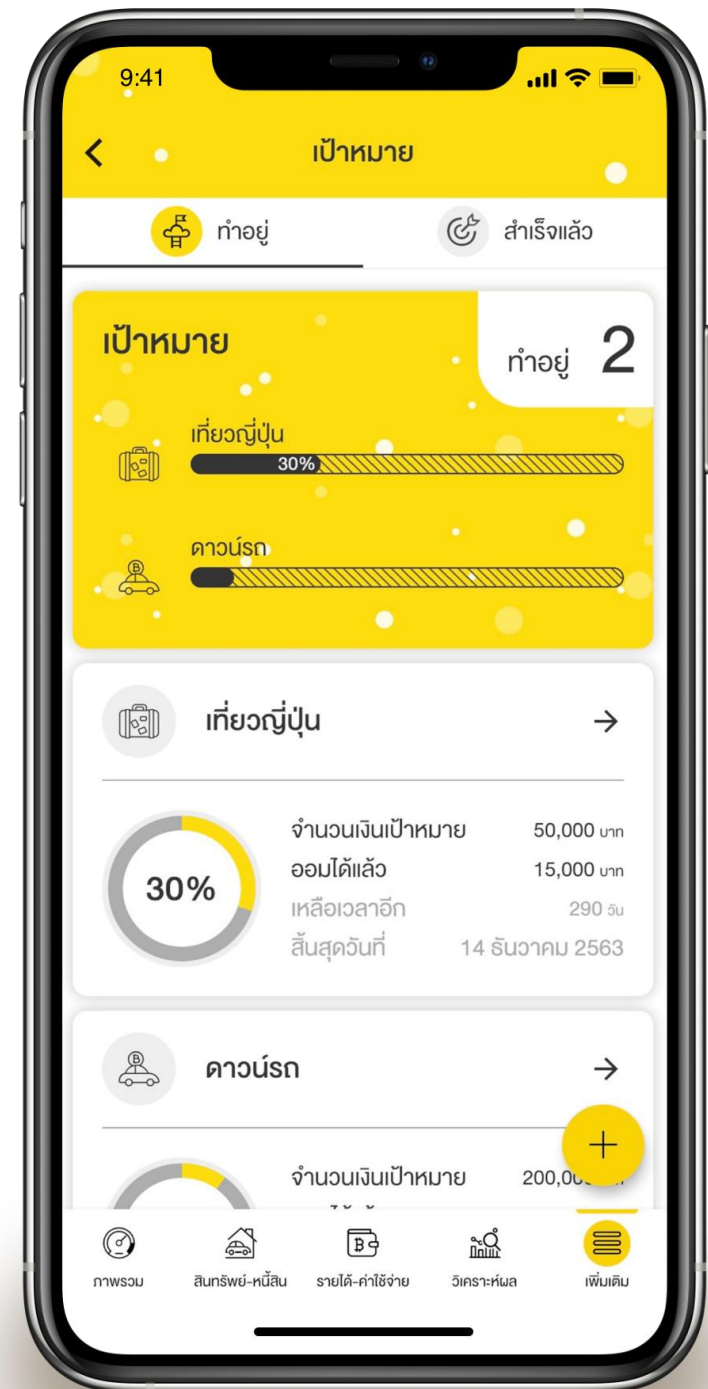


การจัดทำ

บัญชีรายรับ-รายจ่าย

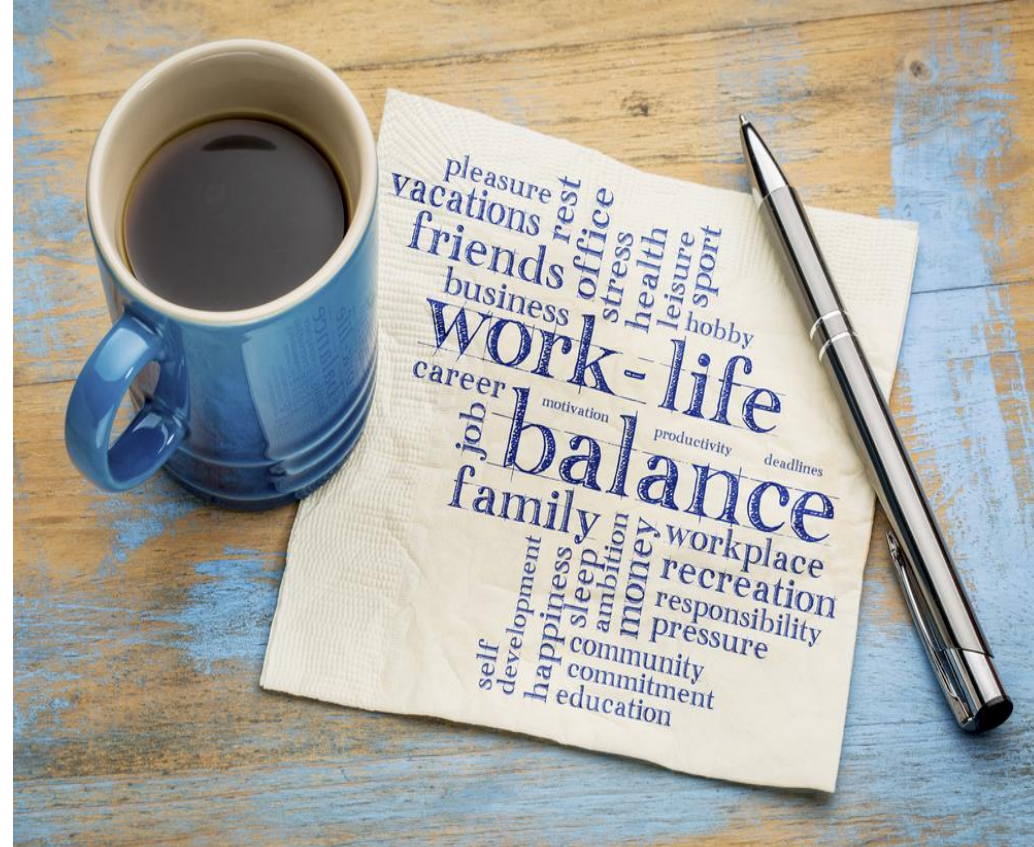
HAPPY MONEY

Application



เรื่องของการเงินจะวนเวียนอยู่ไม่กี่เรื่อง

- การรู้จักหาเงิน(**How to Earn**)
- การรู้จักออมเงิน(**How to Save**)
- การรู้จักใช้เงิน(**How to Spend**)
- การรู้จักทำให้เงินงอกเงย(**How to Invest**)



มีความสามารถในการสร้างรายได้
สามารถควบคุมค่าใช้จ่ายได้
สามารถหาเงินเพิ่มจากเงินออมที่มี

การสร้างวินัย

- “กรอบความคิด” Mindset (Fixed /Growth)

mindset[n.] ความเชื่อที่ผลต่อพฤติกรรม

[syn.] attitude, belief

- Passion

- Begin with the end in minds

- สร้างเป้าหมาย

มาตามหา Passion กันเถอะ

- ลงมือทำแล้วทำได้ดีกว่าคนอื่น
- ศึกษาให้รู้จริง
- ฝึกฝนอย่างหนัก
- ได้เงินจาก *passion*
- มีความสามารถที่จะถ่ายทอดและส่งต่อ



“ ”

คุณจะต้องมีความหลงใหลในสิ่งที่ทำ
เพราะถ้าไม่มีแล้ว มันจะเต็มไปด้วยเหตุผล
ที่จะต้องเลิกทำสิ่งนั้น

Steve Jobs

Passion is energy.

● Feel the power
that comes from focusing
on what excites you.

ความหลงใหลคือพลัง
รู้สึกได้ถึงพลังที่มาจากสิ่งที่กระตุ้นความสนใจของคุณ

//
ความสำเร็จ
ไม่ได้มาจาก
ความบังเอิญ
หากแต่มาจาก
ความตั้งใจ
//

วิ่งไหนดี



– Eliud Kipchoge –
นักวิ่งมาราธอนที่เร็วที่สุดในโลกคนปัจจุบัน

THE
STANDARD

“ คนที่มีวินัยในตัวเองเท่านั้น
จะมีอิสระในชีวิต ถ้าคุณไม่มีวินัย
คุณจะเป็นทาสของอารมณ์ ทาสของแอปสซัน
การมีวินัยในตัวเอง
คือการทำสิ่งที่ถูกต้อง
ไม่ใช่การทำสิ่งที่คุณ
แค่รู้สึกอยากทำ ”

– เอลียูด คิปโชเก
นักวิ่งมาราธอนชาวเคนยา
ผู้สร้างสถิติโลกมาราธอนคนล่าสุด
2.01.39 ชั่วโมง



เอลียูด คิปโชเก ยอดนักวิ่งชาวเคนยา เจ้าของสถิติโลกมาราธอนคนปัจจุบัน กลายเป็น
มนุษย์คนแรกในประวัติศาสตร์ที่สามารถทำลายกำแพง วิ่งระยะมาราธอนจบในเวลาต่ำกว่า
2 ชั่วโมงได้สำเร็จ ด้วยเวลา 1:59:40 ชั่วโมง ที่เวียนนา ประเทศออสเตรีย เมื่อช่วงเช้าตาม
เวลาท้องถิ่น (วันเสาร์ที่ 12 ตุลาคม 2562)

“ผมจะไปเวียนนาเพื่อเอาชนะเวลา
ผมจะไปเวียนนา
เพื่อสร้างแรงบันดาลใจ
ให้กับคนรุ่นนี้
ผมจะไปเวียนนา
เพื่อขายความคิดที่ว่า
มนุษย์ไม่มีขีดจำกัด”

- เอเลียด คิปโชเก

อีลิดูด คิปโชเก้ ปรัชญาการฝึกซ้อมว่า

“To win is not important. To be successful is not even important. How to plan and prepare is crucial. When you plan very well and prepare very well, then success can come on the way. Then winning can come on your way.”

“ชัยชนะไม่ใช่สิ่งสำคัญ แม้แต่ความสำเร็จก็ไม่สำคัญ สิ่งสำคัญจริงๆ คือการวางแผนและเตรียมตัว เพราะถ้าเมื่อใดที่คุณวางแผนและเตรียมตัวอย่างดี ความสำเร็จและชัยชนะจะเดินเข้ามาหาเอง”

คุณค่าของการวิ่งมาราธอน

การวิ่งมาราธอน ทำให้เราต้องตั้งเป้าหมายจะไปให้ถึง
เมื่อเราตั้งเป้าหมาย เราจะต้องซ้อมวิ่ง
เมื่อเราซ้อมวิ่ง จะทำให้เราเปลี่ยนแปลงตัวเอง
เมื่อเราเปลี่ยนแปลงตัวเองได้ เราจะรู้สึกว่าชีวิตมีความหมาย
เมื่อชีวิตมีความหมาย เราจะรู้สึกว่าตัวเรามีคุณค่า
เมื่อเรามีคุณค่า เราจะพัฒนาตัวให้ดียิ่งขึ้นไปอีก
เมื่อเราพัฒนาตัวเองได้ เราจะภูมิใจในตัวเอง
เมื่อเราภาคภูมิใจในตัวเอง เราจะไม่กระหายการยอมรับ
เมื่อเราไม่กระหายการยอมรับ เราจะเต็มเต็มสมบูรณ์ในตัวเอง
และในที่สุด เราจะพบ “อิสรภาพ”

การกำหนดเป้าหมายทางการเงิน

S.M.A.R.T

S: Specific คือระบุสิ่งที่ต้องการได้อย่างชัดเจน

M:Measurable คือ สามารถวัดผลได้

A:Accountable คือ ต้องมีความรับผิดชอบและลงมือปฏิบัติจริง

R:Realistic คือเป็นเป้าหมายที่สมเหตุสมผลและมีโอกาสเป็นไปได้จริง

T:Time Bound คือ มีระยะเวลาเป็นกรอบกำหนดที่ต้องทำให้เป้าหมายสำเร็จ

- ต้องการผ่อนชำระเงินกู้ยืมเพื่อซื้อบ้านจำนวน **3** ล้านบาท ให้หมดก่อนเกษียณอายุตอน **60** ปี
- ต้องการออมเงินจำนวน **30,000** บาท เพื่อเรียนเพิ่มเติมภาษาอังกฤษ ภายในระยะเวลา **6** เดือน

นางสาว จริ่งใจ กำหนดเป้าหมาย 6 ด้าน

- I. ต้องการจบปริญญาตรี ภายในปี พ.ศ.
- II. ต้องการสอบผ่าน คุณวุฒิวิชาชีพ ให้ได้ ภายในปี พ.ศ.
- III. ภายในปี พ.ศ.จะออมเงิน 10% ของรายได้เพื่อใช้เรียนต่อโท
- IV. ภายในปี พ.ศ.จะออมเงิน 10% ของรายได้เพื่อใช้เป็นเงินฉุกเฉิน
- V. หลังจบโทแล้วจะออมเงินให้ได้ 50,000 บาท เพื่อไว้ดาวน์รถยนต์ ภายในปี พ.ศ.
- VI. หลังจบโทแล้วจะออมเงินให้ได้ 100,000 บาท เพื่อไว้ดาวน์บ้าน ภายในปี พ.ศ.

1. Short Term ระยะสั้น (1-3 ปี)

- วัตถุประสงค์ คือ เสี่ยงต่ำ และสามารถถอนเงินใช้ได้ทันทีถ้าเกิดฉุกเฉิน ถ้าเริ่มเก็บให้ได้สัก

3-6 เดือนของรายจ่ายจำเป็น เราจะเริ่มมีความอุ่นใจทางการเงินระดับแรก

2. Medium Term ระยะกลาง (3-7 ปี)

- วัตถุประสงค์ คือ ลงทุน/ใช้จ่ายในสินทรัพย์เสี่ยงปานกลางถึงสูงส่วนใหญ่เป็นของที่ยากได้จำเป็น และสำหรับความฝันของตัวเองในอนาคต เช่น ซื้อบ้าน ซื้อรถ เที่ยวต่างประเทศ ค่าเล่าเรียนตัวเอง แต่งงาน และค่าเทอมสำหรับบุตร

3. Long Term ระยะยาว (มากกว่า 7 ปีขึ้นไป)

- วัตถุประสงค์ คือ ลงทุน/ใช้จ่ายในสินทรัพย์เสี่ยงปานกลางถึงสูงเช่นเพื่อวัยเกษียณอายุ ผ่อนบ้าน คอนโด ที่ดิน

Happy 90th Birthday Warren Buffett

**กฎ 5/25 ที่บัฟเฟตต์แนะนำ
ให้ทุกคนที่อยากประสบความสำเร็จ**



- 1) เขียน 25 เรื่องที่คุณอยาก
ทำที่สุดในชีวิต**
- 2) วง 5 เรื่องที่สำคัญที่สุด**
- 3) ลืมอีก 20 เรื่องที่เหลือซะ**
- 4) โฟกัสและลงมือทำ 5 เรื่อง
แรกโดยทันที อย่าเสียเวลา
และสมาธิให้กับเรื่องอื่นๆ**

- อายุปัจจุบัน.....ปี ต้องการเกษียณอายุ.....ปี
- รายได้ปัจจุบัน.....บาท/เดือน(รวมทุกอย่าง)
- หลังเกษียณต้องการใช้เงิน.....บาท/เดือน(รวมทุกอย่าง)
- ขณะนี้มีเงินเก็บ.....บาท
- ขณะนี้มีหนี้สิน.....บาท
- มีทรัพย์สินอะไรบ้าง.....

เป้าหมายทางการเงินระยะกลาง (3 – 7 ปี)

เป้าหมายทางการเงินระยะสั้น(ภายใน 1-3 ปี)

เป้าหมายทางการเงินระยะยาว (มากกว่า 7 ปี ขึ้นไป)

เอกสารประกอบการบรรยาย “Workshop I การสร้างเป้าหมายทางการเงิน”

[illegible]

WORKSHOP I

รศ.บพ.รณภพ เอื้อพันธเศรษฐ**ผู้แนะนำการลงทุนด้านหลักทรัพย์(Investment Consultant,IC)**

ที่ปรึกษาการเงิน (Associate Financial Planner Thailand, AFPT™)

รู้ใช้ รู้ออม (รู้ลงทุน)

สู่อิสรภาพทางการเงิน

“สำหรับมนุษย์เงินเดือน” ตอนที่ 2

เรื่องของเงินและดอกเบี้ยทบต้น

รศ.นพ.รณภพ เอื้อพันธเศรษฐ

1 ก.ค. 2564

Money coach by
Dr.Noorn

Financial Freedom by Ronny

Wealth

Health

“เงินทองมีเยอะๆไปทำไม
ตายไปก็เอาไปไม่ได้”

คือ..ตอนนี้ยังไม่ตายไง
และไม่มีแผนว่าจะตายในเร็วๆนี้ด้วย
ก็หาเงินกันไปก่อนเนอะ

“

ที่สุดแห่ง **ความเสียดาย**
คือตายไปแล้วใช้ **เงินไม่หมด**

แต่ที่สุดแห่ง **ความสลด**
คือใช้ **เงินหมด** แล้วยังไม่ตาย

”

- สุภาจิตไทย -

เรียนรู้เรื่องการลงทุน

- Work for money
- Money work for you



อย่าใช้เวลาทั้งชีวิตหาเงิน
จงใช้เวลาส่วนหนึ่งของชีวิต
หาเงินเพื่อใช้
ตลอดชีวิต

Albert Einstein



“Spend your money on the things money can buy. Spend your time on the things money can’t buy.”

— Haruki Murakami,

“Money is not problem. Problem is no money”



Things we can't buy



Life styles

	SAVE	SPEND
DO		
EAT		
SHOP		
STAY		
INVEST		

SAVE

SPEND

DO

EAT



คนที่มีความสุข ไม่ใช่คนที่
'มีมากที่สุด'
แต่เป็นคนที่
'ต้องการน้อยที่สุด'

มนุษย์เป็นสิ่งที่แปลกที่สุดในโลก
เขายอมสละสุขภาพเพื่อหาเงิน
แล้วก็สละเงินเพื่อให้ได้สุขภาพกลับคืนมา
เขาห่วงอนาคตมาก
จนไม่มีความสุขกับปัจจุบัน
ผลคือ เขาไม่อยู่ทั้งปัจจุบันและอนาคต
เขาอยู่เหมือนจะไม่มีวันตาย
และสุดท้ายเขาก็ตายไปโดยไม่ได้อะไรติดตัวอยู่จริง



เปลี่ยน เพื่อให้ชีวิตคุณดีขึ้น... Make **THE** Difference **TMB**

เรื่องเงินเรื่องใหญ่ที่โรงเรียน/มหาวิทยาลัยไม่เคยสอน

ทุกคนมักจะบ่นว่า

- "ฉันทำงานมาแทบตาย แต่ทำไมไม่เคยมีเงินเหลือเก็บอยู่เลย?"
- "ทำไมคนอื่นเค้าหาเงินได้เยอะกว่าเรานะ ทั้งๆที่อายุก็รุ่นราวคราวเดียวกัน"
- มนุษย์เงินเดือน เมื่อได้รับเงินเดือนมาจากที่ ทำงานอันแสนจะเหน็ดเหนื่อย แต่บางคน กลับต้องเป็นหนี้บัตรเครดิตในบางครั้ง เนื่องจากที่ใช้จ่ายซื้อสินค้าแพงๆ อย่าง เพลิดเพลิน โดยรูด บัตรเครดิตแบบคิโน้น แบบคี่นี้ สุดท้ายก็ไม่พ้นพอสิ้นเดือนมาก็กลับ เอาเงินมาจ่ายบัตรเครดิต หน้าแห้งกันไป วนเวียนกันไปแบบนี้ไม่รู้จบ

Money Management

- Money
- Inflation
- Financial Freedom
- Passive income + passion/Active income/ slow life????
- Compound Interest(ดอกเบี้ยทบต้น)
- หนี้บัตรเครดิต/รถ/บ้าน
- เงินออม
- ภาษี LTF/RMF/SSF-x/SSF
- ประกันชีวิต/ Unitlinked
- ลงทุน/หุ้น/กองทุน/สินทรัพย์ทางเลือก/Futures/Option
- Blockchain/Cryptocurrency/DeFi

MONEY

- **Lazy money**

- เงินไหลจากที่ดอกเบี้ยยต่ำไปสู่ที่ดอกเบี้ยยสูง
- ไม่เจ็บป่วย ทำงานทุกวัน ไม่มีวันหยุด
- ถ้าใช้เงินไม่เป็น เราจะปั่นทาสมัน จงเรียนรู้ที่จะเป็นนาย
- สามารถสร้างผลตอบแทนได้มากเท่าที่ เจ้าของจะมีความสามารถ
- พลังของดอกเบี้ยยทบต้น พลังของการลงทุน
- เงินเฟ้อ = ศัตรูที่แท้จริง
- ขยัน + ประหยัด ก็ยังอาจจะไม่พอ

Money

- สมการทางการเงินของ “คนรวย”

รายได้ – เงินออม(หรือเงินลงทุน) = เงินใช้จ่าย

- สมการทางการเงินของ “คนอยากรวย”

รายได้ – เงินค่าใช้จ่าย = เงินออม(หรือเงินลงทุน)

เส้นทางเศรษฐี

ถ้าอยากเป็นเศรษฐี...

ต้องควบคุมการใช้จ่าย ให้มีรายได้เหลือ
และเร่งสะสมสินทรัพย์สู่อิสรภาพ
ทางการเงิน



Financial Freedom

- อิสรภาพทางการเงินจะเกิดเมื่อ **Incomes > Expenses**
- ชีวิตคือการลงทุน
- สร้าง “ทรัพย์สิน” ก่อนซื้อ “หนี้สิน”
- วางแผนเกษียณ ตั้งแต่วันแรกที่เริ่มทำงาน
- **Life styles**
- **สร้างคำว่า “พอ” ก่อนคำว่า “รวย”**
- สร้างเป้าหมายการลงทุน

ความรุ่มรวย
บนความพอดี

Active Income คือ รายได้ที่ต้องเอาเวลาและ
แรงงานเข้าแลก แปลว่าถ้าหยุดหรือป่วย รายได้ก็
หยุดไปด้วย

Passive Income คือ รายได้ที่เอาเวลาและ
แรงงานไปสร้างทรัพย์สิน
เพื่อให้ทรัพย์สินสร้างรายได้แทนเรา
แปลว่าถ้าหยุดหรือป่วยก็ยังมีรายได้

Passive Income
ออกแรงหมุนให้สุด แล้วน้ำไหลไม่หยุด



Active Income
กด...น้ำไหล พอหยุด ก็ต้องกดไปเรื่อยๆ



Active Income	Passive Income
เงินเดือนประจำ ค่าแรง ค่าจ้าง คอมมิชชั่น โบนัส	สวัสดิการ Passive Income เช่น บำเหน็จ บำนาญ เบี้ยผู้สูงอายุ กอช.
กำไรจากกิจการค้าที่ดำเนินการเอง	รายได้จากเงินลงทุน ดอกเบี้ยเงินฝากธนาคาร / ดอกผลจากสลากออมสินและพันธบัตรรัฐบาล / ผลตอบแทนจากกองทุนตลาดเงิน กองทุนตราสารหนี้ กองทุนหุ้นทั้งในและต่างประเทศ เงินปันผลจากหุ้น / กำไรจากการลงทุนในกิจการ / ผลตอบแทนจากการลงทุนในอสังหาริมทรัพย์
รายได้จากงานอิสระ งานชั่วคราว	รายได้จากค่าลิขสิทธิ์และทรัพย์สินทางปัญญา ค่าเขียนบทความ ค่าใช้สิทธิภาพถ่าย เพลง การดูวิดีโอบนช่อง Youtube เป็นต้น

อิสรภาพทางการเงิน (Financial Freedom)

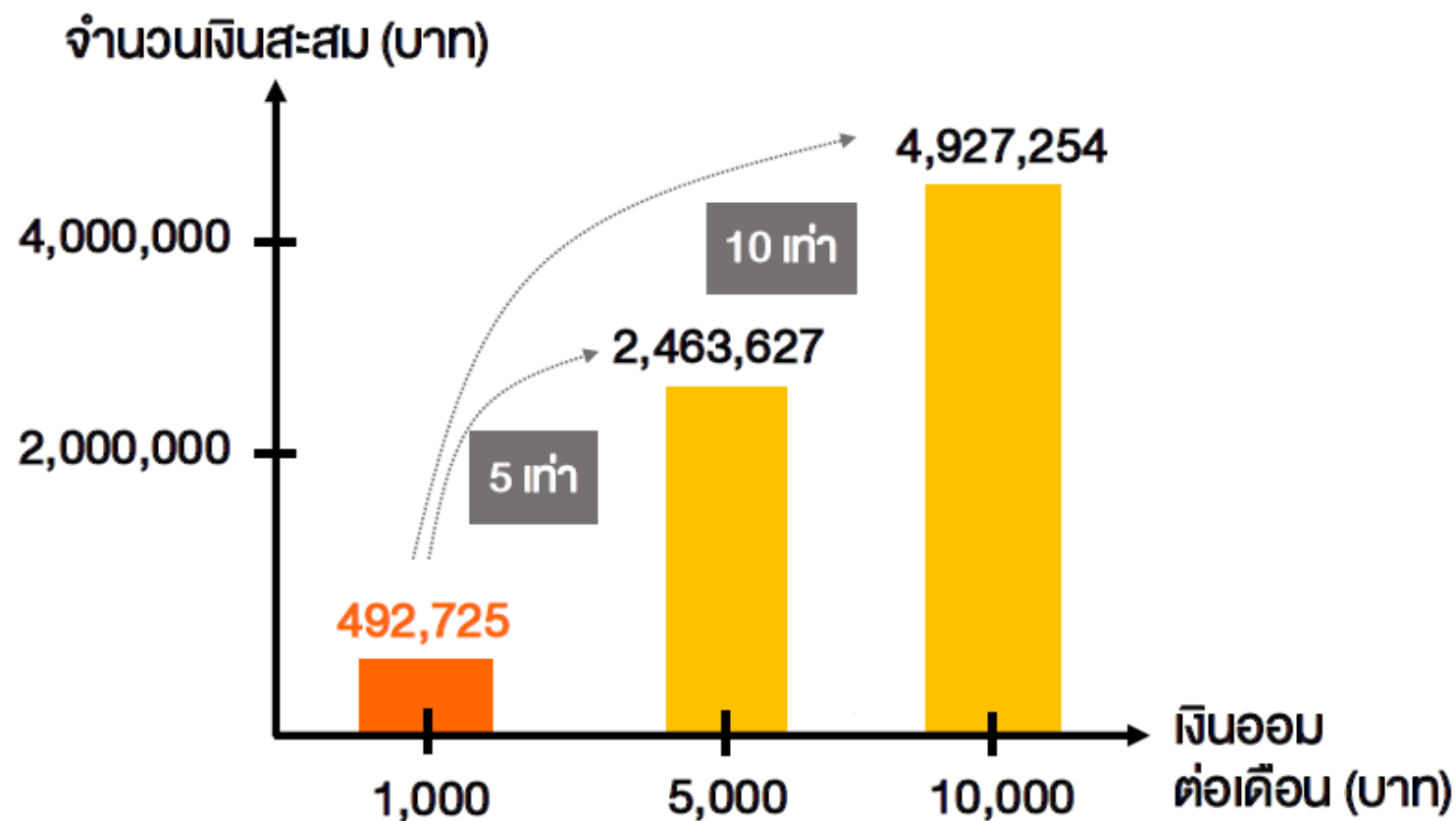
- การหารายได้ให้เป็น
- การใช้จ่ายให้เป็นและมีเหตุผล
- การเก็บออมอย่างเป็นระบบ
- การลงทุนอย่างชาญฉลาด

- เงินต้น
- ระยะเวลา
- อัตราผลตอบแทนจากการลงทุน

อัตราผลตอบแทน
2% ต่อปี

ออมเงินทุกเดือน
ระยะเวลา **30 ปี**

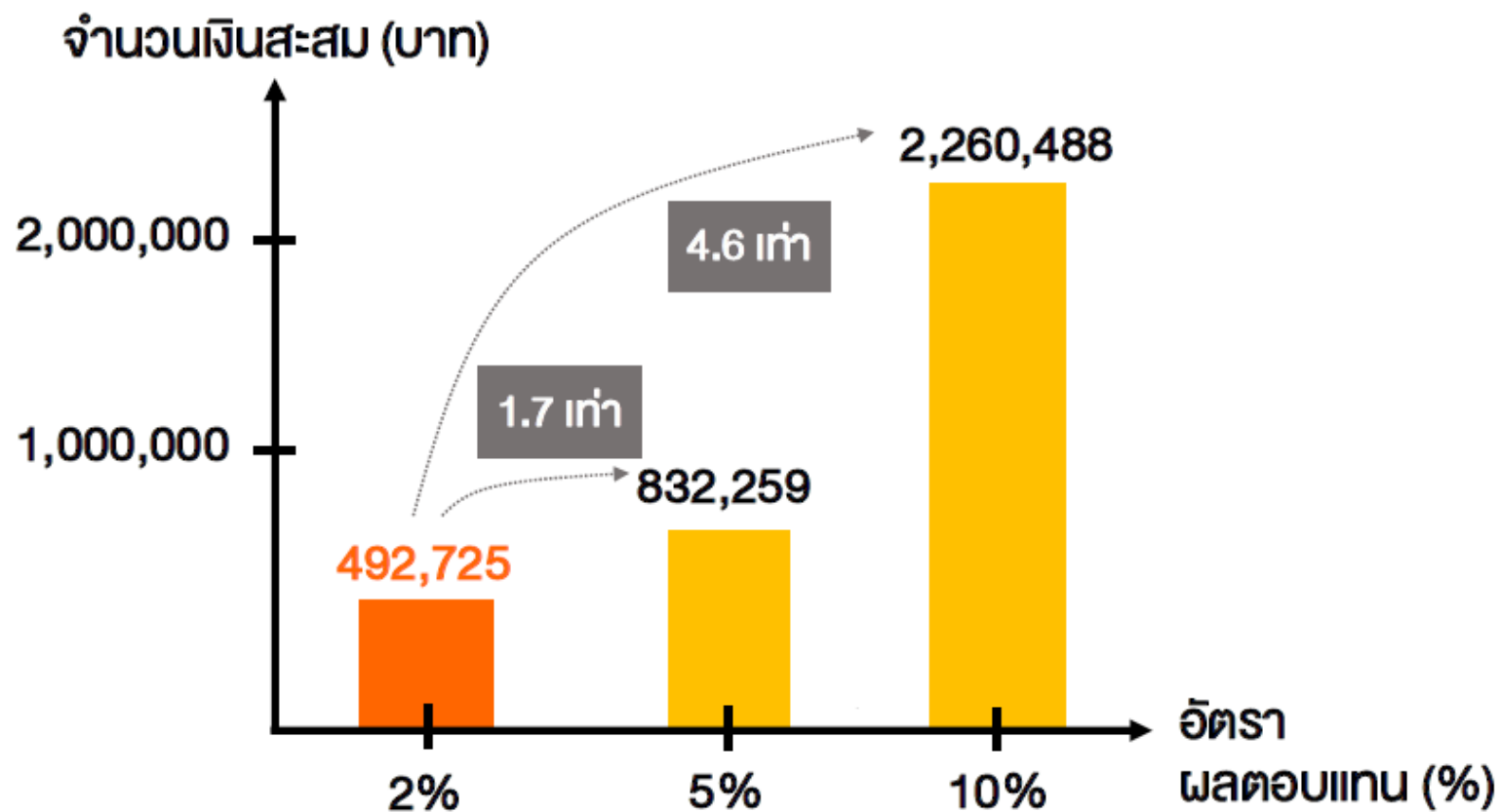
1 พลังของเงินต้น ยิ่งมากยิ่งดี



หมายเหตุ : คำนวณผลตอบแทนแบบทบต้นต่อปี

ออมเงินเดือนละ
1,000 บาท
ระยะเวลาการออม
30 ปี

2 พลังของอัตราผลตอบแทน ยิ่งสูงยิ่งดี

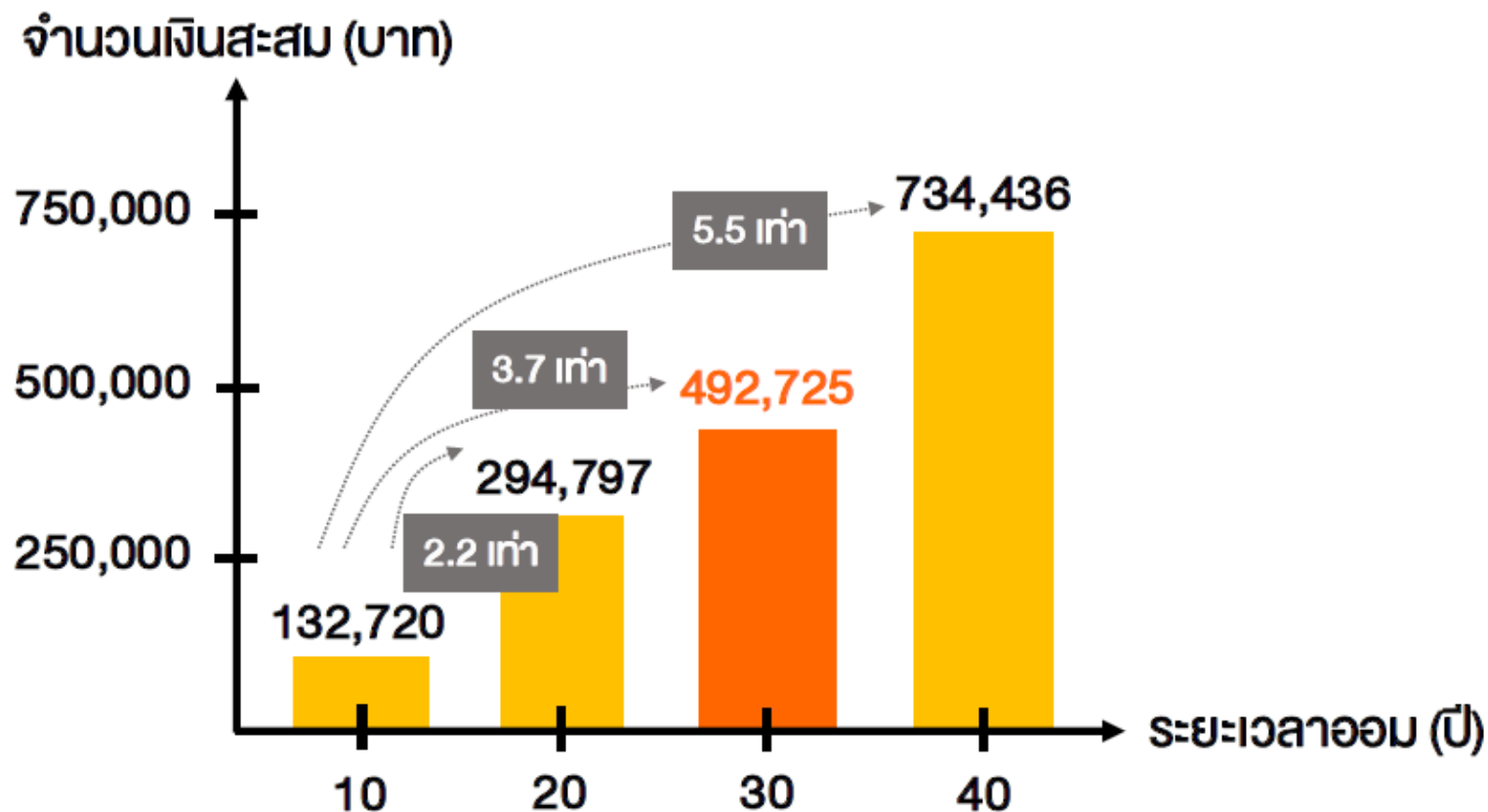


หมายเหตุ : คำนวณผลตอบแทนแบบทบต้นต่อปี

อัตราผลตอบแทน
2% ต่อปี

ออมเงินเดือนละ
1,000 บาท

3 พลังของระยะเวลา ยิ่งนานยิ่งดี



หมายเหตุ : คำนวณผลตอบแทนแบบทบต้นต่อปี

หลักพื้นฐานของการวางแผนการเงินส่วนบุคคล

1. **หลักการสร้างความมั่งคั่ง (Wealth creation)** : เป็นเรื่องของการบริหาร รายได้ รายจ่าย การอุปโภค บริโภค และการออมเป็นต้น
2. **หลักการปกป้องความมั่งคั่ง (Wealth protection)** : เป็นเรื่องของการคุ้มครองความเสี่ยง เช่น แผนประกัน การวางแผนเพื่อวัยเกษียณ เป็นต้น
3. **หลักการต่อยอดความมั่งคั่ง (Wealth accumulation)** : เป็นเรื่องของการสะสมความมั่งคั่งผ่านการวางแผนภาษี และ การวางแผนการลงทุน เป็นต้น
4. **หลักการกระจายความมั่งคั่ง (Wealth distribution)** : เป็นเรื่องของการส่งต่อความมั่งคั่งให้แก่ลูกหลาน การกุศล เช่น การวางแผนมรดก การบริจาค เป็นต้น

กระบวนการสร้างความมั่งคั่ง

ร่ำรวย มั่นคง มั่งคั่ง มีอิสรภาพทางการเงิน



1 สร้าง ความมั่งคั่ง

- วางแผนใช้จ่าย
- วางแผนออม



2 ปกป้อง ความมั่งคั่ง

- วางแผนประกัน
- วางแผนเกษียณ



3 สะสม ความมั่งคั่ง

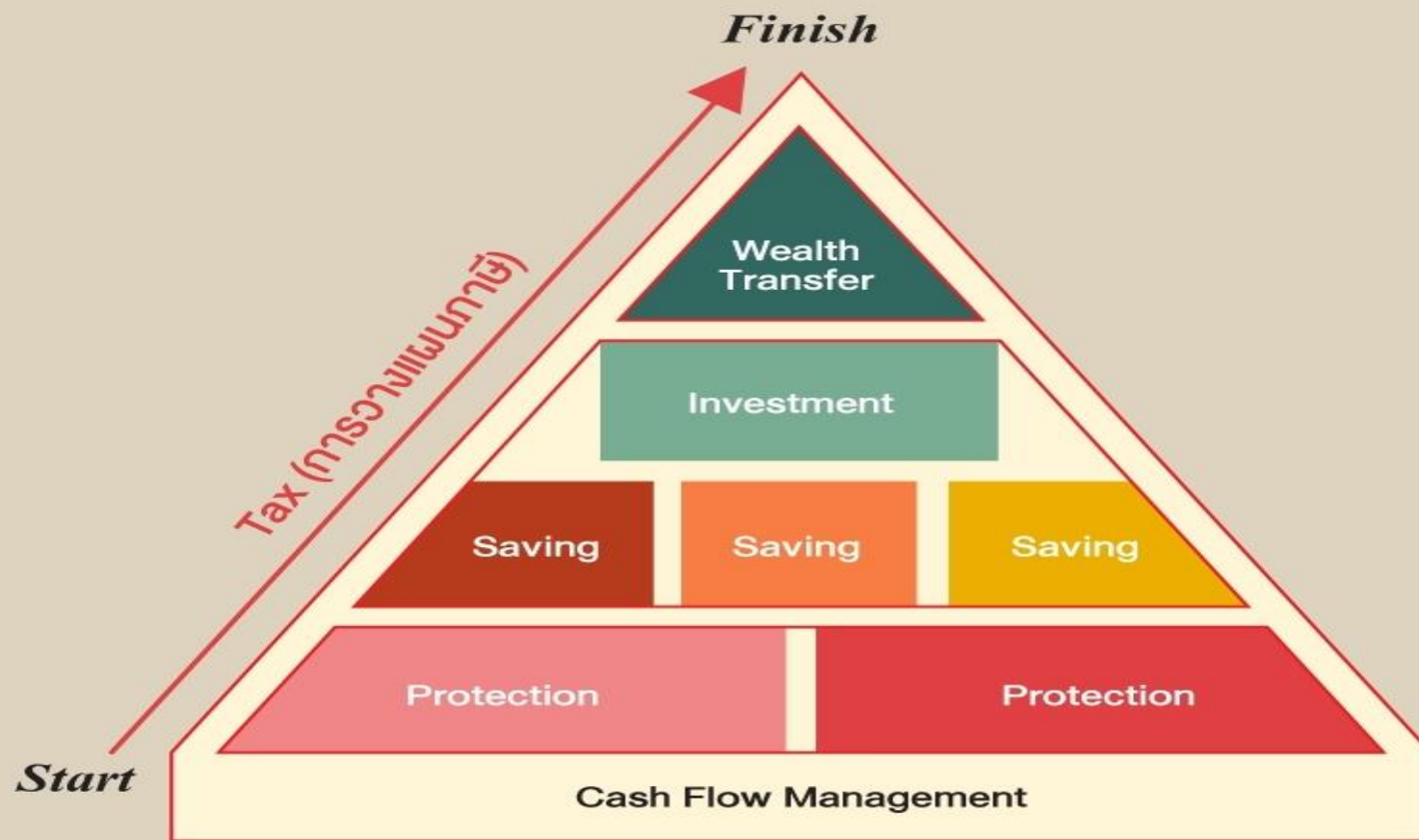
- วางแผนลงทุน
- วางแผนภาษี



4 ส่งมอบ ความมั่งคั่ง

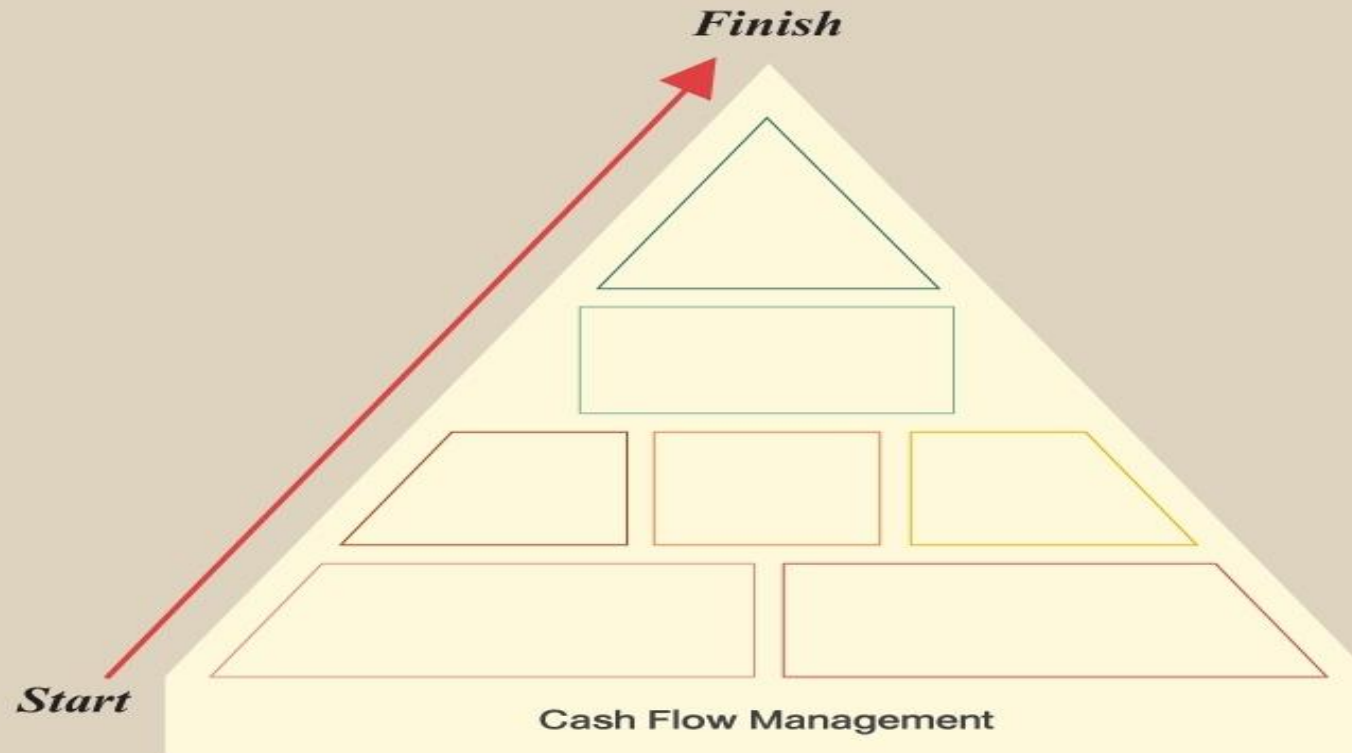
- วางแผนมรดก

“ปรัามิดทางการเงิน” จะแบ่งเป็น 5 ส่วนด้วยกัน



ส่วนที่ 1 : Cash Flow Management

การจัดการวางแผนใช้จ่ายและวางแผนหนี้สิน

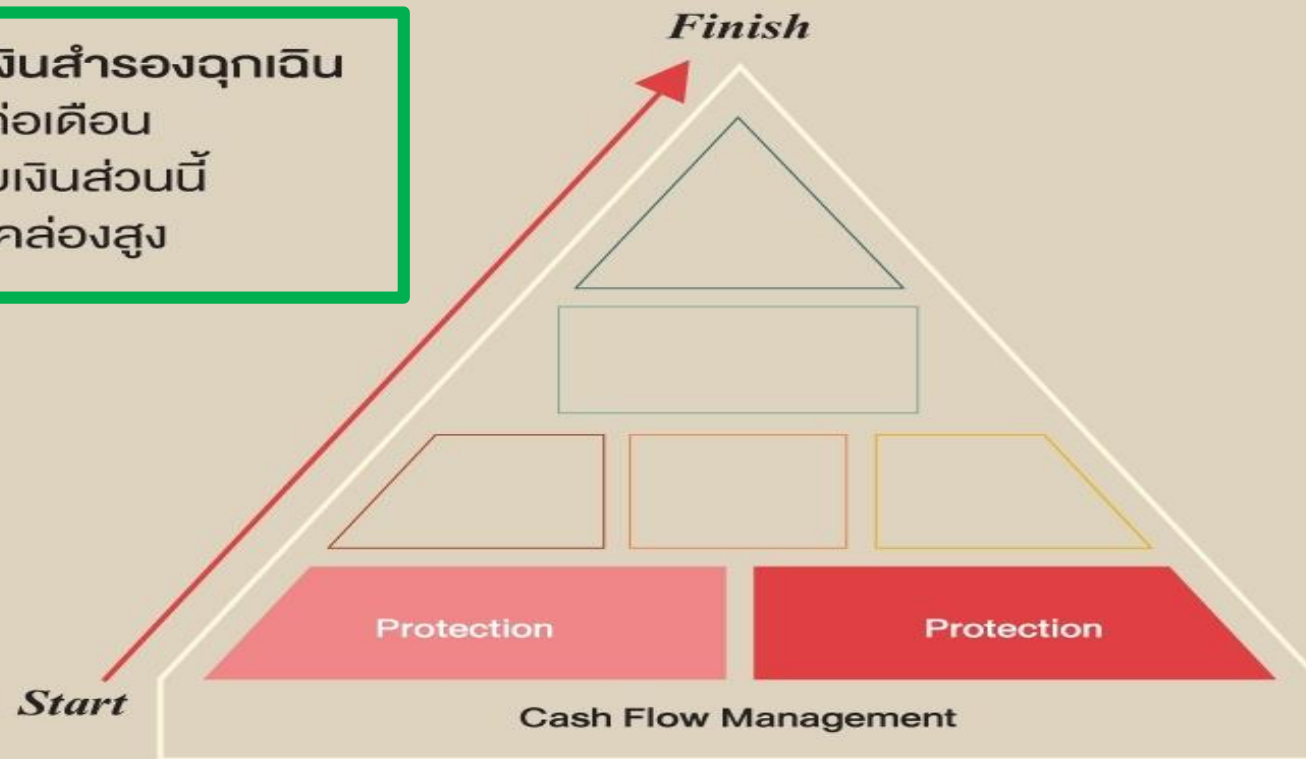


รายได้	100%
แบ่งเป็นเงินออมและลงทุน	10% – 30%
ภาระหนี้สินรวมไม่ควรเกิน	35% – 45%
หนี้สินที่ไม่รวมหนี้บ้าน ไม่ควรเกิน	15% – 20%

ส่วนที่ 2 : Protection

การป้องกันความเสี่ยง

เงินก้อนแรกที่ควรมี = เงินสำรองฉุกเฉิน
3 – 6 เท่าของค่าใช้จ่ายต่อเดือน
เพื่อเป็นสภาพคล่อง เก็บเงินส่วนนี้
ไว้ในสินทรัพย์ที่มีสภาพคล่องสูง



วางแผนเกี่ยวกับการประกันภัยต่างๆ

เช่น ทำประกันอัคคีภัยบ้านที่อยู่อาศัย ทำประกันภัยรถ ประกันชีวิต ประกันสุขภาพ
ประกันโรคร้ายแรง ประกันอุบัติเหตุ

ส่วนที่ 3 – 4 : Saving & Investment

การออมและการลงทุน



แบ่งการออมและลงทุนเป็นแต่ละเป้าหมาย

ระยะสั้น (ไม่เกิน 3 ปี) : ฝากธนาคาร / กองทุนรวมตลาดเงิน / ตราสารหนี้ระยะสั้น เน้นสภาพคล่อง

ระยะปานกลาง (3 – 7 ปี) : กองทุนรวมผสม / พอร์ตลงทุนความเสี่ยงระดับปานกลาง

ระยะยาว (7 ปีขึ้นไป) : ประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์ / บำนาญ / Unit link / หุ้น / กองทุนรวมหุ้น, ต่างประเทศ, อสังหาริมทรัพย์, ทองคำ, น้ำมัน / พอร์ตลงทุนความเสี่ยงระดับปานกลาง – สูง

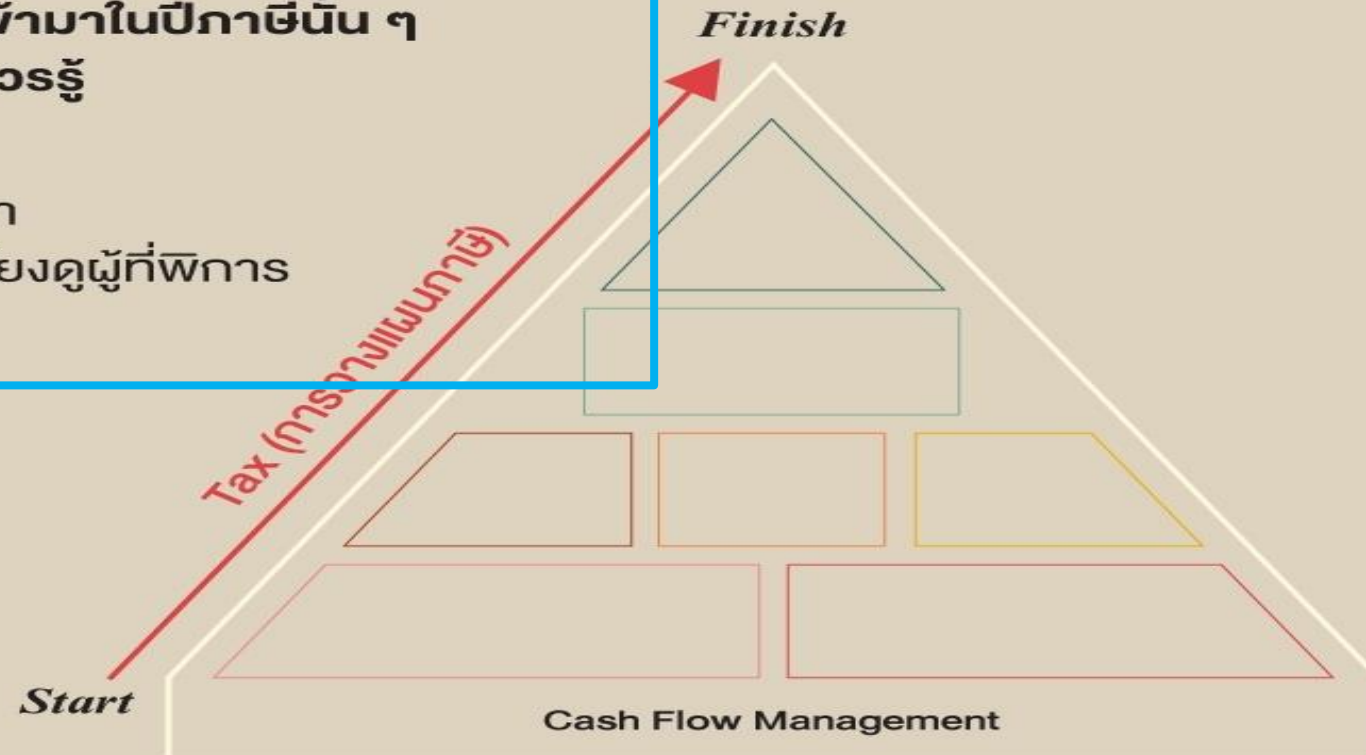


ส่วนที่ 5 : Tax

การวางแผนภาษี

วางแผนในส่วนของเงินได้พึงประเมินแต่ละประเภท
คาดการณ์เงินได้ที่รับเข้ามาในปีภาษีนั้น ๆ
รวมถึงค่าลดหย่อนที่ควรรู้

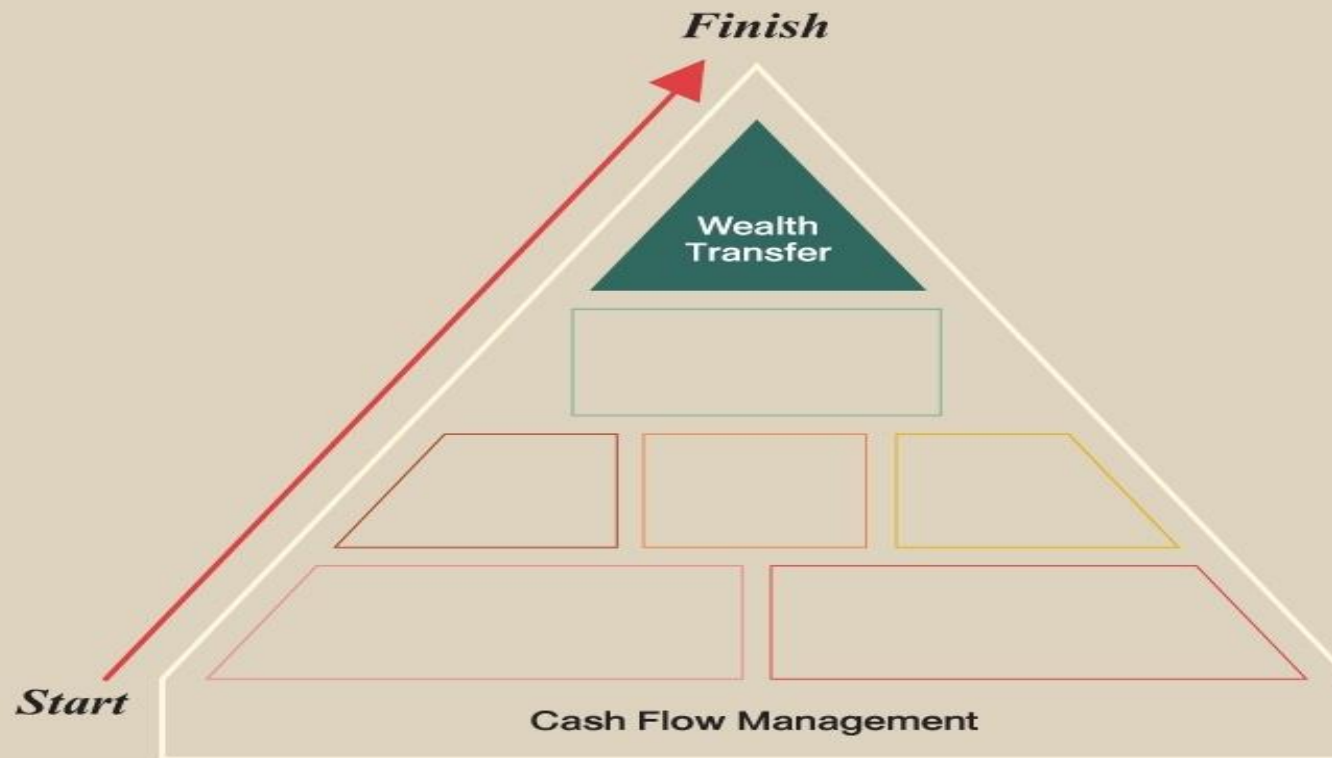
- ค่าลดหย่อนบุตร
- ค่าลดหย่อนบิดามารดา
- ค่าลดหย่อนอุปการะเลี้ยงดูผู้พิการ
- เงินบริจาค



- ผลิตภัณฑ์การเงิน ที่นำมาลดหย่อน เช่น RMF LTF ประกันชีวิต
ประกันสุขภาพของผู้มีเงินได้ หรือของบิดามารดา ประกันชีวิตแบบบำนาญ เป็นต้น

ส่วนที่ 6 : Wealth Transfer

การวางแผนมรดก



แบ่งการออมและลงทุนเป็นแต่ละเป้าหมาย

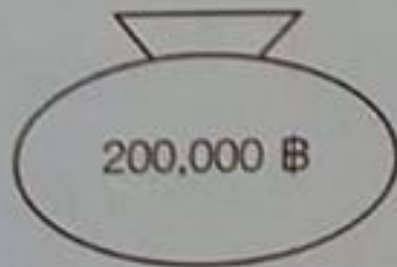
ทำพินัยกรรมเพื่อส่งต่อทรัพย์สินให้กับทายาทหรือบุคคลที่เราต้องการมอบทรัพย์สินให้ได้รับอย่างถูกต้องลดปัญหาความขัดแย้งในอนาคต

เงินเฟ้อ

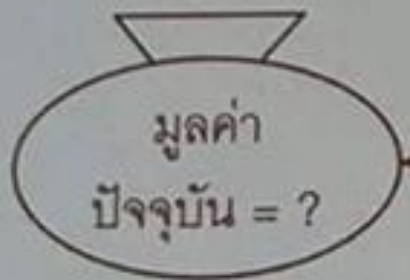
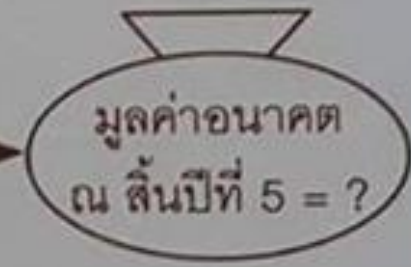
มูลค่าเงินตามเวลา
และดอกเบี้ยทบต้น

วันนี้ (ปัจจุบัน)

วันหน้า (อนาคต)



5 ปีผ่านไป



ในอีก 5 ปีข้างหน้า



ต้นทุนในการผลิตสินค้าสูงขึ้น (Cost-push inflation)

ความต้องการสินค้าและบริการ
ที่เพิ่มขึ้นมากกว่าที่มีอยู่ใน
ขณะนั้น ๆ จึงดึงให้ราคาสินค้า
เพิ่มสูงขึ้น (Demand-pull
inflation)



การคิดดอกเบี้ย

การคิดดอกเบี้ยมี 2 วิธีดังนี้

วิธีที่ 1 คิด ดอกเบี้ยอย่างง่าย(**Simple Interest**) เป็นการคิดดอกเบี้ยจากเงินต้นเริ่มแรกเท่านั้นเช่นการเช่าซื้อรถยนต์ วิธีนี้คิดดอกเบี้ยได้เท่าไรจะทำการหารเฉลี่ยแบ่งจ่ายตามระยะเวลาที่กู้ แม้เราจะจ่ายเงินต้นไปบางส่วนแต่ดอกเบี้ยไม่ลดลง

วิธีที่ 2 การคิดดอกเบี้ยทบต้น(**Compound Interest**)

ปีที่	คิดดอกเบี้ยอย่างง่าย(simple interest)		คิดดอกเบี้ยทบต้น(compound interest)	
	เงินต้น(บาท)	ดอกเบี้ย(5%)(บาท)	เงินต้น(บาท)	ดอกเบี้ย(5%)(บาท)
1	100,000	$100,000 \times 0.05$ =5,000	100,000	$100,000 \times 0.05$ =5,000
2	100,000	$100,000 \times 0.05$ =5,000	$100,000 + 5,000$ =105,000	$105,000 \times 0.05$ =5,250
3	100,000	$100,000 \times 0.05$ =5,000	$105,000 + 5,250$ =110,250	$110,250 \times 0.05$ =5,512.50
รวม		15,000		$5,000 + 5,250 + 5,512.50 =$ 15,762.50

“Compound interest is the eighth wonder of the world.”



“He who understands it, earns it... he who doesn't... pays it.”
-Albert Einstein

ເວລາຂອງມັນ (Time)

၂၀၁၁

ປັຈຈຸບັນ

สิ้นปีที่ 1
 ต้นปีที่ 2

สัปดาห์ที่ 2
 ต้นปีที่ 3

สัปดาห์ที่ 3 (อนาคต)

ເງິນຕົ້ນ

100

110

121

133.1

• 100 •

• 100 •

• 100 •

• 100 •

10

10

10

T

10

10

10

1

10

1

25

25

25

25 ●

TH

THAIPUBLICA

อัตราดอกเบี้ย 10%

ออมเงิน กับมหัศจรรย์ 72

Albert Einstein คือ ผู้ที่ค้นพบกฎหมายเลข 72
นั่นคือ "พลังดอกเบี่ยทบต้น"

มหัศจรรย์หมายเลข 72 คือ การคาดการณ์อย่างง่ายว่า
ว่าระยะเวลาที่ปีทองจะทำให้เงินลงทุนของคุณเพิ่มขึ้นเป็น 2 เท่า

$$\frac{72}{R} = T$$



R	T
1%	72
2%	36
4%	18
8%	9
9%	8
10%	7.2

R = ผลตอบแทนต่อปี

T = จำนวนปีที่ทำให้เงินเป็น 2 เท่า

มีสูตรดังนี้ $T = 72/i$

T = ระยะเวลาที่เงินต้นจะทวีคูณขึ้นเป็น 2 เท่า(ปี)

i = อัตราดอกเบี้ยทบต้น (%) ปีละ 1 ครั้ง
สมมุติ เรามีเงินอยู่ 1 ล้านบาทและเรา
นำไปหาผลตอบแทนที่อัตรา 10 % ต่อปี
และให้ทำงานแบบทบต้น เราจะใช้เวลา
ประมาณ 7.2 ปี

มูลค่าเงินลงทุนในอนาคตจากเงินลงทุนเริ่มต้น 1 บาท

ระยะเวลา (ปี)	อัตราผลตอบแทนที่คาดหวัง (% ต่อปี)										
	3%	5%	7%	8%	9%	10%	11%	12%	15%	17%	20%
3	1.09	1.16	1.23	1.26	1.30	1.33	1.37	1.40	1.52	1.60	1.73
5	1.16	1.28	1.40	1.47	1.54	1.61	1.69	1.76	2.01	2.19	2.49
7	1.23	1.41	1.61	1.71	1.83	1.95	2.08	2.21	2.66	3.00	3.58
10	1.34	1.63	1.97	2.16	2.37	2.59	2.84	3.11	4.05	4.81	6.19
15	1.56	2.08	2.76	3.17	3.64	4.18	4.78	5.47	8.14	10.54	15.41
20	1.81	2.65	3.87	4.66	5.60	6.73	8.06	9.65	16.37	23.11	38.34
25	2.09	3.39	5.43	6.85	8.62	10.83	13.59	17.00	32.92	50.66	95.40
30	2.43	4.32	7.61	10.06	13.27	17.45	22.89	29.96	66.21	111.06	237.38
35	2.81	5.52	10.68	14.79	20.41	28.10	38.57	52.80	133.18	243.50	590.67
40	3.26	7.04	14.97	21.72	31.41	45.26	65.00	93.05	267.86	533.87	1,469.77

มูลค่าเงินลงทุนในอนาคตจากเงินลงทุนเดือนละ 1,000 บาท

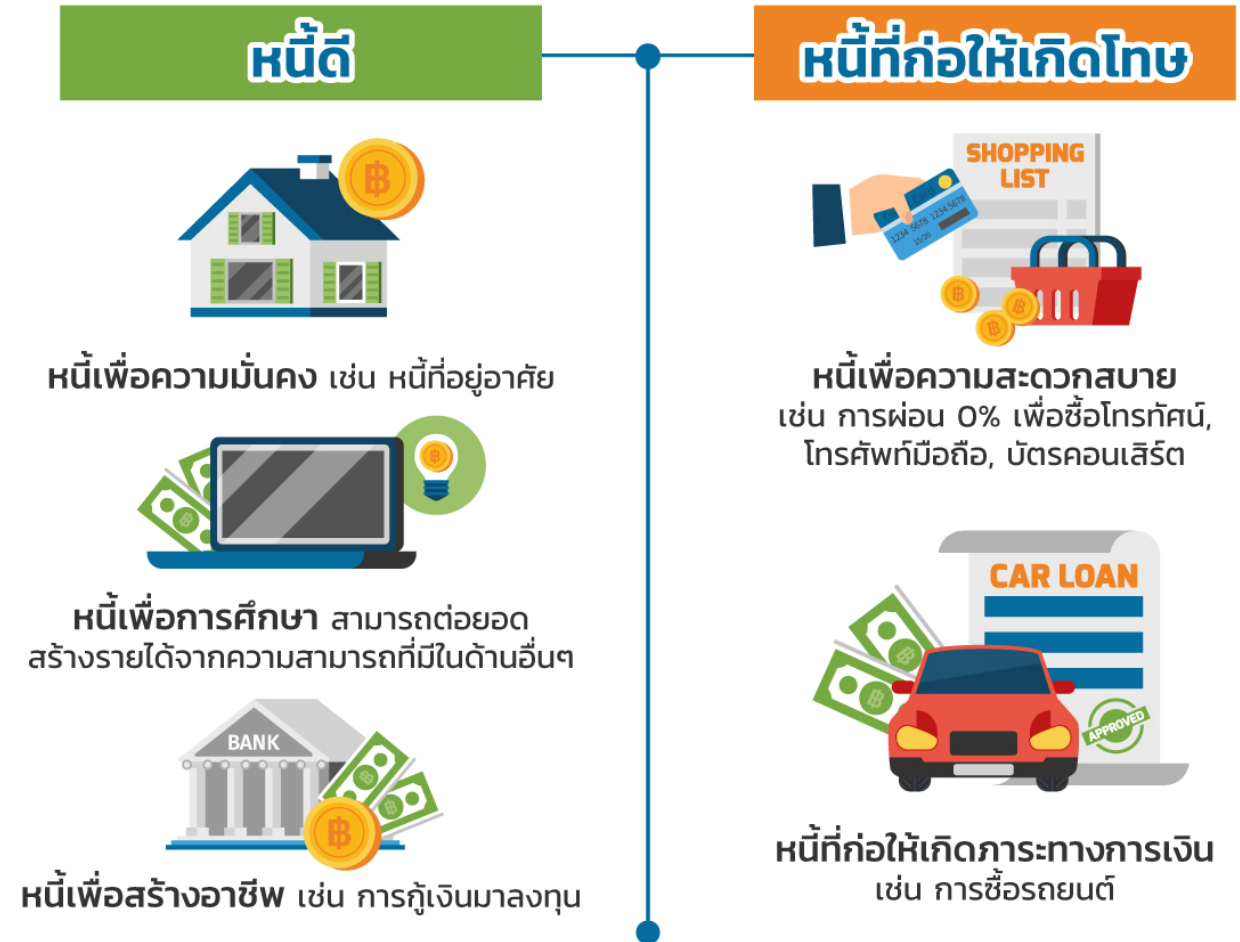
ระยะเวลา (ปี)	อัตราผลตอบแทนที่คาดหวัง (% ต่อปี)										
	3%	5%	7%	8%	9%	10%	11%	12%	15%	17%	20%
3	37,691	38,847	40,026	40,625	41,230	41,840	42,457	43,079	44,983	46,284	48,280
5	64,740	68,090	71,598	73,414	75,271	77,172	79,116	81,104	87,342	91,738	98,704
7	93,437	100,331	107,745	111,659	115,717	119,923	124,283	128,801	143,361	153,960	171,314
10	139,792	154,992	172,019	181,283	191,086	201,458	212,430	224,036	263,018	292,868	344,311
15	226,797	265,904	312,864	339,778	369,281	401,621	437,072	475,931	616,366	733,837	955,460
20	327,661	407,458	510,406	572,660	643,456	723,987	815,607	919,857	1,327,073	1,700,636	2,476,194
25	444,589	588,121	787,469	914,839	1,065,308	1,243,160	1,453,461	1,702,207	2,756,561	3,820,295	6,260,267
30	580,140	818,698	1,176,065	1,417,613	1,714,381	2,079,293	2,528,282	3,080,973	5,631,770	8,467,536	15,676,252
35	737,282	1,112,979	1,721,090	2,156,353	2,713,059	3,425,893	4,339,418	5,510,831	11,414,844	18,656,371	39,106,234
40	919,452	1,488,565	2,485,516	3,241,804	4,249,648	5,594,607	7,391,287	9,793,071	23,046,671	40,994,862	97,407,528

หนี้

- ทำความรู้จักกับหนี้สิน :
หนี้ดี VS หนี้ไม่ดี
- หนี้บ้าน
- หนี้รถ
- หนี้บัตรเครดิต
- หนี้สินเชื่อบุคคล / บัตรกดเงินสด
- มีหนี้เท่าไร... ดี ?
- สร้าง “ทรัพย์สิน” ก่อนซื้อ “หนี้สิน”

รู้จักหนี้ดี และหนี้ที่ก่อให้เกิดโทษ

คิดให้ดีก่อนเป็นหนี้...!!



สัญญาณเตือนของการก่อหนี้เกินตัว

แบ่งออกเป็น 3 ปัจจัย ดังนี้

1. การใช้จ่ายเกินรายได้
2. การไม่มีเงินสำรองไว้
เพื่อฉุกเฉิน
3. การใช้เงินในอนาคต
โดยไม่คำนึงรายได้

หนี้สินเพื่อ
การบริโภค

- เช่น หนี้บัตรเครดิต มือถือ ซุปเปอร์
- ไม่เกิน 20% ของรายได้ทั้งปีสุทธิ (รายได้-ภาษี)
- ไม่เกิน 10-20% ของรายได้
(เงินเดือน 25,000 บาท มีรายจ่าย 2,500-5,000 บาท)

หนี้สินรวม

- หนี้บ้าน หนี้รถ หนี้เพื่อการบริโภค หนี้การศึกษา
- เราควรจ่ายหนี้รวม ไม่เกิน 35-45% ของรายได้ต่อเดือน
(เงินเดือน 50,000 บาท มีรายจ่าย 17,500-22,500 บาท)



การไม่มีหนี้เลยคือดีที่สุด แต่ถ้าจำเป็นต้องสร้างหนี้ ก็มีหลักการคำนวณอยู่นะครับ



1. หนี้เพื่อไลฟ์สไตล์ที่ดี
ยอดผ่อนต่อเดือน
< 20% ของรายได้



2. หนี้รถยนต์
(รวมกับหนี้ไลฟ์สไตล์)
ยอดผ่อนต่อเดือน
< 20% ของรายได้



3. หนี้บ้าน
ยอดผ่อนต่อเดือน
< 30% ของรายได้

$$1. + 2. + 3. < 45\%$$

สร้างทรัพย์สินก่อนหนี้สิน

อายุ 25

อายุ 30

อายุ 55



ดาวน์ 100,000



ลงทุน 100,000

ผลตอบแทน 10%

ผ่อน 10,000 / เดือน

5 ปี

ลงทุน 10,000 / เดือน

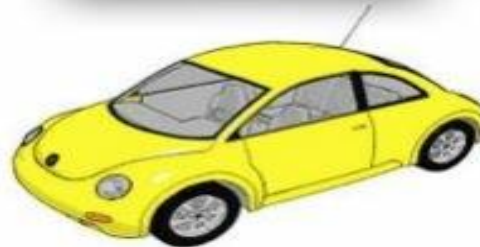


มูลค่า = 0



938,901

10,172,716



TAX



คำนวณภาษีง่ายๆ ด้วยตัวเอง

สิ่งที่ต้องรู้ก่อนคำนวณภาษี

รายได้

รายได้ต่อปีทั้งหมด

จากงานประจำและงานเสริม

ค่าใช้จ่าย

ต้นทุนในการทำธุรกิจ หากรับเป็นเงินเดือนสามารถหักค่าใช้จ่าย

แบบเหมา 50% ของค่าใช้จ่าย โดยไม่เกิน 100,000 บาท

ค่าลดหย่อน

ค่าลดหย่อนภาษีต่างๆ ประจําปีนั้นๆ

อัตราภาษี

สามารถดูอัตราภาษีของตัวเองได้จากด้านล่าง

สมการคำนวณภาษี

1

รายได้ (ต่อปี) - ค่าใช้จ่าย - ค่าลดหย่อน = เงินได้สุทธิ

2

เงินได้สุทธิ x อัตราภาษี = เงินที่ต้องจ่าย

ชั้นเงินได้สุทธิ	เงินได้สุทธิ จำนวนสูงสุด ของชั้น	อัตราภาษี(%)	ภาษีสูงสุดในแต่ละ ชั้นเงินได้	ภาษีสะสมสูงสุด
0-150,000	150,000	ยกเว้น	ยกเว้น	-
150,001-300,000	150,000	5	7,500	7,500
300,001-500,000	200,000	10	20,000	27,500
500,001-750,000	250,000	15	37,500	65,000
750,001-1,000,000	250,000	20	50,000	115,000
1,000,001-2,000,000	1,000,000	25	250,000	365,000
2,000,001-5,000,000	3,000,000	30	900,000	1,265,000
5,000,001 ขึ้นไป		35		-

รายการ	มนุษย์เงินเดือนมีรายได้เท่าไรต้องเสียภาษี		
	25,000 บาท	50,000 บาท	100,000 บาท
รายได้ทั้งปี	300,000	600,000	1,200,000
ค่าใช้จ่าย	100,000	100,000	100,000
ค่าลดหย่อน	60,000	60,000	60,000
เงินได้สุทธิ	140,000	440,000	1,040,000
ภาษี	ไม่เสีย	21,500	125,000

บล็อกภาษีข้างถนน

ชั้นเงินได้สุทธิ	อัตราภาษี(%)	ภาษีสะสมสูงสุด	รายได้เฉลี่ยต่อเดือน
0-150,000	ยกเว้น	-	< 26,580
150,001-300,000	5	7,500	26,580+
300,001-500,000	10	27,500	38,300+
500,001-750,000	15	65,000	55,000+
750,001-1,000,000	20	115,000	75,800+
1,000,001-2,000,000	25	365,000	96,500+
2,000,001-5,000,000	30	1,265,000	180,000+
5,000,001 ขึ้นไป	35	-	420,000+

สรุปรายการลดหย่อนภาษี ปี 2563

การลดตัวคุณ

ส่วนตัว	60,000 บาท
คู่สมรส	60,000 บาท
บุตร (คนที่ 2 เป็นต้นไป)	30,000 บาท เพิ่ม 30,000 บาท
ค่าคลอดบุตร	60,000 บาท
พ่อแม่ (คนละ)	30,000 บาท
ผู้พิการ/ทุพพลภาพ	60,000 บาท

กระตุ้นเศรษฐกิจ

ดอกเบี้ยบ้าน	100,000 บาท
ค่าธรรมเนียมบัตรเดบิต (ธุรกิจที่มีเครื่อง EDC)	เพิ่ม 1 เท่า ตามที่จ่ายจริง

พื้นที่ตรงไม่มีอะไร
เว้นที่ว่างรอรายการลดหย่อน
จากรัฐบาลอย่างมีความหวัง

คำลดหย่อนออมเงินและลงทุน ปี 2563

ประกันชีวิต / ประกันสุขภาพ

ประกันชีวิตทั่วไป หรือ เงินฝากที่มีประกันชีวิต	100,000 บาท
ประกันสุขภาพตัวเอง	25,000 บาท
รวมแล้วต้องไม่เกิน 100,000 บาท	

ประเภทอื่นๆ

ประกันสุขภาพพ่อแม่	15,000 บาท
ประกันสังคม	9,000 บาท

กองทุนรวมส่งเสริมการออม พิเศษ (SSFx) (ม.ย.-ม.ย)	ซื้อได้สูงสุด ไม่เกิน 200,000 บาท
--	--------------------------------------

การออมเงินเพื่อเกษียณ

เบี้ยประกันชีวิตบำนาญ	15% ของเงินได้ ไม่เกิน 200,000 บาท
กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ / กบข. / สงเคราะห์ครูฯ	15% ของเงินได้ ไม่เกิน 500,000 บาท
กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ (RMF)	30% ของเงินได้ ไม่เกิน 500,000 บาท
กองทุนรวมส่งเสริมการออม ระยะยาว (SSF)	30% ของเงินได้ ไม่เกิน 200,000 บาท
กองทุนการออมแห่งชาติ (กอช)	13,200 บาท
รวมแล้วต้องไม่เกิน 500,000 บาท	

คุณรักพรรคการเมือง

บริจาคพรรคการเมือง 10,000 บาท

เรื่องติดค้างจากปีก่อน

บ้านหลังแรกปี 59 120,000 บาท

บริจาคตอบแทนสังคม

การศึกษา กีฬา
สังคมต่างๆ และ
โรงพยาบาลรัฐ

2 เท่าของที่จ่ายจริง
แต่ไม่เกิน 10% ของ
เงินได้หลังหักค่าใช้จ่าย
และค่าลดหย่อน

บริจาคอื่นๆ
มูลนิธิและองค์กร
สาธารณกุศล

ตามที่จ่ายจริง
แต่ไม่เกิน 10% ของ
เงินได้หลังหักค่าใช้จ่าย
และค่าลดหย่อน

UPDATE 1 กุมภาพันธ์ 2563

รู้ใช้ รู้ออม (รู้ลงทุน)

สู่อิสรภาพทางการเงิน

“สำหรับมนุษย์เงินเดือน” ตอนที่ 3

(วางแผนเกษียณตั้งแต่เริ่มทำงาน)

รศ.นพ.รณภพ เอื้อพันธเศรษฐ

1 ก.ค. 2564

Money coach by
Dr.Noorn

Financial Freedom by Ronny

Wealth

Health

ทำไมต้อง

วางแผนเกษียณ

คนไทยสูงวัยแบบไร้สตางค์



ผู้สูงอายุ
31.3%

ไม่มีเงินออม
ไว้ใช้หลังเกษียณ

และ **53%** ของผู้มีเงินออม
ที่มีไม่ถึง
200,000 บาท

หากต้องใช้ชีวิตอีก 20 ปีหลังเกษียณ จะมีเงินใช้แค่



วันละ
28 บาท
เท่านั้น!!!

ที่มา : หนังสือเกษียณสุขอย่างไร แม่ไร้ภรรยา ตลาดหลักทรัพย์ฯ

www.set.or.th/education

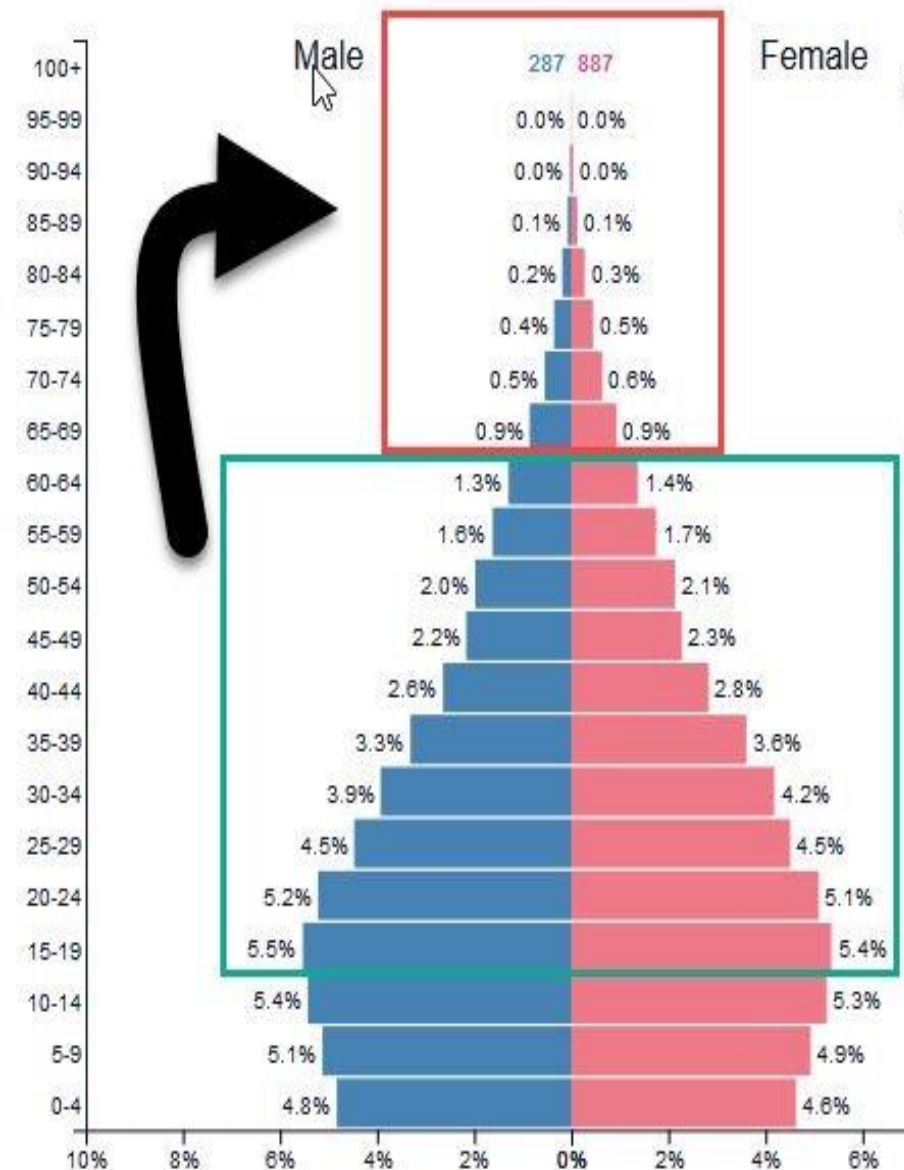


คนไทย
แก่ก่อนรวย !!!

Thailand ▼

1990

Population: 56,582,824

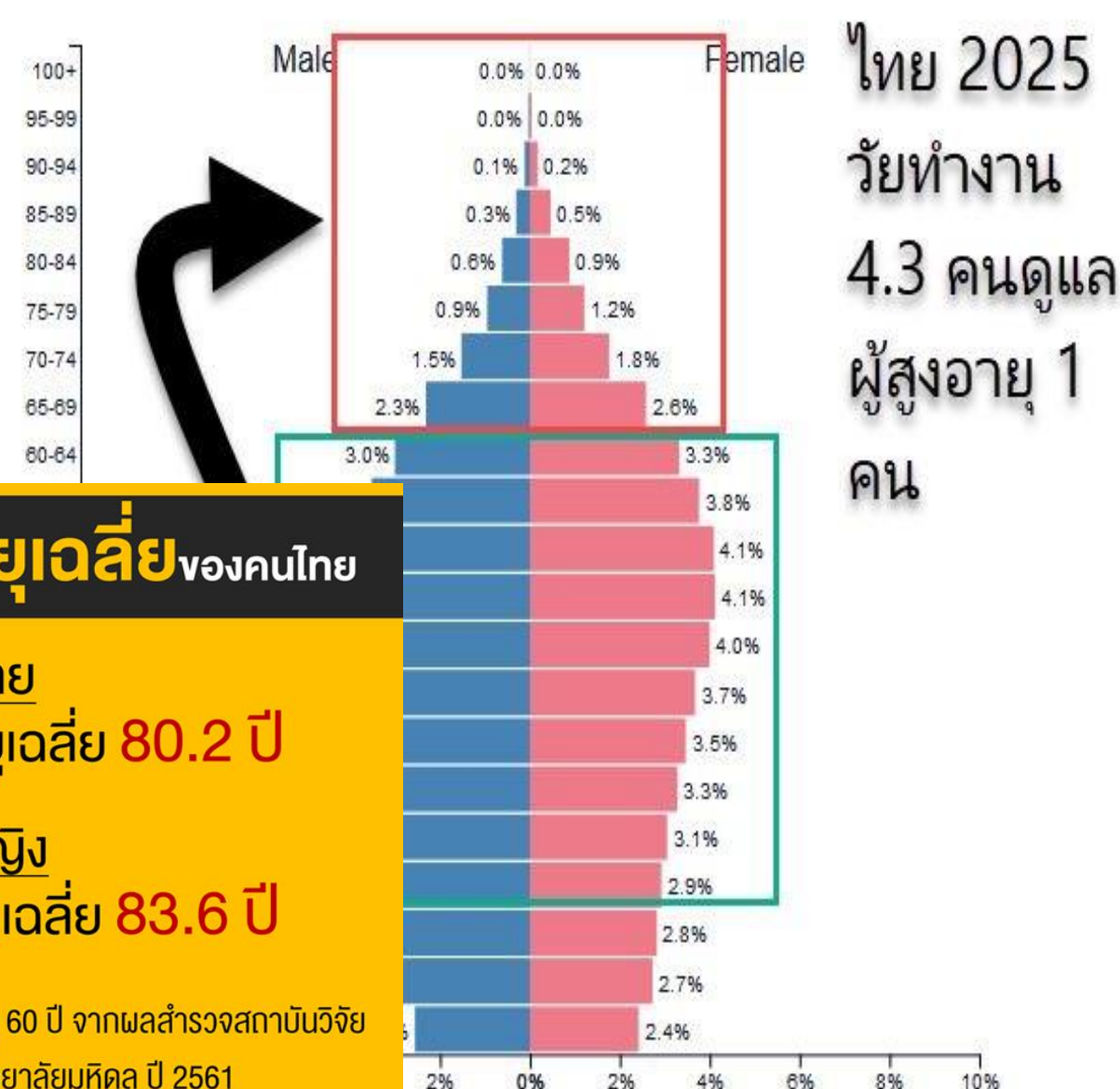


ไทย 1990
วัยทำงาน
14.5 คน
ดูแลผู้สูงอายุ

Thailand ▼

2025

Population: 68,581,377



ไทย 2025
วัยทำงาน
4.3 คนดูแล
ผู้สูงอายุ 1
คน



สถิติอายุเฉลี่ยของคนไทย



ผู้ชาย
อายุเฉลี่ย 80.2 ปี



ผู้หญิง
อายุเฉลี่ย 83.6 ปี

ที่มา : อายุคาดเฉลี่ยที่อายุ 60 ปี จากผลสำรวจสถาบันวิจัย
ประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ปี 2561

เป้าหมายวัยเกษียณ

อยากมีเงิน 4 ล้านบาทตอนเกษียณ ต้องทำอย่างไร?" แค่ออม
เดือนละ 2,000 บาท เป็นเวลา 30 ปี แล้วเลือกลงทุนให้ถูกที่
เงินออม 4 ล้านบาทหลังเกษียณ ก็เป็นจริงได้ ไม่ยากอย่างที่คิด
ออมสม่ำเสมอ ลงทุนถูกที่ เกษียณดีแน่นอน

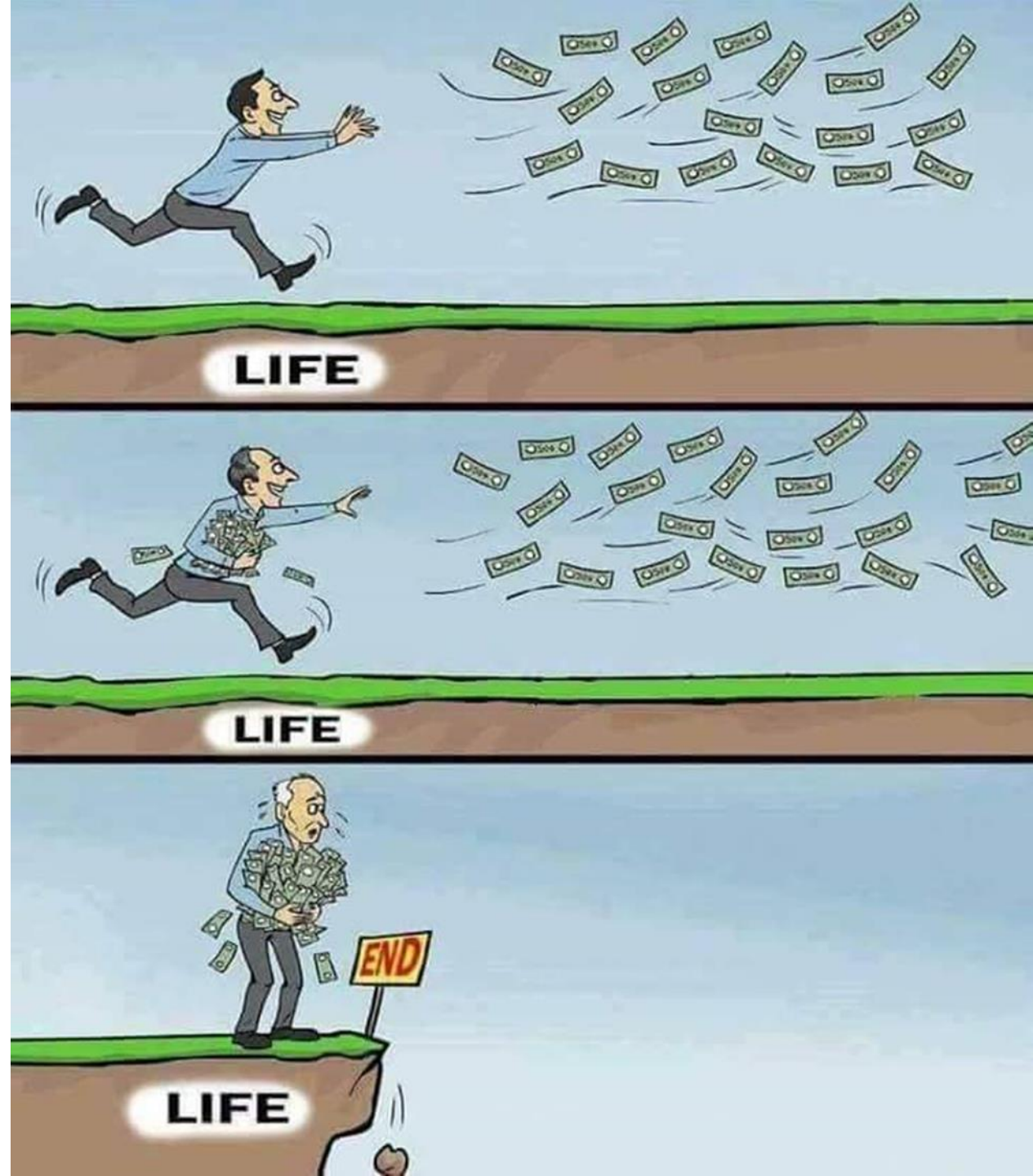
Happy Money: ชวนคนไทยมีเงินใช้หลังเกษียณ
(Full Version ...



เริ่มวางแผนเกษียณ
ตั้งแต่เริ่มทำงาน

ปรัชญา 7 ปีของชีวิต

- 7 ปี วัยเด็ก ยังช่วยตัวเองไม่ได้
- 14 ปี วัยรุ่น เลี้ยงยาก เริ่มมีโลกส่วนตัว
- 21 ปี วัยหนุ่ม สาว วัยเจริญพันธุ์ ค้นหาตัวตน
- 28 ปี เริ่มตั้งตัว
- 35 ปี ผู้ชนะสิบทิศ
- 42 ปี ไร้เทียมทาน ประสบความสำเร็จในอาชีพ
- 49 ปี สูงสุดในการงาน อาชีพ ชีวิต



ปรัชญา 7 ปีขงชีวิต

- **56 ปี** กลับสู่วิเวก สงบ
- **63 ปี** เกษียณ เตรียมตัวตายทุกปี
- **70 ปี** เตรียมตัวตายทุกเดือน
- **77 ปี** เตรียมตัวตายทุกวัน
- **84 ปี** เตรียมตัวตายทุกชั่วโมง

การเตรียมตัวเกษียณ

- เริ่มต้นตั้งแต่เริ่มทำงาน
- อายุ **30 - 40** ปี เป็น ช่วงเวลาที่ค้นพบตนเอง / เรียนรู้ / เริ่มต้นชีวิตครอบครัว / เริ่มมีหนี้
- อายุ **40 – 50** ปี เริ่มมั่นคงในการทำงาน / เติบโตในอาชีพ / รายได้เพิ่มขึ้น / มีหนี้
- อายุ **50 – 55** ปี เตรียมพร้อมในวัยเกษียณ / ไม่มีหนี้จะดีที่สุด
- อายุ **55 – 60** ปี พร้อมที่จะเกษียณ / วางแผน **Wealth transfer** / ปลดหนี้ / วางแผนหลังเกษียณ
- อายุ **60** ปี ใช้ชีวิตหลังเกษียณอย่างมีความสุข

เหตุผลที่ต้องมีการวางแผนก่อนเกษียณ

- เพราะเงินออมอาจหมดไปได้ภายในไม่กี่ปี หากใช้ไปเรื่อย ๆ โดยไม่มีการจัดการหรือการวางแผนการเงิน
- เพราะ ณ ปัจจุบัน เราอาจจะมีเงินสะสมไว้น้อยเกินไป อาจต้องเร่ง “ออมเพิ่ม” จะได้มีเงินพอใช้หลังเกษียณ
- การวางแผนการเงินเพื่อการเกษียณจะทำให้เราสามารถเลือกชีวิตหลังเกษียณได้อย่างสุขสบาย ไม่เป็นภาระกับลูกหลาน และยังสามารถเป็นที่พึ่งของลูกหลานได้อีกด้วย
- เพราะยังคงต้องมีการใช้จ่ายหลังเกษียณ แม้ว่าเราจะเกษียณจากงานแล้ว ไม่ได้แสดงว่าเราจะเกษียณการลงทุน ไม่ใช่ว่าจะใช้เงินออมของตนเองอย่างเดียว

วางแผนให้เงินก้อนสุดท้ายทำงาน เพื่อความมั่นคงหลังเกษียณ

STEP 1 : เตรียมพร้อมสู่ชีวิตหลังเกษียณ

STEP 2 : เทคนิคบริหารเงินหลังเกษียณ

STEP 3 : จัดพอร์ตลงทุนหลังเกษียณ

STEP 4 : วางแผนมรดกให้ลูกหลาน

รู้ใช้ รู้ออม รู้ลงทุน สไตล์มนุษย์เงินเดือน

- ตั้งเป้าหมาย
- ออมก่อนใช้เสมอ
- จัดบันทึกรายรับ-รายจ่าย
- รู้จักลงทุนให้เงินงอกเงย
- หักเงินเข้า **PVD**
- ใช้สิทธิประกันสังคม
- ใช้สิทธิลดหย่อนภาษี
- เตรียมเกษียณ ดีที่สุดตั้งแต่เริ่มทำงาน

10 วิธีสู่อิสรภาพทางการเงิน(ฉบับหมอหนุ่ม)

1. ปรับ **mindset** และสร้างวินัย ทางด้านการเงินและการลงทุน อยากมีอิสรภาพทางการเงินต้องเรียนรู้และเข้าใจอย่างถ่องแท้การลงทุน ที่สำคัญใครเริ่มเร็วก่อนจะได้เปรียบเสมอ....อ่านจบเริ่มเลยนะครี๊บ รวมถึงต้องมีวินัยนะครี๊บ การที่จะประสบความสำเร็จต้องตั้งใจและทำอย่างสม่ำเสมอ ไม่ย่อท้อ
2. สร้างเป้าหมายทางการเงินและการลงทุน..ทั้งระยะสั้น กลาง ยาว...เขียนติดข้างฝาเลยนะครี๊บ เอาแบบที่เห็นง่ายๆๆ
3. วางแผนงบประมาณล่วงหน้าและจัดทำบัญชี รายรับ รายจ่าย
4. ถ้าไม่จำเป็นอย่ามีหนี้ แต่ถ้าต้องมีหนี้ ต้องบริหารให้เป็นนะครี๊บ
5. หาความรู้เรื่องการเงิน การลงทุนสม่ำเสมอ เช่นเข้าใจเรื่องดอกเบี้ยทบต้น การลงทุนในกองทุนรวม วิธีประหยัดภาษี เป็นต้น

10 วิธีสู่อิสรภาพทางการเงิน(ฉบับหมอหนุ่ม)

6. การบริหารหนี้อย่างชาญฉลาด เช่น ไม่จ่ายขั้นต่ำนี้บัตรเครดิต ค่างวดหนี้ทุกอย่าง (ยกเว้นบ้าน) ไม่เกิน **20%** ของรายได้ ไม่มียอดหนี้คงค้าง มีเงินสำรองเพียงพอใช้อย่างน้อย **6** เดือน
 7. รายจ่ายที่ต้องตัดให้ได้เด็ดขาดคือรายจ่ายจากอภายมุข นอกจากประหยัดเงินแล้ว ยังดีต่อสุขภาพนะครับ
 8. มีการออม / ลงทุนอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อย **10%** ของรายได้
 9. จัดทำงบการเงินส่วนบุคคล อย่างน้อยปีละ **1** ครั้ง
 10. สร้างสมดุลชีวิตนะครับ **Great Happy with good Health and Wealth**
- หวังว่า **10** วิธีนี้จะมีประโยชน์กับทุกคนที่อ่านมาจนถึงบรรทัดสุดท้ายนะครับ



อิสรภาพทางการเงิน ตอน การบริหารการเงินส่วนบุคคล

รองศาสตราจารย์ นายแพทย์รณภพ เอื้อพันธุ์เศรษฐ

- ผู้แนะนำการลงทุนด้านหลักทรัพย์ (Investment Consultant, IC)
- ที่ปรึกษาการเงิน (Associate Financial Planner Thailand, AFPT™)

RUAPHANT2554@GMAIL.COM

10 วิธีสู่อิสรภาพทางการเงิน (ฉบับหมอหนุ่ม)

1. ปรับ mindset พร้อมสร้างวินัยทางการเงินและการลงทุน อย่าลืมอิสรภาพทางการเงิน.... ต้องเรียนรู้และเข้าใจอย่างลึกซึ้งการลงทุน ที่สำคัญใครเริ่มเร็วก่อนจะได้เปรียบเสมออ่านจบเริ่มเลยนะครับ... รวมถึงต้องมีวินัยนะครับ การที่จะประสบความสำเร็จต้องตั้งใจและทำอย่างสม่ำเสมอ..ไม่ย่อท้อ
2. สร้างเป้าหมายทางการเงินและการลงทุน..ทั้งระยะสั้น กลาง และยาว... เขียนติดข้างฝาเลยนะครับ เอาแบบที่เห็นง่าย ๆ
3. วางแผนงบประมาณล่วงหน้าและจัดทำบัญชี รายรับ รายจ่าย
4. ถ้าไม่จำเป็นอย่ามีหนี้ แต่ถ้าต้องมีหนี้... ต้องบริหารให้เป็นนะครับ
5. หาความรู้เรื่องการเงิน การลงทุนสม่ำเสมอ เช่น เข้าใจเรื่องดอกเบี้ยทบต้น การลงทุนในกองทุนรวม วิธีประหยัดภาษี เป็นต้น
6. การบริหารหนี้อย่างชาญฉลาด เช่น ไม่จ่ายขั้นต่ำนี้บัตรเครดิต ค่างวดหนี้ทุกอย่าง (ยกเว้นบ้าน) ไม่เกิน 20% ของรายได้ ไม่มียอดหนี้คงค้าง มีเงินสำรองเพียงพอใช้อย่างน้อย 3 - 6 เดือน
7. รายจ่ายที่ต้องตัดให้ได้เด็ดขาด คือ รายจ่ายจากอบายมุข นอกจากประหยัดเงินแล้ว ยังดีต่อสุขภาพนะครับ
8. มีการออม / ลงทุนอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อย 10% ของรายได้
9. จัดทำงบการเงินส่วนบุคคล อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
10. สร้างสมดุลชีวิตนะครับ Great Happy with good Health and Wealth

หวังว่า 10 วิธีนี้... จะมีประโยชน์
กับทุกคนที่อ่านมาถึงบรรทัดสุดท้ายนะครับ



การบริหารการเงินส่วนบุคคล

โดย รศ.นพ.รณภพ เอื้อพันธเศรษฐ ผู้ช่วยอธิการบดี



E-BOOK การบริหารการเงินส่วนบุคคล
(ภาคเช้า)



E-BOOK การบริหารการเงินส่วนบุคคล
(ภาคบ่าย)



การบริหารการเงินส่วนบุคคล
ไฟล์ PDF

บทสรุป

สุดท้ายเราเรียนรู้เรื่องเงิน เพื่อจัดการชีวิตให้มี “ความสุข” ไม่มากเกินไป ไม่น้อยไป ไม่กังวล ไม่ใช่เวลากับมันมากเกินไป และแบ่งปันเวลาให้กับมิติอื่นๆ เพื่อเติมเต็มชีวิตให้สมบูรณ์

#TheMoneyCoachTH

**Thank you
for
your attention**