

# การจัดการหนี้ และการวางแผนการออมของวัยทำงาน

## Debt Management and Savings Planning among the Working-Age Population

วรินทร์ทิพย์ กำลังแพทย์\*  
(Warinthip Kumlangphaet)\*

สาขาวิชานวัตกรรมการบริหารการเงินและการบริหารหนี้ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี กรุงเทพมหานคร  
Department of Financial and Debt Administration Innovation,  
Bangkokthonburi University, Bangkok, Thailand  
\*Corresponding author: naris.joy59@gmail.com

### Article history:

Received 14 March 2025

Revised 7 April 2025

Accepted 8 April 2025

SIMILARITY INDEX = 3.97 %

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาการจัดการหนี้และการวางแผนการออมของวัยทำงาน เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ โดยใช้แบบสอบถาม เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง 400 ชุด ด้วยการเลือกแบบเจาะจง แบ่งตามเจเนอเรชัน ได้กลุ่มตัวอย่างเจเนอเรชันละ 100 ตัวอย่าง สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว ผลการวิจัยพบว่า การจัดการหนี้ของวัยทำงาน ในภาพรวม พบว่า วัยทำงาน มีระดับการตัดสินใจการจัดการหนี้ อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า วัยทำงานให้ระดับการตัดสินใจการจัดการหนี้ด้านการลดค่าใช้จ่ายมากเป็นอันดับแรก รองลงมาได้แก่ ด้านการเพิ่มรายได้ การจำหน่ายทรัพย์สิน และ ด้านการปรับโครงสร้างหนี้ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า การจัดการหนี้ด้านการลดค่าใช้จ่ายนั้นวัยทำงาน มุ่งลดค่าใช้จ่ายผันแปร เช่น ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ค่าท่องเที่ยว นั่นเอง ส่วนการวางแผนการออมของวัยทำงาน โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านวางแผนออมเงินเพื่อใช้ยามฉุกเฉิน วัยทำงานมีการวางแผนอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมา คือ ด้านวางแผนออมเงินเพื่ออนาคต วัยทำงานมีการวางแผนอยู่ในระดับมาก ด้านวางแผนออมเงินเพื่อการลงทุน และ ด้านวางแผนออมเงินเพื่อความสุข วัยทำงานมีการวางแผนอยู่ในระดับปานกลาง

การวิเคราะห์ความแตกต่างเกี่ยวกับวัยทำงานต่อการจัดการหนี้ พบว่า แต่ละช่วงวัยทำงานมีความแตกต่างกันของการจัดการหนี้ ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อเปรียบเทียบผลต่างของการจัดการหนี้ ในแต่ละช่วงวัยทำงานรายคู่ ด้วยวิธีทดสอบแบบ Bonferroni พบว่า เจเนอเรชัน ซี มีการตัดสินใจด้านการจัดการหนี้แตกต่างกับ เจเนอเรชัน บี บี บูมเมอร์ เจเนอเรชัน เอ็กซ์ และ เจเนอเรชัน วาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การวิเคราะห์ความแตกต่างเกี่ยวกับวัยทำงานต่อการวางแผนการออม พบว่า แต่ละช่วงวัยทำงานมีความแตกต่างกันของการวางแผนการออม ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อเปรียบเทียบผลต่างของการจัดการหนี้ ในแต่ละช่วงวัยทำงานรายคู่ ด้วยวิธีทดสอบแบบ Bonferroni พบว่า การวางแผนการออมของ เจเนอเรชัน บี บี บูมเมอร์ กับเจเนอเรชัน วาย เจเนอเรชัน บี บูมเมอร์ กับเจเนอเรชัน ซี แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ: การจัดการหนี้ การวางแผนการออมเงิน วัยทำงาน

## ABSTRACT

This research aims to study debt management and savings planning among the working-age population. It is a quantitative study using a questionnaire as the research instrument. Data were collected from 400 purposively selected respondents, with 100 respondents from each generation. The statistical method used in the study was one-way analysis of variance (ANOVA). Overall, it was found that working age population at a high level of decision-making in debt management. When considering each aspect, it was found that working age population gave a level of decision-making in debt management and reducing expenses are first. followed by in terms of increasing income, Asset sales and debt restructuring. When considering each item, it was found that debt management and reducing expenses were of working age population. focus on reducing variable expenses such as food costs, travel expenses, and tourism expenses. As for savings planning for working age population Overall was at a high level. When considering each aspect, it was found that Working age population were planning to save money for use in emergencies at a highest level of planning. Second, Working age population were planning for saving money for investment at a high level, Working age were planning to save money for the future and Planning to save money for happiness population plan at a moderate level.

Analysis of differences in working age towards debt management found that each working age group had differences in debt management, which was statistically significant at the 0.05 level. When comparing the differences in debt management in each working age group by pair using the Bonferroni test, it was found that Generation C had different decisions in debt management from Generation Baby Boomers, Generation X and Generation Y at a statistical significance level of 0.05.

Analysis of differences in working age towards savings planning found that each working age group had differences in savings planning, which was statistically significant at the 0.05 level. When comparing the difference in debt management in each working age group by pair using the Bonferroni test, it was found that the savings plan of Generation Baby Boomers and Generation Y, Generation Baby Boomers and Generation C were significantly different at the 0.05 level.

**Keywords:** Debt management, savings planning, working age population

## 1. บทนำ

ในอดีตที่ประเทศไทยอยู่ในยุคทองก่อนวิกฤตเศรษฐกิจต้มยำกุ้ง ประเทศไทยตอนนั้นเผชิญกับการแก้ปัญหาความยากจนในประเทศ ในช่วงเวลานั้นรายได้ต่อหัวเฉลี่ยของคนไทยอยู่ที่ประมาณ 90,000 บาทต่อปีเท่านั้น คนที่ใช้ชีวิตอยู่ได้เส้นความยากจน (น้อยกว่า 828 บาทต่อเดือน) ในช่วงเวลานั้น ยังมีมากกว่า 10 ล้านคน หรือคิดเป็น 19% ของประชากรทั้งประเทศ เมื่อเวลาผ่านไป 30 ปี มาถึงปี 2566 หนี้ครัวเรือนไทยต่อจีดีพี อยู่ที่ระดับกว่า 90% นับเป็นอัตราส่วนที่สูงในช่วงการพัฒนาเศรษฐกิจสมัยใหม่ของไทย นอกจากนี้ หนี้ครัวเรือนไทยจำนวนมากสามารถแบ่งได้เป็น 3 มิติ (1) คนไทยจำนวนมากมีหนี้ โดยประมาณ 1 ใน 3 ของประชากรมีหนี้ในระบบ (2) คนไทยมีหนี้สูง โดยมูลค่าหนี้เฉลี่ยต่อคนอยู่ที่ 539,291 บาท และ (3) คนไทยมีหนี้หลายบัญชี โดยเฉลี่ย 3.3 บัญชี

ในปี 2566 ประเทศไทยมีหนี้ครัวเรือนอยู่กว่า กว่า 67% ส่วนใหญ่ของไทยเป็นหนี้ที่ไม่สร้างรายได้ และกว่า 1 ใน 5 ของผู้ที่เป็นหนี้กำลังมีหนี้เสีย นอกจากนี้ กลุ่มวัยเริ่มทำงาน (อายุ 20-35 ปี) ยังมีสัดส่วนหนี้อาจไม่สร้างรายได้สูงที่สุด และมีสัดส่วนผู้กู้ที่มีหนี้เสียสูงที่สุดด้วย (27%) อีกทั้งเกษตรกรและกลุ่มผู้มีรายได้น้อยก็มีความเสี่ยงสูงที่อาจจะชำระหนี้ไม่ได้ และต้องตกอยู่ในวังวนของหนี้ เวลามาผ่านไปเกือบ 30 ปี เศรษฐกิจและสังคมไทยเปลี่ยนไปอย่างมาก แม้คนไทยจำนวนมากจะเป็นชนชั้นรากหญ้า แต่คุณภาพชีวิตโดยรวมของคนไทยก็ยกระดับขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งรายได้เฉลี่ยต่อหัวของคนไทยในปี 2566 นั้นอยู่ที่ประมาณ 280,000 บาทต่อปี จำนวนคนยากจน (ภายใต้เส้นความยากจนที่ 2,802 บาทต่อคนต่อเดือน) ลดลงเหลือราว 4 ล้านคน หรือคิดเป็น 5.43% ของประชากรไทย การจัดการหนี้สินอย่างมีคุณภาพเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างอนาคตทางการเงินที่มั่นคง หนึ่งในวิธีที่สามารถช่วยลดภาระหนี้ได้ดีที่สุดคือการวางแผนการเงินที่ดี สถานการณ์ข้อมูลหนี้สินภาคครัวเรือนจากฐานข้อมูลเครดิตบูโร ณ สิ้นไตรมาส 3/2566 (30 ก.ย. 2566) พบว่า ไตรมาส 3 ปีนี้ มียอดสินเชื่อคงค้างอยู่ที่ 13.55 ล้านล้านบาท เพิ่มขึ้นจากช่วงเดียวกันของปีก่อน 3.8% โดยในจำนวนนี้ มีสินเชื่อบ้าน สินเชื่อรถ และสินเชื่อส่วนบุคคล เป็นจำนวนมากที่สุด 3 อันดับแรก ดังนี้ สินเชื่อบ้าน มียอดคงค้าง 4.9 ล้านล้านบาท คิดเป็น 3.5 ล้านบัญชี สินเชื่อรถ มียอดคงค้าง 2.6 ล้านล้านบาท คิดเป็น 6.5 ล้านบัญชี และสินเชื่อส่วนบุคคล มียอดคงค้าง 2.6 ล้านล้านบาท คิดเป็น 31.7 ล้านบัญชี เมื่อแยกจำนวนหนี้ภาคครัวเรือนและหนี้เสียที่เกิดขึ้นแบ่งตามกลุ่มช่วงวัย หรือ เจเนอเรชัน แล้วพบว่า คนเจน Y (อายุ 25-43 ปี) มีหนี้ครัวเรือนมากที่สุด ขณะเดียวกัน ก็มีหนี้เสียมากที่สุดเช่นกัน เมื่อเทียบกับคนวัยอื่นๆ (บัญชา ชุมชัยเวทย์, 2567)

การลดภาระหนี้สินสามารถทำได้ง่ายขึ้นหากมีการวางแผนการเงินอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยการประเมินสถานการณ์ทางการเงิน สร้างงบประมาณ จัดลำดับความสำคัญในการชำระหนี้ หรือการปรับพฤติกรรมการใช้จ่าย รวมไปถึงการวางแผนการเงินระยะยาว การเตรียมเงินไว้ในยามฉุกเฉิน การนำเคล็ดลับเหล่านี้ไปใช้จะสามารถปลดหนี้ได้อย่างมั่นใจและสร้างความมั่นคงทางการเงินในอนาคตได้อีกด้วย ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจสำรวจการจัดการหนี้และการวางแผนการออมของวัยทำงาน เพื่อสร้างแนวทางการจัดการหนี้ที่เหมาะสมในแต่ละเจเนอเรชัน และสร้างความตระหนักในการวางแผนการออมของวัยทำงาน

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการจัดการหนี้ ของวัยทำงานเมื่อจำแนกตามเจเนอเรชัน
2. เพื่อศึกษาการวางแผนการออมของวัยทำงานเมื่อจำแนกตามเจเนอเรชัน

## 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับเรื่องการศึกษาโดยตรง เช่น

### 2.1 ภาพรวมภาวะหนี้สินของวัยทำงานในเจนเนอเรชันต่างๆ

จากฐานข้อมูลเครดิตบูโร ณ สิ้นไตรมาส 3/2566 เมื่อเรียงลำดับตามมูลค่าหนี้ครัวเรือนคงค้าง และมูลค่าหนี้เสีย พบว่า

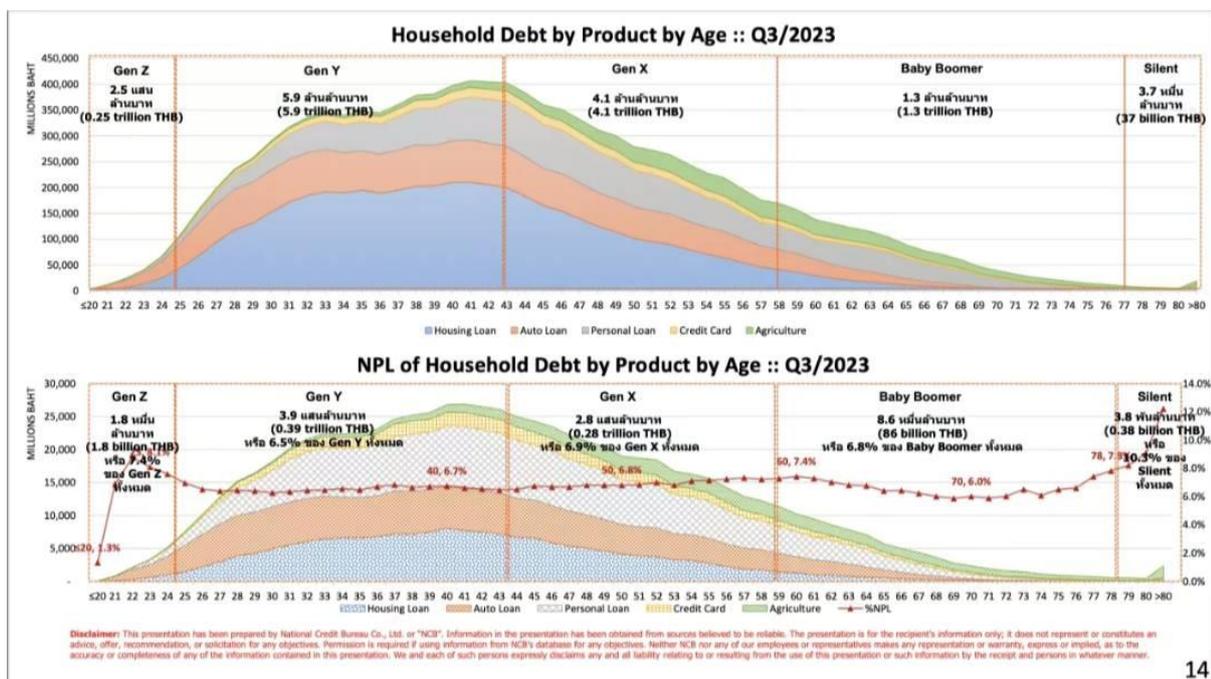
Gen Y (อายุ 25-43 ปี) มีหนี้ครัวเรือน 5.9 ล้านล้านบาท และมีหนี้เสีย 3.9 แสนล้านบาท

Gen X (อายุ 44-58 ปี) มีหนี้ครัวเรือน 4.1 ล้านล้านบาท และมีหนี้เสีย 2.8 แสนล้านบาท

Gen Z (อายุ 20-24 ปี) มีหนี้ครัวเรือน 2.5 แสนล้านบาท และมีหนี้เสีย 1.8 หมื่นล้านบาท

Baby Boomer (อายุ 58-77 ปี) มีหนี้ครัวเรือน 1.3 ล้านล้านบาท และมีหนี้เสีย 8.6 หมื่นล้านบาท

Silent (อายุ 78 ปีขึ้นไป) มีหนี้ครัวเรือน 3.7 หมื่นล้านบาท และมีหนี้เสีย 3.8 พันล้านบาท



แผนภาพที่ 1 มูลค่าหนี้ครัวเรือนคงค้าง และมูลค่าหนี้เสีย จำแนกตามอายุ  
ที่มา : ไทยรัฐ การเงิน (2566)

จากฐานข้อมูลเดียวกันยังพบ ข้อมูลที่บ่งชี้ว่า

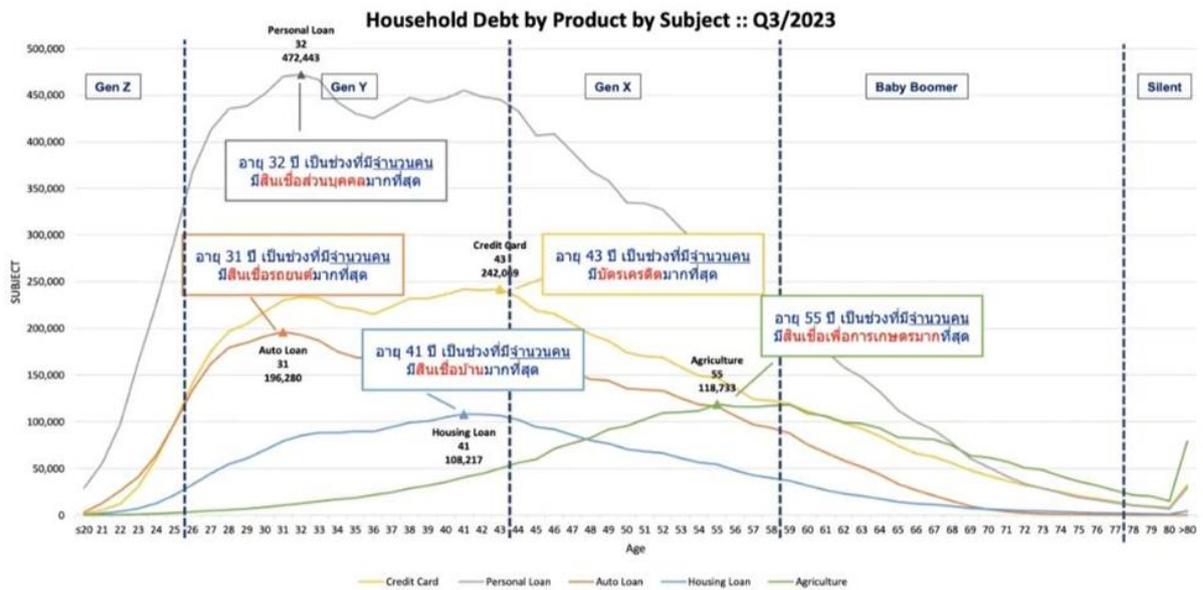
อายุ 31 ปี เป็นช่วงที่มีจำนวนคนมีสินเชื่อบริษัทมากที่สุด หรือคิดเป็นมูลค่าหนี้เฉลี่ยต่อราย 196,280 บาท

อายุ 32 ปี เป็นช่วงที่มีจำนวนคนมีสินเชื่อส่วนบุคคลมากที่สุด หรือคิดเป็นมูลค่าหนี้เฉลี่ยต่อราย 472,443 บาท

อายุ 41 ปี เป็นช่วงที่มีจำนวนคนมีสินเชื่อบ้านมากที่สุด หรือคิดเป็นมูลค่าหนี้เฉลี่ยต่อราย 108,217 บาท

อายุ 43 ปี เป็นช่วงที่มีจำนวนคนมีสินเชื่อบัตรเครดิตมากที่สุด หรือคิดเป็นมูลค่าหนี้เฉลี่ยต่อราย 242,069 บาท

อายุ 55 ปี เป็นช่วงที่มีจำนวนคนมีสินเชื่อเพื่อการเกษตรมากที่สุด หรือคิดเป็นมูลค่าหนี้เฉลี่ยต่อราย 118,733 บาท



Disclaimer: This presentation has been prepared by National Credit Bureau Co., Ltd. or "NCB". Information in this presentation has been obtained from sources believed to be reliable. The presentation is for the recipient's information only; it does not represent or constitute an advice, offer, recommendation, or solicitation for any objectives. Permission is required if using information from NCB's database for any objectives. Neither NCB nor any of our employees or representatives makes any representation or warranty, express or implied, as to the accuracy or completeness of any of the information contained in this presentation. We and each of such persons expressly disclaims any and all liability relating to or resulting from the use of this presentation or such information by the recipient and persons in whatever manner.

**แผนภาพที่ 2** มูลค่าหนี้ครัวเรือนคงค้าง และมูลค่าหนี้เสีย จำแนกตามผลิตภัณฑ์  
 ที่มา : ไทยรัฐ การเงิน (2566)

ส่วนหนี้สงสัยจะสูญ หรือ Special Mentioned (SM) ซึ่งหมายถึงสินเชื่อที่ค้างชำระตั้งแต่ 31-90 วัน ณ สิ้นไตรมาส 3/2566 อยู่ที่ 5 แสนล้านบาท เพิ่มขึ้นจากช่วงเดียวกันปีก่อน 21.4% หรือมีจำนวนบัญชีเป็น SM 1.95 ล้านบัญชี หรือเพิ่มขึ้นจากช่วงเดียวกันปีก่อน 0.8% ทั้งนี้ สินเชื่อสงสัยจะสูญ ก้อนใหญ่ อยู่ที่สินเชื่อรถ 2.13 แสนล้านบาท และสินเชื่อบ้าน 1.36 แสนล้านบาท และสินเชื่อบ้านจำนวนนี้ 68% เป็นหนี้ที่อยู่กับสถาบันการเงินของรัฐ หรือ SFIs อีกทั้งยังพบว่า SM 5 แสนล้านบาท ณ สิ้นไตรมาส 3/2566 ยังกระจุกตัวในกลุ่มลูกหนี้ GEN Y เช่นกัน

ส่วนหนี้สงสัยจะสูญ จำแนกตามผลิตภัณฑ์และอายุ พบว่า Gen Y ก่อหนี้ครัวเรือนสูง มีหนี้เสียมากที่สุด และมีหนี้สงสัยจะสูญมากที่สุด พบไตรมาส 3/2566 เอ็นพีแอล 1.05 ล้านล้านบาท 10 ล้านบัญชี เป็นหนี้เสียจากคน Gen Y แล้วกว่า 3.9 แสนล้านบาท (ไทยรัฐ การเงิน, 2566)

**2.2 แนวคิดการจัดการหนี้**

ศิลปพร ศรีจันทเพชร (2565) ได้กล่าวถึงความหมายของ หนี้สิน ว่าหมายถึง ภาระผูกพันที่เกิดขึ้นในปัจจุบันจากกิจกรรม หรือเหตุการณ์ทางเศรษฐกิจในอดีต ซึ่งทำให้ต้องจัดหาเงินจำนวนหนึ่ง หรือสินทรัพย์อื่นๆ หรือบริการอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อที่จะมอบให้แก่บุคคลหรือกิจการที่เกี่ยวข้องในเวลาใดเวลาหนึ่งในอนาคต

ตลาดหลักทรัพย์ (ม.ป.ป.) ได้เสนอ 4 Steps ทดหนี้ มีออม ได้แก่

1. ตั้งสติ หยุดก่อหนี้เพิ่ม ถ้าในแต่ละเดือนต้องจ่ายหนี้เดือนละ 20,000 บาท ทั้งที่เงินเดือนแค่ 25,000 บาท นั่นเท่ากับว่าสิ่งแรกที่ต้องทำ คือ “ประกาศเป็นศัตรูกับหนี้ทุกประเภท” นอกจากนี้ “ควรสรุปหนี้ทั้งหมดที่มีอยู่” เพื่อให้รู้ว่าเรามีหนี้ทั้งหมดเท่าไร? แต่ละเดือนต้องชำระหนี้เท่าไร? หนี้ก้อนไหนเสียดอกเบี้ยเยอะสุด? จะได้จัดลำดับความสำคัญเพื่อวางแผนชำระหนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตารางที่ 1 แสดงตัวอย่างการสรุปหนี้ทั้งหมดที่มีอยู่

ลำดับ	เจ้าหนี้	ยอดหนี้	ชำระขั้นต่ำ (ต่อเดือน)	อัตราดอกเบี้ย (ต่อปี)	ระยะเวลาผ่อน (เดือน)
1	ธนาคาร A	500,000	5,000	5%	130
2	ธนาคาร B	400,000	6,000	6%	82
3	สหกรณ์ C	2,000,000	19,000	5%	139
4	บัตร D	100,000	7,000	16%	17
5	บัตร E	50,000	4,000	25%	15
รวม		3,050,000	41,000		

ที่มา: ตลาดหลักทรัพย์ (ม.ป.ป.)

2. วางแผนชำระหนี้อย่างฉลาด หยุดสร้างหนี้เพียงอย่างเดียวคงไม่พอ สิ่งสำคัญที่สุดคือ เราต้อง “รัดเข็มขัด” รู้จักใช้จ่ายให้เป็น ควบคุมค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็น ริดค่าใช้จ่ายที่เป็นไขมันส่วนเกินออกให้มากที่สุด เรียกว่าในพจนานุกรมของเราต้องมีแต่คำว่า “ประหยัด” และ “มัธยัสถ์” พร้อมลบลบคำว่า “ฟุ้งเฟ้อ” และ “ไม่จำเป็น” ออกไปโดยเร็ว จากนั้น ก็ได้เวลามุ่งมั่นกำจัดหนี้ก้อนเก่าอย่างตั้งใจจริง ถ้าเป็นหนี้ก้อนใหญ่ เราอาจต้องตั้งสติให้มั่นหาวิธีปลดหนี้ค่อยๆ ค่อยๆ ไป เช่น ถ้าเป็นหนี้บัตรเครดิตก็อาจต้องหาทางกู้จากสถาบันการเงินในระบบเพื่อนำเงินไปปลดหนี้ก้อนนี้ก่อนเป็นอันดับแรก เพื่อลดภาระดอกเบี้ยให้น้อยลง จากนั้นค่อยมาผ่อนชำระกับสถาบันการเงิน ซึ่งคำแนะนำต่อไปนี้ อาจช่วยให้พ้นจากการเป็นหนี้ได้

3.หาที่ปรึกษา อย่าเก็บปัญหาทั้งหมดไว้คนเดียว ต้องพูดคุยกับคนในครอบครัว รวมทั้งปรึกษาผู้มีประสบการณ์ ผู้เชี่ยวชาญ หรือนักกฎหมาย เพื่อหาทางรับมือกับปัญหาและเตรียมแนวทางแก้ไข เช่น คลินิกแก้หนี้ ซึ่งเป็นหน่วยงานกลางที่ดำเนินการแก้ไขปัญหานี้แทนเจ้าหนี้ที่เป็นสถาบันการเงินและผู้ประกอบการทางการเงินทุกรายของลูกค้าหนี้้อย่างครบวงจร

4. เจรจาต่อรองกับเจ้าหนี้ ในระหว่างปรึกษาเรื่องวางแผนชำระหนี้ เราอาจมีหนทางเจรจาทันทีกับเจ้าหนี้ เพื่อขอลดจำนวนเงินผ่อนต่อเดือน ดอกเบี้ย ค่าปรับ ค่าธรรมเนียม หรือขอข้อเสนอพิเศษอื่น ๆ โดยมี 2 กระบวนการหลักที่เรานำไปปรับใช้ได้

1) เจรจาประนอมหนี้ เพื่อให้ภาระที่ต้องจ่ายต่อเดือนลดลง เช่น ขอลดยอดหนี้ลงบางส่วน ขอยาวยเวลาการชำระหนี้ 1 – 2 ปี ขอลดจำนวนเงินที่ต้องผ่อนในแต่ละงวด เป็นต้น

2) แฮร์คัต (Hair-cut) เพื่อขอตัดหนี้หรือลดหนี้ โดยแลกกับการจ่ายคืนหนี้ครั้งเดียวเป็นก้อนให้ทันที แล้วจบกันไป ทางที่ดี ก่อนที่จะตัดสินใจเจรจาสงบหนี้หรือทำแฮร์คัต เราต้องเรียนรู้รายละเอียดและข้อควรระวังต่าง ๆ อย่างถี่ถ้วน เพื่อไม่ให้สิ่งที่คิดว่าเป็นการได้เปรียบกลับกลายเป็นการเอาเชือกมารัดคอเราเองในภายหลัง

ธนาคารแห่งประเทศไทย (ม.ป.ป.) ได้จำแนกหนี้สินออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ หนี้ดี หนี้พียงระวัง และหนี้อันตราย ซึ่งสามารถอธิบายได้ดังนี้

2.1) หนี้ดี คือ หนี้ที่สร้างรายได้หรือสร้างความมั่นคงในอนาคต เช่น หนี้สร้างอนาคต เป็นหนี้ที่ทำให้เรามีโอกาสได้เรียนในระดับที่สูงขึ้น มีงานทำหรือมีโอกาสก้าวหน้าในงานมากขึ้น หนี้เพื่อการประกอบอาชีพ เป็นหนี้ที่สร้างอาชีพให้แก่เราและทำให้เรามีโอกาสมีรายได้เพิ่มขึ้น เช่น กู้เงินเพื่อซื้อคอมพิวเตอร์มาทำงาน ซื้อเครื่องมือการเกษตร หนี้เพื่อความมั่นคงระยะยาว เช่น การมีบ้านเป็นของตัวเองจะ

ทำให้เราไม่ต้องจ่ายค่าเช่าบ้านแต่มาจ่ายค่าผ่อนบ้าน ทำให้มีทรัพย์สินส่วนตัวเพิ่มขึ้น และเมื่อเวลาผ่านไปบ้านที่เราซื้ออีกก็จะมีมูลค่าเพิ่มขึ้น

2.2) หนี้ฟุ้งระว้าง คือ หนี้ที่ไม่สร้างรายได้ในอนาคต เช่น หนี้จากการใช้จ่ายฟุ่มเฟือย เป็นหนี้ที่สร้างความสุขเพียงชั่วคราว ไม่สมเหตุสมผลและไม่ได้สร้างรายได้หรือความมั่นคงให้แก่เราในระยะยาว หนี้ที่มีมากเกินไปถึงง่าย เช่น กู้เงินซื้อบ้านหรือรถที่แพงเกินไป กู้ซื้อคอนโดหลายแห่งพร้อมกัน ผ่อนไม่ไหวจนต้องขายหรือถูกยึดในที่สุด ซึ่งจะเห็นได้ว่าหนี้ดีก็อาจเป็นหนี้ฟุ้งระว้างได้

2.3) หนี้อันตราย คือ หนี้ที่เกิดจากการนำเงินไปใช้กับสิ่งที่มีความเสี่ยงสูงที่จะไม่ได้รับเงินคืน หรืออาจเป็นสิ่งผิดกฎหมาย จึงเป็นหนี้ที่ต้องละเว้นเด็ดขาด เช่น หนี้ที่เกิดจากการพนัน/เสียงโชค หนี้ที่กู้ไปลงทุนผิดกฎหมาย เช่น แคร่ลูกโซ่

### 2.3 แนวคิดการวางแผนการออม

ธนาคารแห่งประเทศไทย (ม.ป.ป.) ได้อธิบายว่า การออม เป็นการแบ่งรายได้ส่วนหนึ่งเก็บสะสมไว้สำหรับวัตถุประสงค์ต่าง ๆ เช่น เพื่อไว้ใช้ในอนาคต เมื่อเวลาฉุกเฉิน เพื่อใช้ในสิ่งที่อยากได้หรืออยากทำ การออมส่วนใหญ่มีอยู่ในรูปแบบที่มีความเสี่ยงต่อการสูญเสียด้านค่า และได้รับผลตอบแทนไม่สูงนักเมื่อเทียบกับการลงทุน เช่น การฝากออมทรัพย์ การฝากประจำ การซื้อสลากออมทรัพย์ สัดส่วนที่เหมาะสมในการออมควรออมเงินประมาณ 1 ใน 4 ของรายได้แต่ละเดือน อย่างไรก็ตามอัตราส่วนนี้สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม ขึ้นอยู่กับรายได้ปัจจุบันและแผนทางการเงินที่วางไว้ เช่น หากเรามีแผนที่จะใช้เงินก้อนใหญ่ในระยะเวลาอันใกล้ อาจจำเป็นต้องออมเงินมากกว่า 1 ใน 4 เพื่อให้เราถึงเป้าหมายทางการเงินเร็วขึ้น แต่ถ้าเรามีรายได้น้อยและหนี้สินเยอะ ก็อาจลดการออมลง เพื่อนำเงินจำนวนนี้ไปทยอยผ่อนชำระหนี้สินที่มีให้หมดก่อนแล้วค่อยออมเพิ่มขึ้น เป็นต้น

วัตถุประสงค์ในการออม อาจจัดสรรวัตถุประสงค์หลักได้เป็น 4 ส่วน ดังนี้

1. ออมเผื่อกรณีฉุกเฉินเพื่อเก็บไว้ใช้ในกรณีเจ็บป่วย หรือมีเหตุให้ต้องใช้เงินก้อนอย่างเร่งด่วน โดยควรแยกเก็บไว้ในบัญชีเงินฝากออมทรัพย์

2. ออมเพื่อวัยเกษียณ เป็นการออมระยะยาว เพื่อใช้จ่ายเมื่อพ้นวัยทำงาน และมีเพียงพอสำหรับการดูแลสุขภาพ ทำกิจกรรมเพื่อความสุข และลดภาระของลูกหลาน

3. ออมเพื่อเติมฝัน เป็นการออมระยะสั้นถึงปานกลาง 1-5 ปี เพื่อนำไปใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการ เช่น ท่องเที่ยว ซื้อของที่อยากได้ หรือบริจาคเพื่อสังคม

4. ออมเพื่อการลงทุน เป็นการออมระยะสั้นถึงปานกลาง 1-5 ปี เพื่อนำไปใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการ เช่น ท่องเที่ยว ซื้อของที่อยากได้ หรือบริจาคเพื่อสังคม

ปัจจัยที่ควรพิจารณาในการออม เมื่อเราเริ่มออมเงินแล้ว สิ่งต่อไปที่จะต้องพิจารณาคือ เราจะเก็บเงินออมนั้นไว้อย่างไร หากจะเก็บเป็นเงินสดไว้กับตัว แม้จะนำมาใช้จ่ายได้ง่าย แต่ก็เสี่ยงต่อการสูญหายและไม่มีผลตอบแทนที่จะทำให้เงินออมงอกเงยได้ ทางเลือกของเราจึงอาจเป็นการมองหาผลิตภัณฑ์เพื่อการออมหลากหลายรูปแบบที่ออกโดยสถาบันการเงินต่าง ๆ เช่น บัญชีเงินฝากออมทรัพย์ บัญชีเงินฝากประจำ ซึ่งการเลือกผลิตภัณฑ์เพื่อการออมให้เหมาะสมกับความต้องการและวัตถุประสงค์ในการออมนั้น สามารถพิจารณาได้จากปัจจัยต่อไปนี้

1. ผลตอบแทน ผลตอบแทนจากการออม คือ ดอกเบี้ย ซึ่งมีความสำคัญมากต่อการออม เพราะยิ่งอัตราผลตอบแทนสูงเท่าไร เงินออมก็จะยิ่งงอกเงยรวดเร็วยิ่งขึ้นเท่านั้น

2. อัตราเงินเฟ้อ อัตราเงินเฟ้อเป็นอีกปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ "ค่าของเงิน" เช่น เมื่อก่อนซื้อข้าวราดแกงจานละ 15 บาท แต่ปัจจุบันราคาเพิ่มขึ้นเป็น 30 - 50 บาท ราคาสินค้าที่เพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องหรือ "เงินเฟ้อ" ทำให้เงินมีมูลค่า หรือ "อำนาจซื้อ" ลดลงเมื่อเวลาผ่านไป ดังนั้นดอกเบี้ยเงินฝากที่ได้รับนั้นจึงยังไม่ใช้ผลตอบแทนที่แท้จริง ต้องมีการหักผลกระทบจากเงินเฟ้อออกก่อน

3. ระยะเวลาในการออม เพราะการออมมีผลตอบแทน ดังนั้นยิ่งเริ่มต้นออมเร็วเท่าไร เงินก็จะยิ่งงอกเงยมากขึ้นเท่านั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีที่น่าเงินไปฝากแบบมีการคิดดอกเบี้ยทบต้น ดอกเบี้ยที่ได้จะถูกทบเข้ากับเงินต้นเดิม และกลายเป็นเงินต้นของงวดถัดไปเรื่อย ๆ ทำให้เงินงอกเงยได้เร็วยิ่งขึ้น

4. สภาพคล่องทางการเงินของผลิตภัณฑ์ สภาพคล่องทางการเงิน คือ ความยากง่ายในการเปลี่ยนสินทรัพย์ที่มีเป็นเงินสด สินทรัพย์ที่มีสภาพคล่องสูง จะสามารถเปลี่ยนเป็นเงินสดได้อย่างรวดเร็ว เช่น เงินฝากธนาคาร ส่วนสินทรัพย์ที่มีสภาพคล่องต่ำ จะต้องใช้เวลานานในการขายหรือเปลี่ยนให้เป็นเงินสด เช่น รถ ที่ดิน หรือ สิ่งของสะสม

5. อัตราค่าธรรมเนียมและข้อกำหนดต่าง ๆ ผลิตภัณฑ์เพื่อการออมแต่ละประเภทจะมีข้อกำหนดและอัตราค่าธรรมเนียมที่แตกต่างกัน เช่น เงินฝากบางประเภทอาจมีข้อกำหนดว่าหากถอนเงินเกินจำนวนครั้งสูงสุดที่กำหนดจะต้องเสียค่าธรรมเนียมการเบิกถอนเพิ่ม รวมทั้งอาจมีค่าธรรมเนียมกรณีบัญชีไม่เคลื่อนไหว ดังนั้น ก่อนการตัดสินใจควรศึกษาข้อมูลรายละเอียดให้เข้าใจอย่างใจถ่องแท้ก่อน

6. ภาษี หัก ณ ที่จ่าย โดยทั่วไปผลตอบแทนในรูปของดอกเบี้ยเงินฝากจะถูกหักภาษี ณ ที่จ่าย 15% แต่ก็มีผลตอบแทนการออมบางประเภทที่ได้รับยกเว้นภาษี เช่น ดอกเบี้ยจากเงินฝากออมทรัพย์ส่วนที่ไม่เกิน 20,000 บาท ดอกเบี้ยจากสลากออมทรัพย์ ดอกเบี้ยจากเงินฝากประจำรายเดือน ตั้งแต่ 24 เดือนขึ้นไป (บุคคลธรรมดาสามารถใช้สิทธิฝากเงินในบัญชีประเภทนี้ได้เพียงบัญชีเดียว โดยยอดเงินฝากรวมต้องไม่เกิน 600,000 บาท และผู้ปกครองสามารถเปิดบัญชีในนามของผู้เยาว์ได้)

7. การคุ้มครองเงินฝาก หากสถาบันการเงินตามกฎหมายว่าด้วยสถาบันคุ้มครองเงินฝากถูกเพิกถอนใบอนุญาต ผู้ฝากในสถาบันการเงินดังกล่าว จะได้รับเงินฝาก (เงินต้นและดอกเบี้ย) คืนจากสถาบันคุ้มครองเงินฝากภายใต้วงเงินคุ้มครอง 1 ล้านบาท โดยจะคุ้มครองในลักษณะ 1 รายผู้ฝาก ต่อ 1 สถาบันการเงิน

กองทุนการออมแห่งชาติ (2563) ได้อธิบายว่าในแต่ละช่วงวัยย่อมมีการใช้ชีวิตที่ต่างกัน ซึ่งส่งผลให้แผนการใช้ชีวิตและการออมเงินต่างกันไปด้วย ช่วงวัย หรือ อายุที่ต่างกันของคนแต่ละช่วง เป็นปัจจัยสำคัญต่อการวางแผนการเงิน เพราะคนแต่ละวัย ย่อมมีการใช้ชีวิตที่ไม่เหมือนกัน วันนี้ เรามีเคล็ดลับการออมเงินเพื่อให้เหมาะกับคนทั้ง 4 เจนเนอเรชั่น มาเป็นแนวทางให้ลองทำตามกันดังนี้

1. Baby Boomer เกิดช่วงปี พ.ศ. 2489-2507 : อายุ 50 ปีขึ้นไป เป็นเจนเนอเรชั่นยุคหลังสงครามโลกครั้งที่สองสิ้นสุดลง และโลกกำลังก้าวเข้าสู่ยุคพัฒนาอุตสาหกรรม จึงเติบโตมาพร้อมกับการแข่งขันทำงานหนัก มีความอดทนสูง และมีความประหยัด รอบคอบเป็นที่สุด ปัจจุบัน คนกลุ่มนี้เริ่มเข้าสู่วัยชราแล้ว ดังนั้นแผนการออมเงินเพื่อเกษียณอายุจึงเป็นเรื่องสำคัญอันดับแรก จึงควรนำเงินออมส่วนใหญ่เก็บไว้ในรูปแบบที่มีความเสี่ยงต่ำ เน้นความมั่นคง เงินต้นไม่หาย เช่น ฝากประจำ ซื้อประกันชีวิตแบบบำนาญ กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ (RMF) หรือ กองทุนการออมแห่งชาติ (กอช.) เพื่อมีเงินใช้ในวัยเกษียณ

2. Gen X เกิดช่วงปี พ.ศ. 2508-2522 : อายุ 40 ปีขึ้นไป กลุ่มคนวัยทำงานที่อยู่ในช่วงสร้างครอบครัว เติบโตมาในยุคที่เศรษฐกิจกำลังพัฒนาอย่างรวดเร็ว จึงมีนิสัยกล้าแสดงออก มีความเป็นตัวของตัวเองสูง และมีความคิดสร้างสรรค์ แต่ก็เป็นกลุ่มที่ใช้เงินเก่ง การวางแผนการเงินของคน Gen X จึงควรระวังเรื่องการก่อหนี้จนเกินตัว และโฟกัสเรื่องการออมเพื่ออนาคตให้มากขึ้น เพราะแม้จะเป็นช่วงที่หาเงินได้มาก แต่ก็เต็มไปด้วยภาระต่างๆ ที่มากขึ้นตามวัยเช่นกัน การออมเงินสำหรับคนกลุ่มนี้ จึงควรจัดสรรเงินออมให้

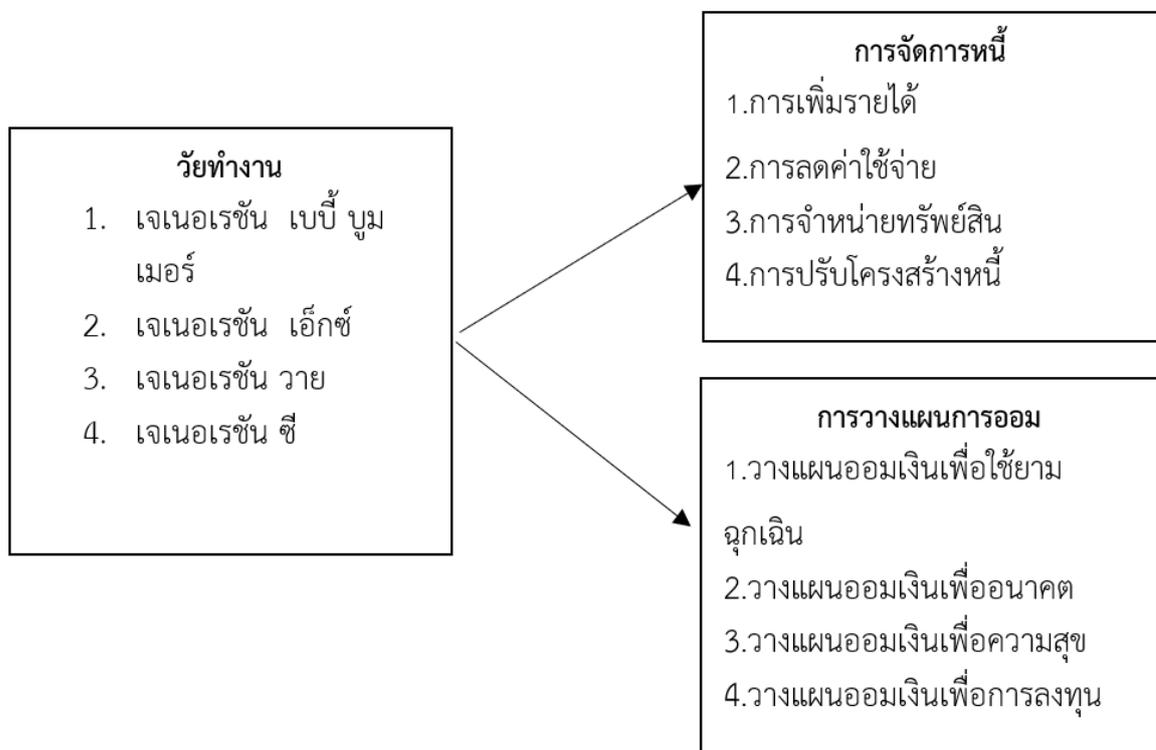
สมดุลกับการใช้ชีวิตของตัวเอง ด้วยการแบ่งเงินออมราว 50-70% เก็บไว้ในที่ปลอดภัยเพื่อเป็นเงินเกษียณอายุ ส่วนที่เหลือค่อยแบ่งมาลงทุนสร้างผลตอบแทนที่อกเงย อย่างเช่น หุ้น หรือ กองทุนรวมหุ้น

3. Gen Y เกิดช่วงปี พ.ศ. 2523-2540 : อายุ 22-40 ปี กลุ่มนี้เกิดมาในยุคที่เทคโนโลยี และสื่อโซเชียลมีเดียกำลังเฟื่องฟูอย่างมาก จึงมีความเป็นตัวของตัวเองสูง ไม่ยึดติดกับค่านิยมเดิมๆ มีนิสัยชอบใช้เงินไปกับการท่องเที่ยว ทานอาหาร ดื่มกาแฟราคาแพง ที่สำคัญคือมักไม่ค่อยอดทน รั้งายหน่ายเร็ว ฉะนั้น คน Gen Y ซึ่งส่วนใหญ่อยู่ในวัยเริ่มต้นทำงาน จึงควรฝึกวินัยการออมเงินให้เป็นนิสัย และด้วยนิสัยของคน Gen Y ที่กล้าได้กล้าเสีย ชอบเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ จึงเหมาะที่จะลองผิดลองถูกในเรื่องการลงทุน โดยศึกษาหาความรู้เรื่องการออม การลงทุนให้มากเข้าไว้ และสามารถนำเงินออมส่วนใหญ่ 70-80% ลงทุนในสินทรัพย์ที่มีความเสี่ยงสูง เช่น หุ้น กองทุนรวมหุ้น เพื่อผลตอบแทนที่อกเงย แต่ก็ควรกันเงินราว 20-30% ของเงินออม เก็บไว้ในรูปแบบที่มีความปลอดภัย เช่น เงินฝาก ตราสารหนี้ หุ้นกู้ เพื่อความมั่นคงในอนาคตด้วย

4. Gen Z เกิดช่วงปี พ.ศ. 2540 ขึ้นไป : อายุต่ำกว่า 22 ปี กลุ่มนี้คือเด็กรุ่นใหม่ที่ยังเรียนหนังสืออยู่ พวกเขาเติบโตมาพร้อมกับสิ่งอำนวยความสะดวกมากมายในยุคดิจิทัล จึงเปิดรับและเรียนรู้ทุกสิ่งทุกอย่างได้รวดเร็ว มีความเชี่ยวชาญในการหาข้อมูลต่างๆ ในโลกออนไลน์ ทำให้มีนิสัยชื่นชอบความสะดวกสบาย และความรวดเร็ว ดังนั้น หากปลูกฝังนิสัยรักการออมได้ตั้งแต่ช่วงนี้ เมื่อเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่จะสามารถวางแผนการเงินได้ดี ซึ่งสิ่งสำคัญที่สุดคือเรื่องวินัยในการออม ต้องออมอย่างสม่ำเสมอ เก็บออมไปเรื่อย ๆ และควรเลือกออมหรือลงทุนประเภทความเสี่ยงต่ำแบบง่ายๆ เช่น หยอดกระปุก ฝากเงินในธนาคาร ซื้อสลากออมทรัพย์ เป็นต้น

### กรอบแนวคิดของงานวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรมผู้วิจัยนำมาสร้างเป็นกรอบแนวคิดได้ดังนี้



แผนภาพที่ 3 กรอบแนวคิดในการทำวิจัย

### 3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยการศึกษาการจัดการหนี้และการวางแผนการออมของวัยทำงานเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ โดยใช้แบบสอบถาม ซึ่งประชากรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ วัยทำงานในเขต ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม ซึ่งไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน ดังนั้นการเลือกกลุ่มตัวอย่างการศึกษาในครั้งนี้ ด้วยการเลือกแบบเจาะจง แบ่งตามเจเนอเรชั่น ใช้วิธีการคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตร W.G. Cochran (1953) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ที่ความคลาดเคลื่อน  $\pm 5\%$  ได้กลุ่มตัวอย่าง 400 ชุด แล้วแบ่งตามเจเนอเรชั่น ได้ กลุ่มตัวอย่างเจเนอเรชั่นละ 100 ตัวอย่าง

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยใช้เครื่องมือแบบสอบถาม เป็นแบบสอบถามปลายปิด มีส่วนประกอบ 2 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามการศึกษาการจัดการหนี้ของวัยทำงาน จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ 1.การเพิ่มรายได้ 2.การลดค่าใช้จ่าย 3.การจำหน่ายทรัพย์สิน และ 4.การปรับโครงสร้างหนี้ คำตอบเป็นแบบเลือกตอบ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการวางแผนการออมของวัยทำงาน จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ 1.วางแผนออมเงินเพื่อใช้ยามฉุกเฉิน 2.วางแผนออมเงินเพื่ออนาคต 3.วางแผนออมเงินเพื่อความสุข และ 4.วางแผนออมเงินเพื่อการลงทุน คำตอบเป็นแบบเลือกตอบ

แบบสอบถามได้ถูกประเมินความเที่ยงตรง (Validity) จากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ประเมินข้อคำถาม ผู้วิจัยได้ปรับแก้แบบสอบถามตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ ข้อคำถามรายข้อมีค่าระหว่าง 0.67-1 ทุกข้อ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability) (Cronbach, 1990) จากวัยทำงานในเขต ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม จำนวน 30 คน พบว่า มีค่าความเชื่อมั่น ( $\alpha$ ) เท่ากับ 0.90 และ 0.96 แสดงว่าแบบสอบถามมีความเชื่อถือได้ สามารถนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลได้

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ ในการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้

1. ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคลของวัยทำงานและการจัดการหนี้และการวางแผนการออมของวัยทำงานใน วิเคราะห์โดยใช้ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ

2.หาผลการวิเคราะห์สถิติเชิงอนุมานการจัดการหนี้และการวางแผนการออมของวัยทำงาน ใช้สถิติ ANOVA (Analysis Of Variance)

### 4. ผลการวิจัย

การศึกษาการจัดการหนี้และการวางแผนการออมของวัยทำงานในเจเนอเรชั่นต่างๆ สามารถนำเสนอผลการวิจัยได้ดังนี้

#### ส่วนที่ 1 จำนวนและร้อยละข้อมูลของการจัดการหนี้และการออมของวัยทำงาน

การวิเคราะห์ข้อมูลการจัดการหนี้ของวัยทำงานในเจเนอเรชั่นต่างๆ ผู้ตอบแบบสอบถามมี จำนวน 400 คน ผลวิเคราะห์ข้อมูลมีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 2 ค่าคะแนนเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของการจัดการหนี้ของวัยทำงาน ในภาพรวม

ข้อมูลการจัดการหนี้	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
<b>การเพิ่มรายได้</b>			
ใช้ทักษะของตนเอง เช่น สอนพิเศษ ถ่ายภาพ ทำบัญชี ทำงานออนไลน์	4.41	0.806	มากที่สุด
ใช้แรงงานของตนเอง เช่น ทำสวน ส่งสินค้า ส่งอาหาร	3.89	0.954	มาก
ใช้สินทรัพย์ที่มี เช่น ให้เช่าพื้นที่ ให้เช่ารถ เป็นต้น	4.09	0.875	มาก
<b>การลดค่าใช้จ่าย</b>			
ลดค่าใช้จ่ายผันแปร เช่น ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ค่าท่องเที่ยว	4.51	0.609	มากที่สุด
ลดค่าใช้จ่ายคงที่ เช่น ลดขนาด รถ บ้าน แพคเกจประกัน เพื่อประหยัด	3.73	0.906	มาก
<b>การจำหน่ายทรัพย์สิน</b>			
จำหน่ายทรัพย์สินทางการเงิน เช่น สลากออมทรัพย์ เวเนคืนกรมธรรม์ ประกันชีวิต ทองคำ ธนบัตร หุ้น พันธบัตร ตราสารหนี้	4.37	0.725	มากที่สุด
จำหน่ายทรัพย์สินมีตัวตน เช่น บ้าน รถยนต์ รถมอเตอร์ไซด์	3.54	0.944	มาก
จำหน่ายทรัพย์สินเพื่อสะสม เช่น นาฬิกา ของสะสม ต่างๆ	3.85	0.989	มาก
<b>การปรับโครงสร้างหนี้</b>			
การขยายเวลาชำระหนี้	4.38	0.746	มากที่สุด
การเจรจาขอลดดอกเบี้ยหรือการพักชำระเงินต้น	4.27	0.725	มากที่สุด
รีไฟแนนซ์ (ย้ายธนาคารที่กู้เพื่อลดดอกเบี้ย แต่มีค่าใช้จ่ายในการดำเนินการ)	3.77	0.908	มาก
<b>รวม</b>	<b>4.07</b>	<b>0.354</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 2 ผลการศึกษาข้อมูล พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีข้อมูลการจัดการหนี้โดยรวมในระดับเห็นด้วยมาก ค่าเฉลี่ย 4.07 เมื่อพิจารณารายข้อ 3 อันดับแรก พบว่า ลดค่าใช้จ่ายผันแปร เช่น ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ค่าท่องเที่ยว ค่าเฉลี่ย 4.51 รองลงมาคือ ใช้ทักษะของตนเอง เช่น สอนพิเศษ ถ่ายภาพ ทำบัญชี ทำงานออนไลน์ค่าเฉลี่ย 4.41 และการขยายเวลาชำระหนี้ ค่าเฉลี่ย 4.38

ตารางที่ 3 ค่าคะแนนเฉลี่ยและค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของการวางแผนการออมของวัยทำงาน

การวางแผนการออม	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
ทำนวางแผนออมเงินเพื่อใช้จ่ายฉุกเฉิน เช่น ค่ารักษาพยาบาล ค่าใช้จ่ายจำเป็นเมื่อหยุดงาน	4.46	0.659	มากที่สุด
ทำนวางแผนออมเงินเพื่ออนาคต เช่น เกษียณ ซื้อบ้าน ซื้อรถ	4.15	0.765	มาก
ทำนวางแผนออมเงินเพื่อความสุข เช่น ท่องเที่ยว ซื้อของขวัญให้ตัวเอง	3.40	0.855	ปานกลาง
ทำนวางแผนออมเงินเพื่อการลงทุน เช่น สลากออมทรัพย์ ทองคำ หุ้น สหกรณ์ และกองทุนรวม	3.22	1.015	ปานกลาง
<b>รวม</b>	<b>3.81</b>	<b>0.515</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 3 ผลการศึกษาข้อมูล พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีข้อมูลการวางแผนการออม โดยรวม ในระดับเห็นด้วยมาก ค่าเฉลี่ย 3.81 เมื่อพิจารณารายชื่อ 3 อันดับแรก พบว่า ท่านวางแผนออมเงินเพื่อใช้ยามฉุกเฉิน เช่น ค่ารักษาพยาบาล ค่าใช้จ่ายจำเป็นเมื่อหยุดงาน ค่าเฉลี่ย 4.46 รองลงมาคือ ท่านวางแผนออมเงินเพื่ออนาคต เช่น เกษียณ ซื้อบ้าน ซื้อรถ ค่าเฉลี่ย 4.15 และท่านวางแผนออมเงินเพื่อความสุข เช่น ท่องเที่ยว ซื้อของขวัญให้ตัวเอง ค่าเฉลี่ย 3.40

## ส่วนที่ 2 การวิเคราะห์สถิติเชิงอนุมานด้วยวิธี One-Way ANOVA เกี่ยวกับวัยทำงานต่อการจัดการหนี้ และการวางแผนการออมมี รายละเอียด ดังนี้

ตารางที่ 4 การจัดการหนี้เมื่อจำแนกตามเจเนอเรชัน

วัยทำงาน	การจัดการหนี้				
	n	$\bar{x}$	S.D.	F	Sig.
เจเนอเรชัน เบบี้ บูมเมอร์ (พ.ศ.2489-2507)	100	4.22	0.273	23.397	0.000*
เจเนอเรชัน เอ็กซ์ (พ.ศ. 2508-2522)	100	4.20	0.405		
เจเนอเรชัน วาย (พ.ศ.2523-2540)	100	4.02	0.265		
เจเนอเรชัน ซี (พ.ศ. 2541-2565)	100	3.88	0.361		
รวม	400	4.07	0.354		

ผลการวิเคราะห์สถิติเชิงอนุมานด้วยวิธี One-Way ANOVA เกี่ยวกับวัยทำงานต่อการจัดการหนี้ พบว่า แต่ละช่วงวัยทำงานมีความแตกต่างกันของการจัดการหนี้ ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อย่างน้อย 1 คู่ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่ต่อไป

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบผลต่างของการจัดการหนี้ ในแต่ละช่วงวัยทำงานรายคู่

วัยทำงาน	เจเนอเรชัน เบบี้ บูมเมอร์ (p-value)	เจเนอเรชัน เอ็กซ์ (p-value)	เจเนอเรชัน วาย (p-value)	เจเนอเรชัน ซี (p-value)
เจเนอเรชัน เบบี้ บูมเมอร์	-	0.703	0.000*	0.000*
เจเนอเรชัน เอ็กซ์		-	0.000*	0.000*
เจเนอเรชัน วาย			-	0.001*
เจเนอเรชัน ซี				-

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการเปรียบเทียบผลต่างของการจัดการหนี้ ในแต่ละช่วงวัยทำงานรายคู่ ด้วยวิธีทดสอบแบบ Bonferroni พบว่า การจัดการหนี้ของเจเนอเรชัน เบบี้ บูมเมอร์ กับเจเนอเรชัน วาย, เจเนอเรชัน เบบี้ บูมเมอร์ กับเจเนอเรชัน ซี, เจเนอเรชัน เอ็กซ์ กับเจเนอเรชัน วาย, เจเนอเรชัน เอ็กซ์ กับเจเนอเรชัน ซีและ เจเนอเรชัน วายกับ เจเนอเรชัน ซี แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 6 การวางแผนการออมเมื่อจำแนกตามเจนเนอร์ชัน

วัยทำงาน	การวางแผนการออม				
	n	$\bar{x}$	S.D.	F	Sig.
เจนเนอร์ชัน เบบี้ บูมเมอร์ (พ.ศ.2489-2507)	100	4.22	0.273	23.397	0.000*
เจนเนอร์ชัน เอ็กซ์ (พ.ศ. 2508-2522)	100	4.20	0.405		
เจนเนอร์ชัน วาย (พ.ศ.2523-2540)	100	4.02	0.265		
เจนเนอร์ชัน ซี (พ.ศ. 2541-2565)	100	3.88	0.361		
รวม	400	4.07	0.354		

ผลการวิเคราะห์สถิติเชิงอนุมานด้วยวิธี One-Way ANOVA เกี่ยวกับวัยทำงานต่อการวางแผนการออม พบว่า แต่ละช่วงวัยทำงานมีความแตกต่างกันของการวางแผนการออม ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อย่างน้อย 1 คู่ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่ต่อไป

ตารางที่ 7 ผลการเปรียบเทียบผลต่างของการวางแผนการออม ในแต่ละช่วงวัยทำงานรายคู่

วัยทำงาน	เจนเนอร์ชัน เบบี้ บูมเมอร์ (p-value)	เจนเนอร์ชัน เอ็กซ์ (p-value)	เจนเนอร์ชัน วาย (p-value)	เจนเนอร์ชัน ซี (p-value)
เจนเนอร์ชัน เบบี้ บูมเมอร์	-	0.095	0.000*	0.012*
เจนเนอร์ชัน เอ็กซ์		-	0.664	1.000
เจนเนอร์ชัน วาย			-	1.000
เจนเนอร์ชัน ซี				-

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการเปรียบเทียบผลต่างของการจัดการหนี้ ในแต่ละช่วงวัยทำงานรายคู่ ด้วยวิธีทดสอบแบบ Bonferroni พบว่า การวางแผนการออมของเจนเนอร์ชัน เบบี้ บูมเมอร์ กับเจนเนอร์ชัน วาย, เจนเนอร์ชัน เบบี้ บูมเมอร์ กับเจนเนอร์ชัน ซี แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

## 5. สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

### 5.1 สรุป และอภิปรายผล

1.การจัดการหนี้ของวัยทำงาน ในภาพรวม พบว่า วัยทำงาน มีระดับการตัดสินใจการจัดการหนี้ อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า วัยทำงานให้ระดับการตัดสินใจการจัดการหนี้ด้านการลดค่าใช้จ่าย มากเป็นอันดับแรก โดยมุ่งเน้นการลดค่าใช้จ่ายผันแปร เช่น ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ค่าท่องเที่ยว รองลงมาได้แก่ ด้านการเพิ่มรายได้ ด้วยการใช้จ่ายแรงงานของตนเอง เช่น ทำสวน ส่งสินค้า ส่งอาหาร ด้านการจำหน่ายทรัพย์สิน ด้วยการจำหน่ายทรัพย์สินทางการเงิน เช่น สลากออมทรัพย์ เวเนชั่นกรมธรรม์ประกันชีวิต ทองคำ ธนบัตร หุ้น พันธบัตร ตราสารหนี้ และ ด้านการปรับโครงสร้างหนี้ ด้วยการขยายเวลาชำระหนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฌนาภัช สุขสบาย (2566) ศึกษาสภาพปัญหาและการจัดการหนี้สินของคนวัย

ทำงานในกรุงเทพมหานคร พบว่าคนวัยทำงานในกรุงเทพมหานครมีการจัดการหนี้สินด้านการวางแผนใช้จ่ายเงินมากที่สุด เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านการวางแผนใช้จ่ายเงิน กลุ่มตัวอย่างให้ค่าเฉลี่ยระดับความสำคัญ ด้านการกำหนดทิศทางการวางแผนการใช้จ่ายเงินอย่างชัดเจน เช่นเดียวกับ ทิพย์ภาวรรณ แต่งชุม (2564) ที่ศึกษาแนวทางการจัดการหนี้สินของคนวัยทำงานในจังหวัดนนทบุรี ในช่วงโรคระบาดโควิด-19 ในปี พ.ศ 2563-2564 พบว่า วัยทำงานส่วนใหญ่มีวินัยในการชำระหนี้เป็นอย่างดี ในระดับมาก และมีการจัดลำดับความสำคัญของค่าใช้จ่ายและจ่ายค่าใช้จ่ายที่มีความจำเป็นก่อน อยู่ในระดับมาก

2.การวางแผนการออมของวัยทำงาน ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านวางแผนออมเงินเพื่อใช้ยามฉุกเฉิน วัยทำงานมีการวางแผนอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมา คือ ด้านวางแผนออมเงินเพื่อการลงทุน วัยทำงานมีการวางแผนอยู่ในระดับมาก ส่วนด้านวางแผนออมเงินเพื่ออนาคต ด้านวางแผนออมเงินเพื่อความสุข วัยทำงานมีการวางแผนอยู่ในระดับปานกลาง ตามลำดับ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ชรินทร์ โตโพธิ์ไทย (2564) พบว่า จากเดิมที่ผู้คนออมไว้เพื่อใช้จ่ายยามเกษียณ เพื่อการลงทุน และเพื่อการศึกษาเป็นอันดับต้น ๆ หลังเกิดวิกฤตการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด 19 จุดประสงค์การออมเปลี่ยนไปเป็น เพื่อใช้จ่ายยามฉุกเฉิน เพราะเกิดความตระหนักถึงความจำเป็นและความเป็นไปได้ที่จะเกิดเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิด นอกจากนี้จากงานวิจัยนี้ยังพบว่า วัยทำงานให้ความสำคัญกับวางแผนออมเงินเพื่อความความสุข เช่น ท่องเที่ยว ซื้อของขวัญให้ตัวเอง และวางแผนออมเงินเพื่อการลงทุน อยู่ในระดับปานกลาง ที่ผลงานวิจัยเป็นเช่นนี้ เนื่องจากหลังจากเกิดโรคระบาดโควิด-19 ในประเทศไทย ทำให้วัยทำงานมีงานน้อยลง รายได้น้อยลง จึงต้องประหยัดในเรื่องของการท่องเที่ยวและการลงทุน นั่นเอง

3.การวิเคราะห์การเปรียบเทียบผลต่างของวัยทำงานเจเนอเรชันต่างๆ กับการจัดการหนี้ พบว่า แต่ละช่วงวัยทำงานมีความแตกต่างกันของการจัดการหนี้ ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อนำมาทดสอบรายคู่ต่อ จึงพบว่า วัยทำงานเจเนอเรชัน ซี มีการตัดสินใจด้านการจัดการหนี้แตกต่างกับ เจเนอเรชัน เบบี้บูมเมอร์ ,เจเนอเรชัน เอ็กซ์ และเจเนอเรชัน วาย ซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาของ ฉัตริ์ ชุติสุนทรากุล (2566) พบว่า เจเนอเรชัน ซี เป็นวัยที่สร้างรายได้ได้เร็ว กำลังซื้อจึงสูงขึ้นอย่างรวดเร็วเช่นกัน ประกอบกับความนิยมในการรับสื่อแบบสั้น ๆ เข้าใจง่าย ทำให้การตัดสินใจซื้อจึงเป็นแบบ “จ่ายเร็ว จ่ายครั้งละไม่มาก แต่จ่ายถี่ ๆ ” และมักจะจ่ายไปกับสิ่งที่ไม่ค่อยได้ใช้ ทำให้สร้างหนี้โดยไม่รู้ตัว จากข้อมูลสถิติเครดิตบูโร ปี 2566 พบว่า การเป็นหนี้ของคน เจเนอเรชัน ซี เพิ่มขึ้นในอัตราที่สูงกว่าคนเจเนอเรชัน อื่น ๆ

4.การวิเคราะห์การเปรียบเทียบผลต่างของวัยทำงานเจเนอเรชันต่างๆ กับการวางแผนการออม พบว่า แต่ละช่วงวัยทำงานมีความแตกต่างกันของการวางแผนการออม ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อนำมาทดสอบรายคู่ต่อ จึงพบว่า วัยทำงานเจเนอเรชัน เบบี้ บูมเมอร์ มีการตัดสินใจด้านการวางแผนการออม แตกต่างกับ เจเนอเรชัน วาย และ เจเนอเรชัน ซี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ กองทุนการออมแห่งชาติ (2563) พบว่า วัยทำงานเจเนอเรชัน เบบี้ บูมเมอร์ เริ่มเข้าสู่วัยชราแล้ว ดังนั้นแผนการออมเงินเพื่อเกษียณอายุจึงเป็นเรื่องสำคัญอันดับแรก จึงควรนำเงินออมส่วนใหญ่เก็บไว้ในรูปแบบที่มีความเสี่ยงต่ำ เน้นความมั่นคง เงินต้นไม่หาย เช่น ฝากประจำ ซื้อประกันชีวิตแบบบำนาญ กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ (RMF) ส่วนเจเนอเรชัน วาย และ เจเนอเรชัน ซี เกิดมาในยุคที่เทคโนโลยี และสื่อโซเชียลมีเดียกำลังเฟื่องฟูอย่างมาก จึงศึกษาหาความรู้เรื่องการออม การลงทุนได้มาก และสามารถนำเงินออมส่วนใหญ่ 70-80% ลงทุนในสินทรัพย์ที่มีความเสี่ยงสูง เช่น หุ้น คริปโตเคอเรนซ์ กองทุนรวมหุ้น เป็นต้น

## 5.2 ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย

1. หน่วยงานควร มีแนวความคิดการจัดการหนี้ที่ชัดเจน โดยเริ่มต้นจากการลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นในชีวิตประจำวัน แล้วจัดลำดับความสำคัญเพื่อวางแผนชำระหนี้ให้มีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะ เจเนอเรชั่น ซี ควรหลีกเลี่ยงการสร้างหนี้บริโภค ซึ่งเป็นหนี้ที่เกิดจากการกู้เงินมาใช้จ่ายเพื่อการบริโภค หรือเพื่อสร้างความสุขสบายในชีวิตประจำวัน โดยลืมนำเงินไปใช้ประโยชน์ที่แท้จริงจากการซื้อสินค้าและบริการนั้น ๆ และลืมนำเงินไปทางเลือกอื่นที่ประหยัดกว่า

2. หน่วยงาน ควรวางแผนการออม ตามวัตถุประสงค์ ซึ่งอันดับแรกต้องวางแผนการออมเพื่อกรณีฉุกเฉินเพื่อเก็บไว้ใช้ในกรณีเจ็บป่วย หรือมีเหตุให้ต้องใช้เงินก้อนอย่างเร่งด่วน โดยควรแยกเก็บไว้ในบัญชีเงินฝากออมทรัพย์

3. หน่วยงานที่เป็นหนี้ ต้องดำเนินการตามกระบวนการจัดการหนี้ หากทำตามขั้นตอนแล้วยังเข้าสู่ภาวะจ่ายหนี้ที่มีอยู่ไม่ไหว นอกจากควรติดต่อสถาบันการเงินเพื่อขอปรับปรุงโครงสร้างหนี้ให้เราจ่ายคืนได้ด้วยรายได้ที่ลดลงแล้ว หากเรามีทรัพย์สินหรือหลักประกัน ก็อาจเลือกมาเป็นตัวช่วยในการชำระหนี้ เพราะเป็นวิธีแก้ปัญหานี้ที่ต้องแก้ไขอย่างเร่งด่วนได้ง่ายและรวดเร็ว

4. หน่วยงานควรวางแผนออมเงิน ด้านการออมเงินใช้ยามฉุกเฉิน การออมเงินเพื่ออนาคต การออมเงินเพื่อความสุข และการออมเงินเพื่อการลงทุนอย่างมีแบบแผน ควรเริ่มต้นวางแผนการออมแบบ DCA :ซึ่งเป็นการลงทุนแบบถัวเฉลี่ยต้นทุน โดยการนำเงินไปลงทุนในสินทรัพย์ต่างๆ เป็นงวดๆ งวดละเท่าๆ กันอย่างต่อเนื่อง อาจเป็นงวดรายสัปดาห์ รายเดือน หรือรายไตรมาส โดยไม่ต้องสนใจว่าราคาสินทรัพย์ในตอนที่เราลงทุนนั้นจะถูกหรือแพง เป็นการลงทุนแบบอัตโนมัติโดยกำหนดเวลาและจำนวนเงินไว้ล่วงหน้า จึงช่วยตัดปัญหาความกังวลที่ว่าควรจะเข้าลงทุนเมื่อไหร่ดีถึงจะได้ของราคาถูก และควรลงทุนเท่าไหร่ดีถึงจะคุ้มค่าที่สุด

## 5.3 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในครั้งต่อไป

1. การวิจัยในครั้งต่อไปผู้วิจัยสนใจศึกษาเชิงลึกถึงรูปแบบการออมที่หน่วยงานเลือก เช่น ฝากเงิน ออมทอง ซื้อกองทุน ซื้อพันธบัตร

2. ผู้ที่สนใจอาจพัฒนาผลการวิจัยเพื่อทำการศึกษาในการวิจัยเชิงคุณภาพ หรือการทำวิจัยแบบผสมวิธีในโอกาสต่อไป

## เอกสารอ้างอิง

- กองทุนการออมแห่งชาติ. (2563). **เคล็ดลับการออมเงินในแต่ละเงินเดือนเรชั่น**. [ออนไลน์] ค้นเมื่อ 31 มีนาคม 2567 จาก <https://www.nsf.or.th/node/789>
- ฉัตรีย์ ชุตินันท์. (2566). **หลุมพรางสู่การเป็นหนี้ ที่คน Gen Z ควรระวัง**. [ออนไลน์] ค้นเมื่อ 31 มีนาคม 2567 จาก <https://www.set.or.th/th/education-research/education/happymoney/knowledge/article/104-tsi-beware-of-debt-trap-for-gen-z>
- ชนินทร์ โตโพธิ์ไทย. (2564). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออมของคนวัยทำงานในกรุงเทพมหานครในช่วงโควิด 19**. เศรษฐศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาเศรษฐศาสตร์ธุรกิจ คณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ณภาพัช สุขสบาย. (2566). **การศึกษาสภาพปัญหาและการจัดการหนี้สินของคนวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร**. บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต.สาขาวิชาการเงิน คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ตลาดหลักทรัพย์. (ม.ป.ป.). **อยากหลุดพ้นจากหนี้สิน ต้องเริ่มอย่างไร**. [ออนไลน์]. ค้นเมื่อ 11 ธันวาคม 2567 จาก <https://www.set.or.th/th/education-research/education/happymoney/debt>
- ทิพย์ภาวรรณ แต่งชุม. (2564). **การสำรวจแนวทางการจัดการหนี้สินของคนวัยทำงานในจังหวัดนนทบุรี ในช่วงโรคระบาดโควิด-19 ในปี พ.ศ 2563-2564**. กรุงเทพมหานคร. วิทยาลัยบริหารธุรกิจนวัตกรรมและการบัญชี มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- ไทยรัฐ การเงิน. (2566). **เครดิต บุโร เปิดตัวเลข หนี้เสีย คนต่างวัย Gen Y สูงสุด 3.9 แสนล้าน**. [ออนไลน์]. ค้นเมื่อ 11 ธันวาคม 2567 จาก [https://www.thairath.co.th/money/economics/thailand\\_econ/2744149](https://www.thairath.co.th/money/economics/thailand_econ/2744149)
- ธนาคารแห่งประเทศไทย. (ม.ป.ป.). **ชีวิตหนี้คนไทย เมื่อผ่านไป 30 ปี**. [ออนไลน์]. ค้นเมื่อ 11 ธันวาคม 2567 จาก <https://www.bot.or.th/th/research-and-publications/articles-and-publications/bot-magazine/Phrasiam-67-2/256702-Highlight-DebtLife.html>
- ธนาคารแห่งประเทศไทย. (ม.ป.ป.). **การบริหารหนี้สิน**. [ออนไลน์]. ค้นเมื่อ 11 ธันวาคม 2567 จาก <https://www.bot.or.th/th/satang-story/managing-debt/debt-mgt.html>
- ธนาคารแห่งประเทศไทย. (ม.ป.ป.). **การออม**. [ออนไลน์]. ค้นเมื่อ 9 มกราคม 2568 จาก <https://www.bot.or.th/th/satang-story/money-plan/saving.html>
- บัญชา ชุมชัยเวทย์. (2567). **แบงก์ชาติเผยชีวิตหนี้คนไทยย้อน 30 ปีที่แล้ว หนี้ครัวเรือนต่ำกว่า 40% แต่ทุกวันนี้เกิน 90% ต่อจีดีพี**. [ออนไลน์]. ค้นเมื่อ 31 มีนาคม 2567 จาก <https://btimes.biz/whatsup>
- ศิลปพร ศรีจันเพชร. (2565). **การวางแผนและการควบคุมหนี้สิน**. *สรรพกรสาร*, 69(3). 77-84
- Cochran, W.G. (1953). *Sampling Techniques*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Cronbach, L.J. (1990). *Essentials of psychological testing*. (5th ed.). New York: Harper & Row.