

สถานการณ์หนี้ครัวเรือนภาคเหนือ ... สู่ทางออกที่ยั่งยืน

ศรinya อินพไพบูลย์ | ปราณี จิระกิตติเจริญ | ธนพร ตั้งตระกูล
ธนาคารแห่งประเทศไทย สำนักงานภาคเหนือ



“หนี้ครัวเรือนในภาคเหนือยังคงน่าห่วง เพราะมีทิศทางเพิ่มขึ้นต่อเนื่อง ประกอบกับรายได้ที่ไม่ทันรายจ่าย ทำให้ครัวเรือนเผชิญความยากลำบากในการชำระหนี้มากขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มครัวเรือนรายได้น้อย ครัวเรือนในภาคเกษตรกรรม และครัวเรือนกลุ่มเปราะบาง จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์ พบว่าพฤติกรรมก่อหนี้ของครัวเรือนเหล่านี้มักเลือกแหล่งเงินกู้ที่เข้าถึงง่าย รวดเร็ว แม้จะมีดอกเบี้ยสูง ด้านสาเหตุของการเป็นหนี้เกิดจากการประกอบอาชีพแล้วไม่ประสบความสำเร็จ มีการเสี่ยงลงทุนรอลาน รวมทั้งรายได้ไม่เพียงพอค่าใช้จ่ายจำเป็นในบางช่วง อย่างไรก็ตาม พบว่ามีครัวเรือนตัวอย่างที่สามารถปรับตัวหาทางออกได้ สำหรับแนวทางแก้หนี้ที่ยั่งยืนควรเน้นตั้งแต่การวางแผนรายรับรายจ่าย การรักษาวินัยจ่ายหนี้ตรงเวลา และการเข้าร่วมมาตรการช่วยเหลือเมื่อเริ่มมีปัญหา”

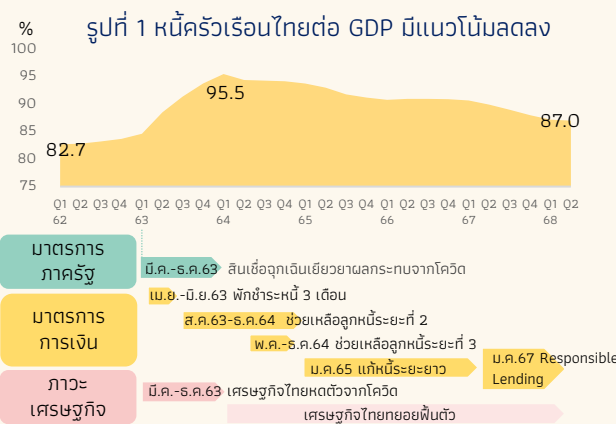
ภาพรวมสถานการณ์หนี้ครัวเรือน

หนี้ครัวเรือนต่อรายได้ประชาชาติไทยล่าสุด ไตรมาส 2 ปี 2568 อยู่ที่ 87.0% [รูปที่ 1] แม้จะปรับลดลงอย่างต่อเนื่อง ตามการฟื้นตัวของเศรษฐกิจและการชะลอตัวของสินเชื่ออุปโภคบริโภค **แต่ยังคงอยู่ในระดับสูงและเป็นข้อจำกัดต่อการเติบโตของเศรษฐกิจ**^{1/} ขณะที่มีการออกมาตรการทางการเงิน เช่น การพักชำระหนี้ การปรับโครงสร้างหนี้ และมาตรการให้สินเชื่ออย่างรับผิดชอบ (Responsible Lending) เพื่อช่วยบรรเทาภาระหนี้เดิมและป้องกันการเกิดหนี้เสียในอนาคต แต่ภาวะเศรษฐกิจที่ฟื้นตัวช้า ทำให้รายได้ครัวเรือนขยายตัวต่ำ ขณะที่ค่าครองชีพสูงขึ้นเร็ว ทำให้การชำระหนี้ทำได้ยากขึ้น **หนี้ครัวเรือนจึงยังคงเป็นประเด็นสำคัญที่ต้องติดตาม โดยเฉพาะในภูมิภาคที่มีกลุ่มครัวเรือนรายได้น้อย และเปราะบางจำนวนมาก**

อย่างไรก็ดี หากพิจารณาจากระดับหนี้ครัวเรือนภาคเหนือจะต่ำกว่าภูมิภาคอื่น (รูปที่ 2) แต่ไม่ได้สะท้อนถึงฐานะทางการเงินที่ดีกว่า แต่เกิดจากศักยภาพในการก่อหนี้มีจำกัด ตามรายได้ที่ต่ำกว่าครัวเรือนภาคเหนือส่วนใหญ่ทำการเกษตรที่มีความไม่แน่นอนสูง มีสัดส่วนผู้สูงอายุสูง^{2/} รวมทั้งจากผลสำรวจทักษะทางการเงินของชาวเหนือ พบว่าภาคเหนือมีความรู้ทางการเงินน้อยกว่าภาคอื่น^{3/} **การศึกษานี้จึงจะศึกษาสถานการณ์หนี้ครัวเรือนในภาคเหนือ เพื่อสร้างความเข้าใจ หาวีธีป้องกัน และแก้ไขปัญหานี้ที่มีอยู่**

หนี้ครัวเรือนชาวเหนือหลังโควิด น่าห่วงหรือไม่?

ยังคงน่าเป็นห่วง สะท้อนจากภาระหนี้ต่อครัวเรือนในภาคเหนือที่เพิ่มสูงขึ้น เป็น 182,968 บาท ในปี 2566 จากช่วงก่อนโควิด ปี 2562 ที่ 154,064 บาท (รูปที่ 3) เพิ่มขึ้นเฉลี่ย 4.4% ต่อปี^{4/} เป็นผลจากครัวเรือนมีรายได้เติบโตไม่ทันค่าใช้จ่าย โดยรายได้ครัวเรือนขยายตัว 4.3% ต่อปี^{4/} ขณะที่รายจ่ายครัวเรือนขยายตัว 5.0% ต่อปี^{4/} (รูปที่ 4) ครัวเรือนจึงต้องสร้างหนี้เพิ่ม และทำให้สัดส่วนครัวเรือนที่มีหนี้ปี 2566 ขยับเพิ่มขึ้นเป็น 50% จากก่อนโควิดที่ 49%

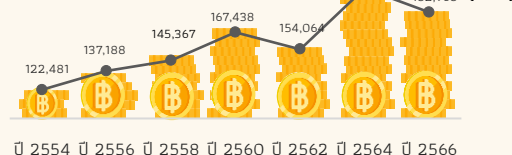


ที่มา: ธนาคารแห่งประเทศไทย

รูปที่ 2 หนี้ครัวเรือนภาคเหนือเฉลี่ย ปี 2566 ต่ำกว่าภาคอื่น เนื่องจากการก่อหนี้มีจำกัด



รูปที่ 3 การเพิ่มขึ้นของหนี้ครัวเรือนในภาคเหนือ



ปี 2554 ปี 2556 ปี 2558 ปี 2560 ปี 2562 ปี 2564 ปี 2566

ที่มา: การสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือน สำนักงานสถิติแห่งชาติ
คำนวณโดยธนาคารแห่งประเทศไทย

รูปที่ 4 รายได้ครัวเรือนภาคเหนือโตไม่ทันรายจ่าย (ปี 2566 เทียบปี 2562 เฉลี่ยเติบโตต่อปี)



1/ งานวิจัยของ BIS หัวข้อ 'The real effects of household debt in the short and long run' (2017), <https://www.bis.org/publ/work607.pdf>

2/ การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2567 สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2567, https://www.nso.go.th/nsoweb/storage/survey_detail/2025/20241209145003_88327.pdf

3/ เจาะลึกทักษะทางการเงินของชาวเหนือ ธนาคารแห่งประเทศไทย สำนักงานภาคเหนือ ปี 2567

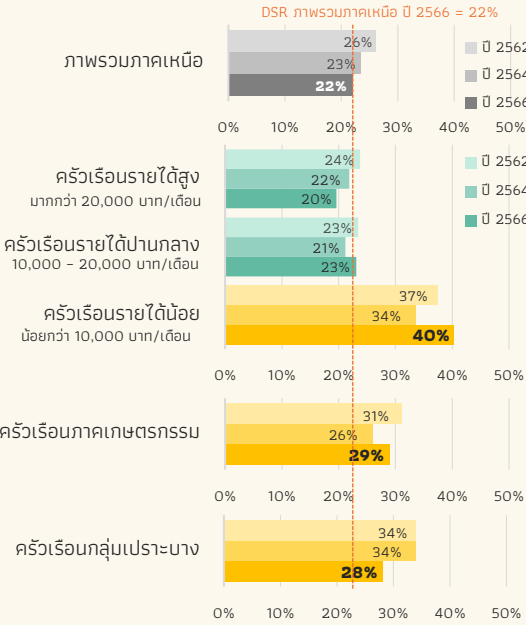
4/ คำนวณแบบ Compound Annual Growth Rate

หนี้ครัวเรือนภาคเหนือที่รุนแรงขึ้น อยู่ตรงจุดไหน?

แม้ในภาพรวมจะเห็นภาระหนี้ครัวเรือนในภาคเหนือปรับลดลงเล็กน้อยจากช่วงก่อนหน้า สะท้อนจากอัตราส่วนหนี้สินต่อรายได้ [Debt Service Ratio: DSR] ของครัวเรือนภาคเหนือ ปี 2566 อยู่ที่ 22% ปรับลดลงเล็กน้อย [รูปที่ 5] แต่เป็นผลจากการปรับตัวขึ้นในครัวเรือนกลุ่มรายได้สูงเป็นหลัก ขณะที่ครัวเรือนบางกลุ่มมีแนวโน้มเปราะบางมากขึ้น ตาม DSR ที่สูงกว่าภาพรวมภาคเหนือ ได้แก่

- 1. ครัวเรือนกลุ่มรายได้ต่ำ มี DSR สูงถึง 40% และกำลังประสบปัญหาหนี้สินเกินตัว^{/5}
- 2. ครัวเรือนในภาคเกษตรกรรม มี DSR อยู่ที่ 29% และสูงกว่าครัวเรือนที่ไม่ใช่เกษตรซึ่งอยู่ที่ 19%
- 3. ครัวเรือนที่อยู่ในกลุ่มเปราะบาง^{/6} มี DSR เฉลี่ย 28% อีกทั้ง สัดส่วนครัวเรือนเปราะบางเพิ่มขึ้นจาก 9% ก่อนโควิด เป็น 10% ในปี 2566 ซึ่งจะเจาะลึกในหัวข้อถัดไป

รูปที่ 5 DSR ครัวเรือนภาคเหนือสูงในกลุ่มรายได้ต่ำ เกษตรกรรมและกลุ่มเปราะบาง



ที่มา: การสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือน สำนักงานสถิติแห่งชาติ
คำนวณโดยธนาคารแห่งประเทศไทย

/5 DSR น้อยกว่า 15% หมายถึง **หนี้อยู่ในเกณฑ์ "ดี"**
DSR ระหว่าง 15% - 40% หมายถึง **หนี้อยู่ในเกณฑ์ "เหมาะสม"**
DSR ระหว่าง 40% - 50% หมายถึง **หนี้เกินตัว**
DSR มากกว่า 50% หมายถึง **หนี้เกินตัวขั้นอันตราย**

ที่มา: สภาคณิกวางแผนการเงินไทย

/6 ครัวเรือนกลุ่มเปราะบาง หมายถึง ครัวเรือนที่ [1] มีหนี้ [2] รายได้ไม่พอรายจ่าย และ [3] ปีเงินออมถูกเงินน้อยกว่า 3 เดือน โดยอ้างอิงจากบทความ X-ray หนี้ครัวเรือนภูมิภาค โดยธนาคารแห่งประเทศไทย

เจาะภาพครัวเรือนกลุ่มเปราะบางในภาคเหนือ^{/6}:

สาเหตุหลักที่ทำให้ครัวเรือนกลุ่มเปราะบางมีสัดส่วนเพิ่มขึ้น เกิดจากรายได้โตไม่ทันรายจ่าย ในมุมมองของเบ็ดเงิน เทียบก่อนโควิด [ปี 2566 เทียบกับปี 2562] รายได้ต่อเดือนของครัวเรือนกลุ่มนี้เพิ่มขึ้นเพียง 1,818 บาท ขณะที่ ค่าใช้จ่ายต่อเดือนเพิ่มขึ้นสูงกว่าถึง 3,450 บาท และยังมีค้างงวดต่อเดือนเพิ่มอีก 502 บาท ทำให้ต้องเผชิญความยากลำบากมากขึ้น ส่งผลให้ยอดหนี้เฉลี่ยเพิ่มขึ้นจาก 211,811 บาท เป็น 256,012 บาท โดยครัวเรือนกลุ่มเปราะบางในภาคเหนือจะมีลักษณะดังนี้:

กว่าครึ่ง...มีรายได้ครัวเรือนเฉลี่ย ต่ำกว่า 10,000 บาท/เดือน

เป็นสาเหตุหลักที่มีโอกาสรายได้จะไม่พอใช้จ่าย สัดส่วนนี้ใกล้เคียงภาคอีสาน ขณะที่ภาคอื่นมีต่ำกว่า มีเพียง 1 ใน 4

ทำเกษตร

รายได้ต่ำ

อายุมาก

หนี้บริโภคสูง

พึ่งเงินโอน

1 ใน 3... อยู่ในครัวเรือนเกษตร

ครัวเรือนเกษตรหลายพื้นที่ประสบกับรายได้ที่ไม่แน่นอนจากสภาพอากาศ ต้นทุนที่สูง รายได้และกำไรน้อย แม้จะมีโครงการสินเชื่อสำหรับเกษตรกรสนับสนุน แต่หลายรายกลับเป็นหนี้เสีย

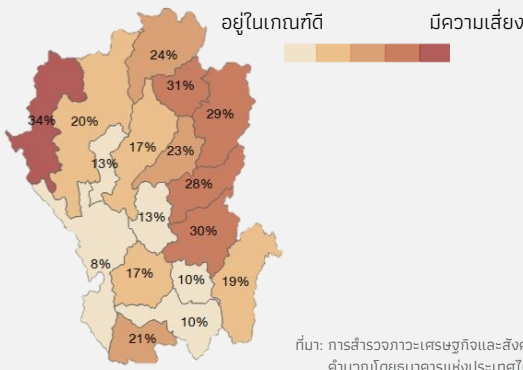
กว่าครึ่ง... อยู่ในวัยใกล้เกษียณ [56-65 ปี] ซึ่งผู้เกษียณในกลุ่มข้าราชการมักมีหนี้สูงเพราะสามารถกู้ได้ง่าย ทำให้มีภาระหนี้ต่อเนื่อง จึงมีแนวโน้มที่เงินไม่พอใช้หลังเกษียณ ขณะที่ภาคกลางและใต้มีวัยใกล้เกษียณเพียง 30%

มีหนี้...เพื่อการดำรงชีพในสัดส่วนสูงถึง 39% โดยเป็นหนี้ยานพาหนะถึง 28% หรือประมาณ 73,000 บาท ส่วนใหญ่เป็นการซื้อรถจักรยานยนต์ ตามความจำเป็นใช้งานของสมาชิกในครัวเรือน รองลงมาคือหนี้เพื่อการทำเกษตร ส่วนหนี้บ้านมีสัดส่วนน้อย เนื่องจากส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในพื้นที่และบ้านเดิมของตนเอง

พึ่งเงินโอน...จากบุคคลภายนอกและภาครัฐ สูงถึง 27% ในปี 2566 และในช่วงโควิดสูงถึง 54% สะท้อนถึงความเปราะบางที่ต้องพึ่งพารายได้จากแหล่งอื่นเพื่อความอยู่รอด

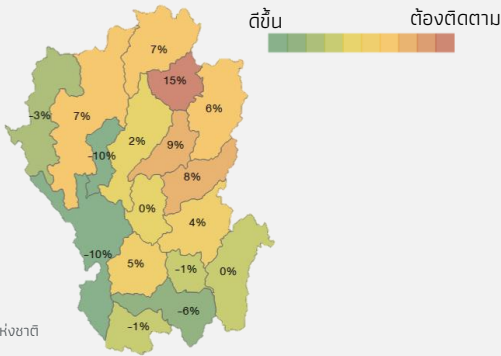
ครัวเรือนกลุ่มเปราะบางในภาคเหนือ อยู่ในพื้นที่ไหน?

รูปที่ 6 สัดส่วนครัวเรือนกลุ่มเปราะบางรายจังหวัด (ปี 2566)



ที่มา: การสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือน สำนักงานสถิติแห่งชาติ
คำนวณโดยธนาคารแห่งประเทศไทย

รูปที่ 7 การเปลี่ยนแปลงสัดส่วนครัวเรือนกลุ่มเปราะบาง (ปี 2566 เทียบ 2562)



จังหวัดที่มีครัวเรือนเกษตรเป็นส่วนใหญ่ เช่น แม่ฮ่องสอน พะเยา พิษณุโลก น่าน และแพร่ มีสัดส่วนครัวเรือนกลุ่มเปราะบางสูง และบางส่วนมีผู้สูงอายุที่ไม่มีงานทำอยู่ภายในครัวเรือน [รูปที่ 6] อย่างไรก็ตาม บางจังหวัด เช่น ตาก ลำพูน และนครสวรรค์ มีสัดส่วนครัวเรือนกลุ่มเปราะบางลดลง เนื่องจากรายได้กลุ่มเปราะบางฟื้นตัวได้ดีกว่า ตามภาคอุตสาหกรรมเพื่อการส่งออก อุตสาหกรรมน้ำตาล และเติบโตจากการค้าชายแดน [รูปที่ 7]

ลงพื้นที่ศึกษาพฤติกรรมทางการเงินของครัวเรือนเปราะบางในภาคเหนือ



การสัมภาษณ์ครัวเรือนกลุ่มเปราะบางในภาคเหนือ ^{7/} เพื่อให้เห็นภาพที่แท้จริงและหาทางออกจากหนี้ พบว่าครัวเรือนมีหลายช่องทางในการเข้าถึงเงินทุน โดยมักเลือกแหล่งที่เข้าถึงง่าย รวดเร็ว และไม่ต้องใช้เอกสารหรือหลักประกัน ก่อนแหล่งทางการเงิน แม้จะมีดอกเบี้ยสูง สะท้อนถึงข้อจำกัดและโอกาสที่ไม่เท่าเทียมในการเข้าถึงบริการทางการเงิน เรียงลำดับดังนี้

- 1 กองทุนหมู่บ้านและสถาบันการเงินชุมชน**

เข้าถึงได้ง่าย ตอบโจทย์กลุ่มเปราะบาง ผู้ที่ไม่มีรายได้ประจำหรือเอกสารการเงิน ไม่ตรวจประวัติการเงิน บางครั้งไม่ต้องมีหลักประกัน อัตราดอกเบี้ยไม่สูงเกินไป มีกลไกส่งเสริมการออม
- 2 ธนาคารเฉพาะกิจของรัฐ**

เช่น ธนาคารออมสิน และ ธ.ก.ส. เหมาะกับคนที่ต้องการวงเงินกู้สูงเกินกว่ากองทุนหมู่บ้าน ต้องมีเอกสารและหลักฐานแสดงรายได้ มีโครงการพิเศษสนับสนุนกลุ่มเปราะบาง
- 3 บริษัทสินเชื่อ/ไฟแนนซ์**

เข้าถึงได้ง่ายกว่าธนาคาร ส่วนใหญ่ต้องมีทรัพย์สิน เช่น บ้าน ที่ดิน รถยนต์ จักรยานยนต์ เป็นหลักประกัน บางแห่งไม่ตรวจประวัติเครดิต อนุมัติไว แต่ดอกเบี้ยสูง มีสาขากระจายทั่วถึง เจ้าหน้าที่เป็นคนในชุมชน ทำให้ผู้ใช้บริการรู้สึกคุ้นเคย
- 4 สหกรณ์**

ดอกเบี้ยต่ำและเชื่อถือได้ แต่การเข้าถึงต้องเป็นสมาชิกและมีประวัติการออมก่อน จึงเหมาะกับผู้ที่มีความรู้ทางการเงินและอยู่ในระบบสหกรณ์อยู่แล้ว
- 5 เงินกู้นอกระบบ**

แม้การกู้ยืมนี้จากนายทุน จะมีดอกเบี้ยสูงกว่าแหล่งอื่น และอาจมีความไม่ปลอดภัยจากการทวงหนี้ แต่เป็นแหล่งเงินกู้สุดท้ายที่สามารถเข้าถึงได้
- 6 ธนาคารพาณิชย์**

เงื่อนไขค่อนข้างเข้มงวด เช่น ต้องมีรายได้ที่มั่นคง มีหลักประกัน และตรวจสอบเครดิต ทำให้กลุ่มเปราะบางเข้าไม่ถึงบริการการเงินให้กู้ยืม

สาเหตุของการก่อหนี้ของกลุ่มเปราะบางในภาคเหนือ จากการสัมภาษณ์ ^{7/} พบว่า เกิดจาก :

- 1. การลงทุนหรือประกอบอาชีพแล้วขาดทุน**

สาเหตุหลักคือ ครัวเรือนพยายามหารายได้เพิ่มจากการลงทุน หรือทำอาชีพเสริม แต่ไม่ประสบความสำเร็จ จนเป็นหนี้
- 2. มีภาระเลี้ยงดูลูกหลาน**

รองลงมาคือ ต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายของบุตรหลาน หรือสมาชิกในครอบครัวที่ยังพึ่งพิง ทำให้รายจ่ายสูงกว่ารายรับ
- 3. รายได้ไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่ายจำเป็น**

พบส่วนน้อยที่มีภาระค่าใช้จ่ายจำเป็น บางช่วงเกินกว่ารายได้ที่มี เช่น ค่าของใช้ ค่าอาหาร และค่าเดินทาง ทำให้ต้องพึ่งพาเงินกู้

ทางออกและตัวอย่าง... เพื่อแก้ปัญหาหนี้ครัวเรือนกลุ่มเปราะบางในภาคเหนืออย่างยั่งยืน

- 1 เพิ่มรายได้ตามความถนัด** ส่งเสริมอาชีพเสริมและทักษะใหม่ให้กับครัวเรือน ตัวอย่างในภาคเหนือ “เกษียณมีดี” เป็นโครงการที่ขับเคลื่อนโดยมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ช่วยส่งเสริมและพัฒนาทักษะสำหรับผู้สูงวัยในชุมชน ให้สร้างสรรคสิ่งใหม่ ๆ สร้างรายได้ และมีคุณภาพชีวิตที่ดีหลังเกษียณ ลดการพึ่งพาผู้อื่น และสร้างคุณค่าให้กับตนเอง ประกอบกับการมี “กองทุนหมู่บ้าน” เป็นแหล่งเงินทุนเพื่อประกอบอาชีพ จะช่วยเพิ่มโอกาสสร้างรายได้ให้ผู้สูงอายุ



ลูกค้า สร้างรายได้-ส่งต่ออาชีพจักษสานสู่ลูกหลาน

ลูกค้า ผู้สูงวัยที่เชียงใหม่ แต่ยังขยันทำจักสาน ใช้ฝีมือและความประณีตจนมีรายได้เลี้ยงตัวเอง **ลูกค้ากู้เงินจากกองทุนหมู่บ้านมาซื้อวัตถุดิบ พอเริ่มมีชื่อเสียง ก็ส่งต่ออาชีพนี้ให้ลูกหลานนำไปต่อยอดด้วยไอเดียใหม่ ๆ** และขยายช่องทางการตลาด จนกลายเป็นอาชีพหลักของครอบครัว

- 2 ก่อนหนี้ให้เหมาะสม และเข้าสู่กลไกแก้หนี้ที่ตรงจุด** การส่งบุตรหลานเรียนเป็นค่าใช้จ่ายสำคัญของครัวเรือน ซึ่งกองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา (กยศ.) เป็นทางเลือกที่เหมาะสมกว่าการกู้สินเชื่ออุปโภคบริโภคที่มีดอกเบี้ยสูง อีกทั้งการชำระคืนหนี้มีความยืดหยุ่นสอดคล้องกับรายได้ สำหรับการแก้หนี้ เมื่อมีปัญหาควรเข้าสู่มาตรการช่วยเหลือที่เจาะจง สร้างแรงจูงใจที่ถูกต้อง เช่น คลินิกแก้หนี้ by SAM ที่ช่วยรวมหนี้เสียหลายก้อน ปรับดอกเบี้ย และยืดระยะเวลาผ่อน



พี่วรรณ ข้าราชการ จ.พิษณุโลก พลิกชีวิตจากหนี้ท่วมก่อนเกษียณ ด้วยคลินิกแก้หนี้ by SAM

หนี้ท่วมกว่า 2.5 ล้านบาท จ่ายไม่ไหว เสี่ยงถูกฟ้องล้มละลาย ซึ่งหมายถึงต้องออกจากราชการทันที เครียดหนักนอนไม่หลับ ไม่กล้าบอกใคร กลัวเสียหน้าที่การงาน **จนได้พบ “หมอหนี้” และนำเข้าสู่คลินิกแก้หนี้ by SAM รวมหนี้หลายก้อน ลดดอกเบี้ย ทายอดผ่อนระยะยาว ไม่ต้องล้มละลาย ไม่ต้องออกจากงาน**

- 3 สร้างภูมิคุ้มกัน ด้วยการให้ความรู้การเงินบุคคล และการเงินธุรกิจ**

ให้เรียนรู้เรื่องการเงินบุคคลตั้งแต่เยาว์วัย ธนาคารแห่งประเทศไทยมีเว็บไซต์ “สตางค์ Story” เป็นแหล่งรวบรวมความรู้ด้านการเงิน รวมถึงสื่อการสอนความรู้ทางการเงิน ภายใต้โครงการ “สตางค์ School” เพื่อปลูกฝังวินัยทางการเงินในโรงเรียน และมีเครื่องมือ “โปรแกรมแก้หนี้ DIY” สำหรับการจัดการหนี้ด้วยตนเอง นอกจากนี้ ตลาดหลักทรัพย์ฯ มี SET e-Learning และโครงการ Happy Money ส่งเสริมการออม และการลงทุนอย่างเหมาะสม เพื่อวางรากฐานทางการเงินตั้งแต่วัยเยาว์



สตางค์ Story

แหล่งรวมความรู้ด้านการเงิน



ลุงมนัส ขายเป็นชำในหมู่บ้าน มีกำไรเดือนละ 60,000 บาท จ่ายหนี้บ้านเดือนละ 4,500 บาท มีเงินเหลือ จึงซื้อหอยจวงละ 50 ใบ **เพิ่งรู้ว่าจ่ายโปหนี้มากกว่าสัญญาได้ จึงลดการซื้อหอยลง เอาไปจ่ายหนี้บ้านเพิ่มขึ้น** เป็นเดือนละ 5,000 บาท ทำให้ปิดหนี้ได้เร็วขึ้น 2 ปี 5 เดือน และประหยัดดอกเบี้ยไปได้ 55,551 บาท (หนี้ 5 แสนบาท ดอกเบี้ย 7% ต่อปี)

เสริมความรู้ทางการเงินธุรกิจ หนี้จากการประกอบธุรกิจเป็นหนึ่งในสาเหตุของหนี้ครัวเรือน ผู้ประกอบการจำนวนมากยังขาดความรู้ด้านการเงิน ทำให้การบริหารธุรกิจสะดุดและต้องการคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ สปท. สำนักงานภาคเหนือ ร่วมกับ บรรษัทประกันสินเชื่ออุตสาหกรรมขนาดย่อม และพันธมิตรจัดตั้ง “ศูนย์ช่วยเหลือ SMEs” เพื่อให้คำปรึกษาแก่เจ้าของธุรกิจแบบไม่มีค่าใช้จ่าย นอกจากนี้ SMEs ยังสามารถหาความรู้เพิ่มเติมได้จาก เว็บไซต์ “การเข้าถึงแหล่งเงินทุนของ SME”



การเข้าถึงแหล่งเงินทุนของ SME

แหล่งความรู้การเงินธุรกิจ

ตกผลึก... สูตรป้องกันและแก้หนี้ใน 3 ช่วงจังหวะสำคัญ ของการเป็นหนี้

1 ก่อนเป็นหนี้

[ช่วงวางแผน]

เป้าหมาย:

ป้องกันไม่ให้เป็นหนี้เกินตัว

- วางแผนรายรับ-รายจ่ายให้ชัด
- เก็บเงินฉุกเฉิน 3-6 เท่าของรายจ่าย
- ศึกษาเงื่อนไขก่อนกู้ และตรวจเครดิตบูโรปีละครั้ง

2 ระหว่างเป็นหนี้

[ช่วงรักษาวินัย]

เป้าหมาย:

จ่ายหนี้ตรงเวลา และไม่สร้างหนี้เพิ่ม

- จ่ายหนี้ดอกเบี้ยสูงก่อน
- จ่ายมากกว่าขั้นต่ำ
- หลีกเลี่ยงกู้ใหม่มาโปหนี้เก่า
- เริ่มตั้งมือ ให้รับผิดชอบเจ้าหนี้

3 เริ่มจ่ายไม่ไหว

[ช่วงวิกฤต]

เป้าหมาย:

หยุดหนี้ลูกกลม ฟื้นฟูการเงิน

- รีบคุยกับเจ้าหนี้ อย่าปล่อยให้หนี้ค้างนาน
- อย่ากู้เพิ่ม โดยเฉพาะหนี้นอกระบบ
- ขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อหาทางออกที่เหมาะสม



ขอขอบคุณ เครือข่ายกองทุนหมู่บ้าน อ.สันทราย, สถาบันการเงินชุมชนแม่จันพัฒนา และผู้บริหารโรงเรียนผู้สูงอายุ จ.เชียงใหม่ ที่ให้ความร่วมมืออย่างดีและให้ข้อมูลที่เป็นอย่างยิ่ง การสนับสนุนของทุกท่านมีส่วนสำคัญในการพัฒนาแนวทางการแก้ไขปัญหาหนี้ครัวเรือนอย่างยั่งยืน และเป็นพลังในการสร้างสังคมที่มีความมั่นคงและมีภูมิคุ้มกันทางการเงิน

มัธยมเทคนิคแก้หนี้ส่วนบุคคล (1/2)

ไม่รู้จะเริ่มตรงไหน?

หมอหนี้เพื่อประชาชน



โครงการของธนาคารแห่งประเทศไทย (ธปท.) ที่ช่วยให้คำปรึกษาฟรี เรื่องหนี้ เช่น หนี้เยอะไม่รู้จะเริ่มยังไง ผ่อนไม่ไหว อยากรวมจ่าย เหมาะกับคนที่มีหนี้หลายก้อน อยากหาทางออก โครงการนี้มีคนช่วยวางแผนให้เข้าใจง่าย



1213

สอบถาม

[ลงทะเบียน >>](#)



ผ่อนหนี้ไม่ไหว ต้องทำอะไร?

ขั้นตอนที่ 1

ขอปรับโครงสร้างหนี้

คือ การเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขการชำระหนี้เดิม เช่น ขยายเวลาผ่อนชำระ ลดจำนวนเงินที่ต้องจ่ายต่อเดือน หรือลดอัตราดอกเบี้ย เพื่อให้ลูกหนี้สามารถชำระหนี้ได้ตามความสามารถ และไม่ผิดนัดชำระ สามารถติดต่อเจ้าหน้าที่โดยตรง

[ปรับโครงสร้างหนี้...คืออะไร >>](#)



[ปรับโครงสร้างหนี้แบบไหน...ที่เหมาะสมกับเรา >>](#)



[เบอร์โทรปรึกษาแก้หนี้ >>](#)



รู้หรือไม่? สิทธิที่คุณมีตามมาตรา Responsible Lending ของ ธปท. แต่ธนาคารอาจยังไม่ได้แจ้ง !

ลูกหนี้มีสิทธิขอปรับโครงสร้างหนี้ได้ แม้ยังไม่เป็นหนี้เสีย (NPLs) เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาลูกหนี้ ธนาคารต้องพิจารณาอย่างเป็นธรรม ให้ข้อมูลครบถ้วน และไม่เรียกเก็บค่าธรรมเนียมโดยไม่จำเป็น มาตรานี้ช่วยให้ลูกหนี้มีโอกาสตั้งหลักใหม่ และรักษาเครดิตทางการเงินไว้ได้

รู้หรือไม่? ปรับโครงสร้างหนี้มีโอกาสกลับมาถูกใหม่ได้เร็วกว่าการปล่อยเป็นหนี้เสีย !

ข้อมูลในเครดิตบูโร เป็นเหมือนสมุดพกบอกประวัติการชำระหนี้ ถ้าปรับโครงสร้างหนี้แล้วจ่ายดี 1 ปี ธนาคารอาจให้กู้ใหม่ แต่ถ้าเป็นหนี้เสีย (ค้างชำระเกินกว่า 90 วัน) โดยไม่ปรับโครงสร้างหนี้ต้องปิดหนี้ก่อน แล้วรออีก 3 ปี ข้อมูลนี้ถึงจะถูกตัดออกจากระบบบูโร และกลับมาถูกใหม่ได้

ขั้นตอนที่ 2

ทางด่วนแก้หนี้

ช่องทางของ ธปท. เพื่อให้เจ้าหนี้และลูกหนี้ได้พูดคุยกันในการปรับปรุงโครงสร้างหนี้



1213

สอบถาม

[ลงทะเบียน >>](#)



ขั้นตอนที่ 3

คลินิกแก้หนี้ by SAM

โครงการของ ธปท. ร่วมกับสมาคมธนาคารไทยและสมาคมธนาคารนานาชาติ มุ่งจัดการสินเชื่อที่ไม่มีหลักประกัน โดยรวมสินเชื่อบัตรเครดิตและสินเชื่อส่วนบุคคลสำหรับผู้ที่มีหนี้ค้างชำระ 120 วันขึ้นไป ผู้เข้าร่วมต้องมียอดหนี้รวมไม่เกิน 2 ล้านบาท กับเจ้าหนี้ที่เข้าร่วมโครงการ



1443

สอบถาม

[รายละเอียดโครงการ >>](#)



แก้หนี้นอกระบบ

ขั้นตอนที่ 1

หันมาถูกในระบบ

คือการขอสินเชื่อจากธนาคารหรือหน่วยงานที่ถูกกฎหมาย เช่น ออมสิน หรือ ธ.ก.ส. โดยดอกเบี้ยถูกกว่า ปลอดภัยกว่า ไม่เสี่ยงโดนขู่หรือคิดดอกเบี้ยโหด เหมาะกับคนที่มีรายได้พอสมควร อยากหลุดจากหนี้นอกระบบ และเริ่มต้นใหม่อย่างถูกทาง

[โครงการสินเชื่อเพื่อแก้ไขหนี้นอกระบบธนาคารออมสิน](#)



1115

>>



[โครงการ "มีหนี้นอก ระบบ บอก ธ.ก.ส." >>](#)



02-555-0555

>>

[สินเชื่อพิโกไฟแนนซ์ และสินเชื่อพิโกพลัส](#)



1359

>>



ขั้นตอนที่ 2

ขอความช่วยเหลือจากคนกลาง

ถ้ามีหนี้นอกระบบแล้วคุยกับเจ้าหนี้เองไม่ไหว หรือถูกข่มขู่ สามารถขอคนกลางช่วยเจรจาได้ คนกลางจะช่วยพูดแทน หากทางออกที่เป็นธรรม และปลอดภัยสำหรับลูกหนี้

[ศูนย์รับแจ้งการเจ็บบนอกระบบ](#)



1359

สำนักงานเศรษฐกิจการคลัง

[ศูนย์ดำรงธรรม](#)



1567

รับเรื่องร้องเรียนและช่วยประสานงานแก้หนี้

[ศูนย์ช่วยเหลือลูกหนี้และประชาชนที่ไม่ได้รับความเป็นธรรม](#)



02-575-3344

กระทรวงยุติธรรม

[สำนักงานยุติธรรมจังหวัด](#)



1111 กด 77

ให้คำปรึกษาและช่วยเจรจาในพื้นที่

ธนาคารแห่งประเทศไทย สำนักงานภาคเหนือ

สถานการณ์หนี้ครัวเรือนภาคเหนือ ... สู่ทางออกที่ยั่งยืน

มาตรการเทคนิคแก้หนี้ส่วนบุคคล [2/2]

ผ่อนบ้าน/ผ่อนรถ ไม่ไหว ทำอย่างไร?

ทางเลือกเมื่อผ่อน ไม่ไหว

1. เจรจากับธนาคาร - ขอปรับโครงสร้างหนี้
2. รีไฟแนนซ์ - ย้ายธนาคารที่ให้ดอกเบี้ยต่ำกว่า
3. หาผู้ร่วมผ่อนหรือผู้เช่า - ให้เช่าบางส่วนของบ้าน เพื่อช่วยแบ่งภาระการผ่อนชำระ
4. ขายบ้านเพื่อตัดหนี้ - ขายบ้านเพื่อใช้หนี้

ทางเลือกเมื่อผ่อน ไม่ไหว

1. เจรจากับธนาคาร - ขอปรับโครงสร้างหนี้
2. ขายรถปิดหนี้ - ให้ผู้ซื้อชำระปิดบัญชีแทน และโอนกรรมสิทธิ์ให้ได้ทันที อาจได้ราคาดีกว่าค่างวด
3. คืนรถ - หากราคาขายต่ำกว่ายอดหนี้ อาจต้องจ่ายส่วนต่าง

ติดหนี้!! โดนฟ้องศาล ทำอย่างไร?

ศาลไม่ใช่ท่งโทษ แต่คือโอกาสแก้หนี้ให้จบ

1. **อย่าหนี อย่าหาย** - ฟ้องหนี้เป็นคดีแพ่ง ไม่ติดคุก ไปศาลตามนัด มีโอกาสเจรจา อย่าปล่อยให้ศาลตัดสินฝ่ายเดียว
2. **คุยให้จบก่อนเซ็น** - ถ้าเจ้าหนี้เสนอเงื่อนไข ต้องอ่านให้ครบ เข้าใจให้ชัด อย่ารีบเซ็น
3. **ขอคำปรึกษาได้ฟรี** - ติดต่อสำนักงานยุติธรรมจังหวัด โทร 1111 กด 77
4. **ไม่มีเงินจ้างทนาย ไม่ต้องกังวล** - ขอความช่วยเหลือจากกองทุนยุติธรรมได้ โทร 02-141-5453
5. **อย่ารอให้ถูกยึดทรัพย์** - ถ้าเริ่มจ่ายไม่ไหว รับหาทางออกก่อนจะสายเกินไป

ขั้นตอนการฟ้องลูกหนี้

เมื่อมีการค้างชำระหนี้หลายงวด เจ้าหนี้สามารถฟ้องศาลได้หลังจากค้างเกิน 3 งวด โดยศาลจะส่งหมายเรียกให้ลูกหนี้เจรจากับเจ้าหนี้ หากไม่สามารถตกลงกันได้ ศาลจะตัดสินเกี่ยวกับการชำระหนี้ ซึ่งหากลูกหนี้ไม่จ่ายตามคำสั่ง เจ้าหนี้สามารถขอให้ศาลยึดทรัพย์หรืออายัดเงินเดือนได้

ค้างจ่ายหนี้หลายงวด	ศาลส่งหมายเรียก	ไปศาล ใกล้อยู่กับเจ้าหนี้	ศาลตัดสิน	ไม่จ่าย - ยึดทรัพย์ หรืออายัดเงินเดือน
• อย่ารอให้หนี้พอก ควรรีบติดต่อเจ้าหนี้เพื่อขอผ่อนหรือปรับโครงสร้างหนี้ • ถ้าเริ่มจ่ายไม่ไหว ให้หาคำปรึกษาจาก “หมอหนี้ 1213”	• อ่านหมายศาลให้เข้าใจ และจดวันนัดให้ชัดเจน • เตรียมเอกสาร เช่น สัญญาเงินกู้ ใบเสร็จหรือหลักฐานการจ่ายบางส่วน	• ไปศาลตามนัด อย่าหนี เพราะศาลจะให้อาจอเจรจากับเจ้าหนี้ • ถ้าตกลงกันได้ อาจไม่ต้องสู้คดี และไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายเพิ่ม	• อย่ารีบเซ็นเอกสาร ถ้าเงื่อนไขยังไม่ชัด คุยให้จบก่อนเซ็น และอย่าคุยนอกกรอบหลังศาล	• ถ้าศาลสั่งให้จ่ายแล้วไม่จ่าย เจ้าหนี้สามารถขอให้ศาลสืบทรัพย์ • ถ้าพบทรัพย์ ศาลอาจสั่งยึดทรัพย์หรืออายัดเงินเดือนได้ตามกฎหมาย

เครดิตบูโรไม่ใช่แค่รายงาน แต่คือแผนที่สู่การปลดหนี้

เครดิตบูโร คือ การเก็บข้อมูลเกี่ยวกับการกู้และการชำระหนี้ของแต่ละคน เช่น หนี้บ้าน หนี้รถ หนี้บัตรเครดิต รวมถึงประวัติการจ่ายตรงหรือค้างชำระ ข้อมูลเหล่านี้สะท้อนพฤติกรรมทางการเงินในอดีตซึ่งติดตัวไปและมีผลต่อการกู้ในอนาคต

เครดิตบูโรทำอะไรได้บ้าง?

- ใช้ประกอบการพิจารณาขอสินเชื่อ
- ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลสินเชื่อ
- ป้องกันการถูกแอบอ้างใช้ชื่อไปกู้เงิน
- วางแผนการเงินและรักษาวินัยทางการเงิน

ข้อมูลเครดิตบูโร อ่านอย่างไร?



ตรวจเครดิตบูโร ได้ที่ไหนบ้าง?



ควรตรวจเครดิตบูโร บ่อยแค่ไหน?

อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
เพื่อเช็กความถูกต้อง
และป้องกันการถูกแอบอ้าง

ถ้าพบข้อมูลผิดพลาด ต้องทำอย่างไร?

ยื่นคำร้องขอแก้ไขข้อมูล
ผ่านบริษัท ข้อมูลเครดิต
แห่งชาติ จำกัด หรือ
ธนาคารเจ้าของบัญชี

เครดิตเสีย แก้ได้ไหม?

ได้ โดยการชำระหนี้ให้ตรงเวลา
อย่างต่อเนื่อง ประวัติดังกล่าวจะค่อย ๆ ดีขึ้น
ในรายงานแสดงข้อมูลย้อนหลัง 36 เดือน
และ ระยะเวลาที่จำเป็นที่อาจจะสามารถ
“ล้างเครดิต” หรือ “ลบประวัติเครดิตเสีย”
เพราะเป็นการหลอกลวง

! ไม่มีหน่วยงานหรือบุคคลใดสามารถลบหรือแก้ไขข้อมูลเครดิตบูโรแทนคุณได้ **!**