



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

การบริหารจัดการด้านการเงินส่วนบุคคล

โครงการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อทดลองการใช้ข้อมูลหลักสูตรเจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษาสุขภาพแบบองค์รวม
ภายใต้การพัฒนากลไกการขับเคลื่อนเครือข่ายสุขภาพจิตดีผ่านการเสริมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพจิตวิทยทำงาน
และการยกสมรรถนะในการปฏิบัติงานเจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษาสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic Health Advisor)



กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

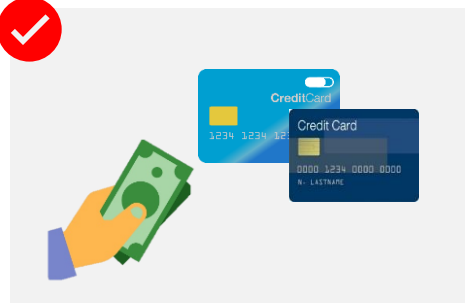
20 -21 มกราคม 2568



ปัญหานี้ ปัญหานักคนไทย แล้วใครจะช่วยได้



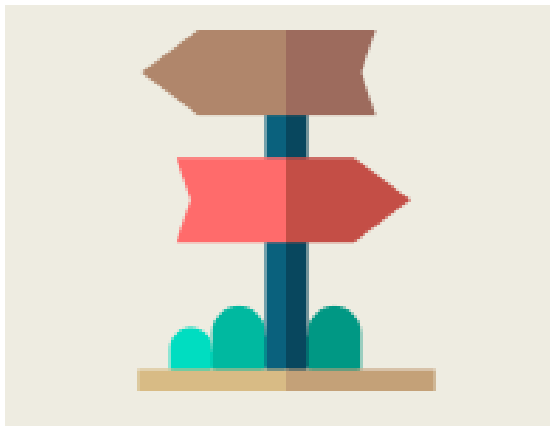
เงินไม่เคยพอใช้ เพราะต้องจ่ายหนี้สารพัด



เอาตัวรอดแต่ละเดือน
ด้วยการจ่ายขั้นต่ำ หรือหมุนหนี้บัตร



ค้างค่างวดจนถูกฟ้อง



บางคนแอบออกก็รอดแล้ว

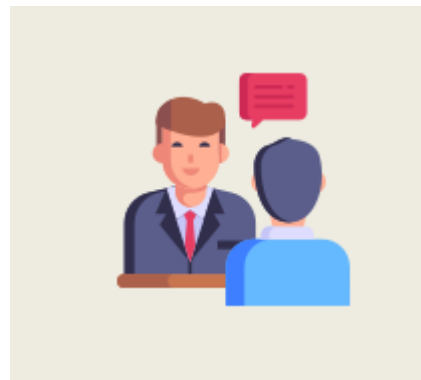


ซื้อของแบบนี้

ให้คำแนะนำเบื้องต้นเรื่องการเงิน



วางแผนการเงิน / หนี้ / สิทธิหน้าที่ / ภัยการเงิน





หัวข้อการนำเสนอ

1

การวางแผนการเงิน

2

หนี้และการบริหารจัดการหนี้

3

สิทธิพื้นฐานของผู้ใช้บริการการเงิน

4

ภัยการเงิน





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

การวางแผนการเงิน





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

ทำไมต้องวางแผนการเงิน

ชีวิตมนุษย์เงินเดือน



ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ

รับมือกับเหตุการณ์
ที่ไม่คาดฝัน

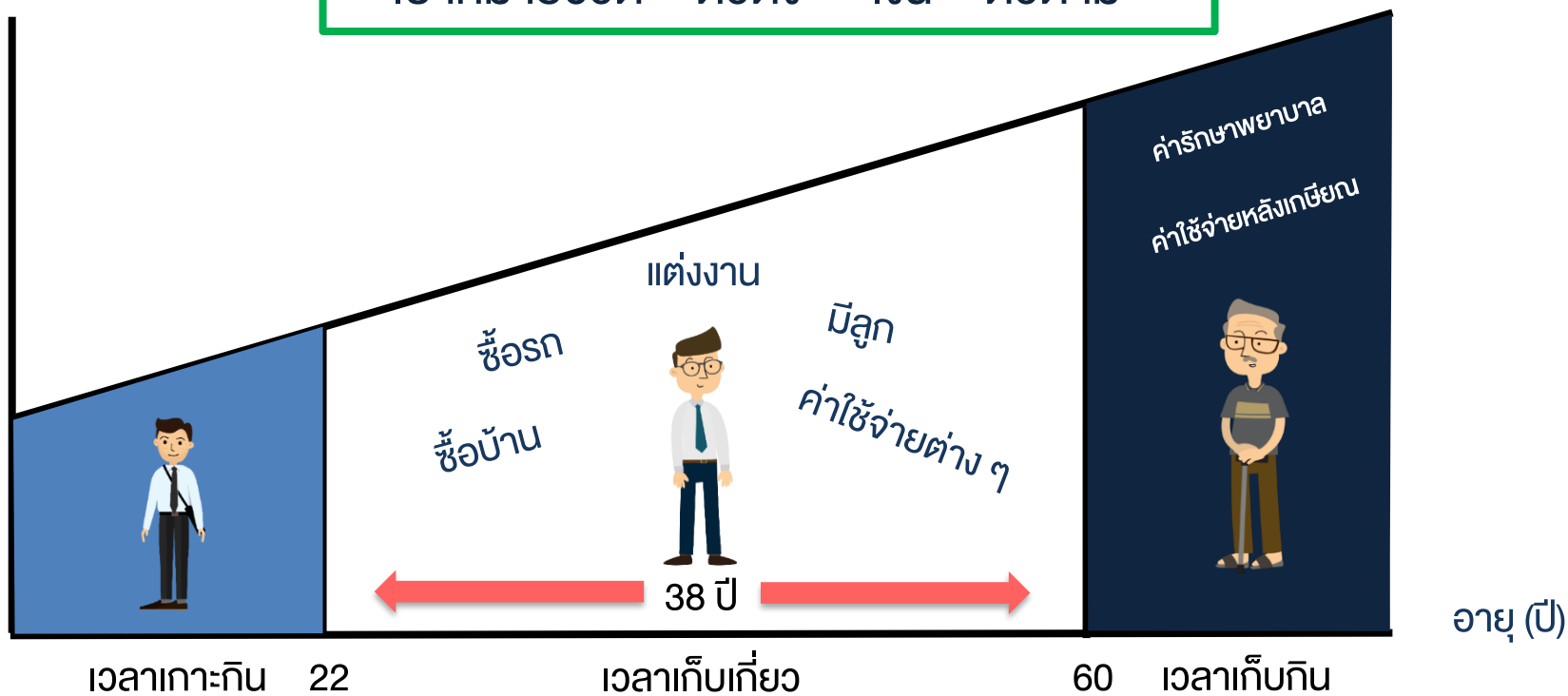


เพียงพอสำหรับอนาคต
ไม่เป็นการระงอลูกหลาน





เป้าหมายชีวิต = ตัวตั้ง เงิน = ตัวตาม





START



1

รู้จักตัวเองและ
ตั้งเป้าหมาย

2

จัดทำแผนใช้เงิน
สู่เป้าหมาย

3

ปฏิบัติตามแผนและ
ทบทวนอย่างสม่ำเสมอ



1

รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย



(1) ฐานะการเงินของเรา เป็นยังไงกันแน่ ?

(2) พฤติกรรมการใช้จ่ายของเรา โอเคไหม ?



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

คุณคิดว่าผู้ขายในรูปนี้รวยไหม ???





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

คุณคิดว่าผู้ชายในรูปนี้รวยไหม ???

ไม่แน่ !

“ความมั่งคั่งสุทธิ”

คือสิ่งสะท้อน “ฐานะที่แท้จริง” ของบุคคล



1

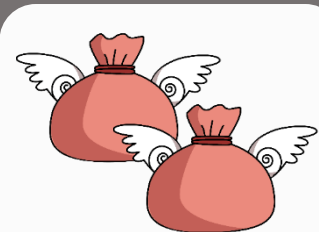
รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย

ฐานะการเงินของเราเป็นยังไง ? → ดูได้จาก “ความมั่งคั่งสุทธิ”

สินทรัพย์



หนี้สิน



ความมั่งคั่งสุทธิ





มารู้จักสินทรัพย์และหนี้สินกัน

1

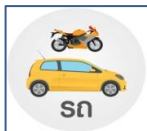
รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย

สินทรัพย์

สภาพคล่อง
เปลี่ยนเป็นเงินสดได้ง่าย

ลงทุน
หวังผลตอบแทนในอนาคต

ส่วนตัว
ใช้ในชีวิตประจำวัน



หนี้สิน

ระยะสั้น
ผ่อนชำระไม่เกิน 1 ปี

ระยะยาว
ผ่อนชำระมากกว่า 1 ปีขึ้นไป





ตัวอย่างการหาความมั่งคั่งสุทธิ

1

รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย

สินทรัพย์

เงินสด	10,000
สลากออมทรัพย์	5,000
สร้อยคอทองคำ	20,000
รถจักรยานยนต์	30,000

รวมสินทรัพย์ 65,000

หนี้สิน

หนี้บัตรเครดิตเงินสด	7,000
หนี้บัตรเครดิต	5,000
เช่าซื้อรถจักรยานยนต์	10,000

รวมหนี้สิน 22,000

ความมั่งคั่งสุทธิ

43,000
(65,000 – 22,000)

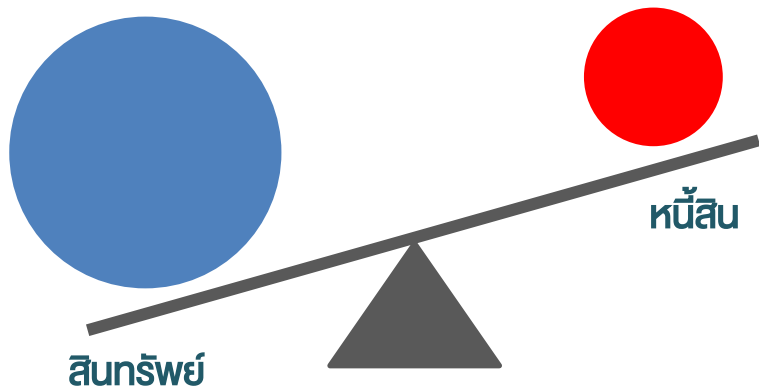




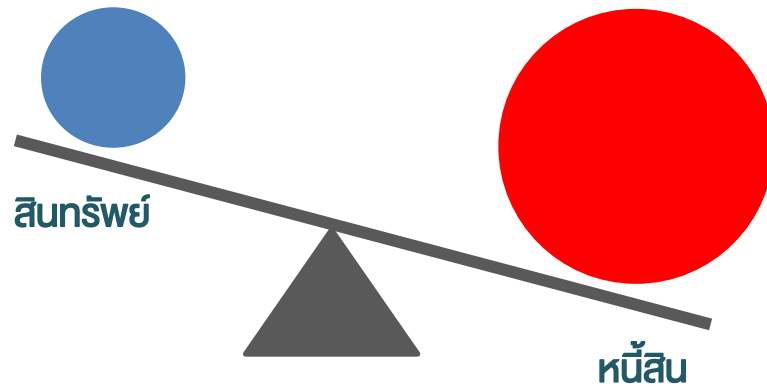
คุณมี “ความมั่งคั่ง” แบบไหน?

1

รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย



ยินดีด้วย คุณมีความมั่งคั่ง



ไม่เป็นไรนะ...
มาสร้างความมั่งคั่งไปด้วยกัน



ออมอยู่เสมอ ► เพิ่มความมั่งคั่งสุทธิ

1

รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย

รายรับ-รายจ่าย	สภาพคล่อง	ผลที่ตามมา	สินทรัพย์/หนี้สิน	ความมั่งคั่งสุทธิ
รับ > จ่าย	+ 	- มีเงินเหลือใช้ - เอาเงินไปฝาก/ลงทุน หรือ เอาไปจ่ายหนี้	สินทรัพย์ ↑ หนี้สิน ↓	↑
จ่าย > รับ สทรายจ่ายไม่จำเป็น (ไม่กระทบต่อการใช้ชีวิต เช่น ค่าห่วย ค่ากาแฟ)	- 	- เงินขาดมือ - เบิกเงินมาใช้ หรือ ก่อหนี้เพิ่ม	สินทรัพย์ ↓ หนี้สิน ↑	↓



พฤติกรรมค่าใช้จ่ายของเราเป็นอย่างไร

1

รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย



การจัดสรรเงินออม

ออมก่อนใช้ / ใช้ก่อนออม



เงินออมเพื่อฉุกเฉิน

3-6 เท่าของค่าใช้จ่ายจำเป็นต่อเดือน

มี / ไม่มี



เงินหายไปไหน ?

จำเป็น / อยากรได้



1

รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย

อะไรที่ไม่จำเป็น
แต่จ่ายบ่อย



ลอตเตอรี่

ราคา

1,000

x

ซื้อบ่อยแค่ไหน
(ต่อปี)

ทุกงวด
24

=

จำนวนเงิน
ที่หายไป (ต่อปี)

24,000

III			III			
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

เงินจำนวนนี้ไปทำอะไรได้บ้าง

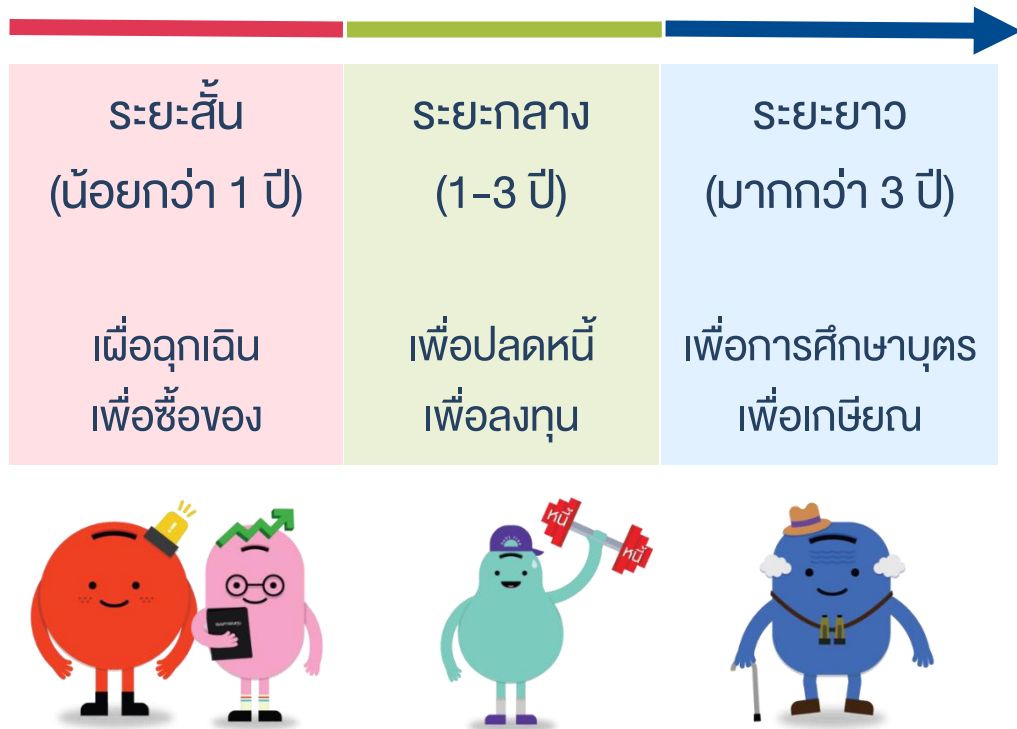
- โปะหนี้
- ซื้อสลากออมทรัพย์
- ซื้อทอง
- ซื้อกองทุนรวม



ตั้งเป้าหมายการเงินตามระยะเวลา

1

รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย





ตัวอย่าง : การตั้งเป้าหมายการเงินตามหลัก SMART

1

รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย

ไม่มีเงินออมเพื่อฉุกเฉิน
เลย เอาแต่ CF ของ...

หนี้ยะจิง...



- **S** Specific ระบุชัดเจนว่าจะทำอะไร เพื่ออะไร
- **M** Measurable วัดผลได้ โดยกำหนดเป็นตัวเลข
- **A** Achievable ทำสำเร็จได้ และรู้ว่าต้องทำอะไร
จึงจะถึงเป้าหมาย
- **R** Realistic เป็นไปได้จริง ไม่เพ้อฝัน
- **T** Time Bound กำหนดระยะเวลาที่แน่ชัด

- ☐ ฉันจะเก็บเงินให้ได้ 50,000 บาท ภายใน 2 ปี เพื่อซื้อรถมอเตอร์ไซด์
- ☒ ฉันจะเก็บเงินออมเพื่อฉุกเฉิน 30,000 บาท เป็นเวลา 2 ปี ออมเดือนละ 2,000 บาท ด้วยการออมก่อนใช้และงด CF ของ
- ☒ ฉันจะไปหนี้เช่าซื้อรถจักรยานยนต์ 10,500 บาท โดยเก็บเงินเดือนละ 1,750 บาท เป็นเวลา 6 เดือน ด้วยการงดเล่นหวย



1

รู้จักตัวเองและตั้งเป้าหมาย



แต่ก่อนจะวางแผนการเงินเพื่อทำเป้าหมายให้สำเร็จ ...ทุกคนต้องรู้ว่าสภาพการเงิน หรือ “สุขภาพทางการเงิน” ของตัวเองตอนนี้เป็นอย่างไ



ตรวจสอบสุขภาพทางการเงินอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

Financial Health Check

มาตรวจสุขภาพการเงินแบบง่าย ๆ กัน!!



ผลการตรวจสอบสุขภาพการเงินของคุณ

สัดส่วนการออมต่อเดือน

20.00%

คุณมาถูกทางแล้ว ถ้าออมเพิ่มขึ้นให้ได้ 1 ใน 4 ของรายได้จะดีมาก
พยายามลดรายจ่าย หรือหารายได้เสริม

ภาระผ่อนหนี้ต่อเดือน

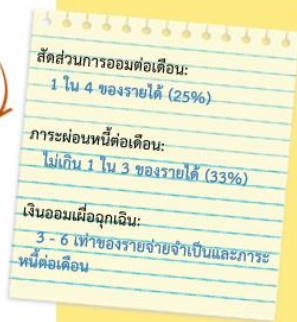
20.00%

ภาระหนี้อยู่ในเกณฑ์ที่ไม่เกินตัว แต่ไม่ได้ให้ไปกู้อีก ควรเป็นหนี้เท่าที่
จำเป็นและจ่ายไหว ที่สำคัญถ้าเป็นหนี้แล้วก็ต้องจ่ายให้เต็มจำนวน
และตรงเวลา

เงินออมเผื่อฉุกเฉิน

6.00 เท่า

คุณทำดีแล้ว ถ้ามีเหตุการณ์ไม่คาดฝันก็สามารถนำเงินก้อนนี้มาใช้จ่าย
พึ่งตัวเองได้ ไม่เดือดร้อนต้องไปหยิบยืมใคร



ลำดับที่	ชื่อ-นามสกุล	การออมต่อเดือน			ภาระหนี้			เงินออมเผื่อฉุกเฉิน (เท่า)		
		ก่อน	หลัง	การเปลี่ยนแปลง	ก่อน	หลัง	การเปลี่ยนแปลง	ก่อน	หลัง	การเปลี่ยนแปลง
1	จุฬาลักษณ์ ใจดี	15%	25%	10%	55%	38%	-17%	2	5	3
2	เมฆา พาสุข	8%	12%	4%	30%	30%	0%	0	3	3
3	วาริรัตน์ ทรัพย์หลาย	15%	10%	-5%	33%	50%	17%	2	0	-2



ประมาณการรายรับ – รายจ่ายที่จะเกิดขึ้น (รายเดือน หรือรายสัปดาห์)

2

จัดทำแผนใช้เงินสู่เป้าหมาย



รายรับ	จำนวน (บาท)
• รายรับจากการทำงาน	
• รายรับอื่น ๆ	
- รายรับจากการลงทุน	
- รายรับจากคนใกล้ชิด	
- รายรับอื่น ๆ	
รวมรายรับ	xxxxx

≥



รายจ่าย	จำนวน (บาท)
• เงินออมตามเป้าหมาย	
• ภาระหนี้	
• ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน	
- จำเป็น	
- ไม่จำเป็น	
รวมรายจ่าย	xxxxx

รายรับพอดีหรือมากกว่ารายจ่าย



-----แผนใช้เงิน-----

รายการรายรับ (เงินเข้า)	รายรับจาก การทำงาน (บาท)	รายรับจาก แหล่งอื่น (บาท)	รายการรายจ่าย (เงินออก)	รายจ่ายจำเป็น (บาท)	รายจ่ายไม่จำเป็น (บาท)
เงินเดือน	xxxxx		เงินออมเพื่อฉุกเฉิน	xxxxx	
ขายของออนไลน์		xxxxx	เงินออมเพื่อเกษียณ	xxxxx	
			ชำระหนี้	xxxxx	
			ต้นทุนสินค้าออนไลน์	xxxxx	
			ค่าอาหาร	xxxxx	
			ค่าใช้จ่ายส่วนตัว	xxxxx	
			ค่าสังสรรค์		xxxxx
รวมรายรับ	xxxxx	xxxxx	รวมรายจ่าย	xxxxx	xxxxx
รวมรายรับทั้งหมด	xxxxx		รวมรายจ่ายทั้งหมด	xxxxx	

ประมาณการรายรับต่อเดือน

เงินออม
ตามเป้าหมาย
ต่อเดือน

ชำระหนี้
ต่อเดือน

ค่าใช้จ่าย
ต่อเดือน

รายรับ ≥ รายจ่าย



3

ปฏิบัติตามแผนและทบทวนอย่างสม่ำเสมอ



จดบันทึก
รายรับ-รายจ่าย



เมื่อมีรายได้ออมทันที 1 ใน 4
หรือเริ่มที่ 10% ของรายได้
แล้วทยอยเพิ่มขึ้น



แยกบัญชีเงินออมออกจาก
บัญชีใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน



ทบทวนแผนใช้เงิน

รายรับ	รายรับตามแผนใช้เงิน (บาท)	รายรับที่เกิดขึ้นจริง (บาท)	ประเมินรายรับ ตามแผนใช้เงิน
(1) รายรับ	xxxxxx	xxxxxx	
เงินเดือน	xxxxxx	xxxxxx	✓
ขายของออนไลน์	xxxxxx	xxxxxx	✓





ทบทวนแผนใช้เงินและปรับแผนให้เป็นปัจจุบัน

3

ปฏิบัติตามแผนและทบทวนอย่างสม่ำเสมอ

รายการจ่าย	รายการจ่ายตามแผนใช้เงิน (บาท)	รายการจ่ายที่เกิดขึ้นจริง (บาท)	ประเมินการใช้จ่าย ตามแผนใช้เงิน
(2) รายการจ่าย	XXXXXX	YYYYYY	
• เงินออมตามเป้าหมาย			
เงินออมเพื่อฉุกเฉิน	xxxxxx	YYYYYY	✗
เงินออมเพื่อเกษียณ	xxxxxx	xxxxxx	✓
• เงินชำระหนี้ต่อเดือน			
ชำระหนี้	xxxxxx	xxxxxx	✓
• ค่าใช้จ่ายต่อเดือน			
ต้นทุนสินค้าออนไลน์	xxxxxx	xxxxxx	✓
ค่าอาหาร	xxxxxx	xxxxxx	✓
ค่าใช้จ่ายส่วนตัว	xxxxxx	YYYYY	✗
ค่าสังสรรค์	xxxxxx	YYYYY	✗





คุณ...ใช้สูตรไหนในการออมเงิน

รายได้

-

รายจ่าย

=

เงินออม





ออมเงิน 1 ใน 4 ของรายได้

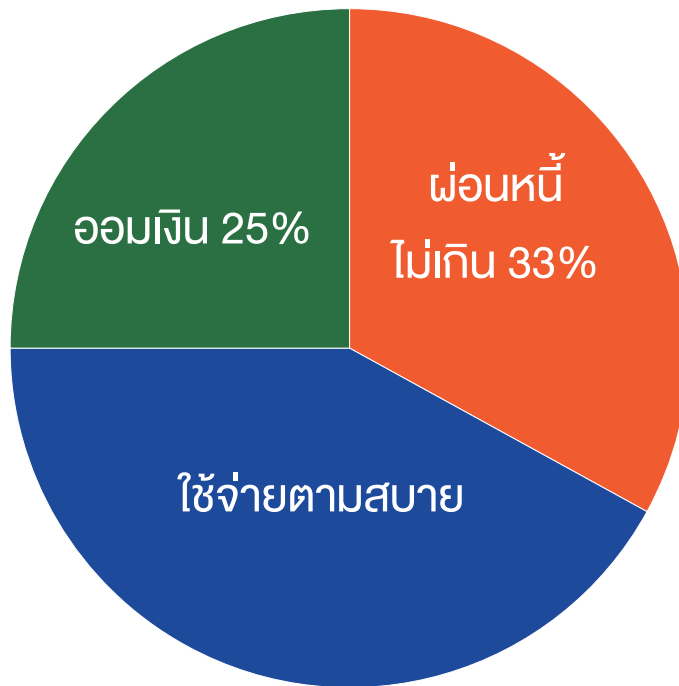
- เงินออมเพื่อฉุกเฉิน
- เงินออมตามเป้าหมาย

๒

... หากยังไม่พร้อม

อาจเริ่มจากเป้าหมายการออมที่ทำได้

เช่น 10% ของรายได้





ตัวอย่าง

รายได้รวมต่อเดือน

20,000



÷

1 ใน 4 ของรายได้

4

=

แบ่งออมต่อเดือน

5,000





เก็บเท่าไร?



3 – 6 เท่าของค่าใช้จ่ายที่จำเป็น
และภาระหนี้ต่อเดือน

(อาจมากกว่านี้ ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล)

เก็บที่ไหน?



เก็บในบัญชีออมทรัพย์
หรือบัญชีที่ถอนได้สะดวก

(แยกจากบัญชีที่ใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน)

เก็บอย่างไร?



นำออกไปใช้แล้ว ต้องนำมาเติม
เพื่อสำรองไว้ในคราวต่อไป



ตัวอย่าง อยากอยู่รอดได้ 6 เดือน ต้องมีเงินออมฉุกเฉินเท่าไร



ค่าใช้จ่ายจำเป็นต่อเดือน (บาท)

7,000

+

ภาระหนี้ต่อเดือน (บาท)

2,000

=

รวม (บาท)

9,000

บาท

เท่า

บาท

9,000

X

6

=

54,000

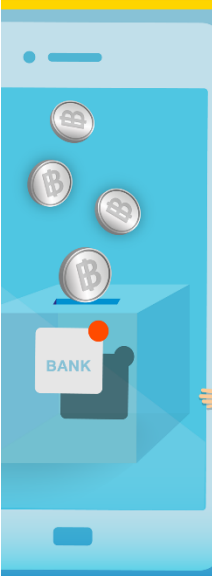




เงินฝากออมทรัพย์ดิจิทัล

รู้ไว้ใช้ว่า เรื่อง e-Saving

บัญชีเงินฝากออมทรัพย์อิเล็กทรอนิกส์แบบไม่มีสมุดคู่มือฝาก



จุดเด่น

- เปิดบัญชีได้เองผ่านอินเทอร์เน็ต หรือโทรศัพท์มือถือ **สะดวก รวดเร็ว** ทุกที่ทุกเวลา
- ดอกเบี้ยสูงกว่า** หรือเท่ากับ บัญชีออมทรัพย์ทั่วไป

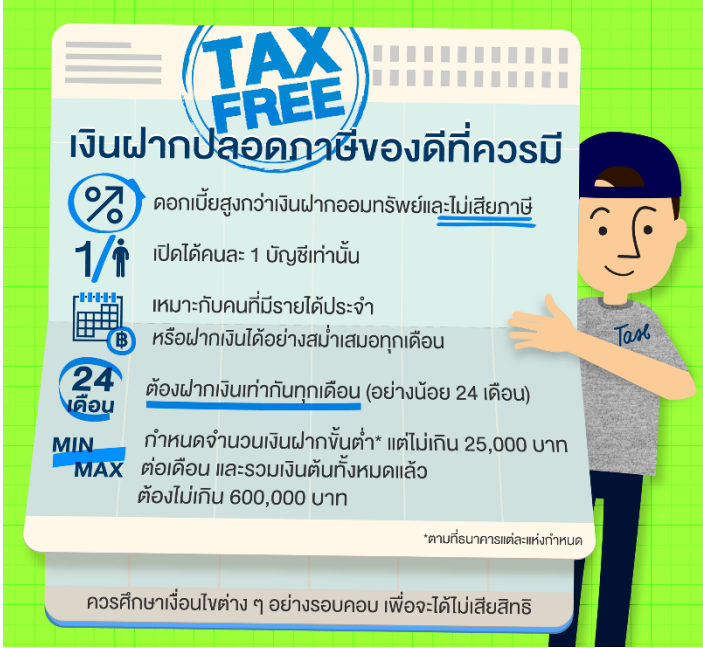
เงื่อนไขและข้อกำหนดที่ต้องรู้

- ในการเปิดบัญชี e-Saving อาจต้องนำบัตรประชาชน ไปยืนยันตัวตนที่สาขา หรือจุดบริการของธนาคาร หรือ ยืนยันตัวตนผ่านระบบ NDID*
- ธนาคารบางแห่งมีข้อกำหนดที่ลูกค้าควรศึกษา ก่อนตัดสินใจเปิดบัญชี เช่น
 - จำนวนเงินขั้นต่ำในการเปิดบัญชี จำนวนเงินสูงสุดในการฝาก
 - เงื่อนไขการจ่ายดอกเบี้ย และระยะเวลาในการฝาก
 - ค่าธรรมเนียมต่าง ๆ เช่น ค่าธรรมเนียมการเปิดบัญชี ก่อนกำหนด
 - เงื่อนไขอื่น ๆ เช่น ต้องมีบัญชีเงินฝากออมทรัพย์แบบมีสมุด คู่มือฝากธนาคารนั้น ๆ หรือต้องสมัครบัตรเดบิตด้วย

*NDID หรือ National digital ID คือ ระบบพิสูจน์ยืนยันตัวตนดิจิทัล ซึ่งเป็นระบบที่เชื่อมโครงข่ายหน่วยงานภาครัฐในการพิสูจน์ยืนยันตัวตนของลูกาประชาชน



เงินฝากประจำปลอดภาษี



TAX FREE

เงินฝากปลอดภาษีของดีที่ควรมี

- ดอกเบี้ยสูงกว่าเงินฝากออมทรัพย์และไม่เสียภาษี**
- เปิดได้คนละ 1 บัญชีเท่านั้น**
- เหมาะกับคนที่รายได้ประจำ หรือฝากเงินได้อย่างสม่ำเสมอทุกเดือน
- ต้องฝากเงินเท่ากันทุกเดือน (อย่างน้อย 24 เดือน)**
- กำหนดจำนวนเงินฝากขั้นต่ำ* แต่ไม่เกิน 25,000 บาท ต่อเดือน และรวมเงินต้นทั้งหมดแล้ว ต้องไม่เกิน 600,000 บาท**

*ตามที่ธนาคารแต่ละแห่งกำหนด

ควรศึกษาเงื่อนไขต่าง ๆ อย่างรอบคอบ เพื่อจะได้ไม่เสียสิทธิ



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

เปรียบเทียบผลิตภัณฑ์เงินฝาก



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

หน้าแรก เกี่ยวกับ ธปท ติดต่อเรา ช่วยเหลือ / ร้องเรียน

เปรียบเทียบผลิตภัณฑ์

*ข้อมูลเพื่อประโยชน์ในการเปรียบเทียบเบื้องต้น
โดย ธปท. เป็นเพียงผู้รวบรวมข้อมูลจากผู้ให้บริการ หากมีข้อสงสัยเพิ่มเติมโปรดติดต่อผู้ให้บริการโดยตรง

เลือกผลิตภัณฑ์ที่คุณต้องการเปรียบเทียบ

เงินฝาก

🔍 ข้อมูลเรียงตาม อัตราดอกเบี้ย (มากไปน้อย) ▼

▼

หมายเหตุ: คำธรรมเนียมรวมภาษีมูลค่าเพิ่มแล้ว (ถ้ามี)

🔍 การค้นหาขั้นสูง

เปรียบเทียบ
ทั้งหมด

ผู้ให้บริการ

ผลิตภัณฑ์

อัตราดอกเบี้ยต่อปี

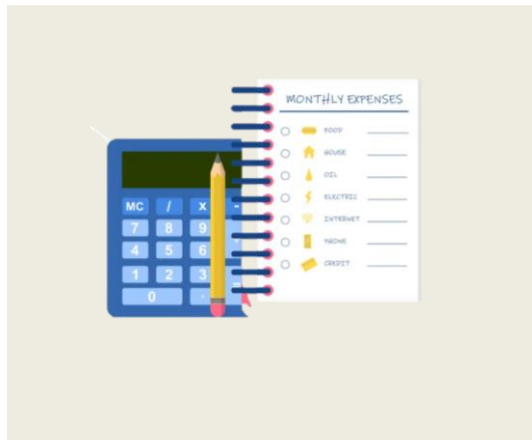
ระยะเวลาฝาก
ที่กำหนด

จำนวนเงินเปิดบัญชี
ขั้นต่ำ

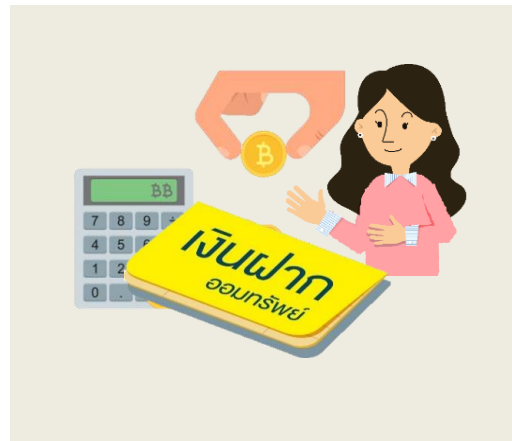
ต้องซื้อ / ใช้ผลิตภัณฑ์อื่น
ควบคู่กับการเปิดบัญชี

เงินฝาก (ธปท.)





ทำบันทึกรายรับ-รายจ่าย



วางแผนการใช้เงินล่วงหน้า (แผนใช้เงิน)

บันทึกรายรับ-รายจ่าย
(รปท.)

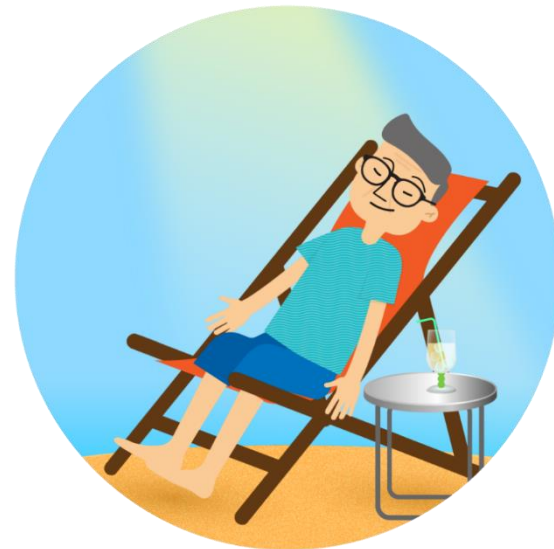




อดมือกินมือ / พึ่งพาลูกหลาน



ทำงานจนแก่



เกษียณสูง / ทำตามฝัน



ก้อนที่ 1

เงินที่จะใช้หลังเกษียณ*

ค่าใช้จ่ายหลังเกษียณต่อเดือน
x 12 เดือน
x จำนวนปีหลังเกษียณ

ก้อนที่ 2

เงินออมเพื่อเกษียณที่มี

- กองทุนประกันสังคม
- กบข./PVD
- RMF/SSF
- หุ้นสหกรณ์ออมทรัพย์
- ประกันชีวิตแบบบำนาญ
- ผลิตภัณฑ์ทางการเงินอื่น ๆ

ก้อนที่ 3

เงินเกษียณที่ต้องออมเพิ่ม

$$1 - 2 = ?$$

ขาดเท่าไหร่ ? วางแผนออมเพิ่ม

- พันธบัตร หุ้นกู้
- หุ้น
- กองทุนรวม SSF RMF

ทำ

ทัน

ที่



ตัวอย่าง

1 ก้อนที่ 1 เงินที่จะใช้หลังเกษียณ*

ค่าใช้จ่ายหลังเกษียณต่อเดือน
x 12 เดือน
x จำนวนปีหลังเกษียณ

๒

เงินที่จะใช้หลังเกษียณ
18,000 บาท x 12 เดือน x 20 ปี
4,320,000 บาท

2 ก้อนที่ 2 เงินออมเพื่อเกษียณที่มี

- กองทุนประกันสังคม
- กบว./PVD
- RMF/SSF
- หุ้นสหกรณ์ออมทรัพย์
- ประกันชีวิตแบบบำนาญ
- ผลิตภัณฑ์ทางการเงินอื่น ๆ

๒

เงินออมเพื่อเกษียณที่มี
กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ (PVD)
320,000 บาท

3 ก้อนที่ 3 เงินเกษียณที่ต้องออมเพิ่ม

$$1 - 2 = ?$$

ขาดเงินออมเพื่อเกษียณเท่าไร?
ออมเงินเกษียณเดือนละเท่าไร?

- พันธบัตร หุ้นกู้
- หุ้น
- กองทุนรวม SSF RMF
(ลดรายจ่าย เพิ่มรายได้)

๒

เงินเกษียณที่ต้องออมเพิ่ม
4,000,000 บาท
ออมเงินเกษียณเดือนละ **2,822 บาท**





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

หาเงินเกษียณที่ต้องออมเพิ่ม (ก้อนที่ 3)

ตัวอย่าง

เงินเกษียณที่ต้องออมเพิ่ม **4,000,000 บาท**

ระยะเวลาในการออมเงิน **35 ปี** (อายุเกษียณ 60 ปี - อายุปัจจุบัน 25 ปี)

อัตราผลตอบแทน **6% ต่อปี** (ตราสารหนี้ 45% หุ้นสามัญ 55%)

โปรแกรมคำนวณเงินออม
สตางค์ Story



เป้าหมายการออม

ระยะเวลา (ปี)

อื่น ๆ



35

จำนวนเงินที่ต้องการออมทั้งหมด

4,000,000

อัตราดอกเบี้ย (%)

6%

จำนวนเงินที่ต้องออม (ต่อเดือน)

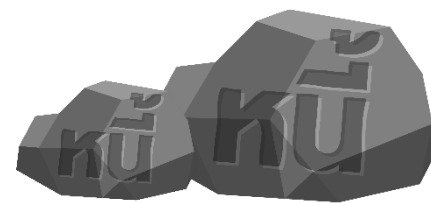
2,821.97 บาท

คำนวณ



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

หนี้ และช่องทางแก้ปัญหานี้





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND



คำถามชวนคิด

การไม่มี “หนี้” เป็นลาภอันประเสริฐ



คุณเห็นด้วยกับคำนี้หรือไม่?

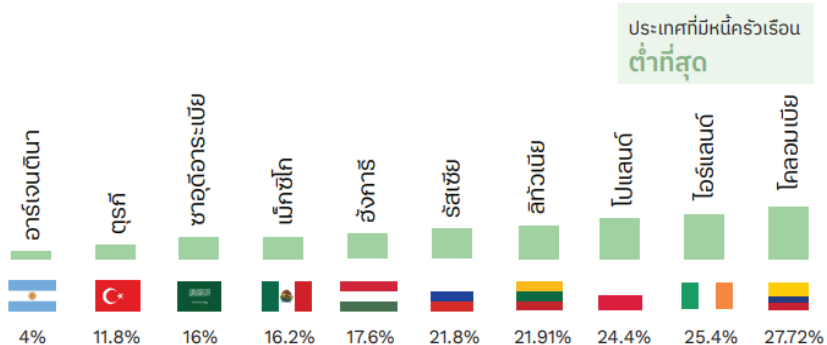
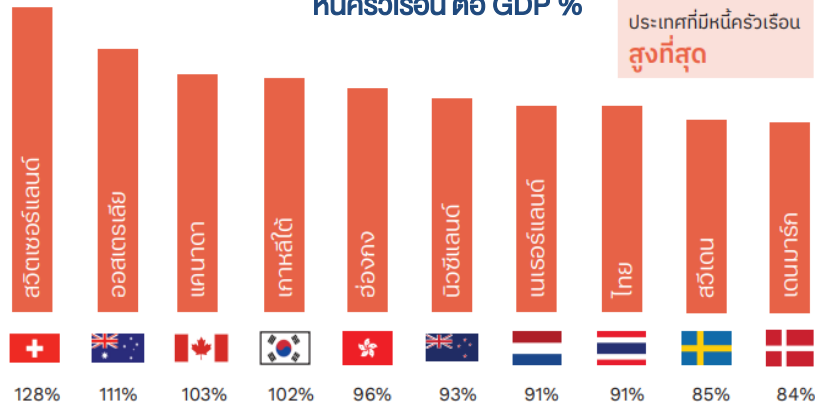
การเป็นหนี้เป็นเรื่องที่ไม่ดี ใช่หรือไม่ ?



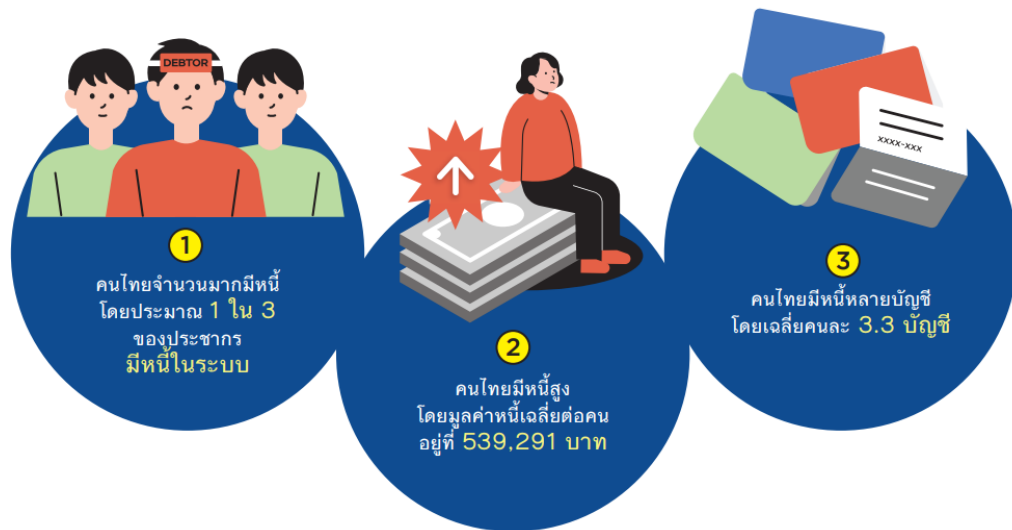
ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

ความ “เยอะ” ของหนี้ครัวเรือนไทย

หนี้ครัวเรือน ต่อ GDP %



ที่มาข้อมูล : Trading Economics (ข้อมูล ณ มีนาคม 2566)



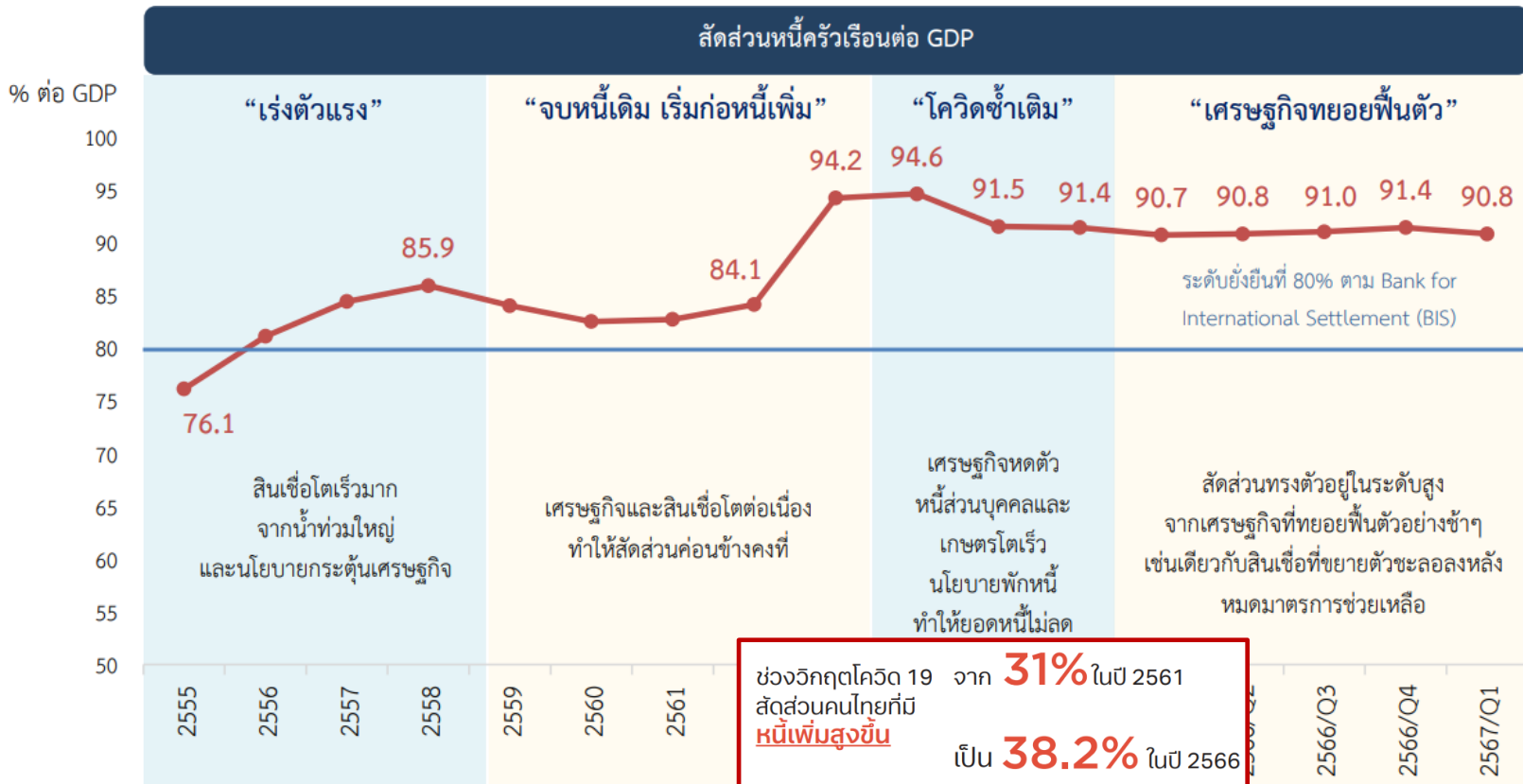
กว่า **67%** ของหนี้ครัวเรือน ส่วนใหญ่ของไทย เป็นหนี้ที่อาจไม่สร้างรายได้ และกว่า 1 ใน 5 ของผู้ที่เป็นหนี้ กำลังมีหนี้เสีย

เป็นหนี้นาน
25.7% ของคนที่เกษียณแล้ว (อายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป) ยังใช้หนี้ไม่หมด โดยมีหนี้เฉลี่ย 419,915 บาทต่อคน

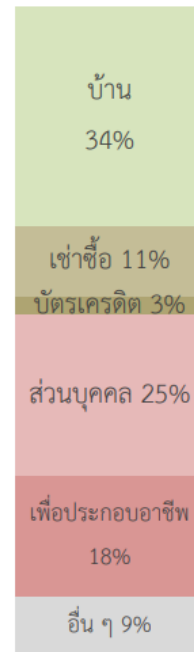
ที่มา : เกรติตบูโร จำนวนโดยสถาบันวิจัยเศรษฐกิจป๋วย อึ๊งภากรณ์ (ปี 2566)



สัดส่วนหนี้ครัวเรือนเร่งขึ้นหลังมี “เหตุฉุกเฉิน” ส่วนหนึ่งเพราะเงินออมไม่พอ



แยกตามประเภทสินเชื่อ
ณ ไตรมาส 1 ปี 2567





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

รู้จักหนี้ดีหรือยัง ?

หนี้ดี

คือหนี้ที่สร้างรายได้/
สร้างความมั่นคงระยะยาว



หนี้เพื่อการศึกษา



หนี้เพื่อการ
ประกอบอาชีพ

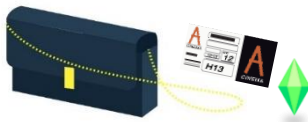


หนี้ที่อยู่อาศัย

หนี้พื้งระวัจ

คือหนี้ที่ไม่สร้างรายได้

SALE



หนี้จากการใช้จ่าย
ฟุ่มเฟือย

หนี้ที่มากเกินไปจนกำลังจ่าย

หนี้อันตราย

คือหนี้ที่ต้องละเว้นเด็ดขาด เพราะอาจทำให้เรา
เสียเงินหรือเป็นหนี้จำนวนมากอย่างรวดเร็ว



หนี้จากการพนัน
เสี่ยงโชค



หนี้ที่นำไปลงทุน
ผิดกฎหมาย

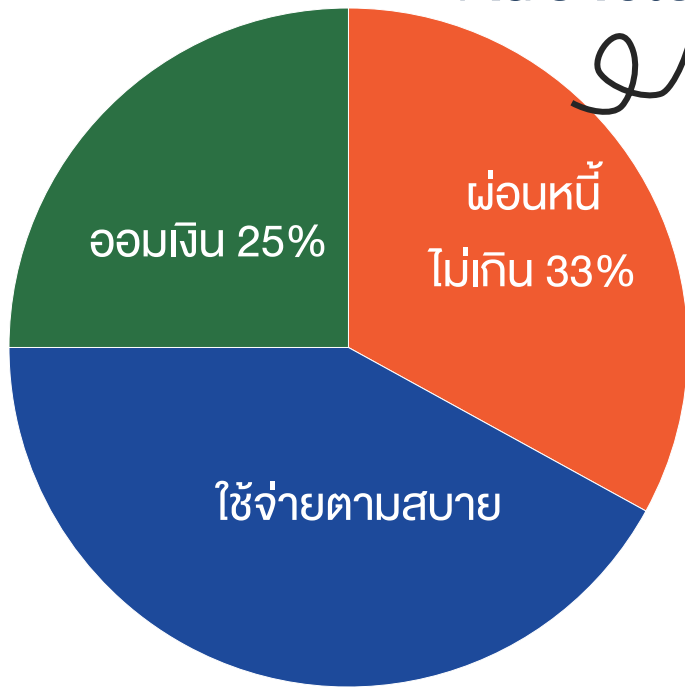


“หนี้” มาพร้อมกับ “ดอกเบี้ย”





มีการหนี้ไม่เกิน
1 ใน 3 ของรายได้



“กรองก่อนกู้”



คิด : จำเป็นแน่ ๆ หรือแค่อยากได้



รอ : รอได้ไหม เก็บเงินก่อนซื้อดีไหม



วางแผน : คิดว่าผ่อนไหวไหม

มีแผนสำรองหรือไม่ ช้อนผ่อนก่อนดีไหม



ตัวอย่าง

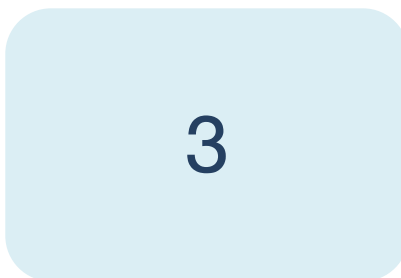
รายได้รวมต่อเดือน

1 ใน 3 ของรายได้

การผ่อนหนี้ไม่ควรเกิน



÷

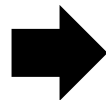


=





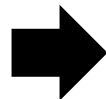
ไม่เกิน 1 ใน 3 หรือ 33%
ของรายได้ต่อเดือน



- ไม่แนะนำให้กู้หนี้เพิ่มอีกหากไม่จำเป็น
- ถ้าเป็นหนี้แล้วก็ต้องจ่ายให้เต็มจำนวนและตรงเวลา



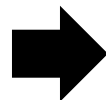
เกิน 1 ใน 3 หรือ 33%
แต่น้อยกว่าครึ่งหนึ่งหรือ 50%
ของรายได้ต่อเดือน



- อย่าเพิ่งก่อหนี้เพิ่ม
- ลดค่าใช้จ่ายไม่จำเป็น หารายได้พิเศษ



มากกว่าครึ่งหนึ่งหรือ 50%
ของรายได้ต่อเดือน



- ไม่ควรก่อหนี้เพิ่ม
- ลดค่าใช้จ่ายไม่จำเป็น หารายได้พิเศษ
- เปิดใจคุยกับคนในครอบครัว และคุยกับเจ้าหนี้



การใช้บัตรเครดิต
ให้เกิดประโยชน์สูงสุด



จ่ายมากกว่าขั้นต่ำ
ดีที่สุด - จ่ายเต็มจำนวน ตรงเวลา



เจรจาขอลดอัตราดอกเบี้ย
เพื่อลดยอดผ่อนชำระต่อเดือน



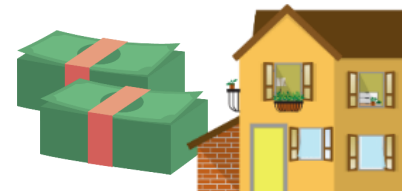
Retention / Refinance



ลดการระดมเบี้ยจ่าย
หมดหนี้เร็วขึ้น



เพิ่มยอดผ่อนชำระต่อเดือน
ปิดหนี้ / โปะหนี้





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND



จ่ายหนี้ไม่ไหว

อาการไหนที่ใช้คุณ

อาการ	การรักษา
 ตึง ยังจ่ายไหวทุกงวด แต่ตึงมือ	ติดต่อเจ้าหนี้ เพื่อป้องกันปัญหาลูกหนี้ไปขายของออนไลน์
 ตา จ่ายไหวแค่ขั้นต่ำ	ติดต่อเจ้าหนี้ เพื่อหาทางจบหนี้เร็ว ประหยัดดอกเบี้ย ขอเปลี่ยนเป็นสินเชื่อระยะยาว ขอลดดอกเบี้ย
 ติด ขาดส่ง 1-90 วัน	ติดต่อเจ้าหนี้ เพื่อขอปรับโครงสร้างหนี้ ขึ้นกับประเภทหนี้และปัญหาที่เกิดขึ้น
 ติด ค้างจ่ายหนี้ เกิน 90 วัน	ถ้าค้างจ่ายหนี้เกิน 120 วัน กรมบัญชีกลาง คืนเช็คส่วนบุคคลที่ไม่มีหลักประกัน ติดต่อคลินิกแก้หนี้ by SAM
 ติด ค้างหนี้ในระบบ จ่ายไม่ไหว	ขอสินเชื่อเพื่อแก้หนี้ในระบบจากสถาบันการเงิน หรือผู้ให้บริการในระบบ เช่น ออมสิน ธ.ก.ส.
 ติด ไม่รู้จะเริ่มแก้หนี้ อย่างไร	ติดต่อหมอหนี้เพื่อประชาชน จอมเวลาเพื่อรับคำปรึกษาวิธีแก้หนี้รายบุคคล

คลินิกแก้หนี้ by SAM



หมอหนี้เพื่อประชาชน



หากต้องการติดต่อเจ้าหนี้ เพื่อแก้ปัญหานี้

โทรเข้า call center ของเจ้าหนี้ และบางเจ้ามีเบอร์ **ต่อ 99** ไว้คุยเรื่องแก้หนี้โดยเฉพาะ



ใช้ช่องแก้หนี้

“หนี้มีปัญหา
อย่าสิ้นหวัง
ยังมีทางออก”



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND



เริ่มตั้งมือ – ขาดส่งเกิน 90 วัน



ไปติดต่อเจ้าหน้าที่



ข้อมูล ณ วันที่ 21 มิ.ย. 67

จ้ง่ายๆ ... อยากรู้แก้หนี้
โทรเบอร์ call center แล้ว กด 99

ธนาคาร

ธนาคารกรุงเทพ 1333 หรือ 0-2645-5555 กด 99	ธนาคารกสิกรไทย 0-2888-8888 กด 99	ธนาคารกรุงศรีอยุธยา 1572 กด 99	ธนาคารไทยพาณิชย์ 0-2777-7777 กด 99
ธนาคารทหารไทยธนชาต 1428 กด 99	ธนาคารกรุงไทย 0-2111-1111 กด 99	ธนาคารออมสิน 1115 กด 99	ธนาคารเพื่อการเกษตร และสหกรณ์การเกษตร 0-2555-0555 กด 99
ธนาคารอาคารสงเคราะห์ 0-2645-9000 กด 99	ธนาคารเกียรตินาคินภัทร 0-2165-5555 กด 99	ธนาคารกสิวิทย์ 0-2633-6000 หรือ 0-2080-6000 กด 99	ธนาคารไทยเครดิต 0-2697-5454 กด 99
ธนาคารเพื่อการส่งออก และนำเข้าแห่งประเทศไทย 0-2169-9999 กด 99	ธนาคารแลนด์ แอนด์ เฮาส์ 1327 กด 99	ธนาคารไอซีบีซี (ไทย) 0-2629-5588 กด 99	ธนาคารธนาภิบาลแห่งประเทศไทย 1302 กด 99
ธนาคารพัฒนาวิสาหกิจขนาดกลาง และขนาดย่อมแห่งประเทศไทย 1357 กด 99	ธนาคารซีไอเอ็มบีไทย 0-2626-7777 กด 99		

NON-BANK

บก. มินิพีช 0-2113-1113 กด 99	บก. ศรีสวัสดิ์ พาวเวอร์ 2022 บก. เงินสงเคราะห์ 1652 กด 99	บก. เซลล์ซอร์ส เทคโนโลยี สมปิต้อง 1361 กด 9 กด 99	บก. อีบีวาย (Umay+) 0-2695-0000 กด 99
KTC 0-2123-5000 กด 99	CARDX 1468 กด 99	เงินดิจิทัล 088-088-0880 กด #99	โทเวย์ 0-2308-7555 กด 99
เอชทีซี สีสซิ่ง 0-2316-2409 กด 99	เมืองไทย แคปปิตอล 1455 กด 99	SEAMONEY 0-2018-6631 กด 99	
แอสเซนด นานา 1240 กด 3 กด 99	เงินเทรสบี 0-2857-8888 กด 99	เงินโพ 0-2078-8899 กด 99	

แบงก์ชาติ โทร.1213
กด 99

Bank of Thailand

สำหรับผู้ให้บริการอื่น ๆ ลูกหนี้สามารถติดต่อผ่าน Call center
หรือเบอร์โทรเฉพาะสำหรับรักษาปัญหานี้และแก้หนี้ของแต่ละแห่งได้



กรณีติดต่อเจ้าหนี้ไม่ได้หรือได้เงินไถ่ที่ยังจ่ายไม่ไหว



ทางด่วนแก้หนี้

ขอความช่วยเหลืออะไรได้บ้าง ?

หนี้ทุกประเภท ทุกสถานะ
ยกเว้นหนี้นอกระบบ

ใครลงทะเบียนได้บ้าง ?

ประชาชนทั่วไป
และธุรกิจ SMEs



ทางด่วนแก้หนี้

บริการสำหรับประชาชนหรือธุรกิจแจ้งขอความช่วยเหลือด้านการผ่อนชำระหนี้เนื่องจากสาเหตุ เช่น ได้รับผลกระทบด้านรายได้จากสถานการณ์โควิด-19 และยังไม่ฟื้นตัว โดยแยก ส่งข้อมูลที่ได้รับไปยัง ผู้ให้บริการหรือหน่วยงานของรัฐที่เกี่ยวข้องเพื่อพิจารณาให้ความช่วยเหลือต่อไป

ขอแก้ไขหนี้

<https://services.bot.or.th/>

ขั้นตอนการดำเนินงาน :

1. เลือกประเภทหนี้ (หนี้ธุรกิจ หรือ หนี้รายย่อย)
2. ลงทะเบียนขอแก้หนี้
3. เพิ่มข้อมูลหนี้สินที่ต้องการแก้ไข

การติดตามผล : สามารถติดตามผลการลงทะเบียนได้ 2 ช่องทาง

1. ติดตามผลผ่านระบบแจ้งเตือนอีเมลที่ท่านลงทะเบียนไว้
2. ติดตามผลผ่านทางเว็บไซต์ BOT กดเมนู “ช่วยเหลือร้องเรียน” เลือกตรวจสอบสถานะแล้วกดเลือกคำร้องที่ต้องการติดตามผล



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

ค้างชำระเกิน 120 วัน (NPL)



คลินิกแก้หนี้



ชี้ช่องแก้หนี้

ปรับเงื่อนไขใหม่

หนี้เสีย

บัตรเครดิต-สินเชื่อส่วนบุคคล

ค้างชำระเกิน 120 วัน

คลินิกแก้หนี้ by SAM

ช่วยได้!!

ดอกเบี้ย 3-5% ต่อปี*
ผ่อนเบาสูงสุด 10 ปี*

คุณสมบัติผู้เข้าร่วมโครงการ

- หนี้เสีย บัตรเครดิต บัตรกดเงินสด สินเชื่อส่วนบุคคล ที่ไม่มีหลักประกัน ของสถาบันการเงินที่เข้าร่วมโครงการ
- หนี้เสีย ของบุคคลธรรมดา ที่มีรายได้ อายุไม่เกิน 70 ปี (รวมระยะเวลาผ่อน)
- หนี้เสีย ค้างชำระมากกว่า 120 วัน (ระยะเวลาบัตรเครดิต/สินเชื่อส่วนบุคคลค้างชำระตั้งแต่ 121-150 วันขึ้นไป)
- หนี้เสีย รวมไม่เกิน 2 ล้านบาท

เอกสารการสมัคร

- รายงานเครดิตบูโร
- สำเนาบัตรประชาชน
- ใบเปลี่ยนชื่อ-สกุล(หากมี)
- เอกสารแสดงรายได้
 - พกงานประจำ
 - สลิปเงินเดือนล่าสุด 1 เดือน หรือหนังสือรับรองเงินเดือน
 - อายัพริษฐ์
 - รายการเงินบัญชีเงินเดือน 3 เดือน หรือหนังสือรับรองรายได้

เอกสารครบ
จบแล้ว!

* เงื่อนไขอื่นตามกำหนด
การพิจารณาอนุมัติจะขึ้นอยู่กับสถาบันการเงินเจ้าของหนี้เดิม
หากผู้เข้าร่วมโครงการแล้ว คืนบัตรหนี้เดิมให้เจ้าของ

* ปรึกษาหนี้สินได้ การเงินฟรีและไม่มีค่าใช้จ่ายที่คลินิกแก้หนี้ ตามจุดให้บริการ

นับถึงวันที่ 1 พ.ค. 2566 เป็นต้นไป

★ สมัคร หรือศึกษาข้อมูลเพิ่มเติม

www.คลินิกแก้หนี้.com | ⑆ คลินิกแก้หนี้ by SAM | @debtclinicbysam | 1443

สินเชื่ออะไรบ้างที่เข้าร่วม ?

บัตรเครดิต บัตรกดเงินสด สินเชื่อส่วนบุคคลที่ไม่มีหลักประกัน

<https://www.debtclinicbysam.com/>



Ins. 1443

หลากหลายช่องทางติดตามข้อมูลข่าวสารดีจากคลินิกแก้หนี้
บน Online Network



facebook



LINE@



YouTube

ยอดผ่อนชำระ



คลินิกแก้หนี้





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND



- ลูกหนี้ v มีหนี้บ้าน หนี้รถ หนี้บัตรเครดิต และหนี้สินเชื่อส่วนบุคคล รวม 12 บัญชี ภาระหนี้รวม ประมาณ 1,700,000 บาท รายได้เพียงเดือนละ 34,000 บาท จึงเป็น**หนี้ที่รายได้ไม่พอกับรายจ่าย** ทำให้ต้องใช้บัตรเครดิตจนวงเงินเต็มทุกบัตร
- **ลูกหนี้ v สมาชิกโครงการคลินิกแก้หนี้** ทำให้สามารถแก้หนี้ด้วยเงื่อนไขที่ผ่อนปรน ค่างวดอยู่ในวิสัยที่ทำได้ ชำระหนี้ได้ตามความสามารถจริง เพราะผ่อนน้อย และผ่อนได้นาน ทำให้แก้หนี้ได้จนจบสัญญาฯ อย่างแน่นอน

กรณีตัวอย่าง - คลินิกแก้หนี้

คลินิกแก้หนี้ช่วยแก้หนี้ลูกหนี้อย่างไร ?



บริหารภาระหนี้ ให้ลูกหนี้สามารถผ่อนชำระหนี้ครบทุกรายการ

- ปรับโครงสร้าง**หนี้เสียบัตรเครดิตและสินเชื่อส่วนบุคคล 3 ใบ** มีเงินต้น 230,000 บาท ให้ผ่อนสูงสุด 10 ปี ทำให้มียอดผ่อนต่อเดือนเพียง 2,500 บาท
 - หนี้บัตรเครดิตที่ยังไม่เสียอีก 7 ใบ ให้ลูกหนี้พยายามชำระตามปกติเพื่อลดยอดหนี้ หากมีเงินก่อนจะรับชำระปิดบัญชี ให้คงเหลือเฉพาะจำเป็นเท่านั้น
 - ส่วนหนี้อื่นๆ เช่น หนี้บ้าน หนี้รถ ให้ลูกหนี้ผ่อนชำระปกติ
- “จากเดิมที่ลูกหนี้เคยผ่อนชำระหนี้รวม 24,000 บาทต่อเดือน เหลือเพียง 14,000 บาทต่อเดือน”



สร้างความมั่นใจว่าจะแก้หนี้สำเร็จ

- ลูกหนี้มั่นใจว่า จะสามารถทำตามแผน และปิดจบได้แน่นอน เพราะจะเป็นไปตามแผนแก้หนี้ที่วางไว้



สนับสนุนให้ลูกหนี้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้เงิน

- มีการวางแผนใช้เงิน ใช้เท่าที่จำเป็น ประมาณการค่าใช้จ่าย และควบคุมการใช้จ่าย ใช้เงินสดเท่าที่มีหลังจากที่กินไว้แล้ว และไม่ก่อหนี้ใหม่
- ใช้วงเงินบัตรเครดิตเฉพาะยามจำเป็น เช่น ค่ารักษาพยาบาล

สิ่งที่ยากในการแก้หนี้

การรวบรวมความกล้าในการเข้ามาคุย ความตั้งใจและความพร้อมที่จะเริ่มแก้ไขปัญหาระงับ

สิ่งที่จะทำให้ปิดหนี้สำเร็จ

ความตั้งใจ ความมุ่งมั่นว่าเราจะต้องจัดการหนี้ให้ได้ เพราะได้รับโอกาสจากเงื่อนไขที่ผ่อนปรน เป็นไปตามความสามารถในการชำระหนี้ได้จริง ทุกอย่างอยู่ที่ตัวเรา เราควบคุมได้



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

ต้องการคำปรึกษาปัญหาหนี้



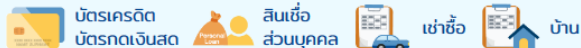
หมอหนี้เพื่อประชาชน

<https://services.bot.or.th/>

หมอหนี้เพื่อประชาชน

“แนะนำการแก้ไขหนี้รายย่อยและธุรกิจ
รวมถึงแนวทางการสร้างรายได้เพิ่ม”

เรียนรู้วิธีการแก้ไขหนี้ด้วยตนเองและนำไปใช้อย่างตรงจุด
ผ่านบริการให้คำปรึกษาบนเว็บไซต์ และหมอหนี้ดิจิทัล (chatbot)



ใช้หมอหนี้แนะนำแนวทาง
แก้ไขปัญหาหนี้สิน

เริ่มเลย



อย่าลืมรับการแก้ไขหนี้ของ
ส.บ. และสถาบันการเงิน

ดูตามตร



หมอหนี้บริการตรวจสอบภาพ
ทางการเงินด้วยระบบ
คลินิกด้านค่าได้เลย

ตรวจสอบภาพการเงิน



ลูกหนี้รายย่อย สบว้ลงคะแนน
ปรึกษาหมอหนี้

ลงคะแนน

หมอหนี้เพื่อประชาชน
...ช่วยให้คำปรึกษาการแก้ไขรายย่อยและธุรกิจ

ลูกหนี้รายย่อยเป็นอย่างไรบ้าง
ที่คนสนใจค้นหามาเว็บหมอหนี้มากที่สุด 3 อันดับแรก

ประเภทสินเชื่อ	บัตรเครดิต	สินเชื่อส่วนบุคคล	สินเชื่อบ้าน
37%	35%	10%	

Bank 84%

- บัตรเครดิต 35%
- สินเชื่อส่วนบุคคล 33%
- สินเชื่อบ้าน 12%

Non-bank 16%

- บัตรเครดิต 49%
- สินเชื่อส่วนบุคคล 44%
- สินเชื่อจำนำทะเบียนรถ 5%

บทความ ที่ผู้สนใจอ่านมากที่สุดในเว็บหมอหนี้ 3 อันดับแรก

- การแก้ไขหนี้ส่วนบุคคล บัตรเครดิต บัตรกดเงินสด
- การแก้ไขหนี้สินเชื่อ
- กระบวนการแก้ไขหนี้รายย่อย

TIPS*
ข้อแนะนำการแก้ไขหนี้รายย่อย

- เก็บข้อมูล**
 - จัดทำบัญชีรายรับ รายจ่าย รายรับ ประเมินสถานะทางการเงินและวางแผนการชำระหนี้
- วางแผนชำระหนี้**
 - จัดทำงบประมาณที่ควรชำระหนี้/หนี้สิน หรือหนี้ใหม่ หรือหนี้เก่าอยู่ติด
 - ศึกษาเอกสารเงื่อนไขของเงินกู้ยืม/หนี้สิน
- เจรจาแก้ไขหนี้**
 - ติดต่อแหล่งติดต่อ center ที่เกี่ยวข้อง

ลูกหนี้ SMEs เป็นอย่างไรบ้าง
ปัญหาที่ผู้ใช้บริการ SMEs ขอรับคำปรึกษา

- ปัญหาการเงิน**
 - การขาดเงินทุนหมุนเวียน
- ปัญหาการคลังชำระหนี้**
 - ต้องการเพิ่มประสิทธิภาพการชำระหนี้
- ต้องการพัฒนาธุรกิจ**
 - ส่วนที่ปฏิบัติงานต้องการเพิ่มเติม
 - ต้องการเพิ่มประสิทธิภาพการชำระหนี้
 - ต้องการเพิ่มประสิทธิภาพการชำระหนี้

กลยุทธ์เพื่อควบคุมรายจ่ายรายจ่าย

เน้น งบได้
หลัก คือ ใจจริง
ปรับงบ งบไปงบปรับ
งบงบ งบงบงบ
งบงบ งบงบงบ
งบงบ งบงบงบ

ปรึกษาหมอหนี้ ปรึกษาหมอหนี้ โทรไปทาง LINE OA
www.bot.or.th/app/doctorbot
LINE OFFICIAL @DOCTORBOT

หมอหนี้เพื่อประชาชน





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

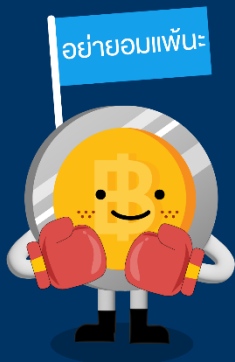


หนี้ในระบบ จะจบยังไง

หนี้ในระบบ

มีวิธีการแก้ไขปัญหาอย่างไร ?

สตางค์ STORY
ธนาคารแห่งประเทศไทย



- 1 เจรจากับเจ้าหนี้**
เช่น ขอลดดอกเบี้ย
- 2 หาเงินมาปิดหนี้**
ขอความช่วยเหลือจากครอบครัว หรือขายทรัพย์สินที่มี
- 3 ขอสินเชื่อในระบบ**
เช่น สินเชื่อเพื่อแก้หนี้ในระบบ ธนาคารออมสิน ธ.ก.ส
สินเชื่อพิโกไฟแนนซ์
- 4 ให้คนกลางช่วยไกล่เกลี่ย**
ติดต่อสำนักงานคุ้มครองสิทธิและช่วยเหลือทางกฎหมาย
แก่ประชาชน สำนักงานอัยการสูงสุด โทร. 1157
- 5 ปรึกษาหรือร้องเรียน**
ติดต่อศูนย์รับแจ้งการเงินนอกระบบ
กระทรวงการคลัง โทร. 1359

ปรับปรุงข้อมูล พ.ย. 2566

สตางค์ STORY
ธนาคารแห่งประเทศไทย

ขอคำปรึกษาและร้องเรียนปัญหา หนี้ในระบบ



ศูนย์แจ้งการเงินนอกระบบ
สำนักงานเศรษฐกิจการคลัง

โทร. 1359

ศูนย์ดำรงธรรม
กระทรวงมหาดไทย

โทร. 1567

ศูนย์ช่วยเหลือลูกหนี้และประชาชน
ที่ไม่ได้รับความเป็นธรรม
กระทรวงยุติธรรม

โทร. 0 2575 3344 หรือ

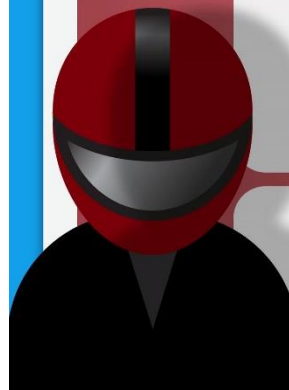
โทร. 1202 ต่อ 53610

สำนักงานตำรวจแห่งชาติ

ศูนย์ป้องกันปราบปรามการกระทำความผิด
เกี่ยวกับหนี้ในระบบ

โทร. 1599

แจ้งต้องการร้องเรียนเรื่องหนี้ในระบบ





Checklist “ชี้ช่องแก้หนี้”

ถ้า ☒ ทั้งหมดทุกข้อตาม checklist แต่ละกล่อง สามารถชี้ช่องให้ลูกหนี้ไปช่องทางแก้หนี้นั้น ๆ ได้เลย

อาการ / ลักษณะปัญหา

ช่องทางแก้หนี้

- ☐ หนีทุกประเภท (ยกเว้นหนี้บัตรเครดิต)
- ☐ มีปัญหาในการจ่ายหนี้ เช่น เงินติดมือ รายได้ลดลง
- ☐ จ่ายขั้นต่ำ / ค่างจ่ายหนี้

ติดต่อเจ้าหน้าที่เพื่อขอปรับโครงสร้างหนี้



- ☐ หนีทุกประเภท (ยกเว้นหนี้บัตรเครดิต)
- ☐ ติดต่อเจ้าหน้าที่ไม่ได้ หรือได้เสียใจการจ่ายหนี้ที่จ่ายไม่ไหว

ทางด่วนแก้หนี้



- ☐ หนีบัตรเครดิต / บัตรกดเงินสด / สินเชื่อส่วนบุคคลไม่มีหลักประกัน
- ☐ เจ้าหนี้เข้าร่วมโครงการ
- ☐ หนีเสีย ค่างชำระเกิน 120 วัน
- ☐ บุคคลธรรมดา อายุไม่เกิน 70 ปี มีรายได้
- ☐ ยอดหนี้รวมไม่เกิน 2 ล้านบาท

คลินิกแก้หนี้ by SAM
โทร 1443



- ☐ หนีทุกประเภท
- ☐ มีปัญหาเรื่องหนี้ ไม่รู้จะแก้ไขยังไง ต้องการปรึกษา

หมอนี้เพื่อประชาชน



- ☐ หนี้บัตรเครดิต
- ☐ ขอคำปรึกษาหรือร้องเรียน



- ศูนย์ดำรงธรรม โทร 1567
- ศูนย์แจ้งการเงินบัตรเครดิต โทร 1359
- สำนักงานตำรวจแห่งชาติ โทร 1599



Checklist ชี้ช่องแก้หนี้

เจ้าหนี้ที่เข้าร่วมโครงการของคลินิกแก้หนี้ by SAM (ข้อมูล ณ เดือนธันวาคม 2567)

สถาบันการเงินเข้าร่วม

Bank



Non-Bank



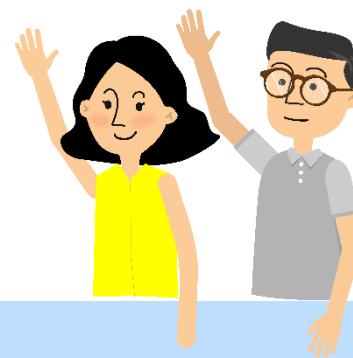
เบอร์โทรแก้หนี้ของสถาบันการเงิน (ข้อมูล ณ เดือนธันวาคม 2567)





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

สิทธิขั้นพื้นฐานของผู้ใช้บริการการเงิน





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND



สิทธิขั้นพื้นฐานของผู้ใช้บริการการเงิน

1



สิทธิที่จะได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง และ
สิทธิที่จะปฏิเสธหากถูกเสนอขาย
ผลิตภัณฑ์

2



สิทธิที่จะเลือกใช้ผลิตภัณฑ์
และบริการได้อย่างอิสระ

3



สิทธิที่จะร้องเรียนเพื่อความเป็นธรรม

4



สิทธิที่จะได้รับการพิจารณาค่าชดเชย
หากเกิดความเสียหาย



1

สิทธิที่จะได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง และสิทธิที่จะปฏิเสธหากถูกเสนอขายผลิตภัณฑ์

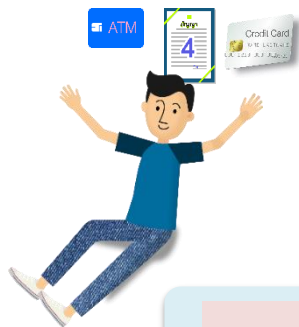
1. เจ้าหน้าที่ต้องอธิบายข้อมูลผลิตภัณฑ์การเงินและเงื่อนไขต่าง ๆ อย่างถูกต้องครบถ้วน เพียงพอต่อการตัดสินใจ และไม่บิดเบือนข้อเท็จจริง
2. กรณีเสนอขายผลิตภัณฑ์หลักของผู้ให้บริการกับผลิตภัณฑ์อื่น เจ้าหน้าที่ต้องอธิบายรายละเอียดของผลิตภัณฑ์ทั้งสองแยกกันชัดเจน เพื่อให้ลูกค้าไม่สับสนและเกิดความเข้าใจผิดในการตัดสินใจใช้ผลิตภัณฑ์
3. หากเจ้าหน้าที่เสนอขายผลิตภัณฑ์ผ่านทางโทรศัพท์ อีเมล หรือ SMS ต้องแจ้งให้ลูกค้าทราบว่า มีสิทธิ์เลือกที่จะไม่รับการติดต่อเพื่อการขายอีก หากไม่สนใจ





2

สิทธิที่จะเลือกใช้ผลิตภัณฑ์และบริการได้อย่างอิสระ



สิ่งที่พบ

ขอทำบัตรเดบิต แต่พนักงานให้ทำแบบพ่วงประกันภัยด้วย

ความจริง

เรามีสิทธิเลือกทำบัตรแบบมีประกันภัยหรือไม่มีประกันภัยก็ได้

กรณียกเว้น !!!



ผู้ให้บริการมีสิทธิกำหนดให้ลูกค้าซื้อผลิตภัณฑ์พ่วงได้ หากผลิตภัณฑ์พ่วงนั้นมีวัตถุประสงค์เพื่อป้องกันความเสี่ยงสำหรับผลิตภัณฑ์หลัก เช่น

- ✓ ขายประกันอัคคีภัยร่วมกับสินเชื่อเพื่อที่อยู่อาศัย
- ✓ ขายประกันภัยรถยนต์ร่วมกับการเช่าซื้อรถยนต์

แต่....ผู้ให้บริการต้องชี้แจงรายละเอียดให้ลูกค้าทราบและลูกค้าต้องมีสิทธิที่จะเลือกทำประกันภัยกับบริษัทใดก็ได้



2

สิทธิที่จะเลือกใช้ผลิตภัณฑ์และบริการได้อย่างอิสระ

VS

ประกันวินาศภัย



จำเป็น หรือ ไม่จำเป็น ???

ผู้ให้บริการสามารถกำหนดให้ลูกค้าต้องทำประกันวินาศภัยเพื่อคุ้มครองหลักประกัน โดยลูกค้ามีสิทธิเลือกทำประกันกับบริษัทใดก็ได้

ประกันชีวิตคุ้มครองวงเงินสินเชื่อเพื่อที่อยู่อาศัย (MRTA)



จำเป็น หรือ ไม่จำเป็น ???

ผู้ให้บริการห้ามกำหนดให้ลูกค้าต้องทำประกันชีวิต แต่หากลูกค้าเลือกที่จะทำลูกค้ามีสิทธิเลือกทำประกันกับบริษัทประกันชีวิตใดก็ได้



3

สิทธิที่จะร้องเรียนเพื่อความเป็นธรรม



ได้รับข้อมูลไม่ถูกต้อง ไม่ครบถ้วน ก่อให้เกิดการเข้าใจผิด



ถูกคิดดอกเบี้ย ค่าธรรมเนียม ค่าปรับไม่ถูกต้อง



ถูกพนักงานเอาเปรียบ



พบปัญหาเกี่ยวกับการใช้ผลิตภัณฑ์ทางการเงิน



หากติดต่อแล้ว...ไม่ได้รับการปฏิบัติอย่างเหมาะสม
สามารถขอรับคำปรึกษาหรือร้องเรียนได้ที่
ธนาคารแห่งประเทศไทย โทร 1213

ร้องเรียนผ่าน call center

สตางค์ STORY
ธนาคารแห่งประเทศไทย

หมายเลข Call Center ของสถาบันการเงิน

ธนาคารกรุงไทย 1333	Krungthai 0 2111 1111	krungsri 1572	KBank 0 2888 8888	KIATNAKIN PHATRA 0 2165 5555
CIMB THAI 0 2626 7777	ttb 1428	TISCO 0 2633 6000	SCB 0 2777 7777	UOB 0 2285 1555
LH BANK 1327	standard chartered 02 106 1000	ICBC 0 2629 5588	ธนาคารไทยพาณิชย์ 0 2697 5454	中國銀行 BANK OF CHINA 0 2679 5566
บสย 0 2890 9999	SME Bank 1357	SIB 0 2555 0555	EXIM THAILAND 0 2169 9999	ออมสิน 1115
ธนาคารกรุงศรีอยุธยา 0 2645 9000	ธนาคารอิสลาม 0 1302			

ข้อมูล ณ วันที่ 19 ก.ค. 2567

หมายเหตุ: สถาบันการเงินต้องแจ้งความคืบหน้าในการดำเนินการให้ผู้ร้องเรียนทราบเป็นระยะ



4

สิทธิที่จะได้รับการพิจารณาค่าชดเชยหากเกิดความเสียหาย



หากพบว่าปัญหาจากการใช้บริการที่เกิดขึ้น...เกิดจากความผิดพลาดของ

- สถาบันการเงิน
- เจ้าหน้าที่ของสถาบันการเงิน

ที่จงใจหรือประมาทเลินเล่อจนทำให้เกิดความเสียหาย ผู้ใช้บริการมีสิทธิที่จะได้รับค่าชดเชยความเสียหายนั้น

ติดต่อหน่วยงานที่กำกับดูแลได้ที่ ...



สปท. โทร.1213

บริการของสถาบันการเงิน
บริษัทบัตรเครดิตและสินเชื่อ
ส่วนบุคคลภายใต้การกำกับ



ก.อ.ต. โทร. 1207

บริการของ บล. บลจ.
เช่น หุ้น กองทุนรวม
สัญญาซื้อขายล่วงหน้า



คปท.

สำนักงานคณะกรรมการกำกับและส่งเสริม
การประกอบธุรกิจประกันภัย(คปท.)

คปท. โทร. 1186

บริการของบริษัท
ประกันชีวิต
และบริษัทประกันวินาศภัย



สศค. โทร. 1359

การเงินนอกกรอบ เช่น
แชร์ลูกโซ่
หนี้นอกระบบ



สคบ. โทร. 1166

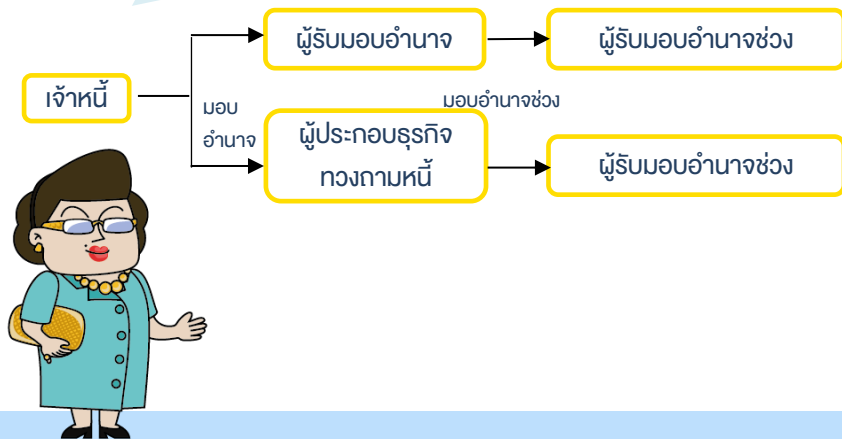
สินค้าและบริการทั่วไป เช่น
การโฆษณาเกินจริง
การไม่ปฏิบัติตามสัญญา



สิทธิที่จะได้รับการปฏิบัติที่เหมาะสมในการติดตามทวงถามหนี้

ใครมีสิทธิทวงถามหนี้ ตาม พ.ร.บ. การทวงถามหนี้ 2558

- ☑ เจ้าหนี้โดยตรง (รวมถึงเจ้านั่นเองระบบ)
- ☑ ผู้รับมอบอำนาจจากเจ้าหนี้ตามกฎหมาย และผู้รับมอบอำนาจช่วง
- ☑ ผู้ประกอบธุรกิจทวงถามหนี้ และผู้รับมอบอำนาจ



จำนวนในการทวงถามหนี้

1 ครั้ง/วัน

ช่วงเวลาในการทวงถามหนี้

- จันทร์ – ศุกร์ : 8.00 – 20.00 น.
- เสาร์ – อาทิตย์ : 8.00 – 18.00 น.

ลูกหนี้ร้องเรียนได้ หากเจ้าหนี้...

- ประจาน - ทวงถามหนี้เกิน 1 ครั้ง/วัน
- พูดยาดูหมิ่น - ทวงหนี้นอกเวลา
- หน่วง/ใช้ความรุนแรง

อัตราค่าทวงถามหนี้

- ไม่เกิน 50 บาท กรณีลูกหนี้ค้างชำระหนี้ 1 งวด
- ไม่เกิน 100 บาท กรณีลูกหนี้ค้างชำระหนี้มากกว่า 1 งวด
- ห้ามเรียกเก็บค่าธรรมเนียมหรือค่าใช้จ่ายใด ๆ ถ้าค้างชำระไม่เกิน 1,000 บาท



สิทธิเกี่ยวกับการปรับโครงสร้างหนี้ ดอกเบี้ย ค่าธรรมเนียมและข้อมูลต่าง ๆ ตามเกณฑ์ การให้สินเชื่ออย่างรับผิดชอบและเป็นธรรม (Responsible Lending: RL)

เจ้าหนี้ต้องเสนอปรับโครงสร้างหนี้ให้ลูกหนี้รายย่อยและ SMEs ก่อนเป็น NPL ที่ไม่เคยปรับโครงสร้างหนี้อย่างน้อย 1 ครั้ง และลูกหนี้ที่เป็น NPL แล้ว ก่อนถูกดำเนินคดี อย่างน้อยอีก 1 ครั้ง และห้ามโอนขายหนี้ในช่วง 60 วัน หลังเสนอแผนปรับโครงสร้างหนี้

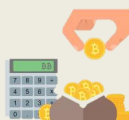
- **ไม่ถูก**คิดค่าปรับกรณีไถ่ถอนสินเชื่อก่อนกำหนด (Prepayment fee) สำหรับสินเชื่อส่วนบุคคลทุกประเภท ยกเว้น กรณีการ refinance สินเชื่อบ้านในช่วง 3 ปีแรก ซึ่งเป็นช่วงที่สถาบันการเงินคิดดอกเบี้ยต่ำ (teaser rate) กับลูกหนี้



- **ไม่ถูก**คิดค่าธรรมเนียมการปรับปรุงโครงสร้างหนี้ ยกเว้น ค่าประเมินราคาหลักประกัน ซึ่งผู้ให้บริการจำเป็นต้องนำข้อมูลดังกล่าวมาใช้ประกอบการพิจารณากำหนดเงื่อนไขการปรับปรุงโครงสร้างหนี้



- **ไม่ถูก**คิดดอกเบี้ยบนดอกเบี้ยสำหรับสินเชื่อที่ให้แก่อูกค้ารายย่อย ซึ่งรวมถึงสินเชื่อวงเงินกู้เบิกเกินบัญชี (overdraft)



- **ได้รับ**ข้อมูลสำคัญถูกต้อง ครบถ้วน และเปรียบเทียบได้
- **ได้รับ**การส่งเสริมวินัยทางการเงินผ่านการให้ข้อมูลของผู้ให้บริการตลอดจนจริง เช่น การมีคำเตือน “กู้อาที่จำเป็นและชำระคืนไหว” และอัตราดอกเบี้ยต่อปีต่ำสุด – สูงสุดในสื่อโฆษณา
- **การแจ้งเตือน**เมื่อจะมีการค้างงวดหรืออัตราดอกเบี้ยเพิ่มขึ้น ตลอดจนการแจ้งข้อดี – ข้อเสียของแต่ละทางเลือกในการแก้หนี้





ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

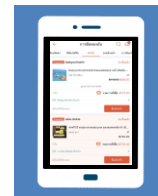


สิทธิเกี่ยวกับข้อมูลเครดิต

1. ขอรายงานเครดิตบูโรของเราเอง เพื่อดูสถานการณ์การชำระหนี้ของ
แต่ละบัญชี*
2. ขอแก้ไข หากพบว่าข้อมูลในรายงานเครดิตบูโรไม่ถูกต้อง เช่น ชื่อ-นามสกุล
3. วัน-เดือน-ปีเกิด ประวัติการชำระหนี้ สามารถใช้สิทธิโต้แย้งรายงานข้อมูลเครดิต
แห่งชาติ
4. หากถูกปฏิเสธสินเชื่อจากสถาบันการเงินจากการรับรู้ข้อมูลในเครดิตบูโร
- สถาบันการเงินต้องออกหนังสือชี้แจงเหตุผลพร้อมแหล่งที่มาของข้อมูล
- ลูกค้าสามารถนำหนังสือฯ พร้อมบัตรประชาชนไปยื่นขอตรวจสอบ
ความถูกต้องของข้อมูลได้ฟรีภายใน 30 วัน**

สิทธิขั้นพื้นฐานของผู้ใช้บริการการเงิน

>>>



ตัวอย่างช่องทางขอรายงานเครดิตบูโร (ข้อ 1): ศูนย์ตรวจ
เครดิตบูโร แอปธนาคารในมือถือ ตู้ ATM ที่ทำการไปรษณีย์

>>>



ช่องทางขอแก้ไข และขอตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล
(ข้อ 2-3): ศูนย์ตรวจเครดิตบูโร ที่ทำการไปรษณีย์



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

ภัยทางการเงิน





แก๊งคอลเซนเตอร์



แชร์ลูกโซ่



ภัยในโลกออนไลน์



เงินกู้ยืมระบบ /
เงินกู้ปลอม



รับจ้าง
เปิดบัญชีม้า



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

วิธีป้องกันตัวเองจากภัยการเงิน

สายด่วนภัยออนไลน์ โทร. 1441



จำกัดวงเงินโอนและแยกบัญชี
ทำรายการออนไลน์ออกจากบัญชีเงินออม



ตั้ง Username และ Password
ให้เดายาก แต่จำได้แม่น



ดูแลคอมพิวเตอร์
หรือสมาร์ตโฟนให้ปลอดภัย



ตรวจสอบความถูกต้องก่อนกดยืนยัน/
ตรวจสอบความเคลื่อนไหวของเงินในบัญชี



ป้องกันไวรัส



ไม่ใช่
โปรแกรมเถื่อน



ล็อกหน้าจอ



ไม่ใช่
Free WIFI



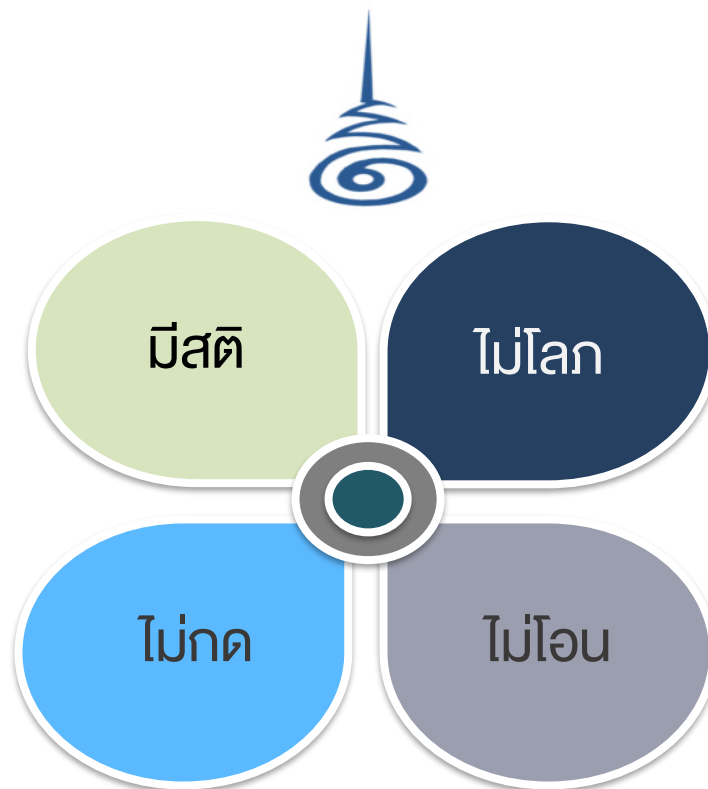
รับติดต่อธนาคารหากพบรายการผิดปกติ
หรือเมื่อเปลี่ยนข้อมูลส่วนตัว



คิดก่อนคลิก
ใช้เว็บไซต์/แอปพลิเคชันที่ปลอดภัย



เปิดเผยข้อมูลใน Social Media
เท่าที่จำเป็น และติดตามข่าวอยู่เสมอ



สงสัยให้ถาม ติดตามข่าวสาร



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

ส่งท้าย : 10 เรื่องเงินที่อยากให้ง่าย



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

1



หมอนี่ ฝาก
ทงส่วนที่นี้

หมอนี่มีปัญหา อย่าเพิ่งสิ้นหวัง ยังมีทางออก

- ติดต่อเจ้าหน้าที่ขอปรับโครงสร้างหนี้ เช่น ขอลดยอดผ่อน ขอย้ายระยะยาว ทุกคนมีสิทธิ์ขอเจรจาได้เลย ไม่ต้องรอจนเป็นหนี้เสีย
- ติดต่อหมอนี่ ธ.ป.ท. ขอคำปรึกษาวิธีจัดการหนี้
- ติดต่อทางด่วนแท็กซี่ หากได้เงื่อนไขที่ยังจ่ายไม่ได้

2



ไม่ค้าประกัน ไม่ถือว่าแฉ่งน้ำใจ ให้เลือกค้าประกันเท่าที่จ่ายไหว ไม่ต้องเสียแบกหนี้แทนคนอื่นทั้งก้อน

3



ผ่อนบ้านครบทุก 3 ปี ลองขอลดดอกเบี้ยกับเจ้าหน้าที่เดิม หรือย้ายไปที่ใหม่ที่เงื่อนไขดีกว่า "อย่าลืมเปรียบเทียบค่าธรรมเนียม"

4



กูไว้นัก มักเสียดอกเบี้ยแพง เทียบหลาย ๆ เจ้า ก่อนตัดสินใจ

5



จ่ายหนี้บัตรเครดิตมียอด หรือมากกว่าวันค่า ไม่เป็นหนี้เรื้อรัง

เงิน



6



ได้โบนัส ได้รางวัล มีเงินก้อนเมื่อไหร่ รีบเอาไปโปะหนี้ จบหนี้เร็ว ดอกเบี้ยไม่บาน

8



มีสติ ไม่โลภ ไม่กด ไม่โอน ไม่โดนมิจฉาชีพหลอก

7



ทยอยเก็บ "เงินออมเผื่อฉุกเฉิน" เท่ากับค่าใช้จ่ายจำเป็นและค้างงวด 6 เดือน ไม่ต้องกู้ต่อนเงินจากมือ

9



ไม่พัวพันการพนัน ไม่มีใครรวยนอกจากเจ้ามือ

10



สายด่วนจำขึ้นใจ สู้ภัย สู้หนี้

1213

ธนาคารแห่งประเทศไทย

ปรึกษาปัญหาหนี้

ร้องเรียนบริการทางการเงิน

1443

คลินิกแก้หนี้ by SAM

แก้หนี้เสียบัตรเครดิต

สินเชื่อส่วนบุคคล

1567

ศูนย์ดำรงธรรม

แก้หนี้

นอกระบบ

1359

สำนักงานเศรษฐกิจการคลัง

ร้องเรียน

ทวงหนี้ไม่เหมาะสม

1441

ศูนย์ปฏิบัติการแก้ไขปัญหาอาชญากรรมออนไลน์

ภัยการเงิน

ออนไลน์



เนื้อหา ข้อมูล และสื่อความรู้ทางการเงินที่จัดทำขึ้นนี้ เป็นลิขสิทธิ์ของธนาคารแห่งประเทศไทย (ธปท.) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมความรู้ทางการเงินไปยังวงกว้าง การนำเนื้อหาหรือสื่อต่าง ๆ ไปใช้งานโปรดอ้างอิงแหล่งที่มาให้ชัดเจน

ธปท. ไม่อนุญาตให้นำไปจำหน่ายหรือใช้เพื่อการแสวงหาประโยชน์ทางการค้า
กรณีนำเนื้อหาบางส่วนหรือทั้งหมดไปใช้งานเพื่อวัตถุประสงค์อื่นต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจาก ธปท.

หากมีข้อสงสัยหรือประเด็นสอบถามเพิ่มเติมสามารถติดต่อได้ที่

อีเมล: FL@bot.or.th