



การสะกิดพฤติกรรม



Fin. Trainer จะทำอย่างไร ?

ถ้าอยากสร้างความเปลี่ยนแปลง

การอบรมวิทยากรการเงินประจำหน่วยงาน (Fin. Trainer)

รุ่นที่ 3/65

24 – 25 พฤศจิกายน 2565

พัฒนาระบบนิเวศการเงินไทยอย่างยั่งยืน

**เพื่อนพนักงาน**

- 1 มีเงินออมเพื่อฉุกเฉิน
- 2 มีเงินออมในระยะยาว
- 3 บริหารจัดการหนี้
ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม



อาจมีสาเหตุที่ทำให้ไม่สำเร็จได้มากมาย
เพราะแต่ละคนมีปัจจัยแวดล้อมในชีวิตต่างกัน

รวมถึง “ความเอนเอียง”
ในกระบวนการคิดหรือการใช้สติปัญญา
(Cognitive bias)



ทำความเข้าใจกับ...

พฤติกรรมจากความเอนเอียง



รู้ว่า “ดี” แต่เลือกที่จะทำอย่างอื่นซะอย่างงั้น !

ระบบที่ 1



เร็ว



ไม่รู้ตัว



ไม่ต้อง
ใช้ความ
พยายาม
(อัตโนมัติ)



คิด
เชื่อมโยง



อาศัย
ทักษะ

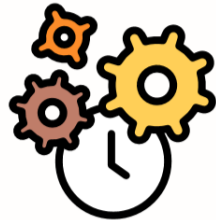
ระบบที่ 2



ช้า



รู้ตัว



ใช้ความ
พยายาม



คิดเป็นเหตุ
เป็นผล

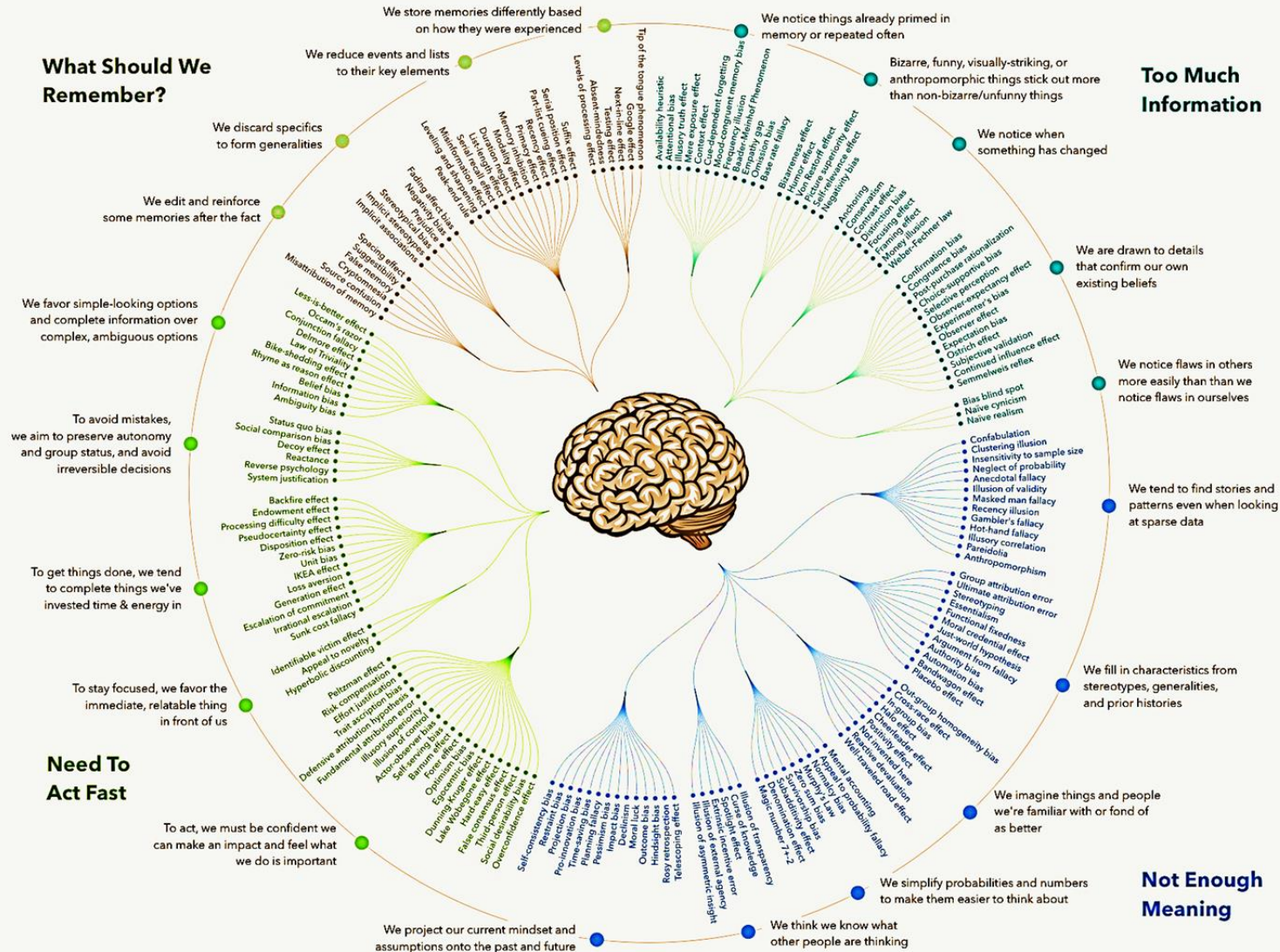


อาศัย
กฎเกณฑ์



สมองกับการคิด 2 ระบบ

COGNITIVE BIAS CODEX



ความเอนเอียง (Cognitive Bias)

175 ประเภท



ตัวอย่าง “ความเอนเอียง” ที่เกี่ยวเนื่องกับพฤติกรรมทางการเงิน



ชอบความสูงที่มีได้ง่าย สูงได้ทันที (Present Bias)

- สนใจปัจจุบันมากกว่าอนาคต ชอบ “ความสุขวันนี้” มากกว่า



ไม่ชอบการเสียผลประโยชน์ (Loss Aversion)

- ไม่ชอบ/หลีกเลี่ยงความสูญเสีย ไม่ทำอะไรที่รู้สึกว่าจะเสียผลประโยชน์ไป



ยึดติดกับสิ่งที่เป็นอยู่ (Status quo bias)

- คิดว่าสิ่งที่เป็นอยู่ มีอยู่ ต่อยอยู่แล้ว ไม่อยากเปลี่ยนอะไร

เรื่อง “การออกแบบทางเลือกเพื่อการเพิ่มเงินออม”



21st NGRC
March 27, 2020

การประชุมวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษาแห่งชาติ ครั้งที่ 21
วันที่ 27 มีนาคม 2563 ณ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

การออกแบบทางเลือกเพื่อการเพิ่มเงินออม
Choice Architecture to Enhance Saving

จีรณัทย์ ชอบชาย (Jeeranat Chobkhai)* ภูมิสิทธิ์ มหาสุวีระชัย (Phumsith Mahasuweerachai)**

ตัวอย่างงานวิจัยในประเทศไทย

ลด Loss Aversion
(ลดความไม่อยากเสียผลประโยชน์)

แบบสอบถามเกี่ยวกับ “ความเป็นไปได้ในการออม”

หากเปลี่ยนอัตราการออม “จากเงินเดือนที่เพิ่มขึ้นในอนาคต” ท่านจะมีเงินออมเพิ่มมากขึ้น

ข้อมูลการออมเงิน

- เงินออมสามารถช่วยเพิ่มความมั่นคงหลังเกษียณอายุได้
- เงินออมสามารถนำมาใช้จ่ายในยามฉุกเฉินโดยไม่ก่อกวนนี้ได้ เช่น อุบัติเหตุ การเจ็บป่วย
- เงินออมสามารถนำไปช่วยเหลือคนในครอบครัวของคุณได้
- เงินออมสามารถกลายเป็นมรดกส่งต่อลูกหลาน
- เงินออมสามารถนำไปใช้จ่ายเพื่อความบันเทิงหลังเกษียณอายุได้

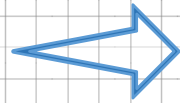
บอกข้อดี

ข้าพเจ้ายินดีเปลี่ยนอัตราการออมจาก 10 % เป็น

☐ 15 %☐ 25 %☐ มากกว่า 30 %☐ 20 %☐ 30 %☐ ข้าพเจ้ามีความประสงค์ที่จะไม่เปลี่ยนแปลงอัตราการออมถามว่า “มีความตั้งใจ”
จะออมเพื่ออนาคตมากขึ้นหรือไม่

ตัวอย่างงานวิจัยในประเทศไทย

ตารางแสดงเงินออมสมมติ จากเงินเดือนที่เพิ่มขึ้น (บาท) เมื่อเกษียณอายุในอัตราการออมต่าง ๆ



ให้ข้อมูลแผนการออมเงินเพิ่ม
(Enhance active choice)
เพื่อให้เห็นภาพในอนาคตชัดเจนขึ้น

ปัจจุบันออมอยู่ 10 %

*หากตัดสินใจออมเงินเพิ่มเพื่ออนาคต

ท่านจะมีเงินใช้จ่ายในปัจจุบันน้อยลง ดังนั้นโปรดพิจารณาถึงความสามารถทางการเงินของท่านในปัจจุบันและอนาคต”

ข้าพเจ้ายินดีเปลี่ยนอัตราการออมจาก 10 % เป็น

☐

15 %

☐

25 %

☐

มากกว่า 30 %

☐

20 %

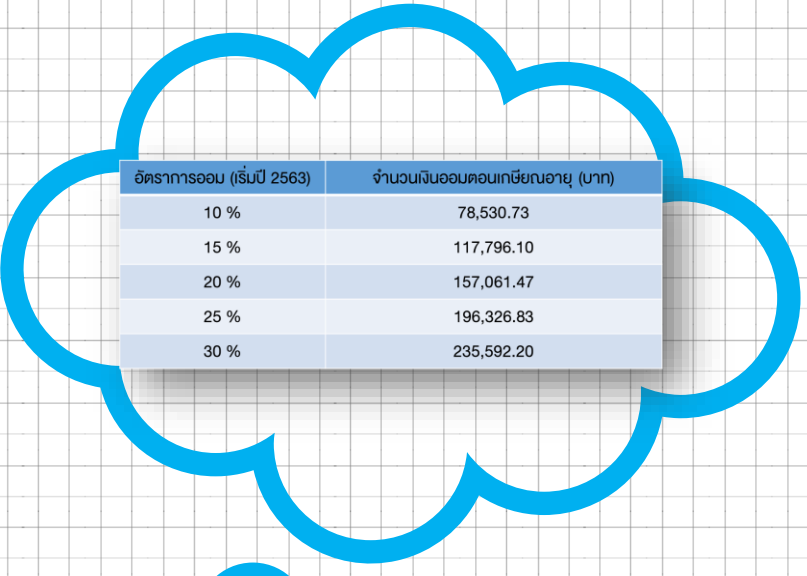
☐

30 %

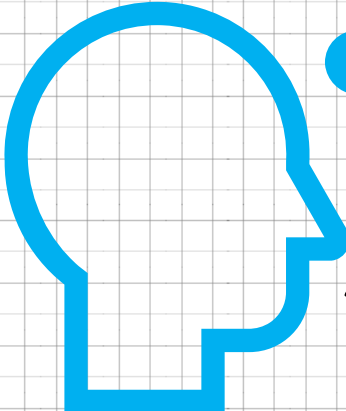
☐

ข้าพเจ้ามีความประสงค์ที่จะไม่เปลี่ยนแปลงอัตราการออม

ผลการทดสอบพบว่า



อัตราการออม (เริ่มปี 2563)	จำนวนเงินออมตอนเกษียณอายุ (บาท)
10 %	78,530.73
15 %	117,796.10
20 %	157,061.47
25 %	196,326.83
30 %	235,592.20



กลุ่มคนที่ได้รับข้อมูล
แผนการออมเงินเพิ่ม

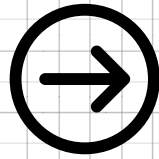
มีแนวโน้มที่จะเพิ่มอัตราการออม

(โดยมีอัตราการออมสูงกว่าโดยเฉลี่ยร้อยละ 8.9)



การทำให้คนเห็นอนาคตชัดเจนขึ้น
สามารถจูงใจให้คนออมเพิ่มได้มากกว่า

ความท้าทายของพวกเรา
เหล่า Fin. trainers 

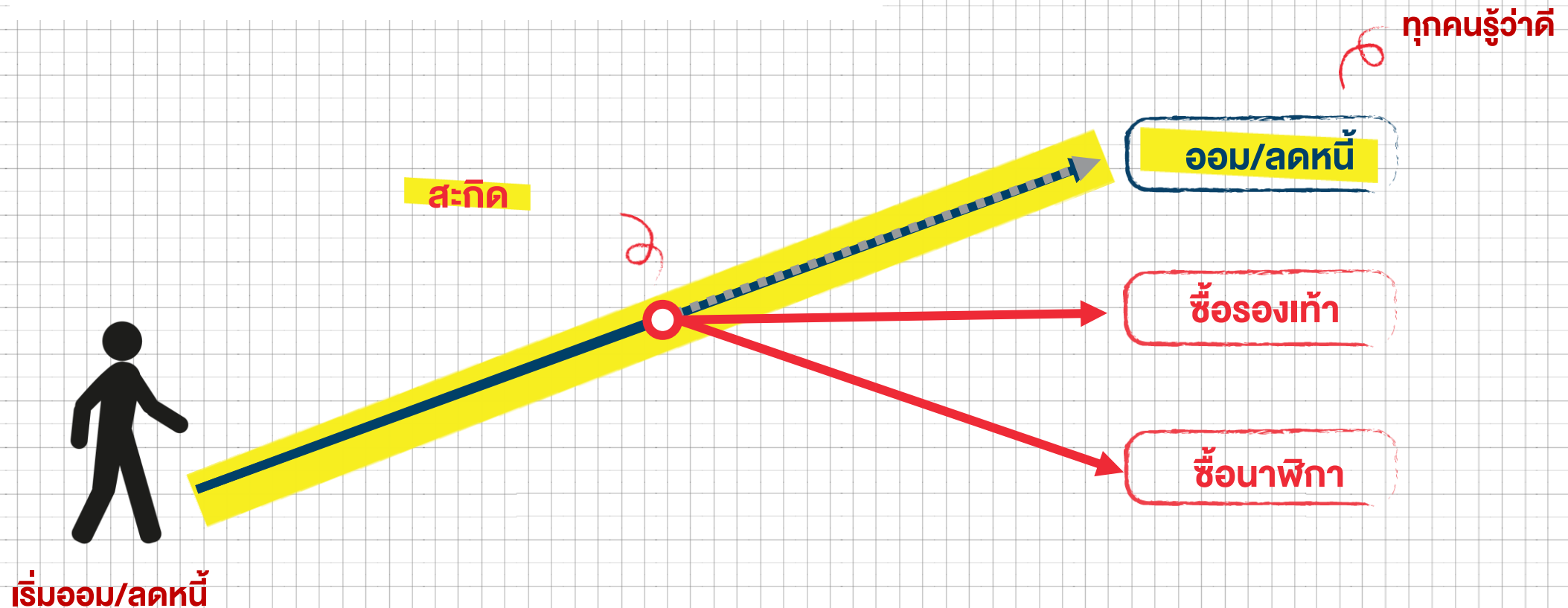


ทำอะไรให้พฤติกรรมเป้าหมายเกิดขึ้นได้จริง ?



ทำไมต้องสะกิดพฤติกรรม

การออมเงินหรือลดหนี้ เป็นสิ่งที่ทำแล้ว ไม่เห็นผลทันที
จึงต้องสะกิดเพื่อให้ออมเงินหรือลดหนี้



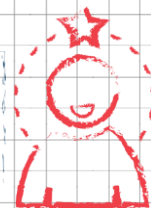


สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง



1

กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่เราต้องการให้ชัดเจน



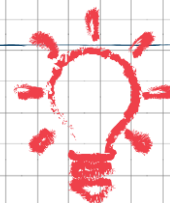
2

เข้าใจพฤติกรรมของเพื่อนพนักงาน



3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



4

วัดผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม





สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง



1

กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่เราต้องการให้ชัดเจน



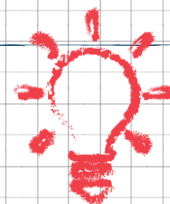
2

เข้าใจพฤติกรรมของเพื่อนพนักงาน



3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



4

วัดผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

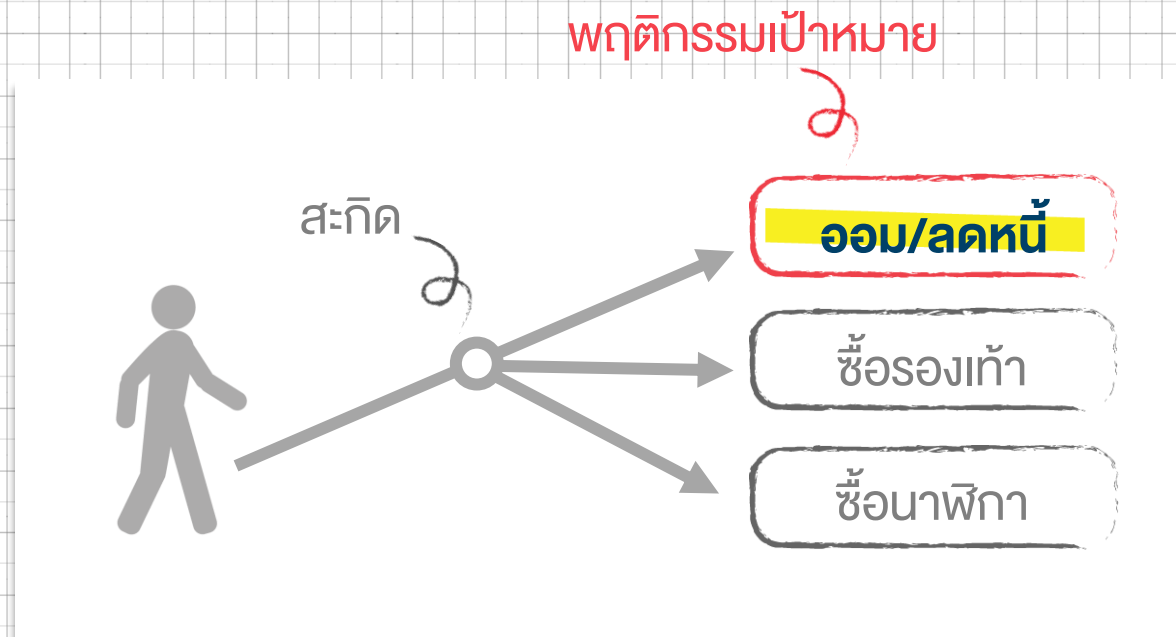


สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

1 กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่เราต้องการให้ชัดเจน



พฤติกรรมทางการเงินที่ต้องการเปลี่ยนคืออะไร



1. พฤติกรรมเป้าหมาย
 - มีเงินออมเพื่อฉุกเฉิน / ลดหนี้
 - shopping online ลดลง
2. พนักงานกลุ่มเป้าหมาย
 - ทั้งบริษัท / ฝ่าย / แผนก
 - อาจระบุเป็นจำนวนคน
3. ระยะเวลาที่ใช้เพื่อเปลี่ยนพฤติกรรม
 - ภายใน 3 / 6 / 12 เดือน



สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง



1

กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่เราต้องการให้ชัดเจน



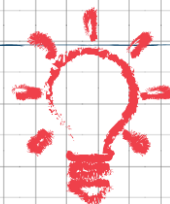
2

เข้าใจพฤติกรรมของเพื่อนพนักงาน



3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



4

วัดผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม





สะกดพฤติกรรม...ทำยังไง



2

เข้าใจพฤติกรรมของเพื่อนพนักงาน



เส้นไหนยาวกว่ากัน...?



บน



กลาง



ล่าง

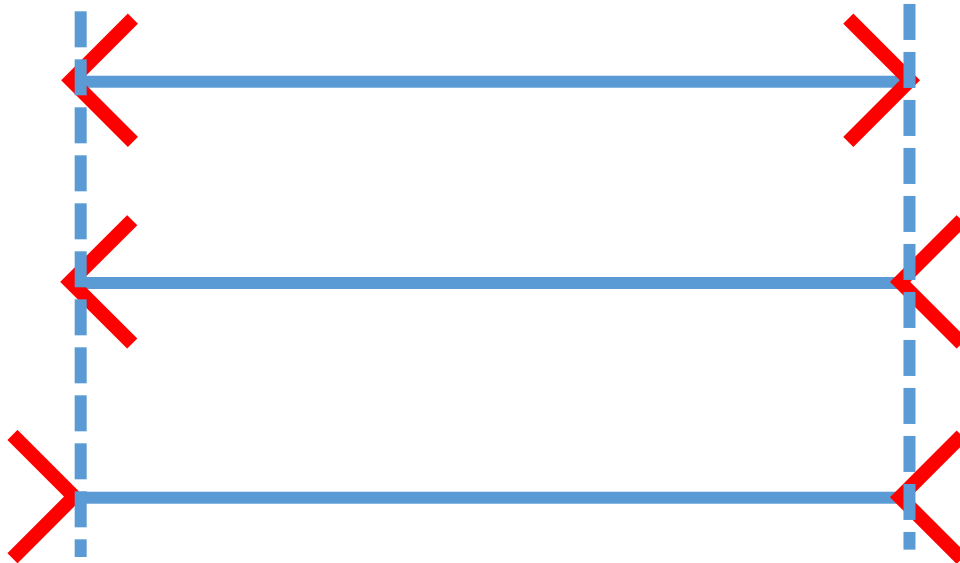


สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง



2

เข้าใจพฤติกรรมของเพื่อนพนักงาน



เท่ากันเห็น ๆ

สิ่งที่ทำให้เอนเอียง
หัวลูกศรสามเหลี่ยม

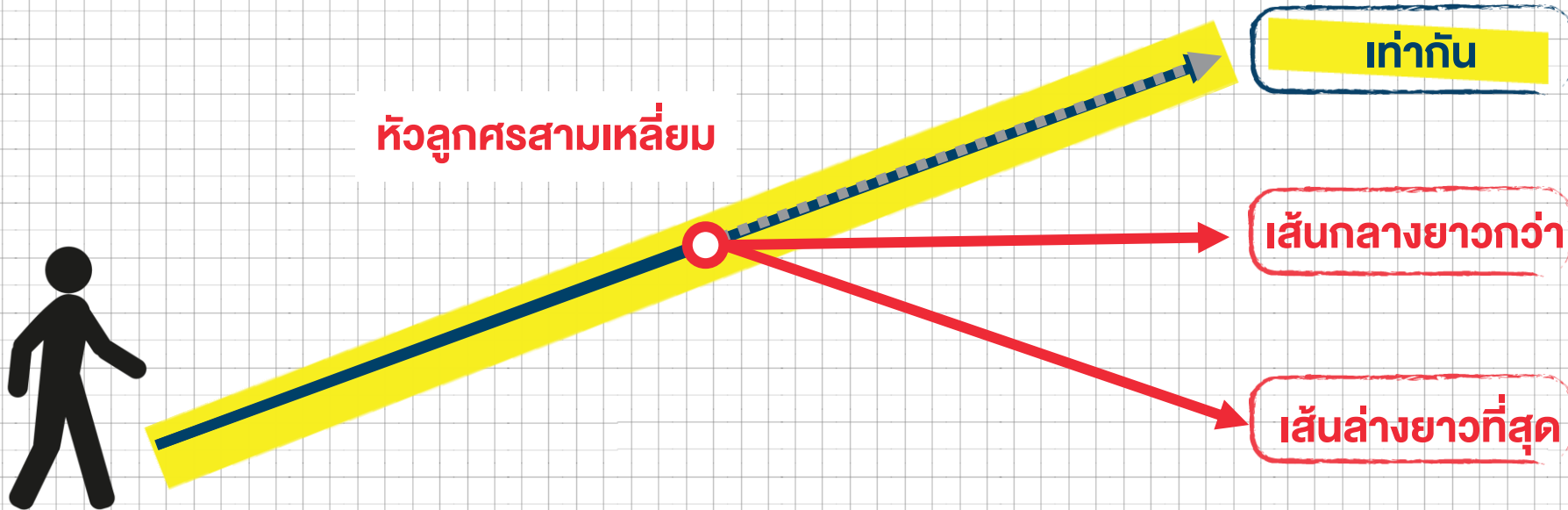
สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

2

เข้าใจพฤติกรรมของเพื่อนพนักงาน



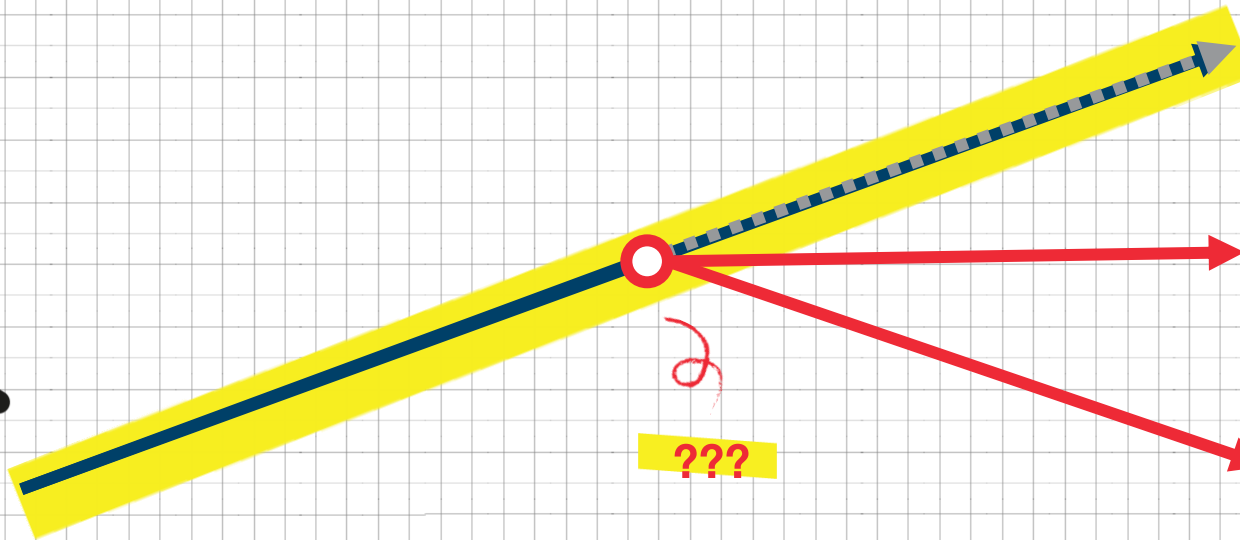
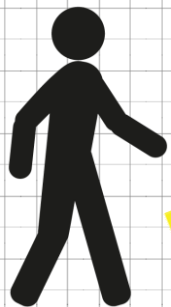
เส้นไหนยาวกว่ากัน...?



สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

2

เข้าใจพฤติกรรมของเพื่อนพนักงาน



พฤติกรรมเป้าหมาย

ออมเงิน/ลดหนี้

ซื้อรองเท้าก่อน

ซื้อนาฬิกาดีกว่า

สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

2

เข้าใจพฤติกรรมของเพื่อนพนักงาน



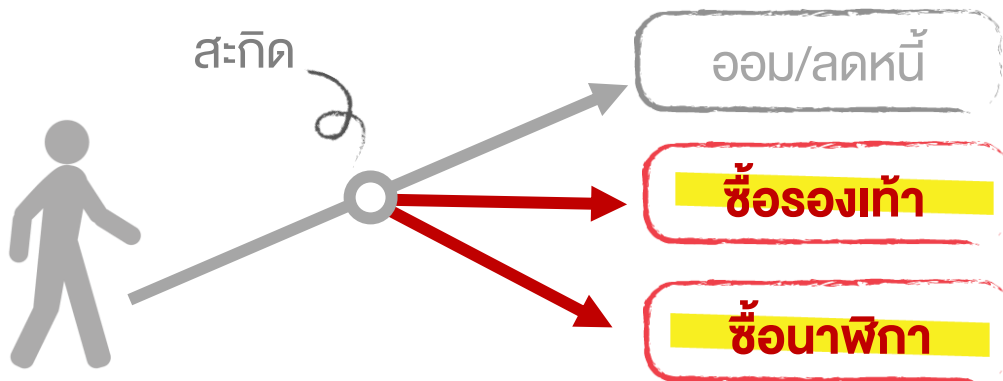
หาจุดที่ต้องสะกิด/อุปสรรคให้เจอ

ทำไมไม่มีเงินออมเผื่อฉุกเฉิน ?

- มีค่าใช้จ่ายเยอะ
- เอาเงินไปซื้อหวย

ทำไมไม่สามารถลดหนี้บัตรเครดิตได้ ?

- รูดบัตรเพลินจนเป็นหนี้เพิ่มขึ้น
- ไม่รู้ว่าจ่ายแค่ขั้นต่ำต้องเสียดอกเบี้ย





สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง



1

กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่เราต้องการให้ชัดเจน



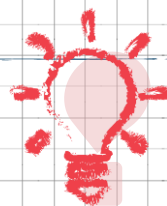
2

เข้าใจพฤติกรรมของเพื่อนพนักงาน



3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



4

วัดผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม



สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

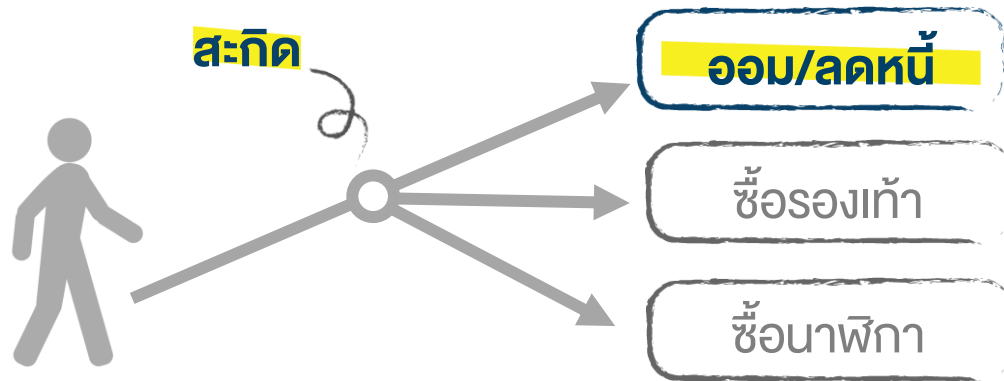
3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



สะกิดโดยทำให้พฤติกรรมนั้น เป็น พฤติกรรมที่ EAST

ทำให้เป็นพฤติกรรมที่ EAST



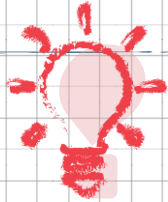
พฤติกรรมที่ EAST

- E**asy → ทำได้ง่าย
- A**ttractive → มีเสน่ห์ดึงดูด
- S**ocial → เป็นที่นิยม
- T**imely → ถูกเวลา

สเก็คพดฏฏฏฏฏฏ...ทำยังงั

3

ออกแบบและสเก็คพดฏฏฏฏฏฏ

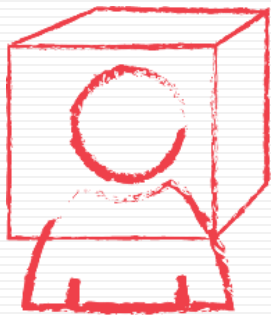


Easy ➡ ทำได้ง่าย

A

S

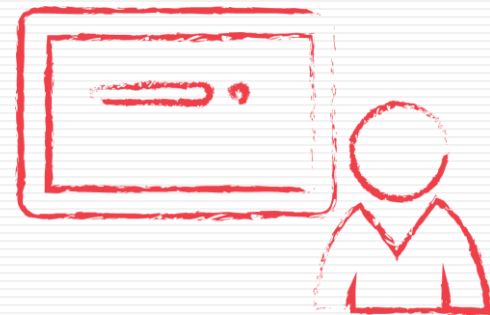
T



ใช้ power ของค่าเริ่มต้น
(ยึดติดกับสภาพที่เป็นอยู่)



ลดอุปสรรค

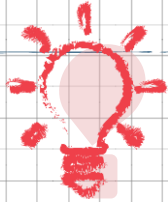


สื่อสารให้เข้าใจได้ง่าย

สเก็ดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสเก็ดพฤติกรรม

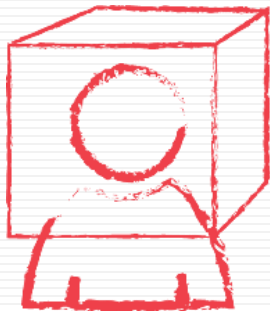


Easy ➡ ทำได้ง่าย

A

S

T



ใช้ power ของคำเริ่มต้น
(ยึดติดกับสภาพที่เป็นอยู่)

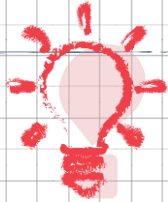
- คนเรามักเลือกอะไรที่ใช้ความพยายามน้อยที่สุด
- กำหนดพฤติกรรมที่ต้องการให้เป็น “คำเริ่มต้น”

คุณได้รับสิทธิพิเศษ
รับชมซีรีส์ดังระดับโลกแบบไม่จำกัด
ฟรี 1 เดือนเต็ม กด xxx เพื่อรับสิทธิ

สละกิดพฤติกรรม...ทำยังงไ

3

ออกแบบและสละกิดพฤติกรรม



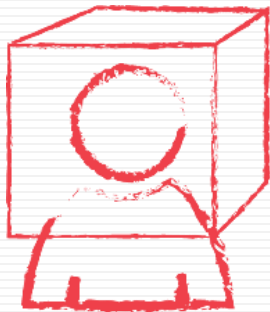
E

asy ➡ ทำได้ง่าย

A

S

T



ใช้ power ของค่าเริ่มต้น
(ยึดติดกับสภาพที่เป็นอยู่)

ชวนดูเรื่อง “ค่าเริ่มต้น” ไกลตัว



ความยินยอม ในข้อมูลส่วนบุคคล

Robinhood ให้ความสำคัญต่อความเป็นส่วนตัว เราจะ ทำงาน
อย่างดีที่สุด
เพื่อรักษาความลับ และควบคุมข้อมูลส่วนบุคคลของคุณให้
ปลอดภัย โดยความ
ยินยอมและการจัดการข้อมูลส่วนบุคคลจะถูกแบ่งเป็นสามหัวข้อ

1. ความยินยอมในการอำนวยความสะดวก และพัฒนาการใช้
บริการ
2. ความยินยอมในการให้เสนอและแจกลินค้า บริการ และโปรโมชั่น
พิเศษต่างๆ
3. ความยินยอมในการทำการตลาด โฆษณา และ นำเสนอสินค้า
หรือ บริการ แบบคัดสรรสำหรับคุณ

ยึดติดกับคำเริ่มต้น

ให้ความยินยอม

ตั้งค่าความเป็นส่วนตัว

Privacy Overview X

This website uses cookies to improve your experience while you navigate through the website. Out of these cookies, the cookies that

[Show more](#)

> Necessary	Always Enabled
> Non-Necessary	Enabled ☒

SAVE & ACCEPT

เราเลือกได้
ไม่ต้องทำตาม
คำเริ่มต้น

แต่ ! ต้อง
ใช้ความพยายาม



ฝาแก้วพลาสติกที่ออกแบบให้ยกดื่มได้เลย

ค่าเริ่มต้น (Default) เพื่อลดพฤติกรรมการใช้หลอด
เสริมด้วยงานออกแบบ (Design)



+

คุณลูกค้า
สามารถยกดื่ม
ได้เลยนะคะ 😊

นอกจากเปิดแล้ว
ต้องขอหลอดจาก
พนักงาน/เดินไปหยิบ

ถ้าอยากใช้หลอด
ก็ต้องเพิ่มความพยายาม

สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

3

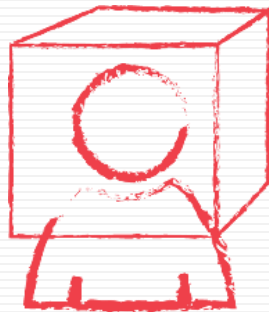
ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



E

asy → ทำได้ง่าย

A



S

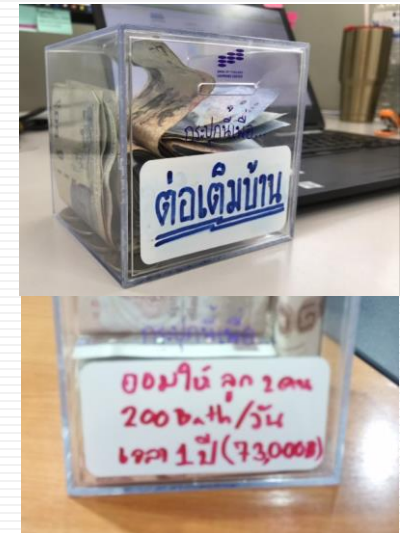
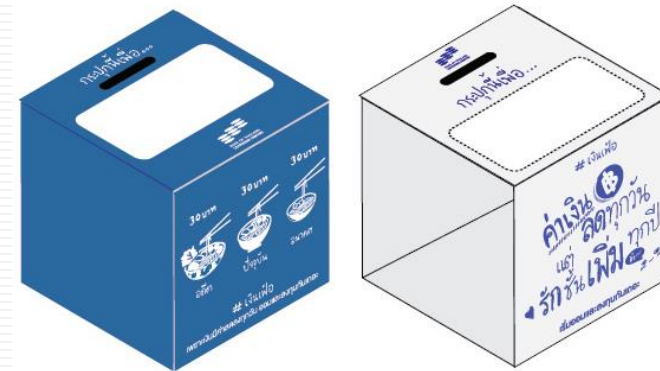
T

ใช้ power ของค่าเริ่มต้น
(ยึดติดกับสภาพที่เป็นอยู่)



ตัวอย่าง: กระปุกออมสิน

(โครงการ Fin. ดี Happy Life!!! ปี 2562)



สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



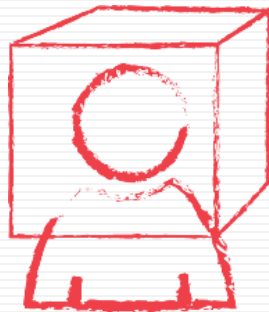
E

asy → ทำได้ง่าย

A

S

T



ใช้ power ของค่าเริ่มต้น
(ยึดติดกับสภาพที่เป็นอยู่)



ตัวอย่าง: การลงทุนแบบ DCA

**สร้างวินัย
การลงทุน DCA
ด้วย Mobile Banking**

DCA คือ การทยอยลงทุนเป็นประจำ
ด้วยการกำหนดช่วงเวลา และเงินลงทุนคงที่
ไม่ว่าราคาหลักทรัพย์ (หุ้น/กองทุน) ในขณะนั้น
จะเป็นเท่าไร

เราสามารถสร้างวินัยการลงทุนแบบ DCA
ผ่านการตั้งค่าแบบอัตโนมัติ ใน Mobile Banking
เช่น ซื้อหลักทรัพย์ 1,000 บาท ทุกวันที่ 1
ของทุกเดือน

ลงทุน

www.1213.or.th hotline1213

ศูนย์คุ้มครองผู้ใช้บริการทางการเงิน
Ins.1213 ธนาคารแห่งประเทศไทย

สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม

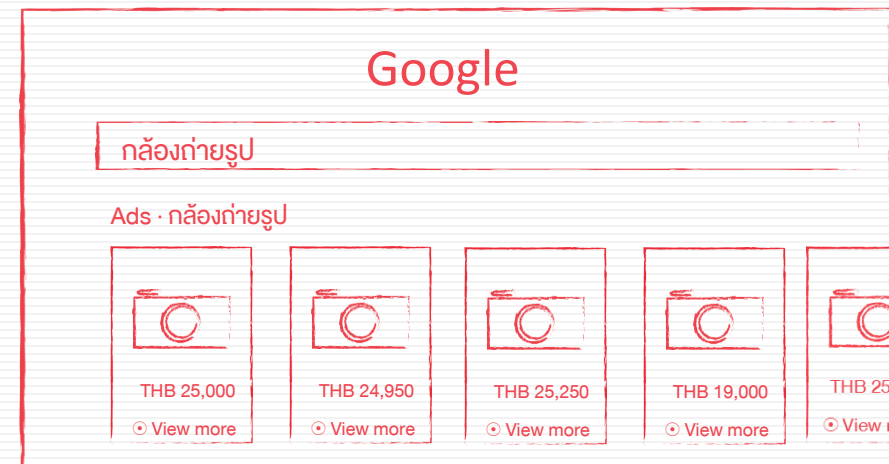


Easy → ทำได้ง่าย



ลดอุปสรรค

- คนเรามักจะยอมแพ้ ถ้าต้องใช้ความพยายามเยอะ
- ลดอุปสรรคที่ขัดขวางการเกิดพฤติกรรมที่ต้องการ



สละกิดพฤตติกรรม...ทำยังงั

3

ออกแบบและสละกิดพฤตติกรรม



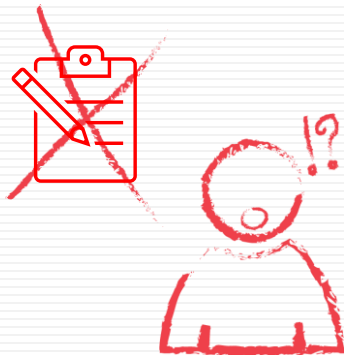
E

asy ➡ ทำได้ง่าย

A

S

T



ลตอุปสรรค

- อยากเปลี่ยนลายมือคนอื่นเป็นเรื่งยาก
- ลตอุปสรรคที่ขัดขวางการเขียนให้อ่านออก ชัดเจน

สละกิดพฤตกรรม...ทำยังงไ

3

ออกแบบและสละกิดพฤตกรรม



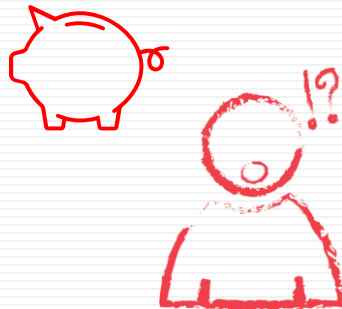
E

asy → ทำได้ง่าย

A

S

T



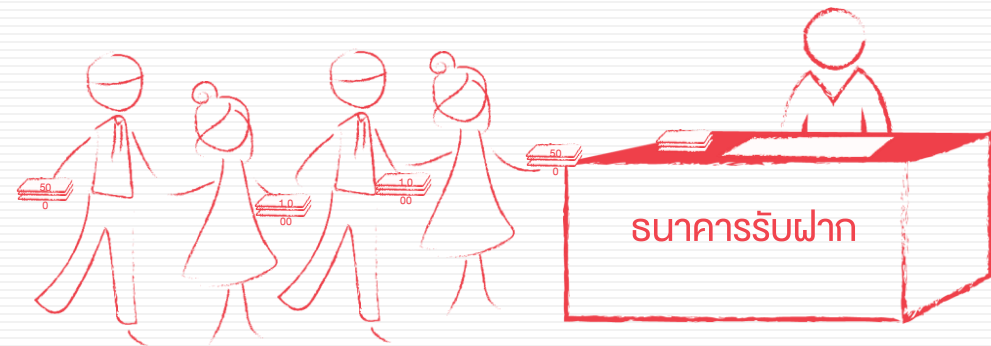
ลคอุปสรรค



ตัวอย่าง: ลคอุปสรรคการออม

โครงการ Fin. ดี Happy Life!!! ปี 2563

ทุกวันเงินเดือนออก



สละกิดพฤตกรรม...ทำยังง

3

ออกแบบและสละกิดพฤตกรรม



E

asy → ทำได้ง่าย

A

S

T



ลดอุปสรรค



ตัวอย่าง: การส่ง link download แบบฟอร์มยื่น
ภาษีแทนการส่ง webpage ใน UK

19.2%

มีผู้ยื่นภาษี
เพิ่มขึ้น

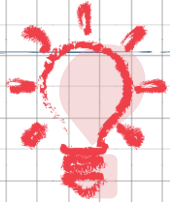
23.4 %



สละกิดพฤติกรรม...ทำยังงไ

3

ออกแบบและสละกิดพฤติกรรม

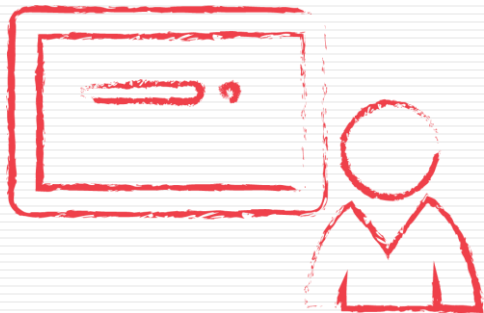


Easy ➡ ทำได้ง่าย

A

S

T



สื่อสารให้เข้าใจได้ง่าย

- บอกให้ชัดว่าต้องการให้ทำอะไร
- ตัดข้อความที่อาจทำให้สับสนออก
- ถ้ามีข้อมูลเยอะ ใจความหลักต้องมาก่อน
(มาตั้งแต่บรรทัดหรือย่อหน้าแรก)

ภาพยนตร์ รายการทีวี และ
ความบันเทิงอีกมากมายแบบไม่
จำกัด

รับชมได้ทุกที่ ยกเลิกได้ทุกเมื่อ

เริ่มต้นใช้งาน

สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



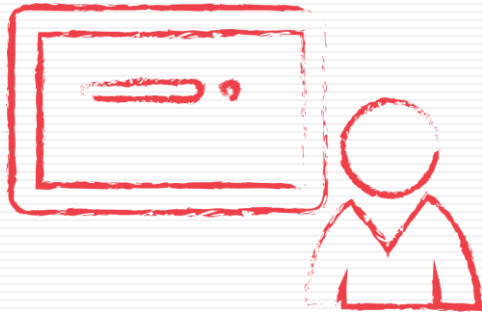
E

asy → ทำได้ง่าย

A

S

T



สื่อสารให้เข้าใจได้ง่าย



ตัวอย่าง: เตือนให้จ่ายภาษี / บอกว่าให้ทำอะไร
(Facebook ศก. 1213)

อย่าลืม ยื่นภาษี ปี 61
ภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา

มีรายได้เกินเกณฑ์ที่ต้องเสียภาษี
ก็ต้องยื่น:-

ยื่นแบบกระดาษ
ยื่นได้จนถึง 1 เมษายน 2562

ยื่นทางอินเทอร์เน็ต
ยื่นได้จนถึง 30 เมษายน 2562

หากยื่นเลยกำหนดอาจมีค่าปรับด้วย

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	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			

www.1213.or.th hotline1213

เช็กก่อนแล้วค่อยทิ้ง

อย่าทิ้งหรือทำลายสลิป/ใบเสร็จ
ก่อนตรวจสอบ

DATE: 14/12/2020 TIME: 21:00:00

1. เช็คความถูกต้องของรายการและยอดเงิน

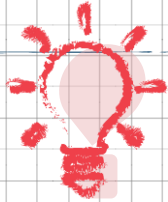
2. เมื่อแน่ใจว่าไม่ต้องใช้แล้ว
ค่อยทำลายทิ้งได้อย่างสบายใจ

www.1213.or.th hotline1213

สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



E

A

ttractive ➡ มีเสน่ห์ดึงดูด

S

T



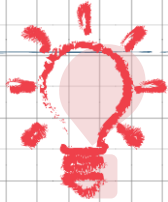
ทำให้น่าสนใจ

ให้รางวัล /
ยกย่องคนที่ทำดี

สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



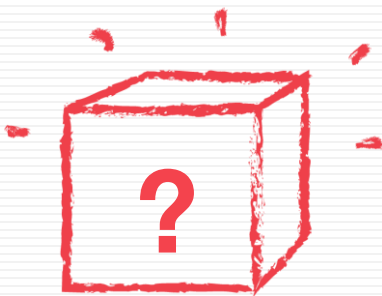
E

A

ttractive ➡ มีเสน่ห์ดึงดูด

S

T



ทำให้น่าสนใจ

- คนเรามักจะสนใจอะไรที่เกี่ยวข้องกับชีวิตตัวเอง
- ทำให้เกี่ยวข้องกับชีวิต หรือผลกระทบของพฤติกรรมนั้นต่อตัวเรา



สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



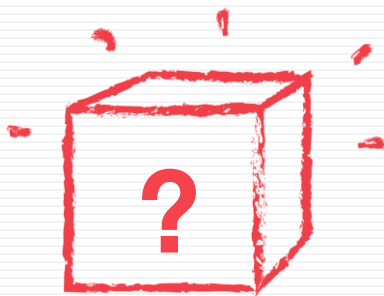
E

A

ttractive ➡ มีเสน่ห์ดึงดูด

S

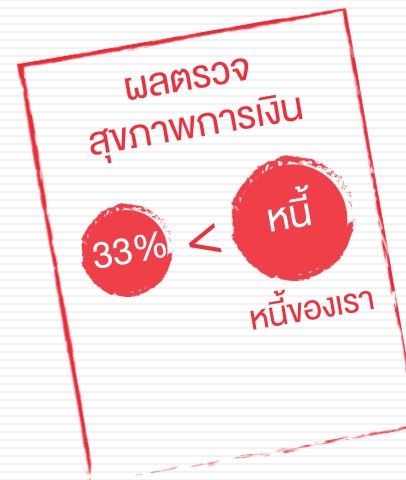
T



ทำให้น่าสนใจ



ตัวอย่าง: ผลตรวจสอบสภาพการเงิน
(โครงการ First jobbers ปี 2561)

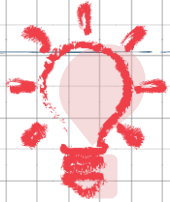


ภาระหนี้ต่อเดือน
ลดลงมากกว่า
กลุ่มที่ไม่ได้รับ
ผลตรวจ

สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



E

A

ttractive ➡ มีเสน่ห์ดึงดูด

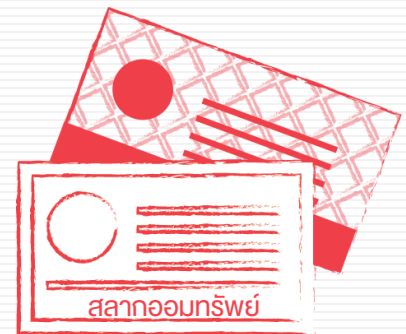
S

T



ให้รางวัล/
ยกย่องคนที่ทำดี

- คนเราจะทำอะไรสักอย่างถ้ามีสิ่งกระตุ้นหรือดึงดูด
- สิ่งดึงดูดคนส่วนใหญ่
 - เงิน
 - ความสำเร็จของรางวัล โดยไม่สนใจโอกาสที่จะได้
 - ของที่มีจำนวนจำกัด
 - สิ่งที่ทำให้ตนเองดูดี



สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



E

A

S

T

Attractive → มีเสน่ห์ดึงดูด

ให้รางวัล / ยกย่อง
คนที่ทำพฤติกรรมดี

คนเราจะทำอะไรสักอย่างถ้ามีสิ่งกระตุ้นหรือดึงดูด
เช่น เงิน รางวัล คำชมเชย สิ่งที่ทำให้ตนเองดูดี



ตัวอย่าง: หวยใบเสร็จที่ได้ห้วน



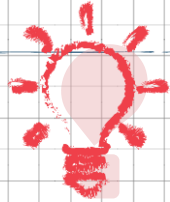
- ลุ้นโชคได้จากเลขใบ
ใบเสร็จรับเงินรางวัล
- รัฐบาลต้องการให้ร้านค้า
จดทะเบียนภาษีอย่าง
ถูกต้องตามกฎหมาย
- สามารถเก็บภาษีได้เพิ่มขึ้น
75% จากปี 1950-1951

ที่มาของข่าว: <https://bit.ly/3xPbATS>

สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



E

A

ttractive ➡ มีเสน่ห์ดึงดูด

S

T

ให้รางวัล / ยกย่อง
คนที่ทำดี

ตัวอย่าง: ให้รางวัลคนทำดี
(จนต่อเนื่องไปกลายเป็นนิสัยใหม่)



ไต้หวัน :
เก็บมูลสุนัขมาแลกซื้อเตอร์รี่
สุนัขทองคำ

สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



E

A

S

T

ttractive ➡ มีเสน่ห์ดึงดูด



ให้รางวัล / ยกย่อง
คนที่ทำดี



ตัวอย่าง: ให้รางวัลคนทำดี

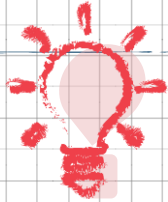
(โครงการ Fin. ดี Happy Life!!! ปี 2563)



สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



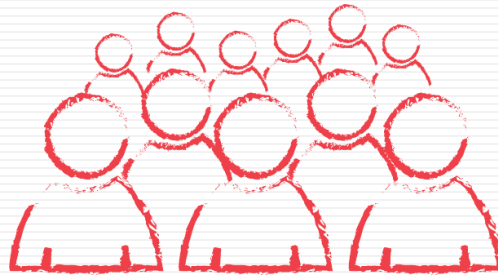
E

A

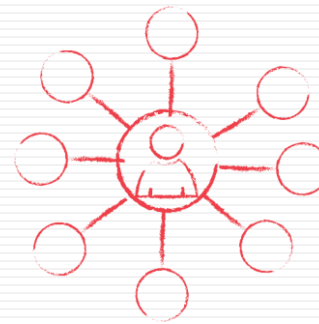
S

ocial → เป็นที่นิยม

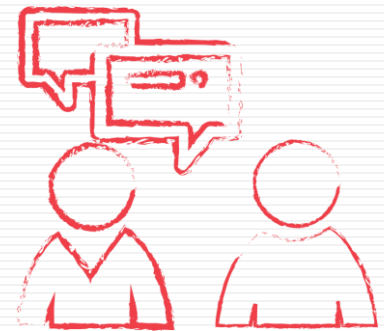
T



คนส่วนใหญ่ชอบทำ



ใช้ความเป็นเครือข่าย

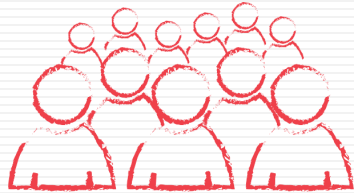


ใช้แรงกดดันทางสังคม

สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



คนส่วนใหญ่ชอบทำ

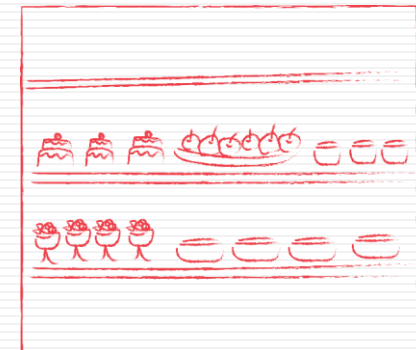
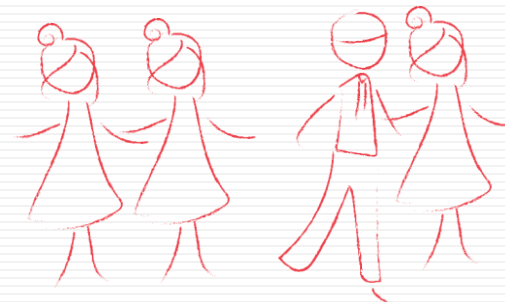
S

ocial ➡ เป็นที่นิยม

T

- คนเรามักจะทำอะไรที่คนส่วนใหญ่ทำ
- แ่บอกว่าคนส่วนใหญ่ชอบทำ

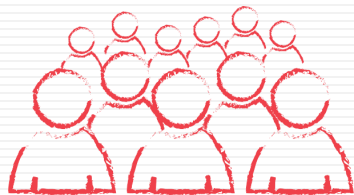
คนเยอะ cafe



สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



คนส่วนใหญ่ชอบทำ

Social → เป็นที่นิยม



ตัวอย่าง: การอัดเคปเป้าหมายเงินออม
(โครงการเกษตรคู่ขนาน ปี 2563 - 2564)

ความคืบหน้าการออม



Finish

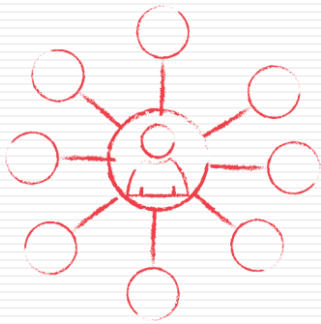
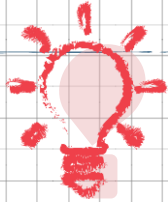
ออมได้
เกินเป้าหมาย

45%

สํกิดพฤติกรรม...ทำยังงไ

3

ออกแบบและสํกิดพฤติกรรม



ใช้ความเป็นเครือขําย

Social ➔ เป็นที่นิยม

- คนเรามีสัญชาตญาณในการพึ่งพาอาศัยและช่วยเหลือกันและกัน
- การรวมตัวกันจึงส่งผลต่อพฤติกรรม

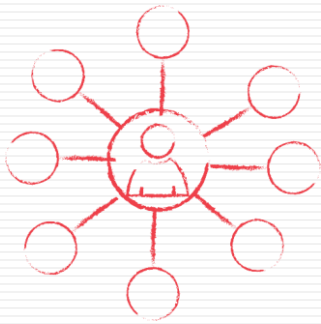
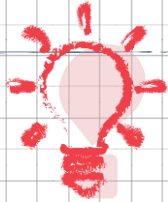
คะแนนรีวิวโรงแรม



สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



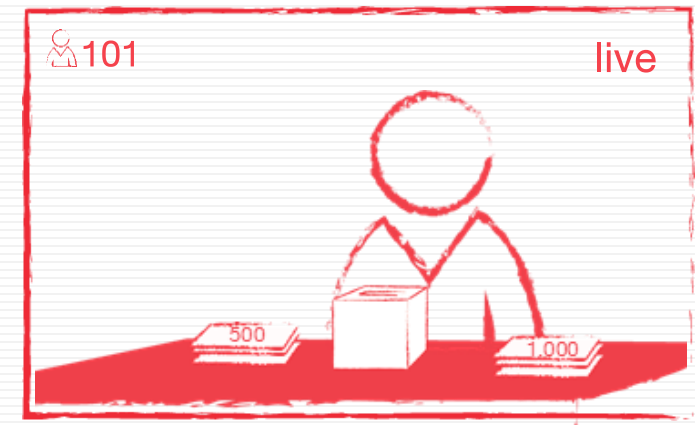
ใช้ความเป็นเครือข่าย

Social → เป็นที่นิยม



ตัวอย่าง: ไลฟ์เปิดกระปุกเงินออม

(โครงการ Fin. ดี Happy Life!!! ปี 2562)

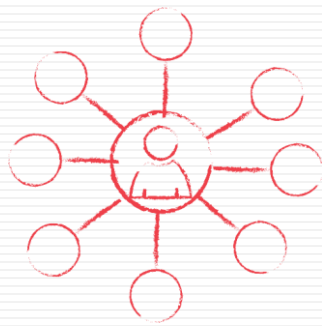


ลองชวนกันนับเงินในกระปุกบ่อย ๆ
ถึงยอดเงินจะเพิ่มน้อย แต่ก็สร้างความสุขเล็ก ๆ ได้ทุกวัน

สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม

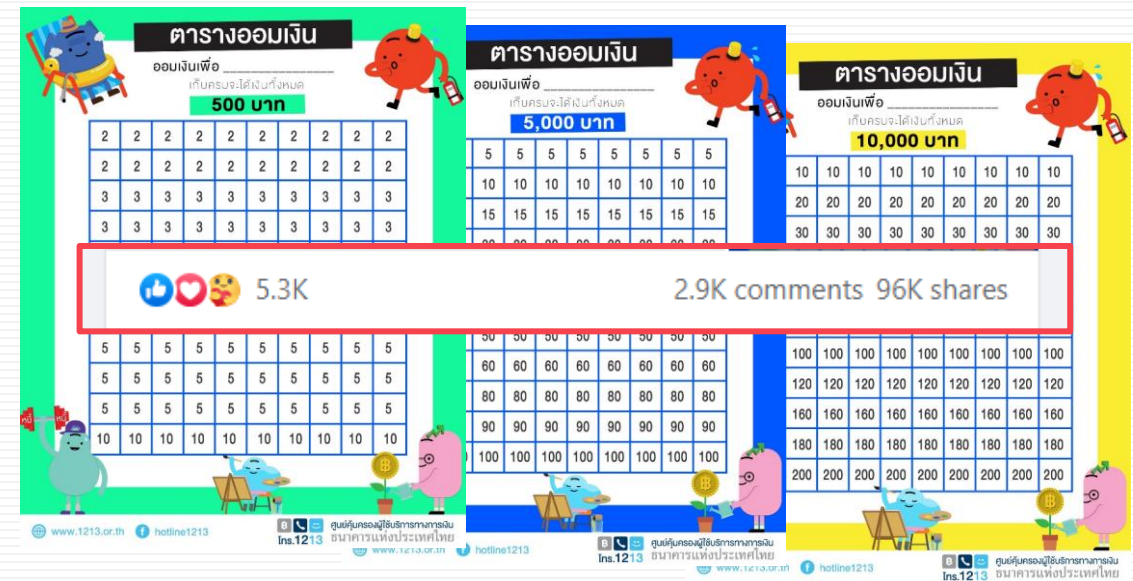


ใช้ความเป็นเครือข่าย

Social → เป็นที่นิยม



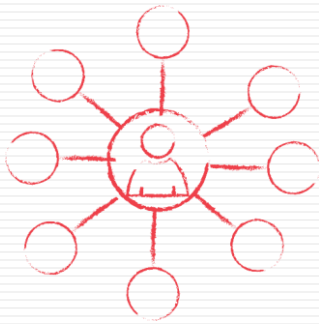
ตัวอย่าง: แชร์สิ่งที่คิดว่าเป็นประโยชน์ในกรุป
(Facebook ศคช. 1213)



สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



ใช้ความเป็นเครือข่าย

ocial → เป็นที่นิยม

ตัวอย่าง: กลุ่มออมเงินใน Facebook



เก็บมาได้ดีกว่าค่ะ
#ขอบคุณครูต้นแอนด์เพื่อนๆที่ช่วยให้รู้จักกับกลุ่ม
สมาชิกออมเงิน 🙏🙏🙏
#ขอบคุณสมาชิกในกลุ่มที่ทำให้เรามีแรงฮึดที่จะเก็บ
เมื่อก่อน... ดูเพิ่มเติม



105

ความคิดเงิน 8 รายการ

นำไปต่อยอด... โดยการซื้อวีรคะ

คนอื่นมีการต่อยอดแบบไหนค่ะ
แบ่งปันความเห็นกันได้ค่ะ...

เอาไว้เฉยๆ ก้อเสียเวลา
ผ่านไปโดยไม่มีการงอกเงย.



เติมแล้วตารางนี้ ตารางออมเงิน 500 บาท
ใช้เวลา2เดือน สำหรับเด็กชายคนนึงที่มีอายุ9ขวบ
#ที่หลงรักการออมตามแม่ 😊😊😊
👍 พ่ungsเราจะออมกันเรื่อยๆไป
#สอนลูกออมเงิน #สอนลูกให้รู้จักคุณค่าของเงิน



สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



ใช้แรงกดดันทางสังคม

S

ocial → เป็นที่นิยม

T

- คนเรามักทำตามสิ่งที่ตั้งใจจะทำไม่ค่อยได้
- บอกสิ่งที่ตนเองจะทำหรือตั้งใจทำ ให้คนอื่นฟัง



สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



ใช้แรงกดดันทางสังคม

S

ocial → เป็นที่นิยม

T



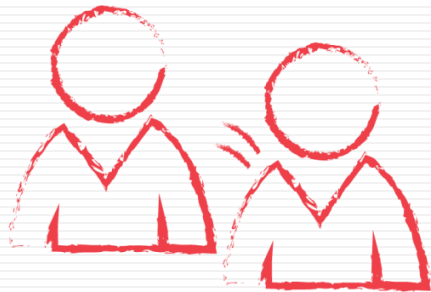
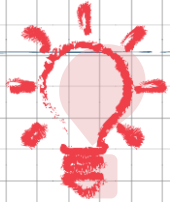
ตัวอย่าง: กุงเล็กเหล้า
(โครงการเกษตรคู่ขนาน 2563 – 2564)



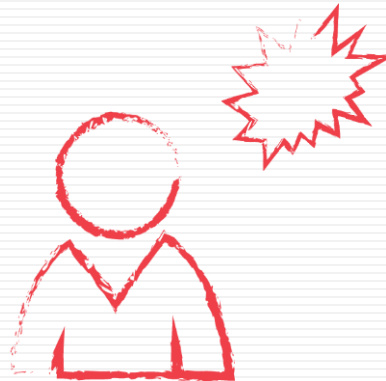
สละกิดพฤตกรรม...ทำยังง

3

ออกแบบและสละกิดพฤตกรรม



สละกิดในเวลาที่ใช้



ฉายให้เห็นปลายทาง



วางแผนทันทีเมื่อมีเป้าหมาย

E

A

S

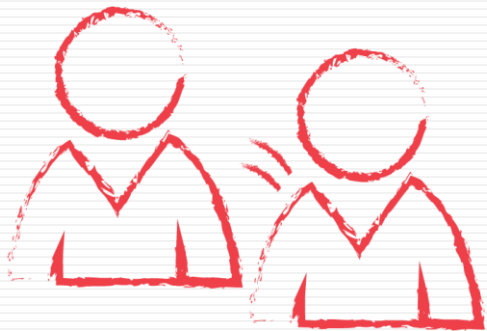
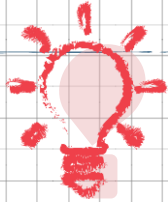
T

timely ➡ ถูกเวลา

สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



สะกิดในเวลาที่ใช้

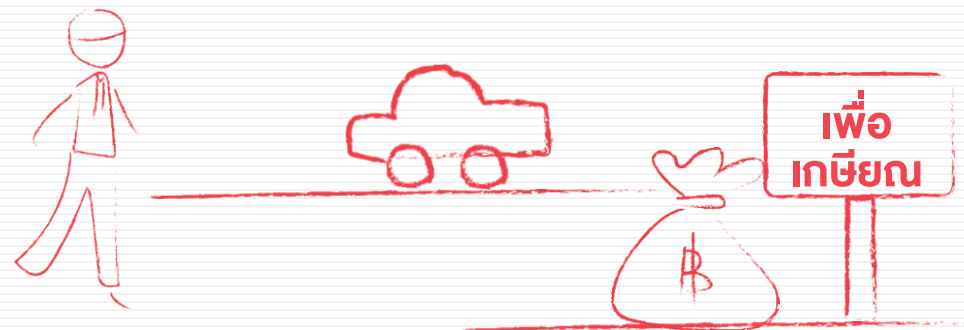
T

imely



ถูกเวลา

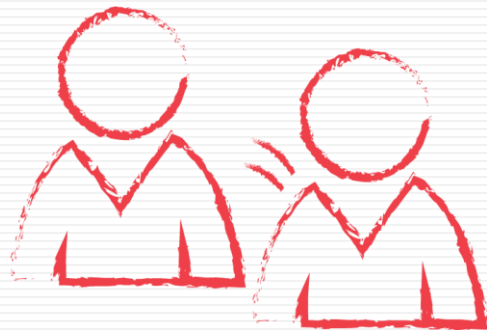
- คนเรามักจะให้ความสำคัญสิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบันมากกว่าอนาคต
- ทำให้เป็นเรื่องที่สอดคล้องกับเหตุการณ์ในชีวิตตอนนั้น



สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



สะกิดในเวลาที่ใช้

T

imely → ถูกเวลา



ตัวอย่าง: เงินเดือนออกต้องวางแผนก่อนใช้
(โครงการ Fin. ดี Happy Life!!! ปี 2562)



หรือ ก่อนเปิดสลิปเงินเดือน เขียนโพสต์อิทใหญ่ ๆ แปะไว้ว่าจะหักออมที่บาทดี

สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



E

A

S

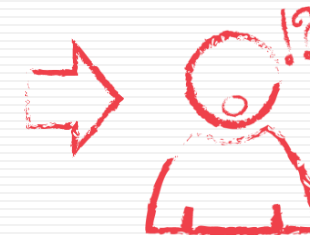
T



ฉายให้เห็นปลายทาง

timely → ถูกเวลา

- คนเราสนใจแต่สิ่งที่เราจะได้อะไรหรือต้องจ่ายในปัจจุบัน
- แสดงให้เห็นถึงสิ่งที่จะได้อะไรหรือเสียในอนาคต

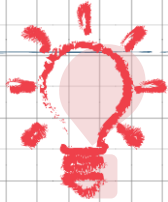


- ผ่อนไม่ไหว
- ค่าน้ำมันไม่พอ
- ค่าบำรุงรักษา

สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



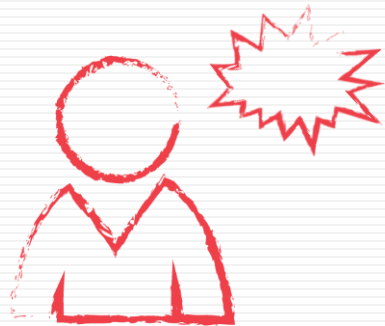
E

A

S

T

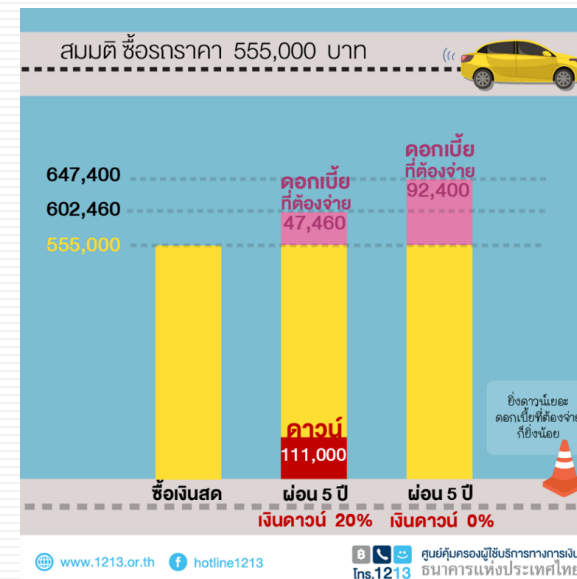
timely → ถูกเวลา



ฉายให้เห็นปลายทาง



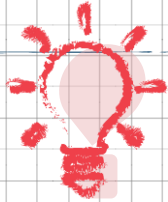
ตัวอย่าง: ฉายให้เห็นผลของการดาวน์ 0%
(Facebook ศคช. 1213)



สละกิดพฤตกรรม...ทำยังงไ

3

ออกแบบและสละกิดพฤตกรรม



วางแผนกันทีเมื่อมีเป้าหมาย

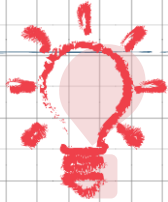
Timely → ถูกเวลา

- คนเรามากไม่ชอบทำอะไรที่ซับซ้อนยุ่งยาก
- ช่วยทำแผนให้กันที เพื่อให้ผู้เข้าโครงการบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ (ดีหลักตอนร้อน) โดยแผนนั้นจะต้อง...
 - เป็นขั้นตอนที่ทำตามได้ง่าย
 - มีการคาดการณ์อุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น
 - แนะนำวิธีชนะอุปสรรคนั้น

สละกิดพฤตกรรม...ทำยังง

3

ออกแบบและสละกิดพฤตกรรม



E

A

S

T

วางแผนกันทีเมื่อมีเป้าหมาย

timely → ถูกเวลา



ตัวอย่าง: เก็บเงินสำหรับทำอาชีพเสริม
(โครงการเกษตรคู่ขนาน 2563 -2564)

ตารางออมเงิน

ออมเงินเพื่อ _____

เก็บครบจะได้อะไรกลับมา
3,000 บาท

5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

www.1213.or.th hotline 1213 ศูนย์ส่งเสริมวิสาหกิจชุมชน ธนาคารเพื่อประเทศไทย



84%

มีเงินทำอาชีพเสริม
ตามเป้าหมาย

- ทำตามได้ง่าย
- บอกอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น (มี > 90 ช่อง)
- แนะนำวิธีชนะอุปสรรคนั้น(บางวันมากกว่า 1 ช่อง)

สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



E

A

S

T



วางแผนกันทีเมื่อมีเป้าหมาย

timely → ถูกเวลา



ตัวอย่าง: อดใจไม่ซื้อ
(โครงการ Fin. ดี Happy Life !!! ปี 2562)



สละกิดพฤตกรรม...ทำงัยง

3

ออกแบบและสละกิดพฤตกรรม



สละกิดโดยทำใหพฤตกรรมนั้น เป็น พฤตกรรมที่ EAST

พฤตกรรมที่ EAST

E asy	➡ ทำได้งัย	ใช้ power ของค่าเริ่มต้น	ลดอุปสรรค	สื่อสารใหเข้าใจได้งัย
A ttractive	➡ มีเสน่ห์ดึงดูด	ทำใหน่าสนใจ	ให้รางวัล / ยกย่องคนที่ทำดี	
S ocial	➡ เป็นที่นิยม	คนส่วนใหญ่ชอบทำ	ใช้ความเป็นเครือ่ข่าย	ใช้แรงกดดันทางสังคม
T imely	➡ ถูกเวลา	สละกิดในเวลาที่ใช้	ฉายใหเห็นปลายทาง	วางแผนทันทีเมื่อมีเป้าหมาย



สะกิดพฤติกรรม...ทำยังไง



1

กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่เราต้องการให้ชัดเจน



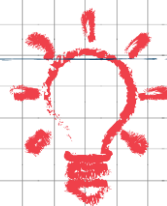
2

เข้าใจพฤติกรรมของเพื่อนพนักงาน



3

ออกแบบและสะกิดพฤติกรรม



4

วัดผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

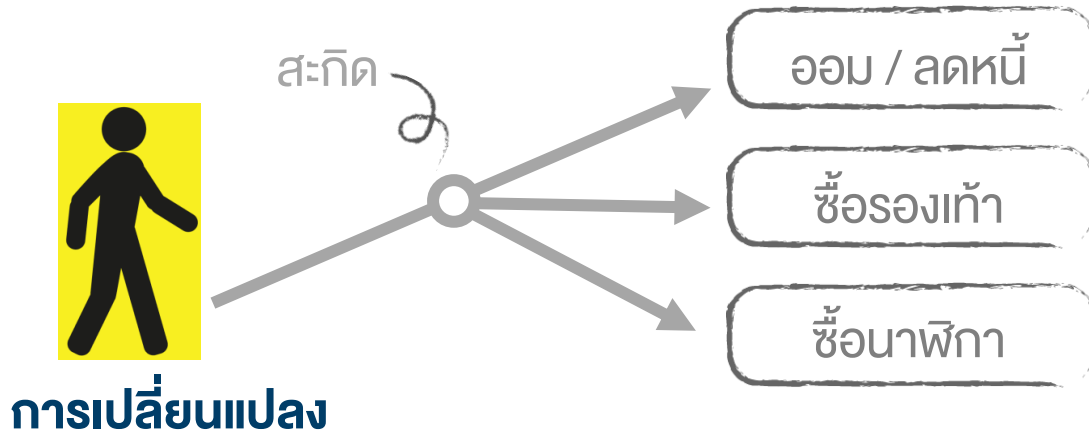


สะกิดพฤติกรรม...ทำไม

4

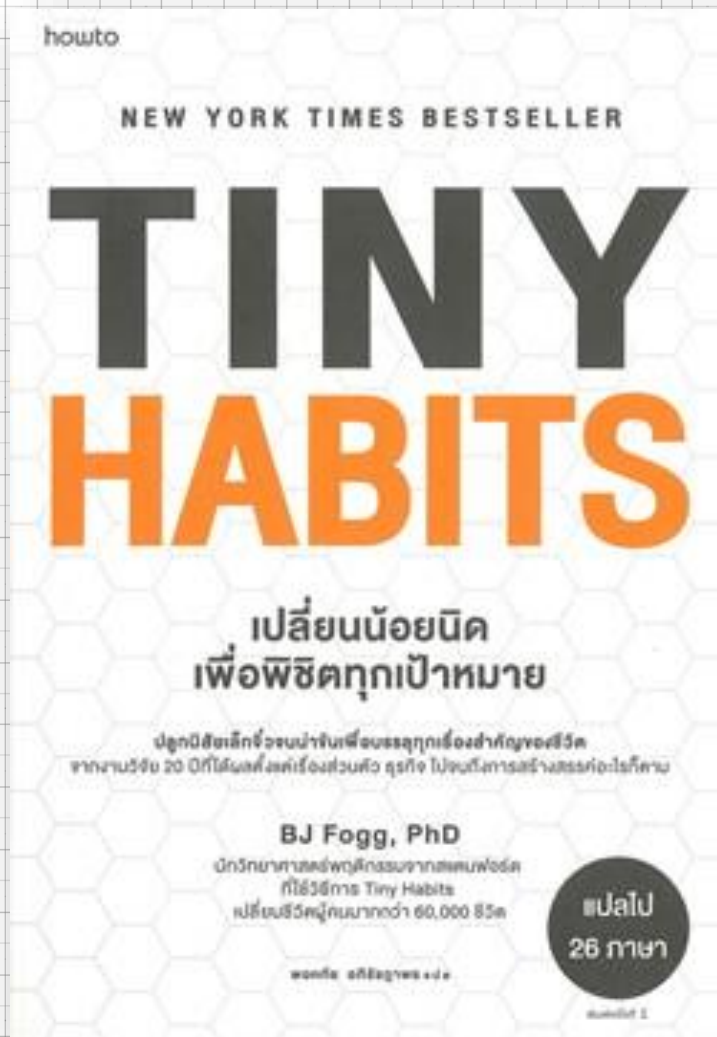
วัดผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

วัดว่าพฤติกรรมเป้าหมายที่กำหนดไว้เกิดขึ้นหรือไม่



สามารถวัดการเปลี่ยนแปลงได้หลายแบบ เช่น

- ใช้แบบสอบถามเพื่อถามพฤติกรรม
 - เปรียบเทียบก่อนและหลัง
- นับจำนวนผู้ที่เกิดพฤติกรรมหลังเข้าร่วมกิจกรรม
 - จำนวนผู้ที่ออมเงินได้
 - จำนวนผู้ที่ลดหนี้ได้
 - จำนวนผู้ที่ shopping online ลดลง
- นับจำนวนเงินหรือความถี่ที่เกิดขึ้น
 - จำนวน – เงินออม / จำนวนหนี้ที่ลดได้
 - ความถี่ – การออม / การซื้อห่วย / shopping online
 - ความถี่ของรถส่งของ / จำนวนพัสดุ / บิลเรียกเก็บ
- ถามความรู้สึกของผู้เข้าร่วมโครงการต่อพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป
 - ระดับความสุข



BJ Fogg, PhD
นักวิทยาศาสตร์พฤติกรรม
มหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด

สร้างนิสัยใหม่ให้ตัวเองได้ด้วยการ...

เริ่มที่พฤติกรรมเล็ก ๆ



พฤติกรรมที่มีใจอยากทำอยู่แล้ว

พฤติกรรมที่ทำได้นั่นเอง



ขั้นตอนการออกแบบพฤติกรรม

BJ Fogg

ออกแบบ

เลือก



ระบุความปรารถนาให้ชัดเจน



มองหาตัวเลือกพฤติกรรม



จับคู่ตัวเองกับพฤติกรรม



เริ่มต้นจากเล็ก ๆ



หาสัญญาณที่ดี

ลงมือปฏิบัติ



ฉลองความสำเร็จ



แก้ปัญหา ทำซ้ำ และขยายขอบเขต

โฟกัสที่ 3 ขั้นตอนนี้กันก่อน
เพื่อสะสมนิสัยเล็ก ๆ ไปสู่การเกิดพฤติกรรมเป้าหมาย

ออกแบบ



เริ่มต้นจากเล็ก ๆ



หาสัญญาณที่ดี

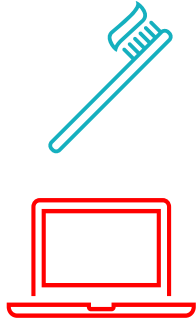
ลงมือปฏิบัติ



ฉลองความสำเร็จ

สูตรสร้างเสริมนิสัยเล็ก ๆ

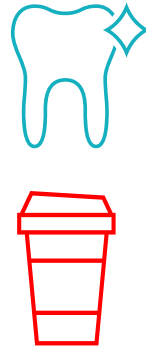
หลังจากที่ฉัน...



กิจกรรมปิดสมุด

กิจกรรมตามปกติของเรา
ที่จะเตือนให้เรานิสัยเล็ก ๆ
(นิสัยใหม่)

ฉันจะ...



นิสัยเล็ก ๆ

นิสัยใหม่ที่เรากำลังการทำ
แต่ลดขนาดให้
เล็กสุด ๆ และง่ายสุด ๆ

เพื่อให้นิสัยนี้ฝังลึก
อยู่ในสมอง ฉันจะ...



ฉลองชัย

สิ่งที่เราจะทำเพื่อสร้าง
ความรู้สึกบวกให้ตัวเอง
(เรียกว่าความรู้สึกปลั่งปราย)

10 ไอเดียสร้าง Small Wins ที่เราอยากให้คุณเอาชนะตัวเองให้ได้ทุกวัน

1

พับผ้าห่ม
หลังตื่นนอน

2

ล้างจานทันที
หลังกินข้าวเสร็จ

3

จับคู่ถุงเท้า
และเก็บเข้าที่
ให้สำเร็จ

4

กำจัด
อีเมลขยะ

5

จัดระเบียบ
ข้าวของในรถ

6

เดินให้ครบ
10,000 ก้าว

7

อ่านหนังสือ
เกิน 20 หน้า
ต่อวัน

8

กินข้าว
พร้อมกับ
ครอบครัว

9

ดื่มน้ำ
ให้ครบ 2 ลิตร
ต่อวัน

10

ทำงาน
ของวันนี้
ให้เสร็จวันนี้



อย่ามองข้ามพลังของเป้าหมายเล็ก ๆ
และยินดีกับความสำเร็จเสมอ 😊



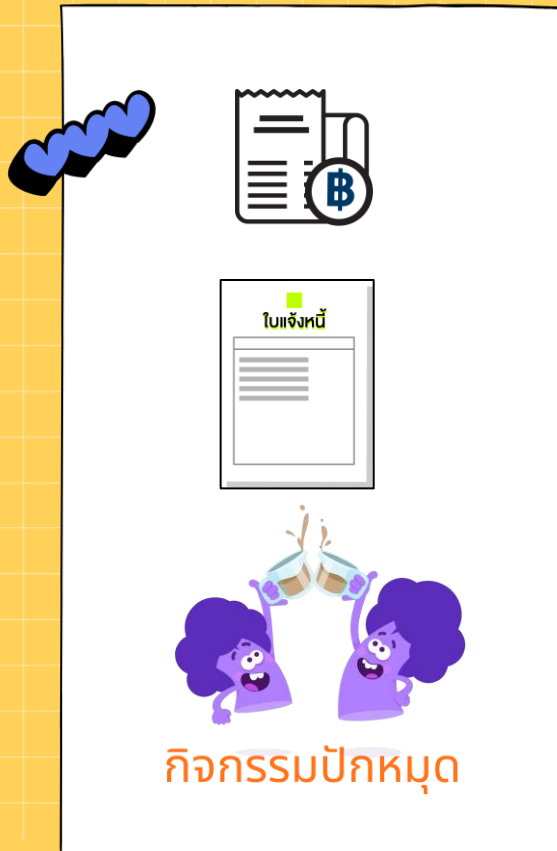
YEAH ! You did it



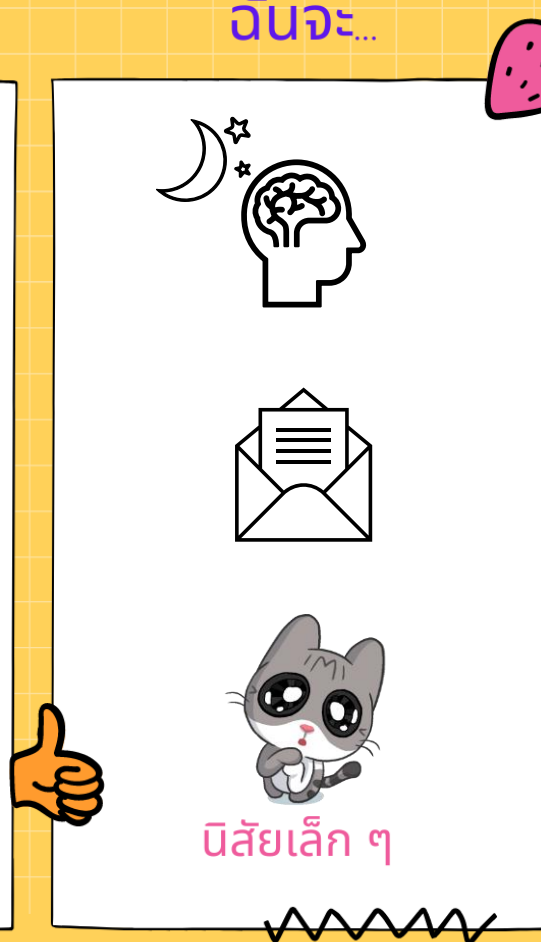
ฉลอง !!!

สูตรสร้างเสริมนิสัยเล็ก ๆ

หลังจากที่ฉัน...



ฉันจะ...



เพื่อให้นิสัยนี้ฝังลึก
อยู่ในสมอง ฉันจะ...



EAST WORKSHOP

มาออกแบบกิจกรรมในโครงการฯ กันเถอะ

เป้าหมายที่ปกรงไว้ อยากให้เกิดขึ้นในหน่วยงาน 

เพื่อนพนักงานมีเงินออมเมื่อถูกเงินตามเป้าหมายของแต่ละคน



อุปสรรคที่เจอในปัจจุบัน

- ไม่จัดการรายจ่ายอย่างเหมาะสม เอาเงินไปซื้อห่วย
- เผลอใจกับของที่ยากได้ จนไม่มีเงินเก็บ

E ส่งเสริมให้พฤติกรรมนั้น
เกิดได้ง่ายขึ้นด้วยการ...

แจกตารางออมเงินให้ทุกคน
พร้อมกระปุกออมสิน

A ทำให้น่าสนใจ ดึงดูดเพื่อน
พนักงานจาก...

สร้างกิจกรรมแข่งขันการออม
พร้อมบอกเงื่อนไขรางวัล
เล็ก ๆ น้อย ๆ

S ใช้ความเป็นกลุ่ม หรืออาศัยแรง
สนับสนุนจากกลุ่มเพื่อนพนักงาน
อย่างไร

จัดกิจกรรมนับเงินในกระปุก
ร่วมกันทุกวันศุกร์

ก่อนเริ่มนับเงินทุกครั้ง
แบ่งปันเทคนิคเก็บออมกันอยู่เสมอ

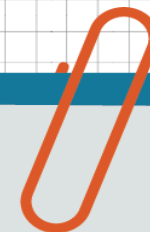
T เริ่มใช้ เริ่มทำ กิจกรรมนี้กันช่วงไหน
หรือตอนไหนดีที่จะยิ่งทำให้พฤติกรรมเกิดได้ชัดเจนขึ้น

แจกตารางออมเงิน พร้อมกระปุกออมสินหลังจากการบรรยาย
ทันที เพื่อให้รู้สึกอยากเริ่มต้นออมเลย ไม่ต้องรอ

วัดผลยังงดี

นับจำนวนเงินออมเมื่อถูกเงินตามที่แต่ละคนตั้งเป้าหมายไว้

**แนวทางการจัดกิจกรรมกระตุ้น
และส่งเสริมพฤติกรรมทางการเงินที่ดี**



การออม



ออมก็ดี ลดหย่อนภาษีก็ได้ ฝุ่นที่เป็นจริง
ออมเล็ก ออมน้อย กองทุนกลุ่มออมทรัพย์
สะกดรอยเงิน มือนี่พี่เลี้ยง !
รวยแน่ วันห่วยออก ! มีดี มาแชร์
ในกระปุกตอนนี้ มีอยู่เท่าไร
ออมกับธนาคาร / สหกรณ์ ออมง่ายนิดเดียว
ออมด้วยสลากออมสิน..ฟินเวอร์
น้องออม พี่สมทบ ออม 3 เด้ง

การบริหารจัดการหนี้



รู้จักฉัน รู้จักเธอ
เงินที่ได้วันนี้ คิดให้ดี จะมีความมั่นคง
โม้ปลดหนี้
เป็นหนี้..เลือกได้
มาอยู่กับพี่ดีกว่า
คลินิกแก้หนี้
ฝุ่นไกล ใจหมดหนี้
เงินก้อนนี้ ขอโปะหนี้
น้ำตาจะไหล ขอแชร์นะคะ
ปลดหนี้ x 2

การสร้างรายได้



สมบัติพลัดกันชม
ตลาดใจ :
ขายของได้ ใจอัมบุญ
คนใจดี ชี้ช่องรวย
ว่างไว้ ไม่ว่างเว้น

แนวทางการจัดกิจกรรมกระตุ้น และส่งเสริมพฤติกรรม**การออมเงิน**



ทำไมเราต้องออมเงิน....



มีเงินสำรองเผื่อฉุกเฉิน



มีเงินออมใช้จ่ายตามเป้าหมาย



ออมเงินนำไปต่อยอดลงทุน



ฝึกวินัยทางการเงิน

กิจกรรมการออมเงิน

- **สะกดรอยเงิน** : จดบันทึกรายรับ-รายจ่าย
- **ออมเล็ก อมน้อย** : แ่งขันออมเงินที่เหลือเก็บในแต่ละวัน
- **ในระปุ่กตอนนี มีอยู่เท่าไร** : เปิดกระปุ่กนับเงินออมเดือนละ 1 ครั้ง
- **ออม 3 เด้ง** : ออมเงิน 3 ครั้ง/เดือน ตามโอกาสพิเศษ (วันเงินเดือนออก วันเลขเบิ้ล วันเกิด)
- **รวยแน่ วันหยยออก !** : ออมเงินทุกครั้งทีหยยออก ทุกวันที่ 1/16 ของเดือน หรือออมเงินเท่าซื้อหยย
- **ออมด้วยสลากออมสิน..ฟันเวอร์** : ออมเงินผ่านสลากออมสิน
- **มือนี่พี่เลี้ยง !** : จัดตั้งกลุ่มแ่งขันออมเงิน โดยผู้แพ่เลี้ยงข้าวสมาชิกในกลุ่ม

- **ออมกับธนาคาร/สหกรณ์ ออมง่ายนิดเดียว** : เชิญธนาคาร/สหกรณ์ ตั้งบูธรับฝากเงินทุกเดือน ช่วงวันเงินเดือนออก
- **ออมก็ดี ลดหย่อนภาษีก็ได้** : สะสมเงินกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ เพื่อลดหย่อนภาษี
- **ฝันที่เป็นจริง** : ตั้งเป้าหมายทางการเงินตามหลัก SMART
- **มีดี มาแชร์** : แ่งขันประกวดเรียงความเล่าความสำเร็จในการออม
- **น้องออม พี่สมทบ** : ผู้บริหารสมทบเงินเพิ่มเติมตามยอดเงินออมที่ถึงเป้าหมาย
- **กองทุนกลุ่มออมทรัพย์** : จัดตั้งกองทุนกลุ่มออมทรัพย์ของหน่วยงาน



ชื่อชุดกิจกรรมที่ 1: ออม 3 เด้ง

เป้าหมาย: ออมเงินสม่ำเสมอ

กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

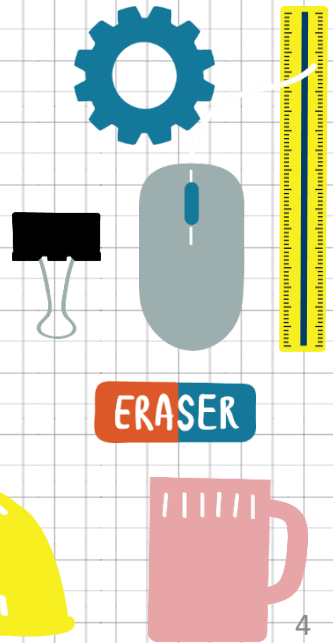
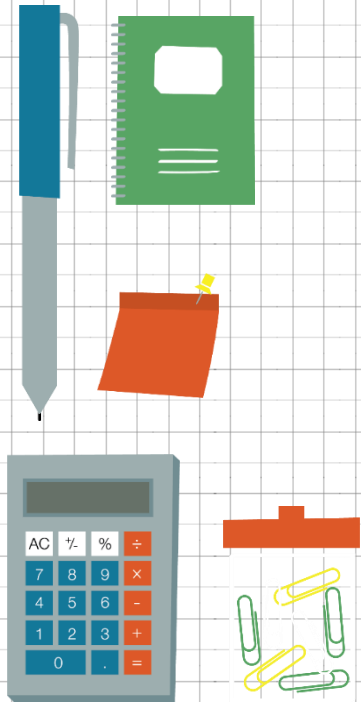
ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: 2- 3 เดือน หรือตามที่หน่วยงานกำหนด

กิจกรรม: จัดกิจกรรมแข่งขันการออมเงิน 3 ครั้ง/เดือน ตามโอกาสพิเศษที่กำหนดไว้ ได้แก่

1. วันเงินเดือนออก
2. วันที่เบิ้ลในแต่ละเดือน เช่น 9.9 10.10
3. เลววันเกิด

การวัดผล: แต่ละหน่วยงานสร้าง Poll ผ่าน LINE Group เพื่อติดตามผล เช่น

- ☐ ออม 3 ครั้ง/เดือน
- ☐ ออม 2 ครั้ง/เดือน
- ☐ ออม 1 ครั้ง/เดือน
- ☐ ไม่ออมเลย
- ☐ อยากออม แต่ยังไม่พร้อม...รอน้ำว่ากันใหม่





ชื่อชุดกิจกรรมที่ 2: ออมเล็ก อมน้อย

เป้าหมาย: ออมเงินสม่ำเสมอ

กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: 2- 3 เดือน หรือตามที่หน่วยงานกำหนด

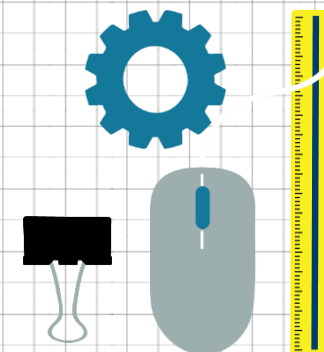
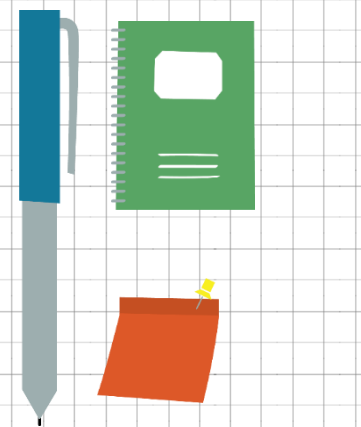
กิจกรรม: นำเงินที่เหลือเก็บในแต่ละวันมาออม โดยทำได้ 2 วิธี (แล้วแต่ความสะดวกของแต่ละคน)

วิธีที่ 1 : นำเงินมาหยอดกระปุก (เหมาะกับคนที่ใช้จ่ายด้วยเงินสด)

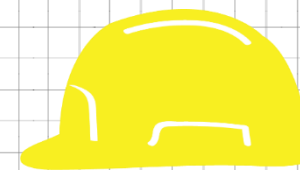
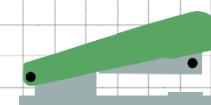
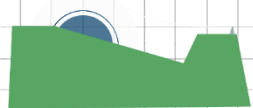
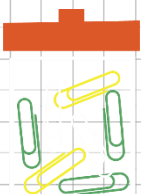
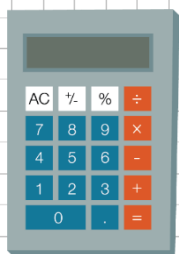
วิธีที่ 2 : เปิดบัญชีแยก และโอนเงินจำนวนหลักสิบบาทที่เหลือในแต่ละวัน เช่น 23 บาท เข้าบัญชี (เหมาะกับคนที่ใช้จ่ายผ่าน Mobile App ไม่พกเงินสด)

ทั้งนี้ เมื่อจบระยะเวลาดำเนินกิจกรรม ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแจ้งเลขเงินที่ออมได้ 2 หลักสุดท้ายแก่ Fin. Trainer เพื่อสุ่มรางวัลจับฉลาก ซึ่งจะช่วยให้ทราบว่ามีส่วนร่วมเช่นกิจกรรมการออม จนจบโครงการจำนวนกี่คน

การวัดผล: แต่ละหน่วยงานสร้าง Poll ผ่าน LINE Group เพื่อติดตามความถี่ในการออมเงินแต่ละเดือน และตลอดระยะเวลาร่วมโครงการ



ERASER





ชื่อชุดกิจกรรมที่ 3: รอยแม่ วันห่วยออก !

เป้าหมาย: ลดรายจ่ายไม่จำเป็น ส่งเสริมการออมและการลงทุน

กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

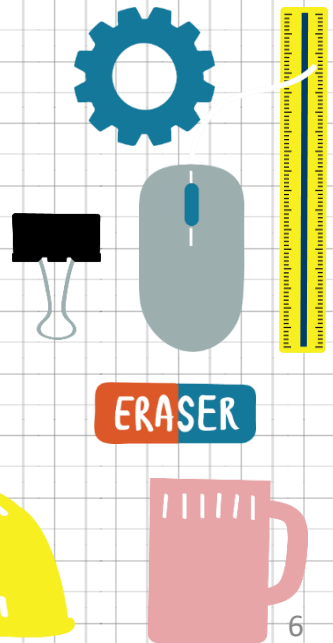
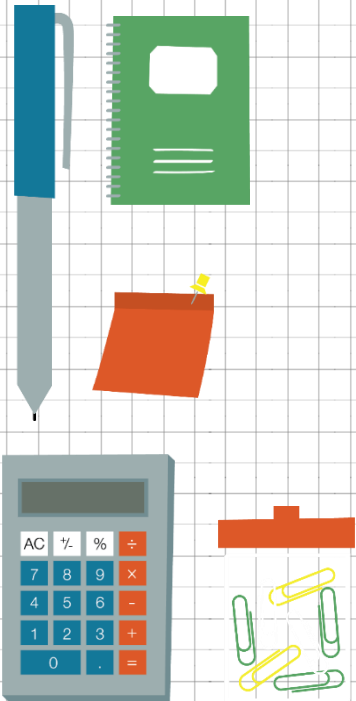
ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: 6 เดือน หรือตามที่หน่วยงานกำหนด

กิจกรรม:

- ออมเงินทุกครั้งที่ห่วยออก เดือนละ 2 ครั้ง ทุกวันที่ 1 และ 16 ของเดือน
- ออมเงินตามเลงห่วยที่ออกที่ชื่นชอบ และกำลังทรัพย์ที่มี เช่น เลงท้าย 2 ตัว เลงหน้า 3 ตัว เลงหลัง 3 ตัว
- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนำเงินไปต่อยอดลงทุน โดยเลือกผลิตภัณฑ์ทางการเงินตามแต่ความสะดวกของแต่ละคน เช่น ฝากออมทรัพย์ ซื้อหน่วยลงทุนในกองทุนรวม ซื้อหุ้น

การวัดผล: แต่ละหน่วยงานสร้าง Poll ผ่าน LINE Group เพื่อติดตามความถี่ในการออมเงิน เช่น

- ☐ ทุกเดือน เดือนละ 2 ครั้ง (12 ครั้ง)
- ☐ ทุกเดือน เดือนละ 1 ครั้ง (6 ครั้ง)
- ☐ ทำบ้างแต่ไม่ทุกเดือน (3-5 ครั้ง)
- ☐ พยายามออมอยู่นะ แต่โหวตว่านี่ก่อน (1-2 ครั้ง)





ชื่อชุดกิจกรรมที่ 4: ออมกับธนาคาร/สหกรณ์ ออมง่ายนิดเดียว

เป้าหมาย: ออมเงินสม่ำเสมอ

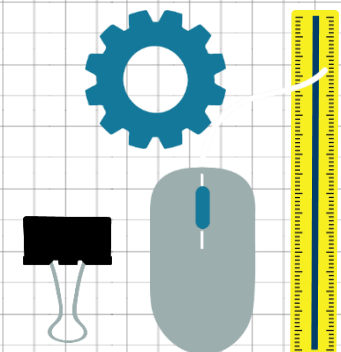
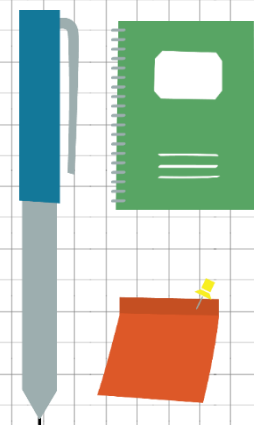
กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: 6-12 เดือน หรือตามที่หน่วยงานกำหนด

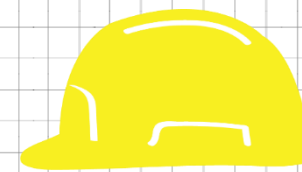
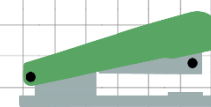
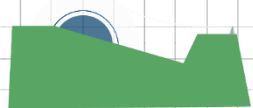
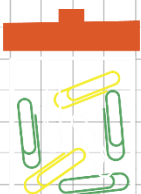
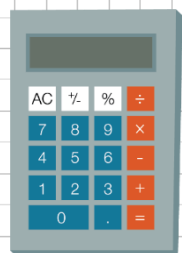
กิจกรรม :

- หน่วยงานเชิญธนาคารพาณิชย์/สหกรณ์มาตั้งบูธเพื่ออำนวยความสะดวกในการเปิดบัญชี/รับฝากเงินให้กับผู้เข้าร่วมโครงการ โดยพนักงานอาจเปิดบัญชีแยกไว้สำหรับการออมเงินโดยเฉพาะ
- พนักงานออมเงินด้วยจำนวนเงินที่เท่ากันทุกงวด เช่น รายเดือน รายสัปดาห์ ผ่าน Mobile App หรือบัญชีเงินฝาก

การวัดผล : เมื่อจบระยะเวลาดำเนินกิจกรรม ให้ผู้เข้าร่วมโครงการแสดงหลักฐานข้อมูลฝากเงินย้อนหลัง 6-12 เดือน โดยปิดยอดเงินไว้ เพื่อนำมาแลกรับรางวัล



ERASER





ชื่อชุดกิจกรรมที่ 5 (กิจกรรมกลุ่ม 3 - 5 คน) : มือนี่พี่เลี้ยง !

เป้าหมาย: ออมเงินตามเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

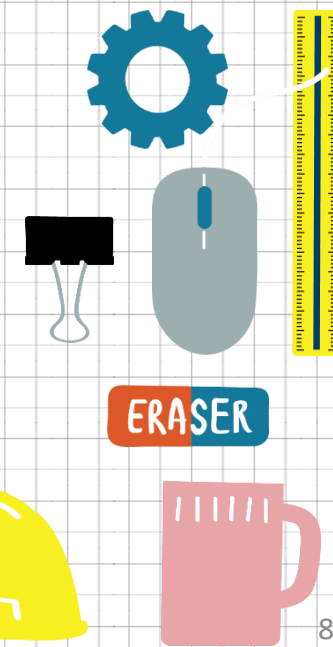
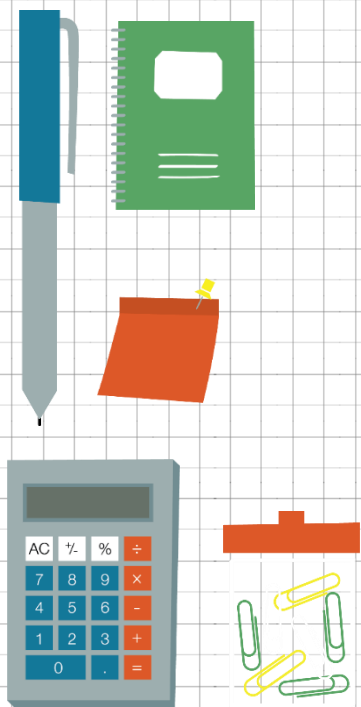
ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: 6-12 เดือน หรือตามแต่สมาชิกในทีมตกลงกัน

กิจกรรม:

- เพื่อนชวนเพื่อน มาเล่นกิจกรรมตั้งเป้าหมายออมเงิน โดยมีสมาชิกกลุ่มละ 3-5 คน
- สมาชิกในทีมตั้งเป้าหมายว่าจะเก็บเงินเพื่ออะไร จำนวนเท่าใด ภายในระยะเวลาที่สมาชิกในทีมตกลงกัน เช่น 6 เดือน 1 ปี
- เก็บรวบรวมข้อมูลสมาชิกแต่ละราย โดยอาจจัดทำในรูปแบบตาราง excel เพื่อนำไปประเมินผล
- เมื่อครบระยะเวลาตามเป้าหมาย เปรียบเทียบข้อมูลสมาชิกแต่ละรายกับเป้าหมายที่ตั้งไว้
- Ranking ข้อมูลสมาชิก โดยรายใดที่ทำได้ดีกว่าเป้าหมาย ถือว่าทำไม่สำเร็จและต้องเลี้ยงข้าวเพื่อนสมาชิก

การวัดผล:

- เปรียบเทียบข้อมูลสมาชิกแต่ละรายกับเป้าหมายที่ตั้งไว้
- จำนวนสมาชิกที่สามารถดำเนินการได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้





ชื่อชุดกิจกรรมที่ 6 : ฝันที่เป็นจริง

เป้าหมาย: ตั้งเป้าหมายทางการเงินตามหลัก SMART ได้ + มี Positive feedback

กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

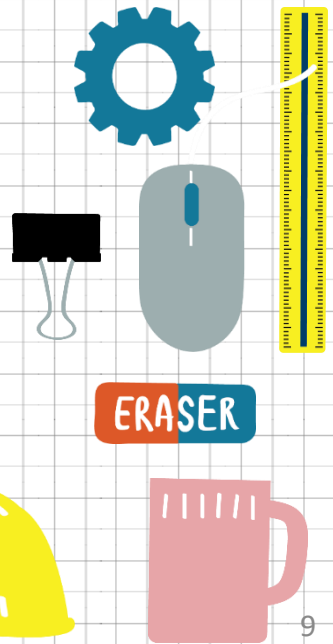
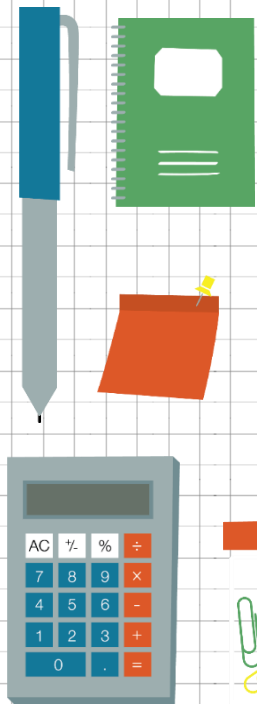
ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: ช่วงแรกของโครงการ (หลังให้ความรู้เรื่องการบริหารจัดการเงิน) / 3 เดือน

กิจกรรม:

- ตั้งเป้าหมายทางการเงิน ที่สำเร็จได้ภายใน 3 เดือน ตามหลัก SMART
- เขียนความฝันสั้น ๆ แสดงไว้ในจุดที่ทุกคนในหน่วยงานมองเห็นได้ เช่น บอร์ดข่าว / Announce ใน LINE group (ถ้ามี)
- แจ้ง FT (นอกรอบ) เมื่อมีความคืบหน้า (เริ่มลงมือทำแล้ว / ทำได้เพิ่มขึ้นแล้ว)
- FT ส่งข้อความ / เขียนบนบอร์ดข่าว ว่า “มีคนเริ่มแล้ว....คน” หรือ “มีคนเริ่มแล้วนะ” เรื่อย ๆ สม่่าเสมอเพื่อสร้าง awareness ให้กับผู้ร่วมกิจกรรม

การวัดผล: สร้าง Poll ผ่าน Line Group เพื่อติดตามความคืบหน้าในการดำเนินการตามเป้าหมาย

- ☐ ฝันก็ยังเป็นแค่ฝัน
- ☐ ทำจริงแล้วไม่น่าจะได้ ขอตั้งเป้าหมายใหม่ได้ไหม
- ☐ ฝันยังอีกไกล ไม่มีที่ท่าว่าจะไปถึง
- ☐ จากความฝันเริ่มเป็นความจริง
- ☐ เป้าหมายสำเร็จ ฝันเป็นจริงแล้ว



แนวทางการจัดกิจกรรมกระตุ้น และส่งเสริมพฤติกรรม**การบริหารจัดการหนี้**

ทำไมเราต้องจัดการหนี้....



- ☒ ประหยัดดอกเบี้ยที่ต้องจ่าย ปิดหนี้ได้ไวขึ้น
- ☒ รู้ศักยภาพในการชำระหนี้ของตนเอง ไม่ก่อหนี้เกินตัว
- ☒ สามารถชำระหนี้ได้ตรงเวลา

กิจกรรมการบริหารจัดการหนี้

- **รู้จักฉัน รู้จักเธอ** : แบบสำรวจภาระหนี้ก่อนกู้หนี้เพิ่ม ([ดาวน์โหลดตารางสำรวจภาระหนี้](#)) / โปรแกรมคำนวณเงินกู้ ([คลิก Link](#))
- **เงินที่ได้วันนี้ คิดให้ดี จะมีความมั่นคง** : แบบ infographic เตือนเรื่องการออม/การก่อหนี้ไปกับ slip เงินเดือน
- **โม้ปลดหนี้** : จัดกิจกรรมแข่งขันร้องเพลงเพื่อชิงรางวัลไปปลดหนี้
- **เป็นหนี้..เลือกได้** : สื่อสารให้ความรู้ทางเลือกในการกู้ในระบบพร้อมแบบ link ส่ง. แต่ละแห่ง
- **มาอยู่กับพี่ดีกว่า** : ร่วมกับสถาบันการเงินให้สินเชื่อสวัสดิการแก่พนักงาน
- **คลินิกแก้หนี้** : เชิญชวนพนักงานที่มีปัญหาหนี้เข้าร่วมโครงการคลินิกแก้หนี้กับ SAM
- **ฝันไกล ใจหมดหนี้** : ตั้งเป้าหมายปลดหนี้ตามหลัก SMART
- **เงินก้อนนี้ ขอไปะหนี้** : จัดกิจกรรมแข่งขันออมเงินทุกวันตามเป้าหมายเพื่อนำไปปลดหนี้
- **น้ำตาจะไหล ขอเชิร์นะคะ** : แบ่งปันประสบการณ์การบริหารจัดการหนี้
- **ปลดหนี้ x 2** : ผู้บริหารสมทบเงินเพิ่มเติมหากออมเงินตามยอดเงินออมที่ถึงเป้าหมายเพื่อนำไปปลดหนี้



ชื่อชุดกิจกรรมที่ 1: น้ำตาจะไหล ของแหรณะคะ

เป้าหมาย: แบ่งปันประสบการณ์การบริหารจัดการหนี้

กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

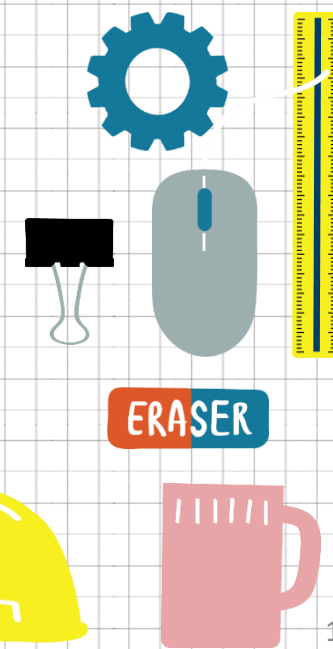
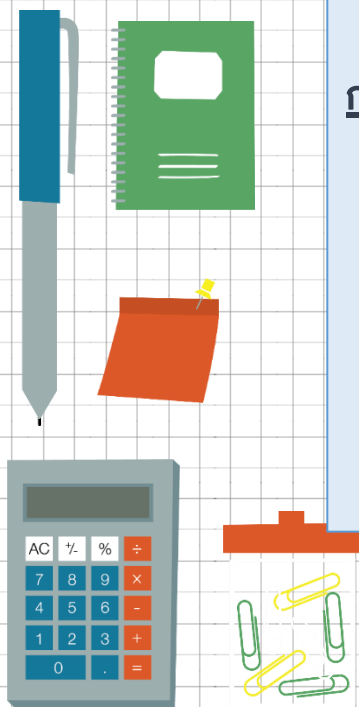
ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: ช่วงแรกของโครงการ (หลังให้ความรู้เรื่องการบริหารจัดการหนี้) / 3 เดือน

กิจกรรม: ส่งเรื่องราวการปลดหนี้ ที่จะช่วยส่งต่อความรู้ ประสบการณ์ และกำลังใจให้กับเพื่อนพนักงาน โดยอาจทำได้ 2 แบบ

1. จัดกิจกรรม Workshop เปิดพื้นที่ให้พูดคุย และแบ่งปันเรื่องราว
2. เขียนเรื่องราวและส่งต่อให้กับ Fin. Trainer เพื่อนำเรื่องราวดี ๆ ไปส่งต่อ
(โดยไม่ระบุชื่อผู้ส่ง) เช่น e-mail, LINE Group, บอร์ดข่าว

การวัดผล: เชิญชวนให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมหรือผู้รับข้อมูลให้ Feedback กลับ ภายหลังจากจัดกิจกรรม Workshop หรือส่งต่อเรื่องราวดี ๆ เช่น

- ตอบกลับ e-mail
- สร้าง Poll ผ่าน LINE Group เพื่อติดตามผลหลังจบโครงการ
 - ☐ พร้อมลุย จัดการหนี้ได้แน่นอน
 - ☐ พยายามบริหารจัดการหนี้อยู่ แต่ยังคงใช้เวลาอีกนิด เพื่อบรรลุเป้าหมาย
 - ☐ ยังไม่แน่ใจว่าจะจัดการหนี้ได้ไหม อยากได้ตัวช่วยเพิ่ม





ชื่อชุดกิจกรรมที่ 2 : ฝนโกล ใจหมดหนี้

เป้าหมาย: ตั้งเป้าหมายปลดหนี้ตามหลัก SMART ได้ + มี Positive feedback

กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

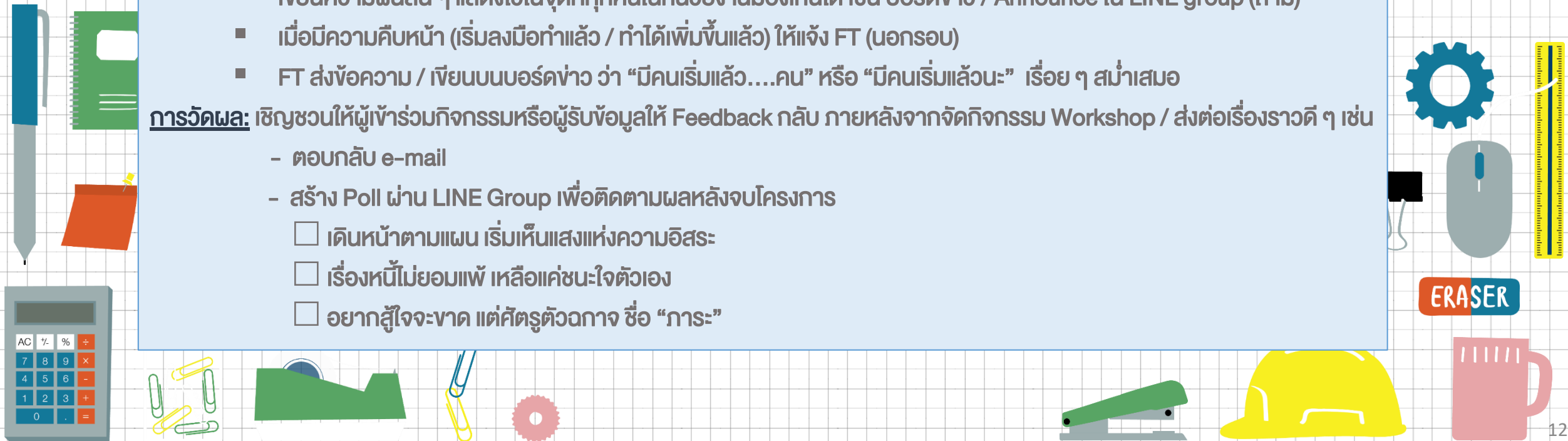
ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: ช่วงแรกของโครงการ (หลังให้ความรู้เรื่องการบริหารจัดการหนี้) / 3 เดือน

กิจกรรม:

- ตั้งเป้าหมายปลดหนี้ โดยลำดับให้ชัดเจนว่าจะปลดหนี้ก้อนไหนก่อน / ทำอย่างไรถึงจะปลดหนี้ได้ ตามหลัก SMART
- เขียนความฝันสั้น ๆ แสดงไว้ในจุดที่ทุกคนในหน่วยงานมองเห็นได้ เช่น บอร์ดข่าว / Announce ใน LINE group (ถ้ามี)
- เมื่อมีความคืบหน้า (เริ่มลงมือทำแล้ว / ทำได้เพิ่มขึ้นแล้ว) ให้แจ้ง FT (นอกรอบ)
- FT ส่งข้อความ / เขียนบนบอร์ดข่าว ว่า “มีคนเริ่มแล้ว....คน” หรือ “มีคนเริ่มแล้วนะ” เรื่อย ๆ สม่่าเสมอ

การวัดผล: เชิญชวนให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมหรือผู้รับข้อมูลให้ Feedback กลับ ภายหลังจากจัดกิจกรรม Workshop / ส่งต่อเรื่องราวดี ๆ เช่น

- ตอบกลับ e-mail
- สร้าง Poll ผ่าน LINE Group เพื่อติดตามผลหลังจบโครงการ
 - ☐ เดินหน้าตามแผน เริ่มเห็นแสงแห่งความอิสระ
 - ☐ เรื่องหนี้ไม่ยอมแพ้ เหลือแค่ชนะใจตัวเอง
 - ☐ อยากสู้ใจจะขาด แต่ศัตรูตัวฉกาจ ชื่อ “ภาระ”



แนวทางการจัดกิจกรรมกระตุ้น และส่งเสริมพฤติกรรมการสร้างรายได้

กิจกรรมการสร้างรายได้



- ✓ เพิ่มรายได้นอกเหนือจากรายได้จากงานประจำที่ทำอยู่
- ✓ แลกทรัพย์สินที่ไม่ใช้แล้วเป็นเงิน
- ✓ มีสุขภาพทางการเงินที่ดี สร้างความมั่นคงให้กับชีวิต

กิจกรรมการสร้างรายได้

- คนใจดี ชี้ช่องรวย : แบ่งปันประสบการณ์/ทักษะการสร้างรายได้เสริม
- สมบัติพลัดกันชม : จัดสรรพื้นที่ให้พนักงานขายสินค้า เช่น ตั้งบูทในออฟฟิศ จัดตั้งกลุ่ม Facebook/ LINE Group
- ตลาดใจ ขายของได้ ใจอัมบุญ : ส่งต่อของใช้ที่ไม่ใช้แล้วให้เป็นเงิน พร้อมแบ่งเงินบางส่วนไปบริจาค
- ว่างไว้ไม่ว่างเว้น : ใช้ประโยชน์จากพื้นที่ว่างเปล่าบริเวณสถานประกอบการ เช่น ปลูกพืชผักสวนครัว เลี้ยงสัตว์ เพื่อนำไปบริโภคและจำหน่าย



ชื่อชุดกิจกรรมที่ 1 : สมบัติพลัดกันชม

เป้าหมาย: แพลงทรัพย์สินที่ไม่ใช้แล้ว ให้เป็นเงิน

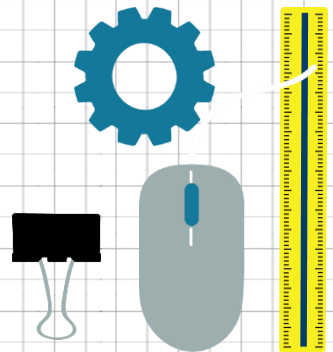
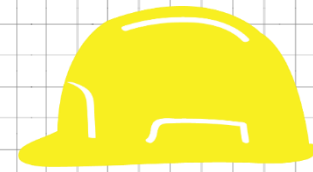
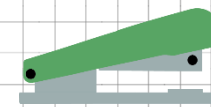
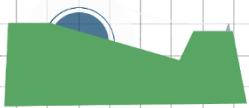
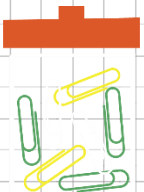
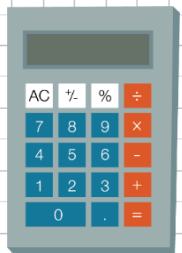
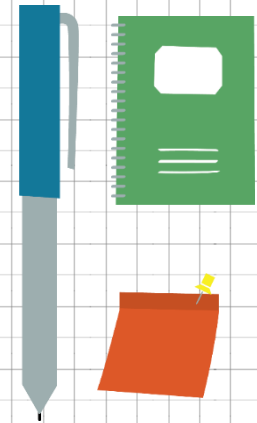
กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: 1 - 2 เดือน หรือตามที่หน่วยงานกำหนด

กิจกรรม:

- จัดบูธ / ติดประกาศ / ส่ง e-mail / Announce ใน LINE group เพื่อประชาสัมพันธ์กิจกรรมภายในหน่วยงาน
- รวบรวมสิ่งของ (สินค้ามือหนึ่ง หรือมือสองสภาพดี) จากเพื่อนพนักงาน
- จัดให้มีพื้นที่ในการจำหน่ายสินค้าภายในหน่วยงาน โดยมีตัวแทนของหน่วยงานเป็นผู้จัดจำหน่าย
- โอนเงินที่ได้จากการจำหน่ายให้กับเพื่อนพนักงานที่ฝากขายสินค้า

การวัดผล: เชิญชวนให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมให้ข้อมูล Feedback (เช่น รายได้ จำนวนสินค้าที่ซื้อ/ขาย) ผ่านช่องทางต่างๆ เช่น e-mail, กล่องแสดงความคิดเห็น ภายหลังจากจัดกิจกรรม



ERASER



ชื่อชุดกิจกรรมที่ 2 : ตลาดใจ : ขายของได้ ใจอิ่มบุญ

เป้าหมาย: ส่งต่อของใช้ที่ไม่ใช้แล้วให้เป็นเงิน พร้อมแบ่งเงินบางส่วนไปบริจาค

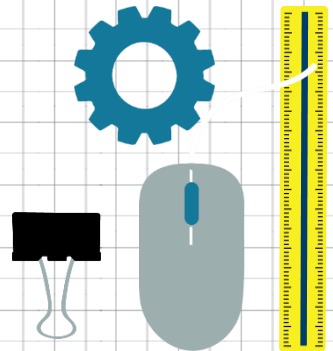
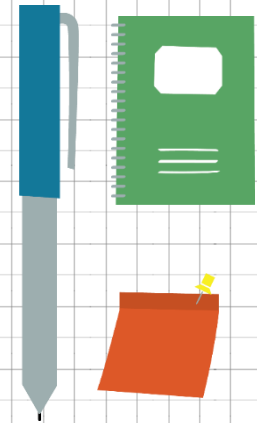
กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: 1 - 2 เดือน หรือตามที่หน่วยงานกำหนด

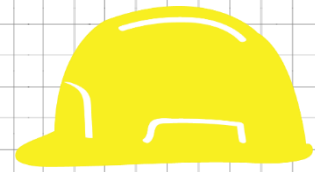
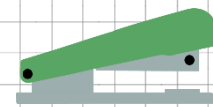
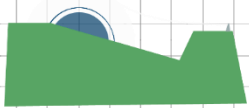
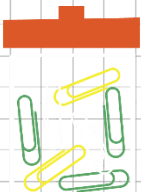
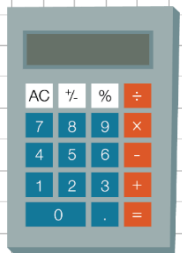
กิจกรรม:

- จัดบูธ / ติดประกาศ / ส่ง e-mail / Announce ใน LINE group เพื่อประชาสัมพันธ์กิจกรรมภายในหน่วยงาน
- รวบรวมสิ่งของ (สินค้ามือหนึ่งหรือมือสองสภาพดี) จากเพื่อนพนักงาน
- จัดให้มีพื้นที่ในการจำหน่ายสินค้าภายในหน่วยงาน โดยมีตัวแทนของหน่วยงานเป็นผู้จัดจำหน่าย
- หักเงินส่วนหนึ่งเพื่อนำไปบริจาคให้กับมูลนิธิ / องค์กรต่าง ๆ
- โอนเงินหลังหักเงินบริจาคแล้วให้กับเพื่อนพนักงานที่ฝากขายสินค้า

การวัดผล: เชิญชวนให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมให้ข้อมูล Feedback (เช่น รายได้ จำนวนสินค้าที่ซื้อ/ขาย) ผ่านช่องทางต่าง ๆ เช่น e-mail, กล่องแสดงความคิดเห็น ภายหลังจากจัดกิจกรรม



ERASER





ชื่อชุดกิจกรรมที่ 3 : คนใจดี ชี้อรงรวย

เป้าหมาย: แบ่งปันประสบการณ์ / ทักษะการสร้างรายได้ ให้กับเพื่อน ๆ ในหน่วยงาน

กลุ่มเป้าหมาย: พนักงานทั่วไป

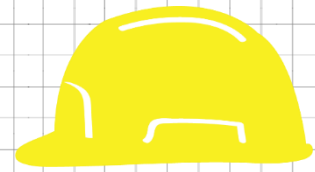
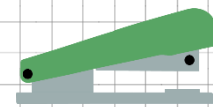
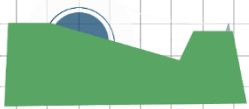
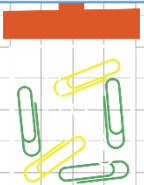
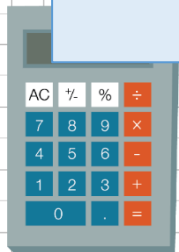
ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม: 1 - 3 เดือน หรือตามที่หน่วยงานกำหนด

กิจกรรม:

- ส่งเรื่องราวการสร้างรายได้ใหม่ ๆ ที่จะช่วยส่งต่อความรู้ ประสบการณ์ เพื่อเป็นแนวทางการหารายได้เสริมให้แก่เพื่อนพนักงาน โดยอาจทำได้ 2 แบบ
 1. จัดกิจกรรม Workshop เปิดเป็นพื้นที่ให้พูดคุย และแบ่งปันเรื่องราว
 2. เขียนเรื่องราวและส่งต่อให้กับ Fin Trainer เพื่อนำเรื่องราวดี ๆ ไปส่งต่อให้เพื่อนพนักงาน (โดยไม่ระบุชื่อผู้ส่ง) เช่น e-mail, LINE Group, บอร์ดข่าว

การวัดผล: เชิญชวนให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมหรือผู้รับข้อมูลให้ Feedback กลับมาผ่านช่องทางต่าง ๆ ภายหลังจากจัดกิจกรรม Workshop หรือส่งต่อเรื่องราวดี ๆ เช่น

- ตอบกลับ e-mail
- สร้าง Poll ผ่าน Line Group เพื่อติดตามผลหลังจบโครงการ
 - ☐ ได้อะไอดีดี ๆ แบบนี้..เริ่มทำได้ทันที !
 - ☐ พังดูน่าสนใจ ขอไปเพิ่มพูนทักษะก่อนนะ
 - ☐ ยังไม่สะดวกตอนนี้ ใ้ดีดีดี แต่พี่ยังไม่พร้อม





References:

- International Organization of Securities Commissions and Organisation for Economic Co-Operation and Development. (2018). *The Application of Behavioural Insights to Financial Literacy and Investor Education Programs and Initiatives*.
- The behavioural insights team. (2015). EAST four simple way to apply behavioural insights. https://www.behaviouralinsights.co.uk/wp-content/uploads/2015/07/BIT-Publication-EAST_FA_WEB.pdf [accessed: 8 January 2021]
- Richard H. Thaler, Cass R. Sustein. (2008). **Nudge สะกดความคิด สะกดพฤติกรรม**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์วีเลิร์น.
- Institute for Government. (2009). *MINDSPACE: Influencing behavior through public policy*.
- จิรณัทย์ ชอบนาย และ ภูมิสิทธิ์ มหาสุวีระชัย. (2563). **การออกแบบทางเลือกเพื่อการเพิ่มเงินออม**. [Paper presentation]. การประชุมวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษาแห่งชาติ ครั้งที่ 21 มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น, ประเทศไทย.
- พ็อกก, บีเจ. **เปลี่ยนน้อยนิด เพื่อพิชิตทุกเป้าหมาย** / ดร.บีเจ พ็อกก: เขียน; พอล ทัย อภิรัชฎาพร: แปล จาก Tiny Habits. – กรุงเทพฯ: อมรินทร์ฮาวทู อมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง, 2564.
- ภัทรภา เวชภัทรสุริ. //(2563, มกราคม-กุมภาพันธ์). //เศรษฐศาสตร์พฤติกรรมกับการออกแบบนโยบาย. // **พระสยาม**. //ฉบับที่1/2563://26-27.



Q & A

เนื้อหา ข้อมูล และสื่อความรู้ทางการเงินที่จัดทำขึ้นนี้
เป็นลิขสิทธิ์ของธนาคารแห่งประเทศไทย (ธปท.)
โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมความรู้ทางการเงินไปยังวงกว้าง
การนำเนื้อหาหรือสื่อต่าง ๆ ไปใช้งาน โปรดอ้างอิงแหล่งที่มาให้ชัดเจน

ทั้งนี้ ธปท. ไม่อนุญาตให้นำไปจำหน่ายหรือใช้เพื่อการแสวงหาประโยชน์ทางการค้า
กรณีนำเนื้อหาบางส่วนหรือทั้งหมดไปใช้งานเพื่อวัตถุประสงค์อื่น
ต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจาก ธปท.

หากมีข้อสงสัยหรือประเด็นสอบถามเพิ่มเติมสามารถติดต่อได้ที่
อีเมล: FL@bot.or.th