



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

กิจกรรม วางแผนแก้หนี้รายบุคคล



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

จะรบกับหนี้ ต้องมีตัวเลข

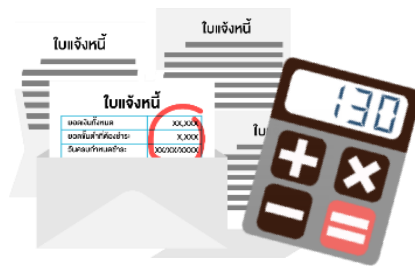




1. สำรวจหนี้ เงินคงเหลือ ทรัพย์สิน

กรอกข้อมูลในตารางสำรวจ ได้แก่

- ✓ มีหนี้อะไรบ้าง
- ✓ เงินคงเหลือเป็นอย่างไร
- ✓ มีทรัพย์สินอะไรที่ขายได้บ้าง



2. วางแผนแก้หนี้

2.1 แก้หนี้เริ่มที่ตัวเอง

- ✓ ลดรายจ่าย
- ✓ ขายทรัพย์สิน
- ✓ เพิ่มรายได้

2.2 แก้หนี้โดยหาตัวช่วยเพิ่ม

- ✓ ติดต่อเจ้าหนี้เพื่อขอปรับโครงสร้างหนี้
- ✓ เข้าร่วมมาตรการแก้หนี้
- ✓ ติดต่อช่องทางแก้หนี้



3. ปรับพฤติกรรมทางการเงิน

- ✓ ออมก่อนใช้
- ✓ เริ่มออมเงินเพื่อฉุกเฉิน
- ✓ วางแผนการเงิน
- ✓ เป็นหนี้เท่าที่จำเป็นและจ่ายไหว



1

เริ่มจากสำรวจหนี้ทั้งหมดว่ามีอะไรบ้าง

2 เรียงลำดับหนี้ที่ต้องจัดการก่อน-หลัง (ตามอัตราดอกเบี้ย)

6 เรียงลำดับหนี้ที่ต้องจัดการก่อน -หลัง (ตามระดับความรุนแรงของปัญหาหนี้)

7 ประเมินความสามารถในการชำระหนี้ของตนเอง

ตารางสำรวจภาระหนี้

ณ วันที่..... เดือน.....ปี พ.ศ.

ลำดับที่	ประเภทหนี้	เจ้าหนี้	ดอกเบี้ย (% ต่อปี)	ยอดหนี้คงค้าง (บาท)	ยอดชำระต่อเดือน (บาท)	สถานะหนี้	คาดการณ์ความสามารถในการชำระหนี้ในอนาคต	คำแนะนำ	ลำดับในการชำระหนี้
1	หนี้บัตรเครดิต	เจียรว	60.00%	30,000	1,500	จ่ายได้แต่ดอกเบี้ย	ผ่อนชำระหนี้ได้เพียงบางส่วน		
2	หนี้บ้าน	ธนาคาร A	5.75%	1,440,871	10,400	ค้างชำระ 1 งวด	ไม่สามารถผ่อนชำระหนี้ได้		
3	หนี้รถยนต์	ธนาคาร B	5.00%	363,732	7,132	ปกติ	ผ่อนชำระหนี้ได้ตามสัญญา		
4	หนี้บัตรเครดิต	ธนาคาร D	16.00%	4,680	780	จ่ายขั้นต่ำ	ผ่อนชำระหนี้ได้เพียงบางส่วน		
รวมยอดคงเหลือและผ่อนชำระต่อเดือน				1,839,283	19,812				

1 ถ้าจ่ายไม่ไหว ต้องเจรจากับใคร

3 เพื่อมีเงินก้อนปิดหนี้

4 รู้จำนวนหนี้ที่ค้างอยู่ทั้งหมด

5 รู้ภาระหนี้ที่ต้องผ่อนต่อเดือน

8 เรียงลำดับหนี้ที่ต้องจัดการก่อน-หลัง



2

สำรจ เงินคงเหลือแต่ละเดือน
เพื่อดูว่ามีเงินเพียงพอสำหรับใช้
จ่ายและชำระหนี้หรือไม่

1 รายได้จากที่ไหนด่าง จำนวนเท่าไร

2 ค่าใช้จ่ายอะไรบ้าง (เช่น เงินออม
ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ค่าน้ำ ค่าไฟ
ค่าสินทนการ) จำนวนเท่าไร

3 ผ่อนชำระหนี้อะไรบ้าง จำนวนเท่าไร

4 มีเงินเหลือหรือไม่

บันทึกรายรับ - รายจ่าย (ก่อนได้รับคำปรึกษา)				
เดือน ปี พ.ศ.				
		ยรับจากแหล่งอื่น (บาท)	รายการรายจ่าย (เงินออก)	
เงินเดือน	30,000.00		ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ค่าอุปโภคบริโภค	16,000.00
รายได้อื่น ๆ (รับเผ้าใช้)		5,000.00	ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าโทรศัพท์	2,470.00
			ค่าใช้จ่ายอื่น ๆ	4,000.00
			ภาระผ่อนหนี้	
			หนี้นอกระบบ	1,500.00
			หนี้บ้าน	10,400.00
			หนี้รถยนต์	7,132.00
			หนี้บัตรเครดิต	780.00
สรุปรายรับ - รายจ่าย				
รายรับ	35,000.00		รวมรายจ่ายจำเป็นไม่จำเป็น	B 42,282.00 B -
รายจ่าย	42,282.00		รวมรายจ่ายทั้งหมด	42,282.00
รายรับ - รายจ่าย	7,282.00			

ถ้าติดลบ แปลว่าไม่พอ



1. สำรจหนึ่ เงินคงเหลือ ทรัพยสิน

3

สำรจทรัพยสินทั้งหมดว่ามีอะไร ที่
สามารถนำมาขายและชำระหนี้ได้บ้าง

1

ทรัพยสินที่แปลงเป็นเงินสดได้ทันที
เช่น เงินออมในกระปุก เงินฝากออมทรัพย์

2

ทรัพยสินเพื่อการลงทุน มีไว้เพื่อหวังผลตอบแทน
เช่น บัญชีเงินฝากประจำ บ้านเช่า กองทุนรวม หุ้น

3

ทรัพยสินส่วนตัว

เช่น บ้าน รถยนต์ ที่ดิน ทองคำ กระเป๋า
พระเครื่อง ของใช้มือสองที่ขายได้

4

ราคาที่ตลาดรับซื้อ
หรือราคาที่คุณคาดว่าจะขายได้

5

ถ้าจะขายต้องเอาไป
ขายที่ไหน

ลำดับที่	ทรัพยสิน	ราคาตลาด	แหล่งขาย	หมายเหตุ
กลุ่มที่ 1 ทรัพยสินที่แปลงเป็นเงินสดได้ทันที				
1.	เงินฝากออมทรัพย์	20,000	ธนาคาร	
รวมทรัพยสินกลุ่มที่ 1		20,000		
กลุ่มที่ 2 ทรัพยสินเพื่อการลงทุน				
1.	สลากออมทรัพย์	10,000	ธนาคาร	
2.	กองทุนรวม	20,000	บลจ.	
รวมทรัพยสินกลุ่มที่ 2		30,000		
กลุ่มที่ 3 ทรัพยสินส่วนตัว				
1.	บ้าน	1,550,000	นายหน้า/ออนไลน์	ไว้อยู่อาศัย
2.	ที่ดิน	800,000	นายหน้า/ออนไลน์	
3.	รถยนต์	550,000	เต็นท์รับซื้อ	จำเป็นต้องใช้
รวมทรัพยสินกลุ่มที่ 3		2,900,000		
รวมทรัพยสินทั้ง 3 กลุ่ม		2,950,000		



อุปกรณ์

1. โจทย์



Microsoft Word
Document

2. ตาราง 4 ตาราง



Microsoft Excel
Worksheet

2.1 สำนวนภาระหนี้

2.2 ทรัพย์สินที่สามารถขายได้

2.3 - 2.4 บันทึกการรับ-รายจ่าย (ก่อน – หลังได้รับคำปรึกษา)

3. โปรแกรมคำนวณเงินกู้

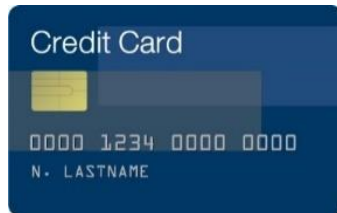
4. แหล่งข้อมูลความรู้ทางการเงิน



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

บัตรเครดิต VS บัตรกดเงินสดและสินเชื่อส่วนบุคคลแบบเงินก้อน

บัตรเครดิต



คุณสมบัติผู้สมัคร

รายได้ไม่ต่ำกว่า 15,000 บาทต่อเดือน
หรือมีทรัพย์สินตามที่ ธปท. กำหนด

อัตราดอกเบี้ย**

ไม่เกิน 16% ต่อปี

ระยะเวลา
ปลอดดอกเบี้ย

ประมาณ 45 – 56 วัน

ค่าธรรมเนียม
การเบิกถอน

3 % (และมี VAT บนค่าธรรมเนียม 7%)

วงเงิน
(กรณีพิจารณาจากรายได้)

1.5 – 5 เท่าขึ้นกับระดับรายได้

บัตรกดเงินสด* และสินเชื่อส่วนบุคคลแบบเงินก้อน



ขึ้นอยู่กับพิจารณาของผู้ให้สินเชื่อ

ไม่เกิน 25% ต่อปี

ไม่มี

ขึ้นกับผู้สินเชื่อ

1.5 – 5 เท่าขึ้นกับระดับรายได้

* เป็นสินเชื่อส่วนบุคคลรูปแบบหนึ่ง ** รวมค่าปรับ ค่าบริการ ค่าธรรมเนียม ทั้งนี้ คิดดอกเบี้ยแบบลดต้นลดดอก



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

อธิบายการใช้งานโปรแกรมคำนวณ





<https://www.bot.or.th/th/satang-story/financial-tools/loans-tools.html>



คุณจะผ่อนได้งวดละเท่าไร

คุณจะถูกได้ประมาณเท่าไร

คุณต้องผ่อนนานแค่ไหน



เป้าหมายการกู้
เพื่ออยู่อาศัย ▼ 20

จำนวนเงินที่ต้องการกู้ (บาท)

2,000,000

อัตราดอกเบี้ยเงินกู้ต่อปี (%)

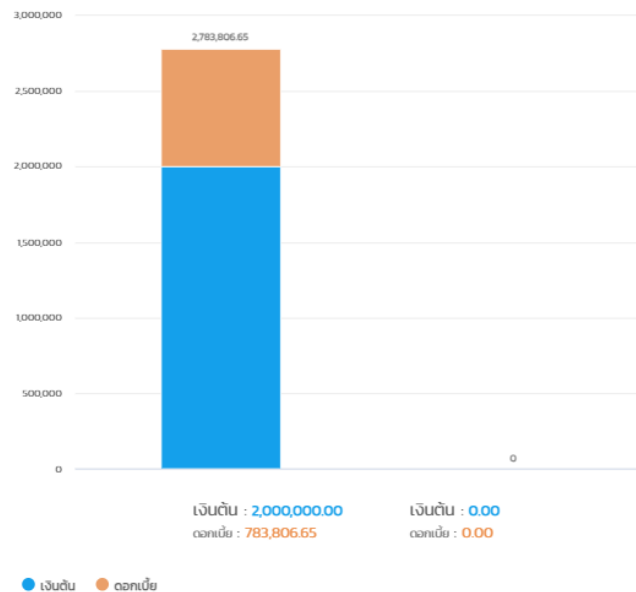
3.5%

คุณจะต้องผ่อนเดือนละ

11,599 บาท

คำนวณ

Calculated Results



ยอดผ่อนชำระไม่ควรเกิน 1/3 ของรายได้ของคุณ

คุณผ่อนได้งวดละเท่าไร ?

- ✓ เป้าหมายการกู้
- ✓ จำนวนปีของการกู้ยืม
- ✓ จำนวนเงินที่ต้องการกู้
- ✓ อัตราดอกเบี้ยเงินกู้ต่อปี



คุณจะผ่อนได้งวดละเท่าไร

คุณจะถูกได้ประมาณเท่าไร

คุณต้องผ่อนนานแค่ไหน



เป้าหมายการกู้
เพื่ออยู่อาศัย

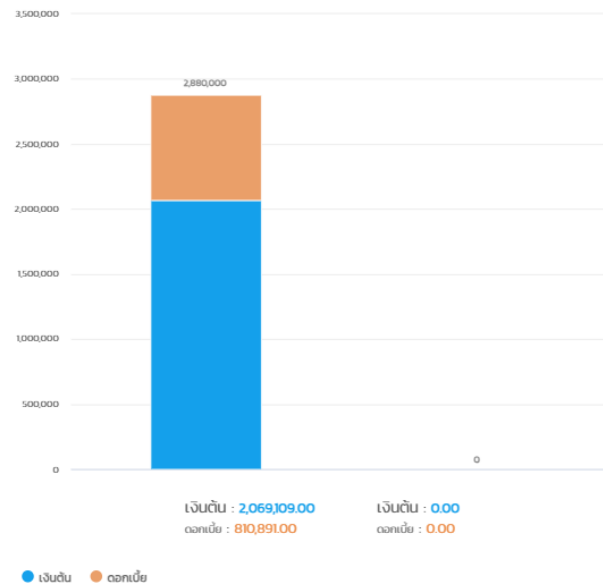
จำนวนปีของการกู้ยืม
20

จำนวนเงินที่ต้องการชำระต่อเดือน (บาท)
12,000

อัตราดอกเบี้ยเงินกู้ต่อปี (%)
3.5%

คุณจะถูกได้ (บาท)
2,069,109 บาท

คำนวณ



คุณจะถูกได้ประมาณเท่าไร ?

- ✓ เป้าหมายการกู้
- ✓ จำนวนปีของการกู้ยืม
- ✓ จำนวนเงินที่ต้องการผ่อนชำระต่อเดือน
- ✓ อัตราดอกเบี้ยเงินกู้ต่อปี



โปรแกรมคำนวณเงินกู้



คุณจะผ่อนได้งวดละเท่าไร

คุณจะถูกได้ประมาณเท่าไร

คุณต้องผ่อนนานแค่ไหน



เป้าหมายการกู้
เพื่อที่อยู่อาศัย

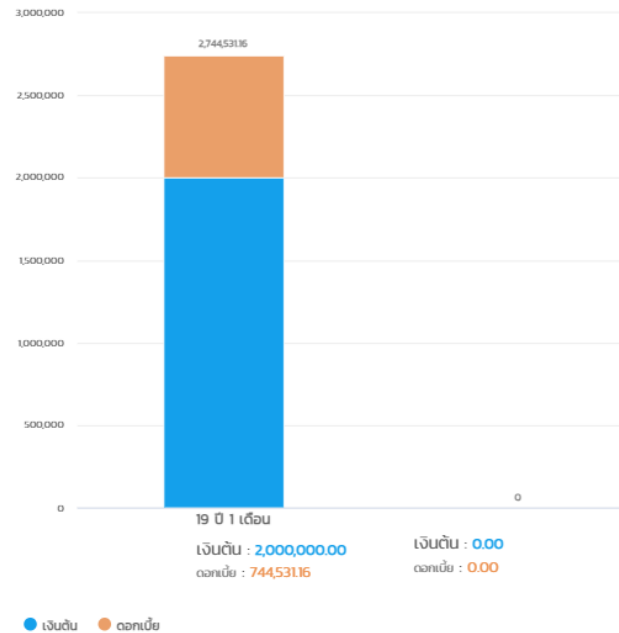
จำนวนเงินที่ต้องการ
ชำระต่อเดือน (บาท)
12000

จำนวนเงินที่ต้องการกู้ (บาท)
2,000,000

อัตราดอกเบี้ยเงินกู้ต่อปี (%)
3.5%

19 ปี 1 เดือน

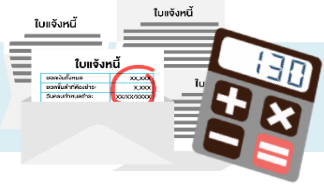
คำนวณ



ยอดผ่อนชำระไม่ครบเกิน 1/3 ของรายได้ของคุณ

คุณต้องผ่อนนานแค่ไหน?

- ✓ เป้าหมายการกู้
- ✓ จำนวนเงินที่ต้องการผ่อนชำระต่อเดือน
- ✓ จำนวนเงินที่ต้องการกู้
- ✓ อัตราดอกเบี้ยเงินกู้ต่อปี



2.2 แก้หนี้...โดยหาตัวช่วยเพิ่ม



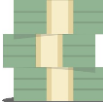
ติดต่อเจ้าหนี้เพื่อขอปรับโครงสร้างหนี้

แนวทางแก้ไขหนี้แต่ละประเภท

แนวทางแก้ไข	สินเชื่อส่วนบุคคล (แบบเงินก้อน)	บัตรเครดิต บัตรกดเงินสด	เช่าซื้อรถ	สินเชื่อบ้าน
ลดอัตราดอกเบี้ย / ลดค่างวด / /ขยายระยะเวลาชำระหนี้ / พักชำระเงินต้น / พักชำระหนี้ / ขั้นบันได (สินเชื่อบ้าน เช่าซื้อรถ)	●	●	●	●
เปลี่ยนประเภทวงเงินเป็น สินเชื่อระยะยาว (Term Loan)	-	●	-	-
ขาย / ค้ำ	-	-	●	●
ดีโคโนทรัพย์ชำระหนี้	-	-	-	●



ตัวอย่างแนวทางแก้ไขปัญหา

ประเภทหนี้	แนวทางแก้ไข	อัตราดอกเบี้ย	ปี
 สินเชื่อส่วนบุคคล	ขอลดอัตราดอกเบี้ย ขอย้ายระยะเวลาชำระหนี้	12-22%	5-10
 บัตรเครดิต	ขอลดอัตราดอกเบี้ย ขอแปลงหนี้เป็นสินเชื่อระยะยาว	5-12%	3-5
 บ้าน	ขอจ่ายแบบขั้นบันได (Step up)	ในช่วง 1-2 ปีแรก ขอผ่อนชำระค่างวด 50% ของค่างวดเดิมและทยอยผ่อนชำระใน % ที่เพิ่มขึ้นในปีต่อ ๆ ไป ตามความสามารถในการชำระหนี้	
 หนี้สหกรณ์	ขอลดค่าผ่อนชำระต่องวด	เป็นไปตามนโยบายของเงินกู้แต่ละประเภทของแต่ละสหกรณ์	

ลดรายจ่าย ขยายทรัพย์สิน เพิ่มรายได้



โปรแกรม
คำนวณเงินกู้ ธปท.



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND



SOCIAL MEDIA



Website : <https://www.bot.or.th/>

Facebook : <https://www.facebook.com/bankofthailandofficial/>

X : <https://twitter.com/bankofthailand>

Instagram : <https://www.instagram.com/bankofthailand.official/>

Blockdit : <https://www.blockdit.com/bankofthailand>

LINE : <https://lin.ee/P5xJWV2>

LINE TODAY : <https://today.line.me/th/v2/publisher/102833>

YouTube : <https://www.youtube.com/c/BankofThailandofficial>

แหล่งข้อมูลความรู้ทางการเงิน



แบบสำรวจสุขภาพทางการเงิน



SCAN ME



Microsoft
PowerPoint Presentat



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

แหล่งข้อมูลความรู้ทางการเงิน



e - learning

ชุดความรู้ทางการเงิน
แก่กลุ่มเป้าหมายคนวัยทำงาน
by BOT

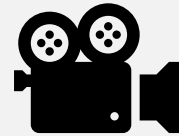


- 1 การวางแผนการเงิน
สตางค์ Story • 33 views • 2 weeks ago
34:40
- 2 ทางเลือกการออมและการลงทุน
สตางค์ Story • 12 views • 2 weeks ago
34:06
- 3 การเงินดิจิทัลและภัยทางการเงิน
สตางค์ Story • 8 views • 2 weeks ago
30:35
- 4 การบริหารจัดการหนี้
สตางค์ Story • 8 views • 2 weeks ago
1:05:09



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

แหล่งข้อมูลความรู้ทางการเงิน



e - learning

e – learning เรื่องหนี้
by SET



หลักสูตร



WMD1103

เป็นหนี้แล้วจัดการยังไง

การบริหารจัดการหนี้เมื่อเริ่มมีปัญหา โดยอธิบายขั้นตอนและวิธีการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง และการเจรจากับเจ้าหนี้เพื่อปรับโครงสร้างหนี้ เหมาะกับผู้ที่เป็นหนี้แล้ว หรือผู้ที่



การวางแผนการเงิน



ฟรี



WMD1102

รู้ก่อนเป็นหนี้ จะได้ไม่รู้จักทีหลัง

ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับสินเชื่อรูปแบบต่างๆ การประเมินความพร้อมของตนเองและสิ่งควรทำก่อนกู้หนี้ เหมาะกับผู้ที่กำลังตัดสินใจจะขอสินเชื่อ หรือผู้ที่หนี้แต่ยังไม่ปัญหา



การวางแผนการเงิน



ฟรี



WMD1104

แก้ปัญหานี้เสีย ยังไงดี

ความรู้เกี่ยวกับวิธีการปรับโครงสร้างหนี้ เพื่อรับมือตั้งแต่เริ่มเป็นหนี้เสีย จนถึงเข้าสู่ขั้นตอนทางกฎหมาย เหมาะกับผู้ที่มีปัญหานี้เสียเบื้องต้น ไปจนถึงหนี้ที่มีปัญหารุนแรง เช่น ถูก



การวางแผนการเงิน



ฟรี



ธนาคารแห่งประเทศไทย
BANK OF THAILAND

