

สภาพปัจจุบัน ปัญหา และอุปสรรคของการวางแผนทางการเงินของ  
กลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร\*  
CURRENT SITUATION, PROBLEMS, AND OBSTACLES OF FINANCIAL  
PLANNING FOR THE WORKING AGE GROUP IN BANGKOK.

สุกัญญา ศิริโท<sup>1</sup>, เกียรติชัย วีระญาณนนท์<sup>2</sup>, ณัฐภัสสร ธนาบวรพานิชย์<sup>3</sup>, และ รักษาศา รวงอ่อนนาม<sup>4</sup>  
Sukanya Sirit<sup>1</sup>, Kietchai Wirayanon<sup>2</sup>, Nutpatsorn Tanaboworpanich<sup>3</sup> and Rapassa Rong-onnam<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup>มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

<sup>1-4</sup>North Bangkok University, Thailand

Corresponding author's : <sup>1</sup>Sukanya sirt@northbkk.ac.th, <sup>2</sup>Kietchai.ve@gmail.com

<sup>3</sup>nutpatsorn.ta@northbkk.ac.th <sup>4</sup>Rapassa.ro@northbkk.ac.th

## บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอการศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ของการวางแผนทางการเงิน และศึกษาการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร เป็นงานวิจัยเชิงสำรวจ แต่ได้นำเสนอเฉพาะด้านการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้เครื่องมือในการวิจัยคือ วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกด้วยแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง จากผู้เชี่ยวชาญการวางแผนทางการเงินส่วนบุคคลประสบการณ์อย่างน้อย 5 ปี จำนวน 17 คน ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเทคนิควิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลการศึกษาปัจจุบัน ปัญหาและอุปสรรค ของวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร เช่น รายได้ไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่ายที่สูง ความกดดันจากค่าครองชีพในเมืองใหญ่ และขาดการวางแผนที่ชัดเจนในการออมและการลงทุน ซึ่งส่งผลให้การวางแผนทางการเงินมีอุปสรรคและข้อจำกัดที่สำคัญ และ 2) ผลการวิเคราะห์การวางแผนทางการเงินระยะสั้น ระยะยาว เช่น การควบคุมการใช้จ่าย การออมและเลือกการลงทุนในสินทรัพย์ที่หลากหลาย การจัดการหนี้ยังมีระบบ และจัดการความเสี่ยงที่เหมาะสมกับสถานการณ์ทางการเงินของแต่ละบุคคล การวางแผนภาษี การวางแผนการเกษียณ จะช่วยให้ความมั่นคงทางการเงินระยะยาวบรรลุเป้าหมายทางการเงิน

**คำสำคัญ :** การวางแผนทางการเงิน, ปัญหาทางการเงิน, อุปสรรคการวางแผนการเงิน

---

\* Received 16 April 2025; Revised 24 April 2025; Accepted 30 April 2025

## Abstract

This research aims to present a study of the current conditions, problems, and obstacles in financial planning, focusing specifically on the working-age population in Bangkok. It is a survey-based study, with an emphasis on the qualitative research aspect. The research employed in-depth interviews using semi-structured interview questions as the main data collection tool. The participants were 17 experts in personal financial planning, each with at least five years of professional experience. Content analysis was used as the data analysis technique.

The research were as follows : 1) Current Conditions, Problems, and Obstacles The study revealed that working-age individuals in Bangkok face key challenges in financial planning, including insufficient income relative to high living expenses, pressure from the urban cost of living, and a lack of clear strategies for saving and investing. These issues contribute to significant barriers and limitations in their ability to implement effective financial plans. And 2) The results of the analysis of short-term and long-term financial planning-such as expense control, saving and selecting diverse investment assets, systematic debt management, and appropriately managing risks according to each individual's financial situation, as well as tax planning and retirement planning indicate that these practices help achieve long-term financial stability and financial goals.

**Keywords:** Financial planning, Financial Problems, Barriers to Financial Planning

## บทนำ

กรุงเทพมหานครและปริมณฑล จากประชากรไทยจำนวน 66.13 ล้าน แต่มีประชากรที่อยู่ในกำลังแรงงานในกรุงเทพฯ จำนวน 3,209,649 (สถิติประชากรทะเบียนราษฎร รายอายุปี พ.ศ. 2567 กรุงเทพมหานคร : ออนไลน์) ปัจจุบันสถานการณ์การวางแผนการเงินในคนรุ่นใหม่ตระหนักถึงความสำคัญของการออมเงินเพื่ออนาคต แต่ยังมีขาดวินัยและความรู้ในการจัดการการเงินอย่างเป็นระบบ (สุธิตา กาญจนกันตกุล, 2563) ได้กล่าวถึง แนวโน้มในเรื่องการวางแผนบริหารจัดการในเรื่องการเงินจัดการชีวิตของคนรุ่นใหม่อยู่ในช่วงปรับตัว แต่ในทางปฏิบัติยังไม่สามารถออมเงินก่อนใช้จ่ายได้ อาจจะเพราะปัจจัยแวดล้อมหลายอย่างที่ไม่อำนวยความสะดวกทำให้รายได้กับค่าครองชีพไม่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน จากการสำรวจ พบว่า คนรุ่นใหม่ไม่ได้วางแผนเรื่องการออม ส่วนใหญ่เป็นการออมเหลือจากการใช้จ่าย และส่วนใหญ่จะเป็นการวางแผนด้วยตัวเอง ซึ่งคนกลุ่มใหญ่ที่มีรายได้ 10,000-20,000 บาท ขาดวินัยทางการออม ขาด

ความรู้ด้านการออมและการลงทุนที่ถูกต้อง ซึ่งพบว่า ส่วนใหญ่มีการออมในรูปแบบเงินฝากประจำ หรือประกันชีวิตสะสมทรัพย์ซึ่งรูปแบบอาจจะไม่หลากหลาย การลงทุนในกองทุนถือเป็นส่วนน้อย ดังนั้นทางออกในการบริหารจัดการชีวิตของคนรุ่นใหม่ในอนาคตคาดการณ์ว่าการหารายได้เพิ่ม ยังคงยึดมั่นในส่วนของงานประจำ แต่รายได้เพิ่ม เช่น ขายออนไลน์ เพื่อให้เขายังคงมีคุณภาพชีวิตที่ดี (กิตติชัย เตชะงามเลิศ, 2567) สำหรับคนที่มีเงินเก็บ พบว่า หลายคนเลือกที่จะฝากธนาคารระยะยาว หรือบางคนเลือกที่จะลงทุนเพื่อให้ได้ผลตอบแทนสำหรับการลงทุน สิ่งสำคัญที่สุด คือ ต้องเรียนรู้ว่าจะลงทุน กระจายลงทุนหลายอย่างทำให้เราไม่เอาไข่ใส่ในตะกร้าใบเดียวความเสี่ยงก็จะลดลง

การวางแผนทางการเงินเป็นกระบวนการที่สำคัญในการจัดการทรัพย์สินและการเงินส่วนบุคคลโดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มวัยทำงาน ซึ่งเป็นช่วงที่บุคคลมีรายได้สูงสุดและมีภาระทางการเงินที่ต้องรับผิดชอบ การวางแผนทางการเงินที่ดีช่วยให้บุคคลสามารถบรรลุเป้าหมายทางการเงินทั้งในระยะสั้น ระยะยาว เช่น การออมเพื่อเกษียณ การลงทุน การจัดการหนี้สิน รวมถึงการเตรียมตัวสำหรับเหตุการณ์ไม่คาดคิด ในกรุงเทพมหานครซึ่งเป็นเมืองหลวงที่มีการแข่งขันและมีความตึงเครียดทางเศรษฐกิจสูง กับประสบปัญหาหลายประการ เช่น การขึ้นค่าครองชีพ ค่าเช่าที่อยู่อาศัย การปรับอัตราดอกเบี้ย และการแข่งขันในตลาดแรงงาน ทำให้วัยทำงานในกรุงเทพมหานคร ต้องเผชิญกับความท้าทายในการจัดการการเงินส่วนบุคคล โดยเฉพาะในเรื่องของการจัดสรรรายได้และการบริหารหนี้สิน รวมถึงการวางแผนเพื่ออนาคตซึ่งมักถูกจำกัดด้วยปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม

จากบริบทและความสำคัญของปัญหาดังกล่าวงานวิจัยนี้มุ่งเน้นไปที่การสำรวจสภาพปัจจุบัน ปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ในการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร โดยจะพิจารณาปัจจัยต่างๆ ของการวางแผนทางการเงิน รวมถึงการค้นหาวิธีการและกลยุทธ์ที่สามารถช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการบริหารจัดการการเงินส่วนบุคคลในกลุ่มวัยทำงานให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งจะมีประโยชน์ทั้งบุคคล และสังคม ในการส่งเสริมความมั่นคงทางการเงินในระยะยาวของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร.

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ของการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร

## วิธีดำเนินการวิจัย

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ เป็น

ผู้เชี่ยวชาญที่สามารถให้เชิงนโยบายได้ โดยการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 17 คน ประกอบด้วย ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) 1) นักวางแผนทางการเงิน CFP จำนวน 6 คน 2) ที่ปรึกษาทางการเงิน FChFP จำนวน 6 คน และ 3) คณะกรรมการสมาคมตัวแทนประกันชีวิต จำนวน 5 คน มีประสบการณ์การวางแผนทางการเงินส่วนบุคคลอย่างน้อย 5 ปีขึ้นไป

## 2. เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้ ได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างแบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้ ตอนที่ 1 สัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ ตอนที่ 2 สภาพปัจจุบัน ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ของการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร และ ตอนที่ 3 การวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร

2.2 ผู้วิจัยได้ศึกษาให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในการจัดทำการศึกษาจากนั้นนำแบบสัมภาษณ์ ฉบับร่างเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาการวิจัยเพื่อแก้ไขเนื้อหาที่ใช้ จากนั้นปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ นำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิจัย พิจารณาเพื่อให้แบบสัมภาษณ์มีความสมบูรณ์มากที่สุด

## 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินการดังนี้

3.1 กำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

3.2 การสร้างแบบสัมภาษณ์เชิงลึกกึ่งโครงสร้าง ให้ครอบคลุมและสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย และตรวจสอบคุณภาพโดยอาจารย์ที่ปรึกษาวิจัย

3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูลในการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยการคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญการวางแผนการเงินส่วนบุคคลมีประสบการณ์การวางแผนการเงินส่วนบุคคลอย่างน้อย 5 ปี จำนวน 17 คน โดยแบบสัมภาษณ์เชิงลึกกึ่งโครงสร้างและการบันทึกเสียง

3.4 การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลโดยการถอดข้อความของข้อมูลที่เก็บได้ นำมาวิเคราะห์ด้วยหลักการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) เพื่อหาองค์ประกอบที่สำคัญตามวัตถุประสงค์การวิจัย กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงาน 3 เดือน

## 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) โดยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์และข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารมาวิเคราะห์ สภาพปัจจุบัน ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ของการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร จากนั้นนำผลที่ได้มาวิเคราะห์สังเคราะห์มาตรวจสอบและสรุปในประเด็นต่าง ๆ นำเสนอในรูปแบบความเรียง

## ผลการวิจัย

**วัตถุประสงค์ที่ 1** สภาพปัจจุบัน ปัญหา และอุปสรรค ต่าง ๆ ของการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร

ตารางที่ 1 ประเด็นโดยสรุปของสภาพปัจจุบันของการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร

ประเด็นความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญที่สอดคล้องกัน

- การบริหารจัดการหนี้ หลายคนในวัยทำงานต้องเผชิญกับภาระหนี้สิน ไม่ว่าจะเป็นหนี้สินบ้าน หนี้สินรถ หรือหนี้สินการใช้บัตรเครดิต ซึ่งบางคนอาจไม่มีแผนการชำระหนี้ที่ชัดเจนหรือค้ำประกันถึงอัตราดอกเบี้ยอย่างรอบคอบ
- การบริหารจัดการค่าใช้จ่าย วัยทำงานเริ่มสนใจการควบคุมค่าใช้จ่ายมากขึ้น โดยการวางแผนการเงิน เพื่อการจัดการรายจ่ายในแต่ละเดือน และมักจะใช้แอปพลิเคชันหรือเครื่องมือออนไลน์ในการติดตามการใช้จ่าย แต่ยังคงมีปัญหา คือ การใช้จ่ายเกินตัวโดยไม่รู้ตัว หรือการล้มสำรองเงินในกรณีฉุกเฉิน

ประเด็นความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญที่สอดคล้องกัน

- การออมเพื่อเกษียณ วัยทำงานให้ความสนใจมากขึ้น แม้ว่าหลายคนยังไม่เริ่มต้นออมตั้งแต่เนิ่น ๆ ซึ่งทำให้บางคนอาจไม่สามารถมีเงินเพียงพอสำหรับการเกษียณอายุ
- การวางแผนการลงทุน วัยทำงานเริ่มสนใจการลงทุนในสินทรัพย์ต่าง ๆ เช่น หุ้น, อสังหาริมทรัพย์, หรือคริปโตเคอร์เรนซี (Cryptocurrency) เพื่อสร้างผลตอบแทนในระยะยาว การลงทุนออนไลน์ผ่านแพลตฟอร์มต่าง ๆ เป็นเรื่องที่ได้รับคามนิยม เนื่องจากสามารถเข้าถึงได้ง่ายและสะดวก
- การประกันภัยและสุขภาพ วัยทำงานให้ความสำคัญมากขึ้น เนื่องจากค่ารักษาพยาบาลที่สูงและความเสี่ยงในชีวิตที่อาจเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา และการประกันภัยสำหรับทรัพย์สิน เช่น บ้านหรือรถยนต์ เพื่อป้องกันความเสี่ยงทางการเงินในกรณีไม่คาดคิด
- การวางแผนภาษี วัยทำงานเริ่มตระหนักถึงโดยการใช้สิทธิประโยชน์ทางภาษีต่างๆ เช่น การหักลดหย่อนภาษีจากการออม หรือการลงทุนในสินทรัพย์ที่ได้รับการส่งเสริมจากรัฐ

ประเด็นความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญที่แตกต่างกัน

- การบริหารเวลาและการเงิน วัยทำงานยังต้องจัดการเวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด โดยเฉพาะการหาวิธีทำงานให้มีประสิทธิภาพและการสามารถหารายได้เพิ่ม

- สถานการณ์เศรษฐกิจที่ไม่แน่นอน เช่น การขาดงาน การเปลี่ยนแปลงในอุตสาหกรรม หรือความผันผวนของตลาดทุน ทำให้การวางแผนทางการเงินในระยะยาวยากขึ้น เพราะกลุ่มวัยทำงานส่วนใหญ่ไม่สามารถคาดการณ์ได้ว่าจะมีรายได้มั่นคงในอนาคตหรือไม่
- การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างครอบครัวและการทำงาน การเปลี่ยนแปลงรูปแบบครอบครัว เช่น การมีบุตรหรือบุคคลในอุปการะทำให้การวางแผนทางการเงินมีความซับซ้อนมากขึ้น เนื่องจากต้องคำนึงถึงค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

สรุปสภาพปัจจุบันและความคิดเห็นข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

สภาพปัจจุบันในการวางแผนการเงินของกลุ่มวัยทำงานนั้นมุ่งเน้นไปที่การบริหารจัดการการเงินในชีวิตประจำวัน และจำเป็นต้องมีการปรับปรุงการบริหารจัดการหนี้ การวางแผนการออมเพื่อการเกษียณ การวางแผนการลงทุน การประกันภัยและสุขภาพ การวางแผนภาษี นอกจากการวางแผนทางการเงินยังต้องบริหารเวลาและทางการเงิน พัฒนาความรู้ทางการเงินให้ดียิ่งขึ้นเพื่อความมั่นคงทางการเงินในอนาคต ซึ่งอาจส่งผลให้การวางแผนการเงินและการตัดสินใจทางการเงินช่วยให้กลุ่มวัยทำงานสามารถรับมือกับสถานการณ์ในปัจจุบันของการเปลี่ยนแปลง เช่น ความผันผวนทางเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นได้

ตารางที่ 2 ประเด็นโดยสรุปปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ของการวางแผนทางการเงินของวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร

ประเด็นความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญที่สอดคล้องกัน

- รายได้ไม่แน่นอน วัยทำงานบางคนโดยเฉพาะกลุ่มอาชีพฟรีแลนซ์หรือเจ้าของธุรกิจอาจมีรายได้ไม่คงที่หรือไม่สม่ำเสมอ ทำให้การวางแผนการใช้จ่ายและการออมเป็นเรื่องยาก
- ภาระค่าใช้จ่ายสูง โดยเฉพาะกลุ่มที่มีรายได้ปานกลางถึงรายได้ต่ำ เนื่องจากวัยทำงานต้องใช้จ่ายในเรื่องพื้นฐานอย่างที่อยู่อาศัย การเดินทาง และอาหาร ทำให้ไม่มีเงินเหลือเก็บออม
- หนี้สินส่วนบุคคล มักมีการก่อหนี้สินจากการใช้บัตรเครดิต หรือสินเชื่อส่วนบุคคล ทำให้เงินเดือนบางส่วนต้องนำไปใช้ชำระหนี้แทนการออม
- ขาดความรู้ทางการเงิน หลายคนในวัยทำงานยังขาดความรู้และความเข้าใจในการวางแผนการเงิน เช่น การบริหารจัดการหนี้ การออม การลงทุน เช่น การวางแผนการเกษียณ หรือการประกันภัยและสุขภาพ ซึ่งอาจทำให้วัยทำงานไม่สามารถวางแผนทางการเงินระยะยาวได้

- ขาดวินัยทางการเงิน แม้บางคนจะมีความตั้งใจในการออม แต่ยังขาดวินัยในการจัดสรรค่าใช้จ่าย นำเงินไปใช้จ่ายในสิ่งที่ไม่จำเป็น หรือไม่มีการตั้งเป้าหมายการออมที่ชัดเจน

ประเด็นความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญที่แตกต่างกัน

- ความคาดหวังสังคม คนในกลุ่มวัยทำงานอาจเผชิญกับแรงกดดันจากสังคม เช่น การซื้อบ้านหรือรถยนต์ใหม่ หรือการใช้ชีวิตในรูปแบบที่มีค่าใช้จ่ายสูงตามเทรนด์สังคม ซึ่งทำให้มีการจ่ายมากเกินไป และไม่สามารถออมเงินได้
- ขาดระยะเวลาในการวางแผนการเงิน การทำงานที่มีภาระและความเครียดสูงในเมืองหลวงทำให้บางคนไม่มีเวลาในการวางแผนการเงินอย่างจริงจัง หรือไม่รู้ว่าจะเริ่มต้น

สรุป ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ และความคิดเห็นข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

กรุงเทพมหานครเป็นเมืองหลวงที่มีการแข่งขัน และค่าครองชีพสูง ทั้งนี้วัยทำงานควรตระหนักและให้ความสำคัญในเรื่องการวางแผนทางการเงินตั้งแต่เริ่มต้นวัยทำงาน จะช่วยให้ชีวิตทางการเงินในอนาคตมั่นคงและปลอดภัยจากความเสี่ยงต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้น

## วัตถุประสงค์ที่ 2. การวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร สรุปโดยประเด็นความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญที่สอดคล้องกัน

1. การวางแผนอุปโภคและบริโภคที่มีประสิทธิภาพของวัยทำงานส่งผลโดยตรงต่อการวางแผนการเงินระยะสั้น ระยะยาว อย่างรอบคอบและมีการเตรียมตัวล่วงหน้า เช่น การกำหนดสัดส่วนการใช้จ่าย และสัดส่วนการเก็บออม ติดตามสถานะการเงินแผนการเงินของตนเองอย่างสม่ำเสมอ และปรับแผนการเงินเมื่อจำเป็น จะช่วยในการจัดการเงินในปัจจุบันในการอุปโภคและบริโภคที่มีประสิทธิภาพ ช่วยเตรียมความพร้อมสำหรับในอนาคตด้วย

2. การวางแผนการออมและการลงทุนเพื่อความงอกเงยของวัยทำงาน ควรมีการวางแผนการเงินอย่างรอบคอบ เริ่มต้นจากการออมและการกำหนดเป้าหมายทางการเงิน แล้วต่อยอดด้วยการเลือกการลงทุนในสินทรัพย์ที่หลากหลาย และจัดการความเสี่ยงที่เหมาะสมกับสถานการณ์ทางการเงินของแต่ละบุคคล หากวัยทำงานสามารถทำได้อย่างมีระบบ และ ศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับการลงทุนก็สามารถบรรลุเป้าหมายทางการเงินในระยะยาวได้ ส่งผลต่อความมั่นคงทางการเงินในอนาคต และการบรรลุเป้าหมายชีวิตวัยทำงานแต่ละบุคคล

3. การจัดการความเสี่ยงในการใช้ชีวิตของวัยทำงาน ครอบคลุมทั้งด้านเศรษฐกิจ ด้านปัญหาสุขภาพ ด้านการเดินทาง และความปลอดภัย ด้านการทำงานและอาชีพ ด้านสภาพแวดล้อม เหล่านี้เป็นการเตรียมรับสถานการณ์ต่าง ๆ ของวัยทำงานเพื่อให้การ

ดำเนินชีวิตในกรุงเทพมหานครเป็นไปอย่างราบรื่น และสามารถเผชิญกับความท้าทายต่างๆ ได้ โดยไม่เกิดผลกระทบที่รุนแรงต่อชีวิตและการทำงาน

4. การวางแผนความมั่นคงในอนาคตของวัยทำงานในกรุงเทพมหานครครอบคลุมหลายด้าน เช่น การวางแผนการเงิน การดูแลสุขภาพ การพัฒนาทักษะใหม่และการเรียนรู้ตลอดชีวิต เตรียมรับมือกับความเสี่ยงต่าง ๆ การสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมเพื่อให้มีชีวิตที่มั่นคง และมีคุณภาพชีวิตที่ดีในระยะยาว

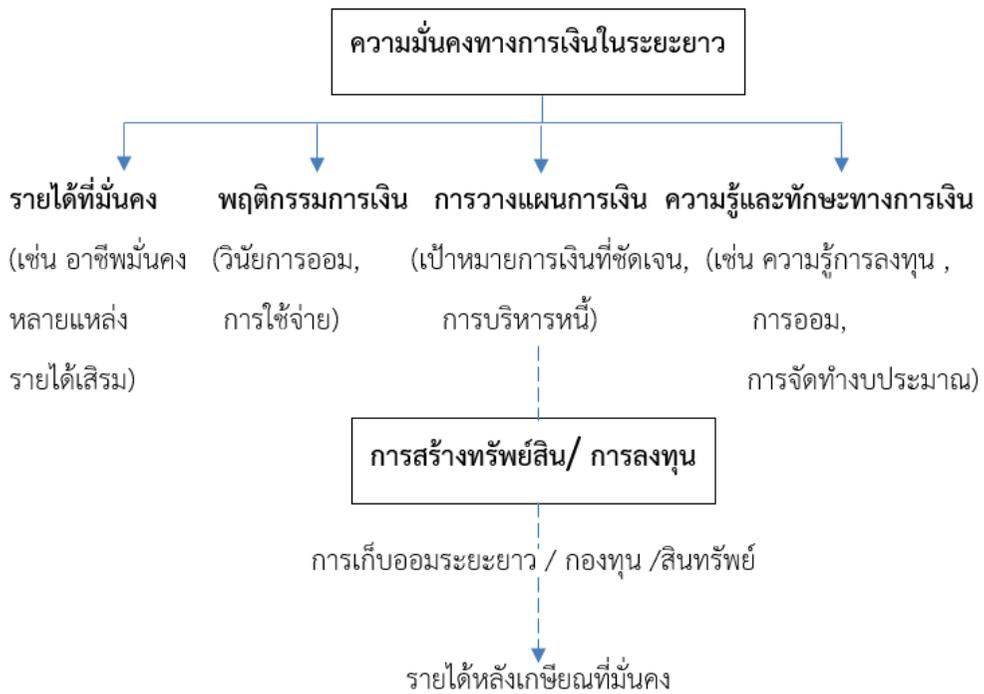
5. การวางแผนภาษีที่ดีของวัยทำงานช่วยให้การเงินมีความมั่นคงและสามารถบรรลุเป้าหมายทางการเงินในอนาคตได้เร็วขึ้น โดยไม่ต้องเผชิญกับภาระภาษีที่สูงเกินไป การวางแผนภาษีสำหรับวัยทำงานต้องคำนึงถึงการลดภาษีระยะสั้น และการสร้างฐานะการเงินที่มั่นคงในระยะยาว วิธีที่เหมาะสมในการใช้เครื่องมือทางการเงิน เช่น กองทุนรวม ประกันชีวิต หรือการลงทุนในอสังหาริมทรัพย์ เพื่อให้วัยทำงานสามารถจัดการภาษีได้อย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งบรรลุเป้าหมายทางการเงินในระยะยาว

6. การวางแผนหนี้สิน จัดการหนี้ควบคุมภาระหนี้สิน เช่น การเลือกวิธีการชำระหนี้สินที่เหมาะสม ลดภาระดอกเบี้ย การสร้างฐานะการเงินที่มั่นคง การเก็บออมเงินเพื่อเกษียณวางแผนความเสี่ยงในหนี้ที่อาจเกิดขึ้น วางแผนการใช้จ่ายที่รอบคอบเพื่อไม่ให้ภาระหนี้สินสูงเกินไป โดยการวางแผนด้านหนี้สินของวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร หากการบริหารจัดการหนี้ได้ดี ช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดปัญหาทางการเงินในอนาคตโดยวัยทำงานสามารถกำหนดเป้าหมายการลงทุนและการเก็บออมทำให้มีคุณภาพการเงินที่ดี

การศึกษาวิจัยนี้แสดงให้เห็นความจำเป็นในการส่งเสริมการศึกษา การฝึกอบรมทางการเงินเพื่อเพิ่มทักษะความเข้าใจในการบริหารจัดการทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานจะช่วยให้คุณภาพชีวิตทางการเงินในอนาคตมั่นคงและปลอดภัยจากความเสี่ยงต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้น

## องค์ความรู้ใหม่

ผู้วิจัยได้สรุปผลสังเคราะห์การวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย ศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหา และอุปสรรคต่างๆ ของการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีทางการเงิน โดยกำหนดขั้นตอนความมั่นคงทางการเงินในระยะยาว ดังภาพนี้



### ภาพที่ 1 ผังความคิดไปสู่ความมั่นคงทางการเงินในระยะยาว

โดยสรุปผังความคิดไปสู่ขั้นตอนความมั่นคงทางการเงินระยะยาว ได้ดังนี้

ความมั่นคงทางการเงินระยะยาว เกิดจากปัจจัยหลัก 4 ด้าน 1) รายได้ที่มั่นคง : ฐานรายได้ที่แน่นอนและเพียงพอ 2) พฤติกรรมทางการเงินที่ดี : การใช้เงินอย่างมีวินัย 3) การวางแผนการเงินที่ชัดเจน : เป้าหมาย และการจัดการความเสี่ยง 4) ความรู้และทักษะทางการเงิน : เข้าใจเครื่องมือทางการเงิน องค์ประกอบเหล่านี้ จะส่งผลต่อการลงทุนและการสร้างทรัพย์สิน การลงทุนในระยะยาวซึ่งเป็นปัจจัยหลักของการมีรายได้หลังเกษียณที่มั่นคง

ความมั่นคงทางการเงินระยะยาวนำไปใช้ประโยชน์ ดังนี้ 1) การบูรณาการวางแผนทางการเงินใช้เป็นแนวทางวางแผนทางการเงินให้มีคุณภาพชีวิตทางการเงินที่ดีขึ้น สร้างสังคมที่รู้จักการบริหารจัดการเงิน ลดปัญหาหนี้ครัวเรือน และองค์กรสามารถส่งเสริมผ่านกิจกรรมหรือสวัสดิการด้านการเงิน เช่น ให้ความรู้หรือจัดเวิร์คช็อป

## อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์สภาพปัจจุบัน ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ของการวางแผนทางการเงิน และการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร จากการสรุปผลการวิจัย มีประเด็นที่สำคัญในการอภิปรายผลดังนี้

**ผลการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1** สภาพปัจจุบันในการวางแผนทางการเงินนั้นมุ่งเน้นไปที่ การบริหารจัดการการเงินในชีวิตประจำวัน ในขณะที่เดียวกันกรุงเทพมหานครเป็นเมืองหลวงมีการแข่งขันและค่าครองชีพสูงปัญหาและอุปสรรค ต่างๆ ในการวางแผนทางการเงินในเรื่อง ปัจจัยที่ควบคุมไม่ได้ ได้แก่ ขาดเป้าหมายและพฤติกรรมเกี่ยวกับการวางแผนทางการเงิน (นราวัลลภ ศุภวงศ์, 2564) ทั้งนี้วัยทำงานควรตระหนักและให้ความสำคัญมากในเรื่องการวางแผนทางการเงิน จะช่วยให้กลุ่มวัยทำงานสามารถเตรียมตัวสำหรับอนาคตและรับมือกับความไม่แน่นอนในชีวิตได้ดีขึ้น การบริหารจัดการเงินตั้งแต่เนิ่น ๆ การทำความเข้าใจในเรื่อง การวางแผนภาษี การประกันภัยและสุขภาพ เครื่องมือและทางเลือกในการลงทุนเหมาะสมและ สอดคล้องกับเป้าหมาย (ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย, 2558) เป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยให้ เกิดการบริหารจัดการการเงินที่มีประสิทธิภาพและยั่งยืน การวางแผนเกษียณล่วงหน้า สามารถ จัดการกับปัญหาทางการเงินในช่วงบั้นปลายชีวิตได้ดี และมีความพึงพอใจในชีวิตสูงขึ้น (Browning, L. 2019) การหาความรู้และปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านการเงินถือเป็นสิ่งที่ควรทำ อย่างสม่ำเสมอ เพื่อไม่ให้พลาดโอกาสในการเพิ่มพูนความมั่นคงในอนาคต (Stebbins, R. 2018) บุคคลที่มีการวางแผนการเงินที่ดีมีแนวโน้มที่จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงขึ้น มีความ มั่นคงทางการเงิน และสามารถรับมือกับปัญหาทางการเงินได้ดี และยังช่วยลดความเครียดทาง การเงิน ส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีโดยรวมของกลุ่มวัยทำงาน (Smith & Johnson, 2021) การ วางแผนการออมเพื่ออนาคต การเลือกลงทุนในสินทรัพย์ที่เหมาะสม หรือการบริหารจัดการหนี้สิน อย่างมีระบบเป็นวิธีการที่สำคัญในการเพิ่มพูนทักษะทางการเงินและปรับปรุงคุณภาพชีวิตของ กลุ่ม วัยทำงานในกรุงเทพมหานคร โดยสรุปแล้ว กลุ่มวัยทำงานตระหนักเรื่อง การ ออม การลงทุน แต่พบว่าวัยทำงานมีพฤติกรรม “หลังค่าใช้จ่ายค่อยออม” ซึ่งส่วนทางกับ หลักการวางแผนการเงินส่วนบุคคลโดยสิ้นเชิง การวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานไม่ เพียงแต่เป็นการเตรียมตัวสำหรับอนาคต แต่ยังเป็นการจัดการชีวิตการเงิน ในปัจจุบันให้มีความสมดุลและมั่นคง เพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายทางการเงินได้ในระยะยาว

**ผลการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2** พบว่าการวางแผนการเงินระยะสั้น ระยะยาว อย่าง รอบคอบและมีการเตรียมตัวล่วงหน้า เช่น การควบคุมค่าใช้จ่าย (Smith & Johnson, 2021) การออม และเลือกการลงทุนในสินทรัพย์ที่หลากหลาย การจัดการหนี้อย่างมีระบบ เลือกจ่าย หนี้ดอกเบี้ยสูงก่อน และไม่ก่อหนี้เกินตัว และจัดการความเสี่ยงที่เหมาะสมกับสถานการณ์ ทางการเงินของแต่ละบุคคล การวางแผนภาษีลดภาษีระยะสั้น การวางแผนการเกษียณ ติดตาม สถานะการเงินแผนการเงินของตนเองอย่างสม่ำเสมอ และปรับแผนการเงินเมื่อจำเป็น จะช่วย

ในการจัดการเงินในปัจจุบันมีประสิทธิภาพช่วยให้การเงินมีความมั่นคงและสามารถบรรลุเป้าหมายทางการเงินในระยะยาว

## สรุป/ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยวิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้ 1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย เพื่อนำไปใช้ช่วยให้กลุ่มวัยทำงานกรุงเทพมหานครสามารถวางแผนทางการเงินได้อย่างมีประสิทธิภาพและมั่นคงมากในอนาคต **วัตถุประสงค์ที่ 1** พบว่า สภาพปัจจุบัน ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ของการวางแผนทางการเงินของกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร 1.1 ภาระค่าใช้จ่ายสูง ควรมีการสนับสนุนให้เกิดการวางแผนงบประมาณที่รัดกุม ลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็น เช่น การใช้บริการขนส่งสาธารณะ หรือการหาที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมกับรายได้ 1.2 ขาดการวางแผนแผนการเงินระยะยาวควรมีการให้คำแนะนำหรือบริการทางการเงินที่เน้นการวางแผนระยะยาว เช่น การลงทุนในกองทุนบำเหน็จบำนาญ การสะสมเงินเพื่อเกษียณ หรือการทำประกันชีวิต 1.3 การขาดการบริหารจัดการหนี้สิน ควรมีการส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับการบริหารจัดการหนี้สินที่มีประสิทธิภาพ เช่น การเลือกวิธีการชำระหนี้สินที่เหมาะสม ลดภาระดอกเบี้ย และวางแผนการใช้จ่ายที่รอบคอบเพื่อไม่ให้ภาระหนี้สินสูงเกินไป รวมถึงการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการบริหารจัดการหนี้สิน 1.4 เครื่องมือหรือแพลตฟอร์มที่เหมาะสมในการวางแผนการเงินการพัฒนาแอปพลิเคชันหรือแพลตฟอร์มที่ช่วยให้วัยทำงานสามารถติดตามและวางแผนการเงินได้สะดวกยิ่งขึ้น เช่น การบันทึกค่าใช้จ่าย การตั้งเป้าหมายทางการเงิน และการแนะนำการลงทุนที่เหมาะสม 1.5 แรงกดดันทางสังคมควรมีการสร้างตระหนักรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตอย่างมีสติ โดยไม่ต้องแข่งขันตามกระแสหรือการสร้างค่านิยม ใช้จ่ายที่มีความรับผิดชอบ 1.6 ปัญหาความไม่แน่นอนของรายได้ การสร้างรายได้หลายช่องทางหรือการลงทุนในสินทรัพย์ที่ให้ผลตอบแทนระยะยาว เช่น กองทุนรวมหรือสังหาริมทรัพย์ สามารถช่วยลดความเสี่ยงจากความไม่แน่นอนทางการเงิน 2. เชนนโยบาย “ปรับโครงสร้างหนี้” ร่วมกับธนาคารและ FinTech รัฐ จัดตั้งแพลตฟอร์มกลาง ให้บุคคลมีปัญหาทางการเงินสามารถขอรับคำปรึกษาได้ฟรี ธนาคารและบริษัทการเงิน มีภารกิจร่วมในการให้บริการปรับโครงสร้างหนี้แบบไม่คิดค่าธรรมเนียม และสนับสนุนการใช้แอปฯ หรือเครื่องมือวางแผนหนี้รายบุคคลที่มีความปลอดภัย ได้รับการรับรองโดยภาครัฐ **วัตถุประสงค์ที่ 2** พบว่า การวางแผนทางการเงินกลุ่มวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร ควรวางแผนการเงินระยะสั้น ระยะยาว อย่างรอบคอบและมีการเตรียมตัวล่วงหน้า เช่น การควบคุมค่าใช้จ่าย การออมและการลงทุน การจัดการความเสี่ยง การวางแผนการเกษียณ ติดตามสถานะการเงินแผนการเงินของตนเองอย่างสม่ำเสมอ และปรับแผนการเงินเมื่อจำเป็น จะช่วยในการจัดการเงินมีประสิทธิภาพและช่วยเตรียมความพร้อมสำหรับในอนาคตด้วย 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไปจากประเด็นที่ค้นพบจากการวิจัยที่สำคัญการสร้างแนวทางการศึกษาและอบรมการวางแผนการเงิน ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนา

หลักสูตรหรือ เวิร์คช็อปที่สามารถช่วยกลุ่มวัยทำงานเข้าใจเรื่องการวางแผนการเงินได้ง่ายขึ้น เช่น การใช้เครื่องมือออมเงิน การลงทุนในตลาดหุ้น หรือการวางแผนภาษี และเครื่องมือที่เหมาะสมสามารถช่วยลดปัญหาที่เกิดขึ้นจากการขาดความรู้ในการบริหารจัดการการเงิน

## เอกสารอ้างอิง

- กิตติชัย เตชะงามเลิศ. (2567). พฤติกรรมใช้ออมคนรุ่นใหม่ยุค 4.0. เรียกใช้เมื่อ 7 เมษายน 2568 จาก <https://www.bangkokbiznews.com>.
- ณัฐฐาวารี ศรีวัฒน์ไชย. (2563). การวางแผนทางการเงินส่วนบุคคลเพื่อเกษียณอายุของพนักงาน บริษัทหลักทรัพย์ เอเชีย พลัส จำกัด. คณะบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย. (2558). การวางแผนการเงิน. เรียกใช้เมื่อ 8 มีนาคม 2567, จาก <https://www.set.or.th/education/th/start/start.html>.
- ธัญวรัตน์ สุวรรณะ. (2564). การเตรียมความพร้อมทางการเงินเพื่อวัยเกษียณของแรงงานนอกระบบในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล. วารสารเครือข่ายส่งเสริมการวิจัยทางมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 4 (2), หน้า 58-72.
- นราวัลลภ ศุภวงศ์. (2564). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการวางแผนทางการเงินในคนวัยทำงาน การค้นคว้าอิสระ บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร: บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสยาม.
- รัชนิกร วงศ์จันทร์. (2553). การบริหารการเงินส่วนบุคคล. กรุงเทพมหานคร: ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย.
- ศักรินทร์ สุวรรณแผ่นดิน. (2565). แนวทางการวางแผนการจัดการทางการเงินส่วนบุคคลเพื่อความมั่นคงทางการเงินของ Generation X ในกรุงเทพมหานคร หลักสูตรปริญญา ดุษฎีบัณฑิต. สาขาการจัดการ. มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ.
- ศูนย์ส่งเสริมการพัฒนาความรู้ตลาดทุนตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย. (2553). พื้นฐานการวางแผนการเงิน. เรียกใช้เมื่อ 10 มิถุนายน 2566, จาก <https://media.set.or.th/set/Documents/2022/Jul/50.pdf>.
- สถิติประชากรทางทะเบียนราษฎร. (2567). ประชากรรายอายุแยกตามจำนวนประชากรที่มีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้าน มีสัญชาติไทย พื้นที่ จังหวัดกรุงเทพมหานคร. เรียกใช้เมื่อ 19 พฤศจิกายน 2567, จาก <https://stat.bora.dopa.go.th/stat/statnew/s>.
- สุรัชัญญา ลินสมุท. (2565). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการหนีของพนักงานและลูกจ้างของการเคหะแห่งชาติ. สาขาวิชาการจัดการการเงินและการธนาคาร คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สุธิดา กาญจนกันตีกุล. (2563). คุณภาพชีวิต-สังคม พฤติกรรมการใช้เงินคนรุ่นใหม่. เรียกใช้เมื่อ 7 เมษายน 2568, จาก <https://www.bangkokbiznews.com>.

- Browning, L. (2019). *Financial planning on quality of life in retirement. Journal of Financial Planning, 25(3), 45-56.*
- Smith, J., & Johnson, E. (2021). Financial Literacy and Personal Financial Planning Behavior : Insights from a Systematic Literature Review. *Journal of Financial Services Marketing, 25(2), 105-123.*
- Stebbins, R. (2018). Personal financial planning and its impact on quality of life. *Journal of Financial Planning.*
- Kumar, A. (2020). A study on awareness of personal financial planning among households. *International Journal of Economics and Management Research.*