

NOPNEST FINANCE SERIES

เงินเดือนออกแล้ว หายไปไหนหมด?

คู่มืออุดรูรั่วทางการเงินสำหรับมนุษย์เงินเดือน

> จาก "เงินไม่เคยพอ" สู่ระบบที่รู้ว่าเงินทุกบาทกำลังไปไหน

สารบัญ

01

บทที่ 1

เงินไม่ได้หาย มันแค่ไหลออกโดยที่เราไม่ได้มอง

02

บทที่ 2

ตรวจสุขภาพเงินเดือนใน 30 นาที

03

บทที่ 3

7 รูรั่วที่ทำให้เงินเดือนหมดเร็ว

04

บทที่ 4

ค่าใช้จ่ายเล็ก ๆ ที่รวมกันแล้วไม่เล็ก

01

บทที่ 5

Subscription และรายจ่ายอัตโนมัติ

02

บทที่ 6

ซื้อเพราะเครียด เบื่อ เหนื่อย และอยากให้รางวัลตัวเอง

03

บทที่ 7

บัตรเครดิตและภาพลวงตาของเงินในอนาคต

04

บทที่ 8

สร้างงบประมาณที่อยู่กับชีวิตจริงได้

01

บทที่ 9

ระบบ 4 กระเป๋า: ใช้ จ่ายประจำ สำรอง และอนาคต

02

บทที่ 10

เงินเดือนขึ้น แต่ทำไมยังไม่เหลือ: Lifestyle Inflation

03

บทที่ 11

แผน Reset การเงิน 30 วัน

04

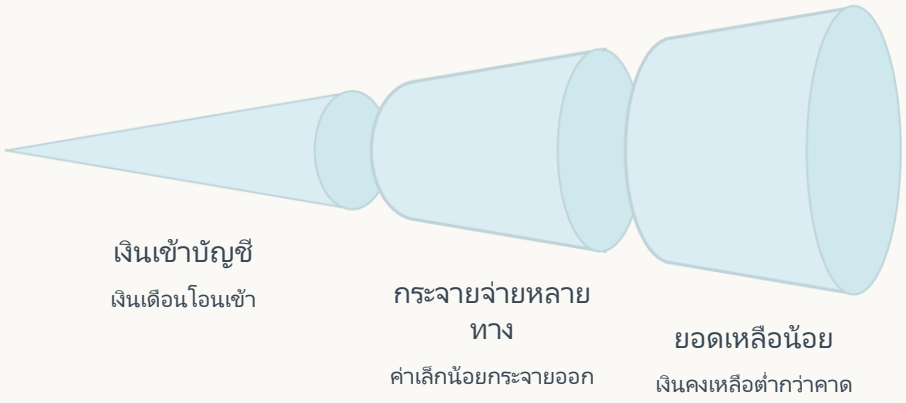
บทที่ 12

จากเงินเดือนชนเดือน สู่เงินที่เริ่มทำงานตามแผน

- ภาคปฏิบัติ — แบบฝึกหัดและ Template
- FAQ — คำถามที่มนุษย์เงินเดือนมักถาม
- Case Study เพิ่มเติม — เมื่อเอาระบบไปใช้ ชีวิตการเงินจริงเปลี่ยนอย่างไร

บทที่ 1

เงินไม่ได้หาย มันแค่ไหลออกโดยที่เราไม่ได้มอง



ทำไมเราจึงรู้สึกว่า "ไม่ได้ใช้เยอะ"

สมองของเราไม่ได้เก็บรายละเอียดธุรกรรมเล็ก ๆ ได้ดีเท่ากับเหตุการณ์ใหญ่ การซื้อโทรศัพท์หนึ่งเครื่องจำง่าย แต่การจ่ายอาหารเพิ่มครั้งละ 40–80 บาท ค่าส่ง 25 บาท หรือซื้อของชิ้นเล็กหลายครั้งแทบไม่ทิ้งความทรงจำ เมื่อรวมปลายเดือน ตัวเลขจริงจึงมักสูงกว่าตัวเลขที่เราคาดไว้ ปัญหานี้ไม่ใช่เรื่องนิสัยเสียเสมอไป แต่เป็นข้อจำกัดของการใช้ความจำแทนข้อมูลจริง

อีกสาเหตุคือยอดคงเหลือในบัญชีสร้างภาพลวงตาว่าเงินทั้งหมดพร้อมใช้ สมมติวันที่ 5 มีเงินเหลือ 14,000 บาท แต่ในอีกสองสัปดาห์มีค่าเช่า 6,000 บาท ค่าโทรศัพท์ 700 บาท และยอดบัตร 3,500 บาท เงินที่ใช้ได้จริงจึงไม่ใช่ 14,000 บาท หากเราไม่แยก "ยอดในบัญชี" ออกจาก "ยอดที่ยังไม่มีเจ้าของ" การตัดสินใจซื้อจะผิดพลาดได้ง่าย

> คำว่า "เงินหาย" ทำให้เรารู้สึกเหมือนเกิดเหตุการณ์ลึกลับ แต่ในทางปฏิบัติ เงินแทบทุกบาทมีปลายทาง เพียงแต่ปลายทางจำนวนมากเล็กเกินกว่าจะจำ และเกิดถี่เกินกว่าจะรู้สึก

บทที่ 2

ตรวจสุขภาพเงินเดือนใน 30 นาที



นาที 1–5 รายได้สุทธิ

นาที 6–15 รายจ่ายคงที่

นาที 16–25 Statement จริง

นาที 26–30 เงินเหลือและปัญหาหลัก

ขั้นตอนตรวจสุขภาพแบบจับเวลา

1

นาทีที่ 1–5

เปิดสลิปเงินเดือนหรือรายการรับเงินและจดรายได้สุทธิจริง หากมีรายได้เสริมที่ไม่แน่นอน อย่าเพิ่งนับเต็มจำนวน ให้แยกรายได้ประจำออกจากรายได้ผันผวน เพื่อไม่สร้างงบจากเงินที่อาจไม่เข้าทุกเดือน

2

นาทีที่ 6–15

ไล่รายการคงที่ทั้งหมด เช่น ที่พัก ผ่อนรถ ค่าเลี้ยงดู ประกัน อินเทอร์เน็ต โทรศัพท์ และหนี้ขั้นต่ำ จากนั้นใส่วันครบกำหนดด้วย เพราะปัญหาเงินสดบางครั้งไม่ได้เกิดจากยอดรวม แต่เกิดจากวันที่เงินเข้าและวันที่เงินออกไม่สัมพันธ์กัน

3

นาทีที่ 16–25

ดู Statement จริงย้อนหลังอย่างน้อยหนึ่งเดือนแล้วรวมอาหาร เดินทาง ช้อปปิ้ง ความบันเทิง และรายการเบ็ดเตล็ด อย่าใช้คำว่า "ประมาณ" ถ้าหาตัวเลขจริงได้ เพราะส่วนต่างเล็ก ๆ หลายหมวดรวมกันอาจเปลี่ยนผลลัพธ์ทั้งเดือน

4

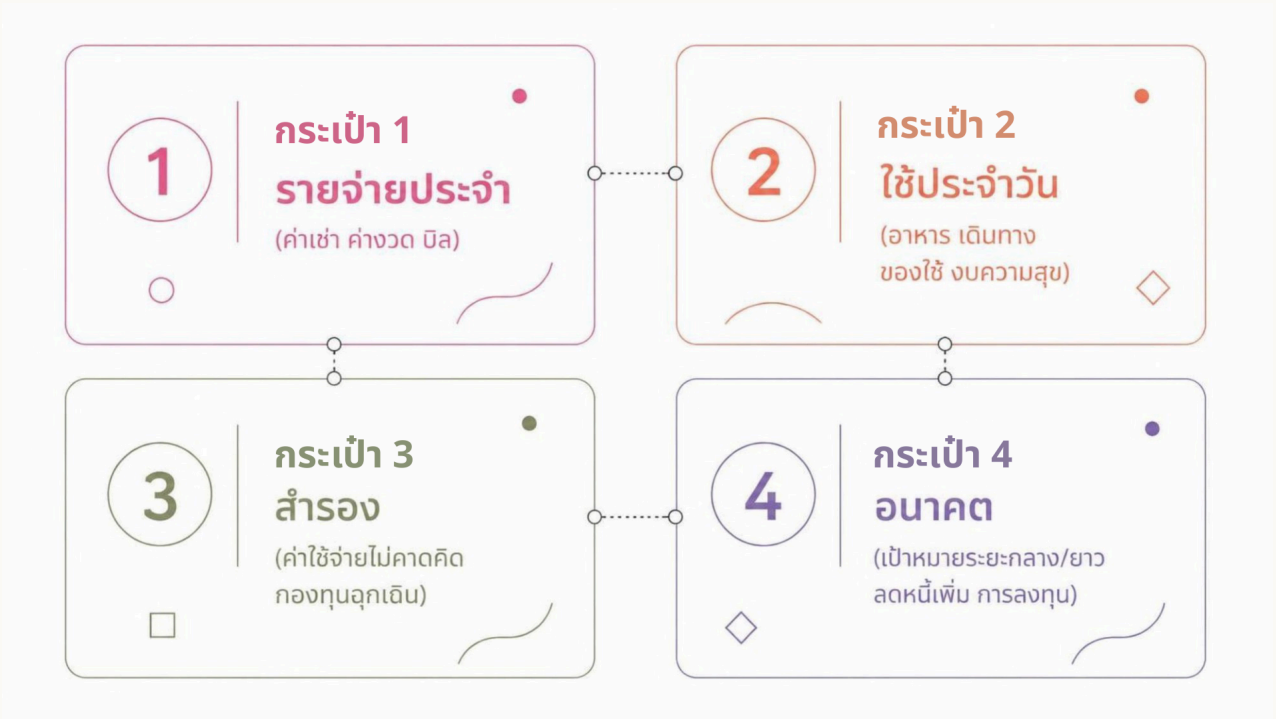
นาทีที่ 26–30

คำนวณเงินเหลือจริง แล้วเขียนเพียงหนึ่งประโยคว่า "เดือนนี้ปัญหาหลักของฉันคือ..." เช่น Fixed Cost สูง, ค่าอาหารเกินคาด, หนี้กินพื้นที่มาก หรือเงินเหลือแต่ไม่มีการแยกเก็บ การระบุปัญหาเดียวช่วยให้ไม่พยายามแก้ทุกอย่างพร้อมกัน

บทที่ 9

ระบบ 4 กระเป๋า: ใช้ จ่ายประจำ สำรอง และอนาคต

ปัญหาของบัญชีเดียวคือยอดคงเหลือรวมเงินหลายหน้าที่เข้าด้วยกัน จึงทำให้ยอดดูสูงกว่าจำนวนที่ใช้ได้จริง



แบบฝึกหัด 1: Salary Leak Audit

รายการ	จำนวน/ครั้ง	ครั้ง/เดือน	รวม/เดือน	จำเป็น?	การตัดสินใจ