มนุษย์เงินเดือนปลดหนี้ ใน 365 วัน

คู่มือจัดการหนี้ให้จ่ายไหว ลดภาระ และเดินหน้าสู่ชีวิตที่มีเงินเหลือ

Nopnest

หนังสือสำหรับมนุษย์เงินเดือนที่อยากจัดการหนี้อย่างเป็นระบบ โดยยังดูแลชีวิต สุขภาพ และครอบครัวได้

สารบัญสำหรับทั้งเล่ม

01 บทที่ 1 หยุดวงจรจ่ายหนี้แล้วต้องกู้ใหม่

02 บทที่ 2 เปิดแผนที่หนี้ให้เห็นทั้งก้อน

03 บทที่ 3 คำนวณเงินที่จ่ายไหวก่อนเลือกวิธีปลดหนี้

04 บทที่ 4 จัดเงินเดือนให้พอถึงสิ้นเดือน

05 บทที่ 5 เลือกวิธีชำระหนี้ก้อนเล็กหรือดอกเบี้ยสูง

06 บทที่ 6 คุยกับเจ้าหนี้ด้วยแผนที่มีตัวเลข

07 บทที่ 7 สร้างเงินกันชนระหว่างปลดหนี้

08 บทที่ 8 ลดรายจ่ายโดยรักษาสิ่งจำเป็น

09 บทที่ 9 เพิ่มรายได้โดยไม่เพิ่มหนี้และภาระเกินกำลัง

10 บทที่ 10 วางแผนหนี้เมื่อมีครอบครัวและเมื่ออายุ 40 ปีขึ้นไป

11 บทที่ 11 รับมือเดือนที่แผนสะดุด

12 บทที่ 12 แผนปฏิบัติการ 365 วันและชีวิตหลังปิดหนี้

- แผนปฏิบัติการ 365 วัน
- กรณีศึกษาสมมติสามเส้นทาง
- แบบฝึกหัดสำหรับเริ่มต้นและทบทวนผล
- แหล่งอ้างอิงและภาคผนวก

บทที่ 1 หยุดวงจรจ่ายหนี้แล้วต้องกู้ใหม่
เมื่อจ่ายครบ แต่หนี้ไม่ลด

> **ตัวอย่างสมมติ** เมย์ได้รับเงินเดือนสุทธิ 25,000 บาท เธอใช้ 15,000 บาทกับค่าอยู่กิน การเดินทาง และช่วยครอบครัว อีก 9,000 บาทใช้ชำระหนี้หลายบัญชี เหลือ 1,000 บาทในเดือนที่ไม่มีเหตุพิเศษ
>
> เดือนหนึ่งเมย์ต้องจ่ายค่ารักษาและค่าซ่อมของจำเป็นรวม 3,000 บาท เงินที่เหลือจึงไม่พอ เธอรูดบัตรเพิ่ม 2,000 บาท แม้จะชำระหนี้ไปแล้ว 9,000 บาท ก็ไม่ได้หมายความว่าเงินต้นลดลง 9,000 บาท เพราะเงินที่ชำระอาจมีส่วนของดอกเบี้ยและค่าใช้จ่ายตามสัญญา ขณะเดียวกันมีหนี้ใหม่เพิ่มขึ้นอีก
>
> การแก้ปัญหาของเมย์จึงต้องครอบคลุมทั้งยอดหนี้เดิมและรายจ่ายที่ทำให้ต้องกลับไปกู้ หากเธอมองแค่ว่าจะจ่ายบัญชีไหนก่อน ก็อาจจัดลำดับได้ดีแต่ยังวนกลับมาที่เดิมทุกเดือน

ลองทบทวนสามเดือนล่าสุด คุณใช้เงินกู้ซื้อสิ่งจำเป็นหลังจ่ายหนี้หรือไม่ เคยถอนเงินจากวงเงินหนึ่งเพื่อชำระอีกวงเงินหรือไม่ และค่าใช้จ่ายที่เรียกว่า "ฉุกเฉิน" เกิดซ้ำบ่อยแค่ไหน คำตอบจะช่วยบอกว่าต้องแก้ระบบเงินส่วนไหนก่อน

แยกเหตุการณ์ออกจากนิสัย

หนี้อาจเริ่มจากตกงาน เจ็บป่วย ดูแลคนในบ้าน หรือรายได้ลดลง และอาจมีบางส่วนเกิดจากการใช้จ่ายที่คุณตัดสินใจต่างออกไปได้ ทั้งสองอย่างสามารถเกิดพร้อมกันได้

เขียนสาเหตุโดยใช้ข้อความที่ตรวจสอบได้ เช่น

> **ตัวอย่างสมมติ** "ต้องจ่ายค่ารักษา 18,000 บาทในเดือนมีนาคม" หรือ "ซื้อของผ่อนสี่รายการ รวมค่างวดเดือนละ 2,400 บาท"
>
> ข้อความเหล่านี้ช่วยให้วางแผนได้มากกว่าประโยคว่า "ฉันจัดการเงินไม่ได้เลย"

ถ้าสาเหตุคือรายได้ไม่พอค่าใช้จ่ายจำเป็น การลดกาแฟเพียงอย่างเดียวอาจไม่พอ ถ้าสาเหตุคือซื้อของตามความเครียด คุณอาจต้องเปลี่ยนช่วงเวลาซื้อและวิธีรับมือความเครียดด้วย การแยกสาเหตุทำให้ไม่เสียแรงกับวิธีที่แก้ไม่ตรงจุด

บทที่ 2 เปิดแผนที่หนี้ให้เห็นทั้งก้อน

แบบฝึกหัด แผนที่หนี้ของฉัน

ทำหนึ่งชุดต่อบัญชี แล้วรวมทุกชุดในหน้าเดียว

ชื่อเจ้าหนี้และประเภทหนี้ _____

วันที่ข้อมูล _____ เงินต้นคงเหลือ _____

ยอดเรียกเก็บล่าสุด _____ วันครบกำหนด _____

อัตราดอกเบี้ยและฐานคำนวณ _____

สถานะค้างชำระ _____ หลักประกันหรือผู้ค้ำ _____

เงื่อนไขการจ่ายเพิ่มที่ต้องตรวจ _____

เอกสารหรือข้อมูลที่ยังขาด _____

งานของวันนี้คือทำรายการให้ครบทุกบัญชีและเลือกข้อมูลที่ต้องสอบถามเพิ่มสามข้อ ความครบของข้อมูลมีประโยชน์มากกว่าตารางที่สวยแต่ใช้ยอดประมาณการโดยไม่ระบุ

บทที่ 5 เลือกวิธีชำระหนี้ก้อนเล็กหรือดอกเบี้ยสูง

Avalanche เริ่มจากอัตราดอกเบี้ยสูง

วิธี Avalanche เรียงบัญชีตามอัตราดอกเบี้ยที่เปรียบเทียบบนฐานเดียวกัน จ่ายยอดที่ต้องชำระทั้งหมดแล้วนำเงินเพิ่มไปบัญชีอัตราสูงสุด แนวทางนี้เน้นลดต้นทุนดอกเบี้ยก่อน [2]

การเปรียบเทียบต้องคำนึงถึงช่วงส่งเสริมการขาย อัตราที่จะเปลี่ยน วิธีคิดดอกเบี้ย และเงื่อนไขการจ่ายเพิ่ม ถ้าทุกบัญชีเป็นหนี้ลดต้นลดดอกที่มีอัตราคงที่ ไม่มีค่าใช้จ่ายเพิ่ม และมีงบชำระเท่ากัน การลดเงินต้นอัตราสูงก่อนจะช่วยลดดอกเบี้ยของงวดถัดไปได้มากกว่าเงินจำนวนเดียวกันที่จ่ายเข้าบัญชีอัตราต่ำ

คุณไม่จำเป็นต้องเลือกจากชื่อวิธี เลือกจากสิ่งที่ต้องการแก้และสิ่งที่ทำต่อเนื่องได้ หากจะปิดยอดเล็กหนึ่งบัญชีก่อนแล้วใช้วิธีดอกเบี้ยสูง ให้ระบุเหตุผลและจุดเปลี่ยนไว้ อย่าเปลี่ยนเป้าหมายทุกเดือนเพราะเห็นยอดอื่นน่าจ่ายกว่า

บทที่ 3 คำนวณเงินที่จ่ายไหวก่อนเลือกวิธีปลดหนี้

แบบฝึกหัด งบที่จ่ายไหวของฉัน

รายได้สุทธิที่เชื่อถือได้ _____ บาท

ค่าใช้จ่ายจำเป็น _____ บาท

เงินกันรายจ่ายตามกำหนด _____ บาท

เงินกันชนที่จัดสรรเดือนนี้ _____ บาท

เงินที่มีสำหรับชำระหนี้ _____ บาท

ยอดต้องชำระที่ยังไม่ได้หักจากรายได้สุทธิ _____ บาท

เงินจ่ายเพิ่มหรือช่องว่างที่ขาด _____ บาท

ถ้าไม่มีรายได้พิเศษ ผลลัพธ์จะเป็น _____ บาท

รายการที่ต้องปรับหรือติดต่อในสัปดาห์นี้ _____

เป้าหมายผลลัพธ์ปีแรกของฉัน _____

วันทบทวนแผนทุกเดือน _____