



# ต้องทำงาน กนานแค่ไหน



6  
ขั้นตอน  
ก่อนเกษียณ  
อย่างมีความสุข

หลุดพ้นจากการทำงาน  
มีอิสรภาพอย่างที่ฝัน  
เพื่อเกษียณได้ไวกว่าที่คิด  
ด้วยคำแนะนำดีๆ ตามหลัก  
การวางแผนทางการเงิน

ธชธร สมใจวงษ์ AFPT™



# วางแผนเกษียณไปทำไม

ทำไม



ไม่ว่าคุณจะโสดหรือมีคู่แล้ว จะมีลูกหรือไม่มี ชอบเที่ยวเมืองไทยหรือชอบเที่ยวต่างประเทศ ไลฟ์สไตล์และข้อจำกัดในชีวิตย่อมแตกต่างกัน ซึ่งส่งผลให้ความต้องการใช้เงินนั้นต่างกัน

แต่มีอย่างหนึ่งที่ทุกคนต้องเจอเหมือนกัน คือ ทุกวันที่ผ่านไป เราทุกคนกำลังแก้ตัวลง

เราเลือกจะเป็นวัยรุ่นหรือคงความเป็นหนุ่มสาว  
ตลอดไปไม่ได้ (แม้ในใจหลายคนจะคิดว่า ใจยังไม่แก่)  
แต่เราเลือกที่จะใช้ชีวิตหรือมีชีวิตแบบไหนเวลาที่เรากำ  
ตัวลงได้

ลองนึกภาพดูสิครับ ผมมั่นใจว่าเราทุกคนอยากแก่ตัว  
ลงแล้วได้ใช้ชีวิตสุขสบาย สามารถพักผ่อนจากงานประจำ  
ได้ท่องเที่ยว ได้ทำอะไรที่อยากทำอย่างมีอิสระ โดยไม่ต้อง  
กังวลเรื่องงานใดๆ

## ต้นครับ...ต้น

นั่นคือโลกสวยเกินไปหน่อยครับ

ในความเป็นจริงคุณรู้ไหมครับว่า ใน 100 คน จะมี  
คนเกษียณที่สามารถมีคุณภาพชีวิตที่ดี ไม่ต้องทนทำงาน  
ประจำ ใช้เงินในการดำรงชีวิตได้อย่างไม่มีข้อจำกัด ได้ท่องเที่ยว  
พักผ่อน และมีมาตรฐานชีวิตที่สูงกว่าคนทั่วไปอยู่  
ไม่ถึง 20 คน อีกประมาณเกือบ 50 คนก็จะมีมาตรฐาน  
ชีวิตเท่ากับคนโดยเฉลี่ยทั่วไป คือต้องระมัดระวังเรื่อง  
การใช้จ่าย ต้องทำงานอยู่บ้าง ส่วนที่เหลืออีก 30 คนคือ  
พอดูแลตัวเองได้ และยังต้องทำงานหนักต่อไป รวมทั้งคนที่  
ชักหน้าไม่ถึงหลัง รายได้ไม่พอรายจ่าย มีภาระหนี้สิน ต้อง  
พึ่งพิงการดูแลจากลูกหลาน ไม่สามารถเกษียณได้

ลองถามตัวเองดูว่า คุณอยากเป็น

คนกลุ่มไหน

## รูปแบบการใช้ชีวิต

ถ้าพูดถึงการใช้ชีวิต มีสามเรื่องหลักๆ ครบ นั่นคือ  
เงิน เวลา และสุขภาพ

สิ่งเหล่านี้...มันทำให้เรามีความสุขในการใช้ชีวิตครบ  
จะดีที่สุด ถ้าเราได้ทั้ง 3 อย่างมาพร้อมกัน  
แต่สำหรับคนธรรมดา 'ทั่วไป' แล้ว มันมักมาไม่พร้อม  
กัน

ช่วงวัยที่เริ่มทำงาน มีเงินน้อย แต่มีเวลา และสุขภาพ  
ก็แข็งแรงดี

พอเข้าสู่วัยกลางคน เริ่มเก็บเงินได้ แต่เวลาน้อยลง  
เพราะมุ่นกับการสร้างฐานะ สร้างครอบครัว สุขภาพยัง  
โอเค

พอเข้าสู่วัยเกษียณ มีเงินเก็บ มีเวลามากขึ้น แต่  
สุขภาพเริ่มมีปัญหา

ถ้าเราไม่ได้วางแผนจัดการทั้ง 3 อย่างนี้ วงจรนี้ก็จะ  
กลับมาจัดการชีวิตคุณ ทำให้คุณต้องใช้ชีวิตในรูปแบบนี้  
แน่นอน

## คนเราอายุยืนขึ้นเรื่อยๆ

ถ้าคุณมีโอกาสศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับอายุคาดเฉลี่ย  
คุณจะพบว่าคนเรามีอายุยืนขึ้นเรื่อยๆ เพราะความก้าวหน้า  
ของเทคโนโลยีทางการแพทย์ที่เพิ่มมากขึ้นตลอดเวลา เรา  
อาจได้ยินข่าวเรื่องโรคระบาด เชื้อโรค หรือไวรัสสายพันธุ์

ใหม่ที่เกิดขึ้น แต่ไม่นานก็จะมีข่าวว่านักวิจัยค้นพบตัวยา หรือวิธีการรักษาโรคเหล่านั้นแล้ว ถึงแม้บางโรคอาจไม่หายขาด แต่ก็ช่วยบรรเทาอาการหรือความรุนแรงของโรคได้

พูดง่าย ๆ ว่าถ้าคุณป่วย โอกาสมีชีวิตรอดในปัจจุบันนั้นสูงมาก อายุยืนก็น่าจะดี ใช่ครับ แต่ประเด็นคือมันส่งผลต่อค่าใช้จ่ายที่ต้องเตรียมไว้ด้วย อยู่ได้นานขึ้น ก็ต้องใช้เงินมากขึ้นเป็นเงาตามตัว ค่ารักษาพยาบาลไม่ได้ถูกเสมอไปนะครับ

อย่าบอกนะครับว่าคุณไม่ต้องใช้เงินเลย

บางคนพอรู้อย่างนี้ก็อาจพูดติดตลกว่า ถ้าอย่างนั้นไม่อยู่นานก็ได้ แหม...มันมีทางแก้ที่ดีกว่านั้นครับ

## สังคมผู้สูงอายุ

คุณคงเคยได้ยินเรื่องราวเกี่ยวกับคนในช่วงวัยต่างๆ อย่าง Baby Boomer หรือ Gen B, Gen X, Gen Y จนตอนนี้มี Millennium หรือ Gen Z และคงจะมี Gen อื่นๆ ตามมาในอีกไม่ช้า

เคยสงสัยไหมครับ ว่าทำไมถึงใช้ชื่อ Baby Boomer ที่มาของคำว่า Baby Boomer มาจากเหตุการณ์ช่วงหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 ที่มีความต้องการ ‘คน’ ที่จะช่วยกันซ่อมแซมความเสียหายที่เกิดจากการทำสงครามทั้งด้าน

เศรษฐกิจ และด้านอื่นๆ ทำให้คนในสมัยนั้น ‘เร่งผลิต’ ประชากรออกมา ในช่วงนั้นจึงมีเด็กเกิดเป็นจำนวนมาก

แน่นอนว่าเด็กในวันนี้ คือผู้ใหญ่ในวันหน้า และวันหน้าของช่วงหลังสงครามโลกก็คือตอนนี้แน่นอน ถ้าว่ากันในภาพใหญ่ระดับโลก ก็คือคนแก่จะครองโลก เพราะเด็กในวันนี้แก่ตัวลงพร้อมๆ กัน

โดยหลักการแล้ว การจะจัดว่าประเทศใดก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ คือ ลัดส่วนของประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 7 ของประชากรทั้งประเทศ และถ้าสัดส่วนนี้เพิ่มขึ้นไปแตะร้อยละ 14 เมื่อไร นั่นหมายถึงประเทศนั้นเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว

มาดูของประเทศไทยเรา จากการศึกษา เราเริ่มก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเมื่อปี 2553 และจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว หรือที่ผมเรียกเอาเองว่า คนแก่ครองเมือง ในปี 2573 ใช้เวลาแค่ 20 ปี เท่านั้น

การเป็นสังคมผู้สูงอายุ แน่นอนว่าย่อมนำมาสู่เรื่องภาระค่าใช้จ่ายด้านการดูแลผู้สูงอายุโดยรวมของประเทศที่มากขึ้น เมื่อเร็วๆ นี้ทางประกันสังคมออกมายอมรับว่า ถ้าหากไม่ได้ปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินงานใดๆ กองทุนประกันสังคมอาจประสบสถานะเงินไม่พอจ่ายให้แก่ผู้ประกันตนในระยะเวลายาวนานจากนี้

เป็นตัวอย่างหนึ่งที่ชัดเจนว่า เราไม่ควรหวังพึ่งระบบสวัสดิการของรัฐหรือจากใคร ถ้ามองตัวเองกันดีกว่าครับว่า

ทำไมยังต้องฝากชีวิต ฝากอนาคตของตัวเองไว้กับคนอื่น  
ในเมื่อเรามีโอกาสเข้าไปควบคุมและจัดการมันได้

## สภาพสังคม ครอบครัวเล็กลง

สมัยเรียนประถม มีเรื่องที่ผมภูมิใจมากอยู่เรื่องหนึ่ง  
คือ การนับญาติ

ครอบครัวผมเป็นคนไทยเชื้อสายจีน ทั้งฝ่ายพ่อและ  
ฝ่ายแม่ของผมมีพี่น้องทั้งชายและหญิงฝั่งละ 9 คน

ผมนึกหน้า ชื่อ และนับญาติได้หมดไม่ว่าจะเป็น อาแปะ  
อาเล็ก อาไก่อ อาอี้อากู

พอจะนึกออกนะครับ คนเยอะขนาดนี้ ภาพที่เห็น  
ประจำคือ พี่น้องของทั้งพ่อและแม่ ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียน  
กันมาช่วยดูแลอากงกับอาม่าเป็นอย่างดี

แต่ถ้าเรามาดูครอบครัวในตอนี้ จะเห็นว่าย่อส่วนลง  
ไปเยอะครับ หนุ่มสาวกว่าจะแต่งงานก็อายุมากขึ้นกว่าแต่  
ก่อน มีลูกแค่ครอบครัวละหนึ่งถึงสองคน นานๆ ที่จะเห็น  
สามหรือมากกว่า แถมบางคู่คุยกันไว้เลยว่าจะไม่มีลูก

นอกจากครอบครัวจะเล็กลง ยังมีการแยกออกมา  
อยู่เป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ลองคิดดูนะครับ เรื่องการ  
ดูแลผู้สูงอายุจะเปลี่ยนไปแค่ไหน แน่นนอน นอกจากการ  
ดูแลอย่างใกล้ชิด ทุ่มเทเวลา และให้กำลังใจแล้ว ก็มีเรื่อง  
กำลังเงินเข้ามาเกี่ยวข้องอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

ค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวข้องมากที่สุดคือ ค่ารักษาพยาบาล



ในการดูแลสุขภาพนั่นเอง ตามหลักของ Pareto ทางเศรษฐศาสตร์ก็เกี่ยวเนื่องกับเรื่องนี้ด้วย เช่น ช่วง 20% สุดท้ายของอายุขัยเราเป็นช่วงที่เกิดภาวะเรื้อรังค่ารักษาพยาบาลประมาณ 80% ของค่ารักษาทั้งชีวิต

*80% เยอะมากนะครับ!*

ที่น่าเป็นห่วงยิ่งกว่าคือ สมัยนี้หลายๆ ครอบครัวยังคงคอยช่วยเหลือเรื่องการเงินให้กับลูกๆ ของตนเองที่ออกไปมีครอบครัวแล้ว พอดูเรื่องสภาพสังคมและครอบครัวที่เล็กลงประกอบกัน คำกล่าวที่ว่า ‘ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน’ น่าจะดีที่สุด (เพราะเอาเข้าจริง ลูกหลานของเราเอง อาจยังเอาตัวไม่รอดด้วยซ้ำ)

## เงินเฟ้อ

*เงิน 10 บาท คุณคิดว่า*

*ใช้ทำอะไรได้บ้างครับ*

นั่งรถเมล์ได้เพียงขาเดียว ไปได้ แต่กลับไม่ได้ กินอาหารอาจไม่ได้สักมื้อ อย่างมากก็แค่ซื้อของว่างประทังความหิว หรือว่าใช้โทรศัพท์ ยังไม่ทันหายคิดถึงสายก็คงตัดเสียก่อน

คุณอาจถามผมกลับว่า จะถามทำไมเรื่องเงิน 10 บาท เพราะมันแทบทำอะไรไม่ได้เลย

แต่ถ้าผมบอกว่า สำหรับผมแล้ว กินข้าวได้ 1 มื้อ (แบบเต็มอิ่ม) นั่งรถเมล์แล้วยังมีเงินเหลือเก็บ คุณจะเชื่อไหมครับ

ก่อนที่จะงงไปมากกว่านี้ ขอเฉลยว่าทั้งหมดที่ผมเล่ามาเป็นเรื่องที่ผมทำได้จริงเมื่อสมัยเรียน (ประมาณ 20 กว่าปีที่แล้ว)

อาหารแบบถาดหลุมของโรงเรียน มีข้าวพร้อมกับข้าว 2 อย่าง และของหวาน ราคา 5 บาท หรือจะซื้อก๋วยเตี๋ยวจากร้านค้าในโรงเรียนก็ 5 บาทเหมือนกัน กินกันจนอิ่มท้องแล้วยังต้องนั่งรถสองแถวกลับบ้านถึง 2 ต่อ รวมแล้ว 3 บาท (2 บาท กับ 1 บาท) สรุปยังเหลือเงินอีก 2 บาทไว้หยอดกระปุก

อดีตอันหอมหวาน นึกถึงเมื่อไรก็มีความสุข อมยิ้มได้เสมอ แต่ปัจจุบันจะซื้อก๋วยเตี๋ยวชามหนึ่งต้องมีเงินอย่างน้อย 30 บาท นี่คือตัวอย่างของเงินเฟ้อ หรือก็คือมูลค่าของเงินลดลง เงินจำนวนเท่ากันซื้อของได้น้อยลง พูดได้อีกอย่างว่าข้าวของแพงขึ้นนั่นเอง

เมื่อมาดูเรื่องการเกษียณ เราว่ากันว่าระยะเวลาประมาณ 20 ปีขึ้นไป รับรองว่าเจอเรื่องเงินเฟ้อแบบนี้แน่นอน แค่เก็บเงินอย่างเดียว ไม่วางแผนเรื่องการลงทุนและค่าใช้จ่ายร่วมด้วย เตือนร้อนแน่นอนครับ รับประกัน

## ความผันผวนสูง

หากไล่เรียงกันเกี่ยวกับวิกฤติทางเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นหลังปี 2540 เป็นต้นมา เราจะพบว่าวิกฤติหรือปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในแต่ละมุมโลกส่งผลกระทบต่อถึงกันอย่างไม่อาจหลีกเลี่ยง เห็นได้ชัดเลยว่าโลกมันแคบลง ส่วนหนึ่งเป็นเพราะเทคโนโลยีต่างๆ ที่เชื่อมโลกไว้ด้วยกัน

อะไรที่เกิดขึ้นอีกมุมโลก เพียงอดีตใจเดียวก็ส่งผลกระทบมาสู่อีกมุมหนึ่งของโลกได้อย่างไม่นานเกินรอ

เทคโนโลยีช่วยอำนวยความสะดวกให้สามารถจัดการสิ่งต่างๆ ได้รวดเร็วขึ้น ในเวลาเดียวกันก็ทำให้ผลกระทบที่เกิดจากวิกฤติต่างๆ ส่งถึงกันได้อย่างง่ายดาย

คุณอาจเคยได้ยินเรื่องวิกฤติแฮมเบอร์เกอร์ที่เกิดขึ้นในอเมริกา เมื่อปี พ.ศ. 2551 ที่ทำให้มูลค่าของพอร์ตการลงทุนเพื่อการเกษียณของหลายคนหายวับไปกับตา เนื่องจากราคาตลาดของหลักทรัพย์ในพอร์ตนั้นลดลงไปมากกว่าครึ่ง ทำให้เขาเหล่านั้นยังไม่สามารถเกษียณกันได้เลยทีเดียวนับนับเรื่องของการให้ออกจากงานซ้ำเข้ามาอีก

เดี๋ยวนี้ ระยะเวลาที่วิกฤติเศรษฐกิจเกิดขึ้นทั่วโลกยิ่งถี่ขึ้นด้วยครับ เมื่อก่อนอาจใช้เวลาเกือบ 10 ปี ถึงจะเกิดขึ้นสักครั้งหนึ่ง แต่ตอนนี้ 3-4 ปี ก็มีอะไรให้ตื่นเต้นในบางประเทศกันเสียแล้ว

เรื่องเหล่านี้ เราสามารถหลีกเลี่ยงได้ครับ ถ้าหากเรามีการวางแผนให้ดีๆ โดยกระจายความเสี่ยงไปยังสินทรัพย์ที่เหมาะสม รวมถึงการเตรียมเงินสำรองไว้สำหรับเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝันเหล่านี้

จากปัจจัยต่างๆ ทั้งหมดที่กล่าวมา หวังว่าคงทำให้คุณเห็นความสำคัญของการเกษียณบ้างแล้วนะครับ

# ตัวอย่าง

# ការវិនិយោគ

