บทนำ

การออมเงินอาจจะเป็นเรื่องง่ายๆสำหรับบางคนแต่กับออมเงินเป็นเรื่องยากมากที่จะเก็บออม เราเสียเงินกับสิ่งยั่วยุต่างๆเช่น การช็อปปิ้ง การกิน การเที่ยว ทำให้การเงินเราเกิดการติดขัดส่งผลต่อการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมากและการรับประทานมมาม่าบ่อยๆจะส่งผลต่อสุขภาพระยะยาวในอนาคต

วัตถุประสงค์

1 .อยากพัฒนาด้านการมีระเบียบวินัยด้านการออมเงิน

2 .ฝึกความอดทนต่อส่งยั่วยุ

3. เก็บไว้ซื้อในสิ่งที่อยากได้โดยไม่ต้องขอเงินผู้ปกครองเพิ่ม

วิธีการฝึกปฏิบัติ

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| สัปดาห์ที่ | แผน | ผลการปฏิบัติงาน | สิ่งที่ได้เรียนรู้เพิ่มเติม | ความรู้สึก  ที่เกิดขึ้น | สิ่งที่จะดำเนินการต่อ |
| 2 | จะเก็บเงินสัปดาห์นี้เป็นจำนวนเงิน 300 บาท | ได้นำเงินจำนวน 500  ที่เก็บสัปดาห์ที่ผ่านมากับสัปดาห์นี้ | ได้เรียนรู้วิธีการจัดการการใช้เงิน การวางแผนในการใช้จ่าย  การซื้อของว่าสิ่งไหนซื้อแล้วคุ้มค่าในการใช้งานและความจำเป็น | ความรู้สึกเรามีความโปรเฟสชั่นนอลกว่าสัปดาห์ที่ผ่านมา มีการวางแผนการใช้เงิน | จะจดบันทึกการใช้เงิน  ค่าใช้จ่าย  และหาวิธีการทำให้จิตใจสงบ  การดับกิเลสในสิ่งยั่วยุ |