

คุ้มจนจุก

จิตวิทยาของการใช้ให้คุ้ม สำหรับคนที่อยากขี้เสียตายให้ถูกบัญชี

ห้องสมุด AICE · worth-it-till-it-hurts

16 บท · ฉบับภาษาเดียว

เขียนครั้งแรก 2 ตุลาคม 2026 · ปรับปรุงล่าสุด 2 ตุลาคม 2026

ทุกตัวเลข ชื่อ และปีในเล่มนี้ตรวจย้อนไปยังแหล่งที่อ้างอิงได้

ก่อนจ่าย

ใบเสร็จ · หนังสือ คุ้มจนจุก · 1 เล่ม

ราคา 0.00 บาท

หมายเหตุจากร้าน: เล่มนี้แจกฟรี อ่านไม่จบก็ไม่มีใครขาดทุน

ใบเสร็จใบนี้ไม่ได้ล้อเล่น สิ่งที่ทำให้คนกินบุฟเฟต์จนจุก ดูหนังห่วยจนจบ และไปฟิตเนสทั้งที่เจ็บเข่า ไม่ใช่ความทิว ความชอบ หรือความขยัน มันคือใบเสร็จอีกใบที่พิมพ์อยู่ในหัว ใบที่บอกว่าจ่ายไปแล้ว ต้องเอาคืนให้ได้ เล่มนี้แจกฟรีก็เพื่อให้มันถูกอ่านโดยไม่มีใบนั้นตามมาทวง ถ้าจะอ่านต่อ ให้เป็นเพราะอยากอ่าน

ใบเสร็จในหัวมีสองช่อง

ใบเสร็จจริงมีช่องเดียว คือเงิน ใบเสร็จในหัวมีสองช่อง ช่องแรกคือบัญชีเงิน บัญชีนี้ปิดไปตั้งแต่วินาทีที่จ่าย จะกินกี่ถาด ดูกี่นาที่ ไปกี่ครั้ง เงินก้อนนั้นก็ยังไม่กลับมา ช่องที่สองคือบัญชีของที่ยังเป็นของคุณอยู่ ท้อง เวลา ความสนใจ อารมณ์ และคืนที่ยังไม่ได้นอน บัญชีนี้ยังเปิด

นิสัยใช้ให้คุ้มคือนิสัยที่ชนของจากบัญชีที่ยังเปิด ไปเติมบัญชีที่ปิดไปแล้ว หนังสือทั้งเล่มเล่าว่ามันทำแบบนั้นได้อย่างไร ใครได้ประโยชน์จากมัน มีอะไรวัดมันได้บ้าง และส่วนไหนของมันที่ควรเก็บไว้ เพราะไม่ใช่ทุกส่วนที่ควรทิ้ง

หน่วยของเล่มนี้คือ **คำถัดไป** หนึ่งคำของบุฟเฟต์ หนึ่งชั่วโมงของหนัง หนึ่งครั้งของฟิตเนส หนึ่งข้อความของโควตาที่จะรีเซตตอนเที่ยงคืน ทุกเรื่องในเล่มตัดสินกันที่คำถัดไป ไม่ใช่ที่ยอดรวม เพราะยอดรวมจ่ายไปแล้ว

คำถามที่ใช้ตลอดทางมีข้อเดียว ยืมมาจากตัวอย่างหนึ่งที่นักเศรษฐศาสตร์ Richard Thaler เขียนไว้เมื่อปี 1980 ซึ่งจะได้เจอในบทที่ 2 คำถามนั้นคือ **ถ้าได้มาฟรี ยังเอาไหม**

สี่คนที่เจอ

ทั้งสี่คนแต่งงาน

- **ลุงเก็บ** นักบัญชีเกษียณ เก็บใบเสร็จทุกใบไว้ในกล่องรองเท้า คติประจำตัวคือ จ่ายแล้วต้องใช้ให้หมด
- **ป้าพอ** ภรรยาของลุงเก็บ กินจนพอล้างจานจะเกียบ ถ้าถามว่าทำไม คำตอบของเธอไม่เคยยาวเกินหนึ่งบรรทัด
- **หลานโปร** หลานชายวัยทำงาน สมัยครทุกอย่างที่มีโปร ฟิตเนสหนึ่งที่ แพ็กเกจเน็ตไม่อั้น และแพ็กเกจ AI ที่โคตรารี่เซตทุกเที่ยงคืนวันอาทิตย์
- **เจ๊ตุ๊ก** เจ้าของร้านหมูกระทะบุฟเฟต์ ไม่เคยกินร้านตัวเองจนจุกสักครั้ง

ลุงเก็บกับหลานโปรคือนิสัยเดียวกันสองรุ่น คนหนึ่งเก็บใบเสร็จเป็นกระดาษา อีกคนเก็บเป็นการแฉ่งเตือน

อ่านอย่างไร

ทุกบทเปิดด้วยใบเสร็จหนึ่งใบ อ่านบรรทัดล่างสุดก่อน บรรทัดนั้นมักเป็นของที่ไม่มีใครเก็บเงิน

ตัวเลขทุกตัวมีแหล่งอยู่ท้ายเล่ม พร้อมระดับความมั่นใจ ตัวเลขในฉากของตัวละครแต่งงาน และบอกไว้ตรงที่ใช้ ประโยคไหนเป็นความเห็น ประโยคนั้นจะบอกตัวเองว่าเป็นความเห็น

ระหว่างคัน ข้ออ้างที่ฟังเข้าเคาท์ที่สุดหลายข้อไม่รอดการตรวจ หรือยังไม่มีข้อยุติ แต่ละข้อถูกเล่าไว้ในบทของมัน และรวมรายชื่อไว้ต้นบทแหล่งท้ายเล่ม

ขอบคุณ

น้ำเสียงของเล่มนี้ยืมมาจากหนังสือชุด โหด มัน ฮา ฉบับภาษาไทยของสำนักพิมพ์นานมีบุ๊คส์ — ชุดคณิตศาสตร์ของ Kjartan Poskitt (Murderous Maths) และชุดวิทยาศาสตร์ของ Nick Arnold (Horrible Science) — หนังสือที่ทำให้วิชาในห้องเรียนอ่านแล้วหัวเราะได้ เล่มนี้ยืมจากชุดนั้นมาเพียงความเชื่อข้อเดียว ว่าเรื่องจริงทำได้ ตัวบท มุก และตัวละครทั้งหมดเขียนขึ้นใหม่

เริ่มที่ร้านหมูกระทะ โต๊ะเจ็ด ลุงเก็บมีเครื่องคิดเลขอยู่ในหัว และมีเป้าหมายอยู่ที่สามสิบลาด

1. สามสิบภาคถึงจะเท่าทุน

ใบเสร็จ · หมูกระทะเจ็ดตุก · โต๊ะ 7

บุฟเฟต์ผู้ใหญ่ 1 ท่าน · 399.00

ลูกเก็บสิ่ง: หมูสามชั้น 30 ถาด

ส่วนที่ไม่มีในบิล: กระดุมกางเกง 1 เม็ด · ยาลดกรด 2 เม็ด · คินทึนร้อนไม่หลับ 1 คิน

ร้านในฉากนี้แต่งขึ้น เลข 399 กับเลขสามสิบไม่ได้แต่ง เงิน 399 บาทจ่ายไปแล้ว ตั้งแต่ก่อนภาคแรก ภาคที่สามสิบไม่ได้ทวงเงินก้อนนั้นคืน มันจ่ายเพิ่มด้วยทอง

เลขสามสิบมาจากไหน

เลขสามสิบมีคนคำนวณไว้จริง บทความแนะนำการกินบุฟเฟต์บนเว็บไซต์การเงินแห่งหนึ่งของไทย เผยแพร่เดือนกันยายน 2020 ตั้งใจทึ่งไว้ตรง ๆ ว่ากินกี่ภาคถึงจะไม่ขาดทุนกับบุฟเฟต์หมูกระทะ 399 บาท หมูสามชั้นราคาตลาดกิโลกรัมละ 135 บาท หนึ่งถาดหนึ่งขีด ตกถาดละ 13.5 บาท แล้วสรุปว่า "เราต้องกินมากถึง 30 ถาด จึงจะคุ้มค่า เพราะคิดเป็นจำนวนเงินออกมา อยู่ที่ 405 บาท ซึ่งไม่ขาดทุนแน่นอน"

บวกลบคูณหารในบทความถูกต้อง สามสิบคูณสิบสามบาทห้าสิบสตางค์ได้ 405 บาทจริง แต่สิ่งที่มันคำนวณคือหมูก็ถาดมีราคาตลาดเท่ากับเงินที่จ่ายไป นั่นไม่ใช่คำถามเดียวกับว่าอยากกินกี่ถาด และไม่ใช่คำถามเดียวกับว่าถาดไหนทำให้มือนี่ดีขึ้น

ลูกเก็บ: ถาดที่ยี่สิบเจ็ด อีกสามถาดเท่าทุน

ป้าพอ: (วางตะเกียบ)

ลูกเก็บ: ป้าเพิ่งแก้ถาดเองนะ ขาดทุนไปสองร้อยเจ็ดสิบเจ็ดบาทห้าสิบสตางค์

ป้าพอ: ป้าคุ้มตั้งแต่ถาดที่สามแล้ว

ราคาของภาคแรกถึงภาคที่ร้อย

ที่บุฟเฟต์ ทุกถาดมีราคาเท่ากันหมด คือศูนย์บาท นี่คือการที่ทำให้บุฟเฟต์เป็นบุฟเฟต์ เงิน 399 บาทเป็นค่าผ่านประตู ไม่ใช่ค่าหมู พอนั่งลงที่โต๊ะแล้ว ภาคแรกฟรี ภาคที่สิบ

ฟรี ถาดที่สามสิบก็ฟรี คำถามเดียวที่เหลือสำหรับแต่ละถาดคือ อยากกินถาดนี้ไหม เพราะถาดนี้

ใบเสร็จในหัวไม่คิดแบบนั้น มันคิดว่า 399 บาทเป็นหน้าที่ร้านติดลึงเก็บไว้ และทุกถาดคือการทวงหนี้คืนทีละ 13.5 บาท ถาดที่ยี่สิบเก้ากับถาดที่สามสิบจึงไม่ได้ถูกกินเพราะอร่อย มันถูกกินเพราะมันเป็นเงินงวดสุดท้าย

หลานโป: เจ้ไม่กลัวขาดทุนเธอครับ ลุงผมกินสามสิบถาด

เจ้ตุ๊ก: เจ้ไม่ได้ตั้งราคาจากโต๊ะลึงหนูโต๊ะเดียวหรอก เจ้ตั้งจากทุกโต๊ะรวมกัน

หลานโป: แล้วลุงผมขาดทุนไหมครับ

เจ้ตุ๊ก: เรื่องเงินลุงไม่ขาดทุน เรื่องกระเพาะเจ้ไม่แน่ใจ

ร้านที่ปรับเงินคนกินเหลือ ยังบอกว่าไม่ต้องยัด

ฝั่งร้านจริงมีเลขของตัวเองเหมือนกัน ต้นเดือนกุมภาพันธ์ 2024 ร้านบุฟเฟต์ร้านหนึ่งในขอนแก่นเล่างเพลงของร้าน แล้วสำนักข่าวนำไปรายงานต่อ ลูกค้าสี่คนมาใช้โปรมาสี่จ่ายสาม หัวละ 1,150 บาทบวกภาษีและค่าบริการ สั่งอาหารผ่านระบบอัตโนมัติเยอะมาก กินไปราวสองชั่วโมงแล้วไปต่อไม่ไหว

ของที่เหลือซ่งได้ 2.7 กิโลกรัม ร้านมีค่าปรับของเหลือซิดละ 300 บาท ยี่สิบเจ็ดซิดเป็น 8,100 บาท รวมค่าบริการห้าเปอร์เซ็นต์กับภาษีแล้วเป็น 9,100.35 บาท

สุดท้ายร้านยกเลิกค่าปรับ แล้วคิดค่าหัวเพิ่มอีกสามคนแทน ลูกค้ายินดีจ่าย และร้านปิดโพสต์ด้วยบรรทัดหนึ่ง "ทานเหลือไม่ต้องยัด=ปรับ=ห่อกลับเหมือนใหม่"

ร้านที่เก็บค่าปรับจากของเหลือ เขียนบอกลูกค้าเองว่าไม่ต้องยัด ให้ห่อกลับ ถ้ามีเสียงไหนในเรื่องนี้บอกให้ยัด เสียงนั้นไม่ได้มาจากร้าน

คำถามเดียว

หลานโป: ลุงครับ ถ้าวันนี้เจ้ตุ๊กเลี้ยงฟรี ลุงจะกินกี่ถาด

ลุงเก็บ: ก็คงสักสิบถาด ไม่ต้องผีน

หลานโปร: แล้วอีกยี่สิบภาค ลุงกินให้ใครครับ

ลุงเก็บ: ...ให้สามร้อยเก้าสิบเก้าบาท

เงิน 399 บาทไม่ได้กินหมูสั๊กชิ้น มันอยู่ในลิ้นชักเก็บเงินของเจ้ตุ๊กตั้งแต่ก่อนเตาจะร้อน ยี่สิบภาคหลังของลุงเก็บถูกจ่ายด้วยทองของลุงเอง เพื่อปิดใบเสร็จที่ปิดไปแล้วตั้งแต่ตอนจ่าย

คืนนั้นใบเสร็จใบหนึ่งเข้ากล่องรองเท้า อีกใบยังอยู่ในทอง และใบที่สองนี่เองที่ทำให้ลุงเก็บนอนไม่หลับ

2 · บัตรในวันพายุ

ใบเสร็จ · บัตรคอนเสิร์ต 2 ใบ · 4,800.00

วันแสดง: พายุเข้ากรุงเทพฯ ฝนตกหนักทั้งเมือง

หมายเหตุ: ถ้าได้บัตรมาฟรี หลานโปรจะอยู่บ้าน

บัตรและเรื่องในฉากนี้แต่งขึ้น พายุไม่ได้เบาลงเพราะบัตรแพง ถนนไม่ได้โล่งขึ้น เพราะจ่ายแล้ว สิ่งเดียวที่เปลี่ยนคือคำถามในหัว จากอยากไปไหม กลายเป็น เสียตายไหม

ลุงเก็บ: สี่พันแปดนะ ไปเถอะ

ป้าพอ: ถ้าได้บัตรมาฟรี หลานจะไปไหม

หลานโปร: ไม่ไปครับ ฝนตกขนาดนี้

ลุงเก็บ: แต่มันไม่ฟรี

ป้าพอ: มันฟรีมาตั้งแต่วันที่ตัดบัตรเครดิตแล้ว

เงินสี่พันแปดจ่ายไปตั้งแต่เดือนก่อน คืนนี้ไปก็ไม่ได้คืน ไม่ไปก็ไม่เสียเพิ่ม บนตาชั่งคินนี้จึงเหลือแค่รถติดสามชั่วโมงกับเสื้อเปียกหนึ่งตัวผึ่งหนึ่ง และคอนเสิร์ตหนึ่งรอบอีกฝั่ง ไม่มีสี่พันแปดอยู่บนตาชั่งนั้นแล้ว

ตัวอย่างที่ไม่มีข้อมูล

ปี 1980 นักเศรษฐศาสตร์ Richard Thaler เขียนตัวอย่างสองเรื่องไว้ในบทความชิ้นหนึ่ง เรื่องแรก ครอบครัวหนึ่งจ่าย 40 ดอลลาร์ซื้อตั๋วบาสเกตบอลที่สนามห่างบ้าน 60 ไมล์ วันแข่งหิมะตกหนัก พวกเขาไปอยู่ดี แล้วพูดขึ้นมาเฉย ๆ ว่า ถ้าได้ตั๋วมาฟรี คงอยู่บ้าน เรื่องที่สอง ชายคนหนึ่งจ่ายค่าสมาชิกคลับเทนนิสปีละ 300 ดอลลาร์ แล้วเป็นโรคข้อศอกเทนนิส เขาเล่นต่อทั้งที่เจ็บ พร้อมบอกว่าไม่อยากให้ 300 ดอลลาร์เสียเปล่า

Thaler เขียนต่อว่าทฤษฎีเศรษฐศาสตร์บอกให้นับเฉพาะต้นทุนกับประโยชน์ที่ยังจะเกิดขึ้น ต้นทุนที่จ่ายไปแล้วไม่ควรมีผล แล้วถามว่าคนทั่วไปทำแบบนั้นจริงไหม และตอบเองว่าเขาไม่เชื่อ

ทั้งสองเรื่องเป็นตัวอย่างที่เขียนขึ้นเพื่ออธิบาย ไม่มีใครถูกวัด ตัวอย่างดี ๆ พิสูจน์อะไรไม่ได้ มันแค่ทำให้เราอยากรู้ว่าถ้าวัดจริงจะได้เท่าไร

คนหกพันคน กับฟุตบอลในวันหนาวจัด

ปี 2014 โครงการชื่อ Many Labs ให้ทีมวิจัยทำการทดลองชุดเดียวกันพร้อมกันใน 36 กลุ่มตัวอย่าง ทั้งในห้องแล็บและออนไลน์ ทั้งในสหรัฐฯ และอีกหลายประเทศ ผู้เข้าร่วมรวม 6,344 คน หนึ่งในโจทย์คือ คุณมีตัวดูทีมฟุตบอลที่ชอบในนัดสำคัญ แต่วันแข่งหนาวจัด คุณจะไปไหม ครั้งหนึ่งได้โจทย์ที่ตัวซื้อมาด้วยเงิน อีกครั้งได้โจทย์ที่ตัวได้มาฟรี

คนที่จ่ายเงินซื้อตัวบอกว่าจะไปมากกว่า ผลนี้ทำซ้ำขึ้น และขนาดของผลในการทำซ้ำไม่เล็กกว่างานต้นฉบับ ครั้งหนึ่งของ 36 กลุ่มได้ผลชัดในข้อมูลของตัวเอง อีกครั้งไม่ชัดพอจะสรุปได้ และไม่มีกลุ่มไหนเลยที่ได้ผลกลับทางอย่างมีนัยสำคัญ

ก่อนหน้านี้มานานแล้ว ปี 1985 นักวิจัยสองคน Arkes กับ Blumer ทดลองกับคนจริงนอกห้องแล็บ ลูกค้ายกจ่ายค่าตัวละครแบบรายฤดูแพงกว่า ไปดูละครมากกว่าในหกเดือนต่อมา

ปี 2015 งานรวมผลวิจัยชิ้นหนึ่งรวบรวมขนาดของผลรวบร้อยค่า จากงานตั้งแต่ปี 1976 ถึง 2013 แล้วสรุปว่าผลนี้มีจริง ขนาดอยู่ในระดับกลาง แกว่งมากระหว่างงาน

และพบทั้งในเรื่องการใช้ของที่จ่ายไปแล้ว กับการทุ่มเงินต่อในโครงการที่ไม่ไปไหน นักวิจัยเรียกมันว่า **sunk cost effect** คนไทยเรียกกันว่ากับดักต้นทุนจม

ระดับกลางแปลเป็นภาษาคนได้ประมาณนี้ ในโจทย์ฟุตบอลของ Many Labs ถ้าจับคนหนึ่งจากฝั่งที่ซื้อตั๋ว กับคนหนึ่งจากฝั่งที่ได้ตั๋วฟรี มาดูว่าใครอยากไปมากกว่า ฝั่งที่ซื้อตั๋วชนะราว 58 ถึง 59 ครั้งในร้อย ถ้าเงินไม่มีผลอะไรเลย ตัวเลขนี้จะเป็น 50 เท่ากับโยนเหรียญ ขนาดเฉลี่ยของงานรวมผลชิ้นนี้ตรงกับราว 64 ครั้งในร้อย ผลนี้มีจริง แต่ไม่ได้ลากทุกคน

ใครเป็นคนขับรถ

ตัวอย่างของ Thaler มีอะไรบางอย่างที่งานวัดผลทั้งหมดไม่ได้เก็บไว้ ครอบครวนั้นรู้ตัว พวกเขาพูดออกมาเองว่า ถ้าได้ตั๋วฟรีคงอยู่บ้าน แต่ก็ยังขับรถออกไปในพายุอยู่ดี

นั่นแปลว่าคำถาม ถ้าได้มาฟรี ยังเอาไหม ไม่ได้มีไว้เพื่อหาคำตอบที่ถูก มันมีไว้แยกของสองอย่างที่ติดกันอยู่ออกจากกัน อย่างแรกคืออยากไปคอนเสิร์ต อย่างที่สองคือไม่ยอมให้สีฟันแปดเสียเปล่า อย่างแรกยังเป็นเหตุผลที่ดีที่จะขับรถฝ่าฝน อย่างที่สองไม่ใช่ เพราะไม่ว่าจะไปหรือไม่ไป สีฟันแปดก็เสียไปแล้วเท่ากัน

คำถามนี้ไม่ได้สั่งให้อยู่บ้าน ถ้าคำตอบคือไป ก็ไปให้สนุก ร้องให้สุดเสียง ถ้าคำตอบคือไม่ไป ก็รู้แล้วว่าคืนนี้ใครเป็นคนขับรถ

3 · กฎของยาย

ใบเสร็จ · ข้าวสวย 1 จาน · 10.00

กินไป: หมดจาน รวมเม็ดสุดท้ายที่ติดขอบ

เหตุผลที่ระบุ: ยายบอกว่าข้าวทุกเม็ดคือเหงื่อหวานา

ลูกเก็บกินข้าวหมดจานมาหลีกกว่าปี เพราะยายสอนไว้ตั้งแต่จำความได้ กฎของยาย ปกป้องข้าวที่ยังอยู่ในจาน พอเงินจ่ายไปแล้วไม่มีอะไรเหลือให้ปกป้อง กฎข้อ เดียวกันจึงหันมาสั่งท้องแทน

กฎ อย่าทิ้งขว้าง ไม่ได้โง่ มันเป็นหนึ่งในกฎที่ดีที่สุดที่คนรุ่นหนึ่งส่งต่อให้อีกรุ่น ข้าวที่ยัง อยู่ในหม้อ ยาทายังไม่หมดอายุ เสื้อที่ยังใส่ได้ ของพวกนี้มีอยู่จริง และทิ้งไปก็หายไป จริง ปัญหาของกฎข้อนี้มีข้อเดียว มันแยกไม่ออกจากของชิ้นไหนยังอยู่ ชิ้นไหนหายไป แล้ว

ความกลัวว่าจะสูญเสีย

งานปี 1985 ของ Arkes กับ Blumer ที่เล่าไว้ในบทก่อน ระบุเหตุผลของกับดักนี้ไว้ ตั้งแต่บัดนี้คือความปรารถนาที่จะไม่ดูเป็นคนสิ้นเปลือง ต่อมา Arkes เขียนงาน อีกชิ้นในปี 1996 ชื่อตรงตัวว่าจิตวิทยาของความสิ้นเปลือง และวางโจทย์หลายแบบ ให้คนเลือกระหว่างทางที่คุ้มกว่า กับทางที่ดูไม่ทิ้งของ

ปี 2025 ทีมหนึ่งทำขำงานนั้นกับคน 659 คน แบบลงทะเบียนแผ่นไว้วงหน้า คือ ประกาศวิธีวิเคราะห์ไว้ก่อนเห็นข้อมูล ผลออกมาสองในสาม โจทย์สองข้อทำซ้ำขึ้น ข้อที่สามทำซ้ำไม่ขึ้น และในข้อที่ทำซ้ำขึ้นข้อหนึ่ง ผู้เข้าร่วมให้คะแนน การไม่ให้มีของ เสียเปล่า เป็นเหตุผลที่สำคัญที่สุดของตัวเอง

กฎของยายไม่ได้อยู่แค่ในโต๊ะกินข้าวของบ้านลูกเก็บ มันอยู่ในเหตุผลที่คนแปลกหน้า หกร้อยกว่าคนเขียนลงแบบสอบถามในปี 2025

หนูติดด้วยไหม

ถ้ากับดักนี้มาจากกฎที่ผู้ใหญ่สอน สัตว์ที่ไม่มียายก็ไม่น่าจะติด งานทบทวนปี 1999 ชิ้น หนึ่งเสนอไว้ทำนองนั้น ตามที่งานรุ่นหลังบรรยายไว้ คือสัตว์ไม่ติดกับดักนี้ และเด็กติด น้อยกว่าผู้ใหญ่ เพราะยังไม่ได้เรียนกฎ อย่าทิ้งขว้าง

ปี 2018 ทีมหนึ่งตีพิมพ์ใน Science ว่าหนูทดลองสองชนิดกับคน ทำในสิ่งที่คล้ายกัน ในเกมที่ต้องรอรางวัล ยิ่งรอมานาน ยิ่งมีแนวโน้มรอต่อจนจบ แม้เวลาที่เหลือจะเท่า กัน ต้นทุนในงานนี้ไม่ใช่เงิน มันคือเวลาที่รอไปแล้ว และในคนผลอ่อนกว่าในหนูมาก

จากนั้นอีกทีมเสนอว่ารูปแบบนี้อาจเกิดจากวิธีนับและแบบจำลองการตัดสินใจ ไม่ใช่จากต้นทุนที่จมไป ทีมแรกตอบกลับว่าแบบจำลองนั้นอธิบายพฤติกรรมในงานของตนไม่ได้ และผลนั้นจริง ถึงวันที่เขียนเล่มนี้ยังไม่มีข้อยุติ

เล่มนี้จึงไม่บอกว่าหนูก็ติด และไม่บอกว่ามีแต่คนที่ติด สิ่งที่บอกได้คือ เรื่องนี้อาจเก่ากว่ากฎของยาย และยังไม่มีใครรู้แน่

ยายใช้กฎเก่งกว่าหลาน

ส่วนที่บอกได้แน่กว่าคือเรื่องอายุ ปี 2008 ทีมหนึ่งให้นักศึกษา 75 คนกับผู้สูงอายุ 73 คน อายุ 58 ถึง 91 ปี ตอบโจทย์แบบเดียวกัน เช่น จ่ายค่าดูหนังไปแล้ว ดูไปห้านาที รู้สึกว่าหนังแย่ จะดูต่อไหม ผู้สูงอายุติดกับดักนี้น้อยกว่าอย่างชัดเจน งานรวมผลปี 2015 ก็พบทิศเดียวกัน คนอายุมากกว่าติดน้อยกว่าในเรื่องการใช้ของที่จ่ายไปแล้ว

กฎมาจากรุ่นยาย แต่ในห้องทดลอง คนรุ่นยายใช้กฎนี้ผิดที่น้อยกว่าคนรุ่นหลาน ค่าเฉลี่ยของคนรุ่นหนึ่งไม่ใช่ค่าทำนายของคนคนหนึ่ง และลูกเก็บคือตัวอย่างของประโยชน์

ส่วนความเชื่อว่าเรียนเศรษฐศาสตร์แล้วจะรอด งานรวมผลขึ้นเดียวกันไม่พบว่าความคุ้นเคยกับเศรษฐศาสตร์ช่วยลดผลนี้ และบรรยายงานหนึ่งที่พนักงานธนาคารซึ่งผ่านการอบรมการตัดสินใจทางเศรษฐศาสตร์มาแล้ว ก็ยังติด รู้ชื่อกับดักไม่ได้แปลว่าไม่เดินลงไป

ของที่ไม่ควรทิ้งขว้างที่สุด

หลานโปร: ลูกครับ ข้าวทุกเม็ดคือเหงื่อชาวนาใช้ไหมครับ

ลุงเก็บ: ใช่

หลานโปร: แล้วหมูเถาที่สามสิบเป็นเหงื่อใครครับ

ลุงเก็บ: เหงื่อลุงเอง ตอนตีสามคืนนั้น

ความเห็นของเล่นนี้คือ กฎของยายไม่ต้องทิ้ง มันต้องย้ายที่ ของที่มันควรเผาคือของที่ยังเหลืออยู่ในมือ เวลาที่ยังไม่ได้ใช้ ท้องที่ยังไม่จุก เงินที่ยังไม่ได้จ่าย ส่วนเงินที่จ่ายไปแล้ว ไม่มีอะไรให้เผาแล้ว

ยายพูดถูกว่าอย่าทิ้งขว้าง ยายแค่ไม่ได้บอกว่า ของที่ไม่ควรทิ้งขว้างที่สุดบนโต๊ะนั้นคือท้องของหลานที่ยายสอนมากับมือ

4. ใบเสร็จที่ยังอุ่น

ใบเสร็จ · คอร์สนวดแผนไทย 10 ครั้ง · 3,990.00

พิมพ์เมื่อ: วันที่ 2 มกราคม เวลา 18.41 น.

อุณภูมิตอนพิมพ์: อุ่น

ร้านนวดและตัวเลขในฉาคนี่แต่งงาน ใบเสร็จที่เพิ่งพิมพ์ร้อนที่สุด แรงอยากใช้ให้คุ้มแรงที่สุดตอนเงินเพิ่งออกจากกระเป๋า แล้วมันเย็นลงเองตามเวลา ถ้าไม่มีใครเอาไปอุ่นซ้ำ

คำให้การของใบเสร็จ

ใบเสร็จ: ผมเป็นใบเสร็จครับ ผมออกจากเครื่องตอนหกโมงสี่สิบเอ็ดนาที่ ลุงเก็บพับผมใส่กระเป๋าเสื้อ อาทิตย์แรกลุงไปนวดสี่ครั้ง ทุกครั้งที่เดินเข้าร้าน ลุงแตะผมผ่านกระเป๋าเสื้อ

ใบเสร็จ: เดือนที่สอง ผมอยู่ในลิ้นชัก ลุงไปนวดเดือนละครั้ง เดือนที่สี่ ผมอยู่ในกล่องรองเท้า

ใบเสร็จ: ทุกสิ้นเดือนลุงเปิดกล่อง หยิบผมขึ้นมา นับว่าเหลืออีกกี่ครั้ง แล้วถอนหายใจ ผมเป็นกระดาษความร้อนครับ ตัวหนังสือบนตัวผมจางลงทุกเดือน แต่ลุงอ่านผมออกทุกครั้ง

บัญชีที่เปิดตอนจ่าย

Richard Thaler เสนอไว้ตั้งแต่ทศวรรษ 1980 ว่าคนไม่ได้มองเงินเป็นกองเดียว เราแบ่งมันเป็นบัญชีย่อย ๆ ในหัว ตอนซื้อของหรือบริการ บัญชีหนึ่งถูกเปิดขึ้น และค้างไว้นานกว่าจะได้ของคืนจากการใช้ นักเศรษฐศาสตร์เรียกมันว่า **mental account** เล่มนี้เรียกมันว่าใบเสร็จในหัว

ถ้าใบเสร็จในหัวเป็นแค่ภาพเปรียบเทียบ มันก็ไม่ควรมีอุณหภูมิ แต่มันมี งานรวมผลปี 2015 ที่เล่าไว้ในบทที่ 2 แยกดูว่าผลของต้นทุนจมแรงแค่ไหน ตามระยะห่างระหว่างวันที่จ่ายกับวันที่ใช้ ผลคือยิ่งห่าง ผลยิ่งอ่อน ผู้เขียนสรุปว่าแรงที่สุดในช่วงสั้น ๆ หลังจ่าย นักวิจัยด้านการตลาดตั้งชื่อมันว่า payment depreciation เงินที่จ่ายไปค่อย ๆ เสื่อมค่าในความรู้สึก ใบเสร็จที่เพิ่งพิมพ์ถึงคนไปใช้แรง พอผ่านไปหลายเดือน แรงดิ่งก็จางลงพร้อมตัวหนังสือ

บัญชีที่อยากกลับไปศูนย์

ใบเสร็จในหัวไม่ได้อยากได้กำไร มันอยากได้ศูนย์

ปี 1990 Thaler ทดลองกับ Eric Johnson ในชั้นเรียนเศรษฐศาสตร์ขนาดใหญ่ที่มหาวิทยาลัยคอร์เนลล์ ด้วยเงินจริง นักศึกษาที่เพิ่งเสียไป 2.25 ดอลลาร์ ถูกเสนอเดิมพันหัวก้อยที่ได้หรือเสีย 2.25 ดอลลาร์ ซึ่งถ้าชนะจะกลับไปທີ່ศูนย์พอดี 69 คนในร้อยรับเดิมพัน ส่วนคนที่เพิ่งเสียไป 7.50 ดอลลาร์ ซึ่งเดิมพันเดียวกันพาไปไม่ถึงศูนย์รับแค่ 40 คนในร้อย เดิมพันเดียวกันทุกประการ ต่างกันแค่ความมันพาบัญชีในหัวกลับไปศูนย์ได้หรือไม่ได้

สองผู้วิจัยตั้งชื่อมันว่า **break-even effect** หลังขาดทุน ทางเลือกที่มีโอกาสพากลับไปศูนย์ดึงดูดเป็นพิเศษ ใบเสร็จบุฟเฟต์ 399 บาทอยากได้หมูสามสิบถาดเพื่อกลับไปศูนย์ คอร์สนวดสับครึ่งอยากได้อีกหกครึ่ง บัญชีบางประเภทอยากได้เงินก้อนถัดไป เรื่องนั้นอยู่ในบทที่ 12

อีกสองชื่อที่ฟังเข้าเค้า

ชื่อแรกคือ **loss aversion** ความเสียรู้สึกแรงกว่าความได้ในขนาดเท่ากัน งานรวมผลปี 2024 รวมค่าที่วัดได้ 607 ค่าจาก 150 บทความ ได้ค่าเฉลี่ยราว 2 คือความเสียหนัก

กว่าความได้ราวสองเท่าในงานที่ออกแบบมาวัดค่านี้ แต่มีนักวิจัยอีกกลุ่มทบทวนหลักฐานแล้วแย้งว่า มันไม่ใช่หลักทั่วไปที่ใช้ได้กับทุกสถานการณ์ และยังไม่พบงานที่วัดตรง ๆ ว่านิสัยใช้ให้คุ้มมาจากค่าตัวนี้ ชื่อนี้จึงช่วยอธิบายได้บางส่วน ไม่ใช่ทั้งหมด

ข้อที่สองคือ **scarcity** ความขาดแคลน งานปี 2012 ในวารสาร Science เสนอว่า ความขาดแคลนดึงดูดความสนใจไปจดจ่อกับของที่ขาด และมีผลตามมาหลายอย่าง ต่อมาผู้เขียนเดิมทำซ้ำงานของตัวเองแบบลงทะเบียนแผนไว้ล่วงหน้า กับคนราวหนึ่งพัน คนต่อการทดลอง ส่วนที่บอกว่าความขาดแคลนทำให้คนโง่สก๊บกของที่ขาด และยืมเงินตัวในเกม ทำซ้ำขึ้น ส่วนที่บอกว่ามันทำให้สมองล้าจนทำงานถดถอยได้ผลไปคนละทางกับงานเดิม ผู้เขียนเดิมจึงเขียนเองว่าไม่พบหลักฐานของข้อนี้

กล่องรองเท้า

ทุกสิ้นเดือน ลุงเก็บเปิดกล่องรองเท้า ไล่อ่านใบเสร็จทีละใบ ใบไหนยังใช้ไม่ครบ ลุงจดไว้ในสมุด ใบไหนใช้ครบแล้ว ลุงหนีบคลิปสีเขียว

ป้าพอ: ทำอะไรทุกเดือนเลยคะ

ลุงเก็บ: ปิดบัญชี

ป้าพอ: บัญชีปิดไปตั้งแต่ตอนจ่ายแล้วไม่ใช่หรอ

ลุงเก็บ: ช่งเงินปิดแล้ว ช่งใจยังไม่ปิด

ใบเสร็จที่จ่ายแล้วเย็นลงเองตามเวลา ส่วนนี้งานรวมผลวัดได้ ส่วนต่อจากนี้ยังไม่มีใครวัด กล่องรองเท้าทำหน้าที่เหมือนเตาอุ่นอาหาร ทุกสิ้นเดือน ใบเสร็จทุกใบในกล่องถูกหยิบขึ้นมาอุ่นซ้ำหนึ่งรอบ และคอร์สนวดที่ควรเลิกค้างคาใจไปตั้งแต่เดือนที่สาม ก็ร้อนขึ้นมาใหม่ทุกวันสิ้นเดือน

5 • แพ็กหมาขायอะไร

ใบเสร็จ • แพ็กगेจเน็ตมือถือไม่อัน • 599.00 ต่อเดือน

ใช้จริงเดือนนี้: พอดีกับแพ็กगेจ 299 บาท

ส่วนต่างที่จ่ายเกิน: 300 บาท . สิ่งที่ได้แทน: ไม่ต้องดูตัวเลขทั้งเดือน

ตัวเลขในฉากนี้แต่งขึ้น สิ่งที่แพ็กเหมาะขายไม่ได้มีแค่ปริมาณ มันขายการไม่ต้องนับด้วย แล้วคนที่ตั้งใจใช้ให้คุ้มก็นั่งนับมันทั้งเดือน

หลานโปร: เดือนนี้ใช้ไปแค่สิบสองกิกะ ต้องดูซีรีส์เพิ่มแล้ว

ป้าพอ: แพ็กเกจหลานไม่อันไม่ใช่หรอ

หลานโปร: ไม่อันครับ เลยต้องใช้เยอะ ๆ

ป้าพอ: ไม่อันแล้วยังต้องนับอีกหรอ

หลานโปร: นับเพื่อให้รู้ว่าไม่อันครับ

จ่ายเกิน แล้วมีความสุข

ปี 2006 นักวิจัยการตลาดสองคน Lambrecht กับ Skiera ตั้งข้อบทรความไว้ตรงจนไม่ต้องอ่านบทคัดย่อ แปลได้ว่า จ่ายแพงเกินแล้วยังมีความสุข พวกเขาดูข้อมูลลูกค้าของผู้ให้บริการอินเทอร์เน็ตรายหนึ่งในยุโรป 10,882 คน ในแพ็กเกจหนึ่ง ลูกค้ำ 48.1 เปอร์เซ็นต์จ่ายแพงกว่าที่ต้องจ่าย เพราะเลือกแพ็กที่ใหญ่เกินไปการใช้จริง และลูกค้ำกลุ่มนี้จ่ายเกินซ้ำทุกเดือน

ที่น่าสนใจว่าตัวเลขคือคำอธิบาย ทีมวิจัยทดสอบเหตุผลสี่ข้อพร้อมกัน และพบว่าสามข้อยืน ข้อแรกเป็นเรื่องประกันภัย คนยอมจ่ายเพิ่มเพื่อไม่ให้บิลเดือนไหนพุ่ง ข้อที่สองคือสิ่งที่พวกเขาเรียกว่า **taxi-meter effect** คนที่บอกว่าใช้ได้สนุกกว่าเมื่อไม่มีมิเตอร์เดิน มีแนวโน้มเลือกแพ็กเหมาะมากกว่า ข้อที่สามคือคนประเมินการใช้ของตัวเองไว้สูงเกินจริง ส่วนข้อที่สี่ ว่าเลือกแพ็กเหมาะเพราะขี้เกียจเปรียบเทียบ ไม่ยืน

แล้วลูกค้ำที่จ่ายเกินก็ไม่ได้หนีไปไหน ในข้อมูลชุดนี้ คนที่จ่ายเกินเพราะเลือกแพ็กเหมาะ ไม่ได้ยกเลิกบริการบ่อยกว่าคนอื่น ส่วนคนที่ผิดทางตรงข้าม คือเลือกจ่ายตามใช้แล้วใช้เกิน มีอัตรายกเลิกรายเดือนสูงกว่ากลุ่มที่เลือกแพ็กถูก 340 ถึง 1,040 เปอร์เซ็นต์ แล้วแต่วิธีนับ

ถ้าถามว่าใครได้ประโยชน์จากความผิดพลาดทีศนี้ คำตอบอยู่ในสองย่อหน้าข้างบน
ลูกค้าจ่ายเงินซ้ำทุกเดือน และไม่ได้ย้ายไปไหน

ต้องบอกด้วยว่าทิศของความผิดพลาดนี้ไม่ใช่กฎสากล งานอีกชิ้นที่ทั้งสองคนอ้างถึง
พบว่าคนเลือกผิดไปทางจ่ายตามใช้มากกว่า สิ่งที่ข้อมูลชุดนี้บอกได้ คือคนไม่ได้จ่าย
แพ็คเกจเพื่อซื้อปริมาณอย่างเดียว ส่วนหนึ่งเขาจ่ายเพื่อซื้อความไม่ต้องคิดถึงมัน

มิเตอร์ที่ติดกลับเข้าไปเอง

ทุกคนที่เคยนั่งแท็กซี่ตอนรถติดรู้จักความรู้สึกนี้ รถไม่ขยับ แต่ตัวเลขสีแดงบนมิเตอร์
ขยับ ทุกครั้งที่มันกระโดด เสียงเพลงในรถก็เพราะน้อยลงนิดหนึ่ง

แพ็คเกจถอดมิเตอร์ตัวนั้นออก และนั่นคือสินค้าที่มันขาย พอจ่ายแล้ว ทุกกิกะไบต์
ทุกตอนของซีรีส์ ทุกครั้งที่เปิดแอป มีราคาเท่ากันคือศูนย์ เหมือนถาดหมูในบพที่ 1

นิสัยใช้ให้คุ้มทำสิ่งที่ประหลาดกับแพ็คเกจ มันติดมิเตอร์กลับเข้าไปใหม่ แต่หมุนกลับ
ด้าน แทนที่จะนับว่าจ่ายไปเท่าไรแล้ว มันนับว่ายังใช้ไม่ถึงเท่าไร หลานโปรไม่ได้กลัว
บิลพุ่ง เขากลับบิลไม่คุ้ม และความกลัวแบบหลังก็ทำให้ซีรีส์ไม่สนุกได้เหมือนกัน

ความเห็นของเล่มนี้คือ ถ้าจ่ายแพ็คเกจแล้วยังนั่งนับ คุณจ่ายสองครั้ง ครั้งแรกเป็น
เงิน ครั้งที่สองเป็นความสบายใจที่ซื้อมาด้วยเงินก้อนนั้น

งานที่เกือบได้อยู่ในบทนี้

มีงานปี 2012 ชิ้นหนึ่งที่เข้ากับบทนี้เหมาะเจาะ ผู้เข้าร่วมกลุ่มหนึ่งถูกให้คำนวณค่า
แรงต่อชั่วโมงของตัวเองก่อนฟังเพลงเพราะ ๆ เพลงหนึ่ง แล้วรายงานว่ามีความสุข
น้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้คำนวณ ถ้าผลนี้จริง มันจะเป็นหลักฐานชิ้นดีว่าการนับเป็นเงินกิน
ความสุข

ปี 2016 อีกทีมทำซ้ำการทดลองนั้นแบบลงทะเบียนแผนไว้ล่วงหน้าสองครั้ง ด้วยคน
มากกว่างานเดิม และใช้วัสดุชุดเดียวกับที่ผู้เขียนเดิมให้มา ทั้งสองครั้งไม่พบผลแบบ
เดิม เล่มนี้จึงไม่ใช้มัน และไม่อ้างว่าการคิดเป็นเงินทำให้ความสุขหายไป สิ่งที่น่าได้
แคบกว่านั้น คือในข้อมูลลูกค้าอินเทอร์เน็ตชุดนั้น ความอยากหนีมิเตอร์เป็นหนึ่งใน
เหตุผลที่คนยอมจ่ายเงิน

บ๊ापอไม่รู้ว่่าแพ็กเกจของตัวเองชื่ออะไร ไม่เคยเปิดดูว่่าใช้ไปกี่กิกะ และเธอเป็นคนเดียวในบ้านที่ใช้แพ็กเหมาตรงตามทีมนัชาย

6 · ฟิตเนสของอีกคน

ไบเสร็จ · สมาชิกฟิตเนสรายเดือน · 2,500.00

เข้าใช้เดือนนี้: 4 ครั้ง · ตกครั้งละ 625 บาท

บัตรรายครั้งหน้าเคาน์เตอร์: 250 บาท

ตัวเลขในฉาคนี้นี้แต่งขึ้น คุณไม่ได้ซื้อสมาชิกฟิตเนสให้ตัวเอง คุณซื้อให้ตัวคุณในเดือนหน้าทีไปทุกวัน และเขายังไม่เคยมาสักวัน

บัตรสมาชิกของหลานโปรเดินทางไปร้านสะดวกซื้อมากกว่าไปฟิตเนส เพราะมันอยู่ในกระเป๋าสตางค์ใบเดียวกับเงิน

จ่ายเพื่อไม่ไป

ปี 2006 นักเศรษฐศาสตร์ DellaVigna กับ Malmendier ได้ข้อมูลสมาชิกฟิตเนสสามแห่งในสหรัฐฯ รวม 7,752 คน ตลอดสามปี ทั้งสัญญาที่แต่ละคนเลือก และวันที่แต่ละคนแตะบัตรเข้า ชื่อบทความของพวกเขาแปลได้ว่า จ่ายเงินเพื่อไม่ไปฟิตเนส

สมาชิกที่เลือกจ่ายรายเดือนเกินเดือนละ 70 ดอลลาร์ มาเฉลี่ยเดือนละ 4.3 ครั้ง ในหกเดือนแรกตกครั้งละ 17.27 ดอลลาร์ ทั้งที่บัตรสิบครั้งของทีเดียวกันตกครั้งละราว 10 ดอลลาร์ ตลอดการเป็นสมาชิก แต่ละคนเสียเงินเกินไปราว 600 ดอลลาร์ จากที่จ่ายทั้งหมดราว 1,400 ดอลลาร์ และในหกเดือนแรก 80 คนในร้อยจะประหยัดกว่าถ้าจ่ายรายครั้งด้วยจำนวนครั้งเท่าเดิม

ยังมีอีกชั้นหนึ่ง สมาชิกรายเดือนมีโอกาเป็นสมาชิกต่อเกินหนึ่งปีมากกว่าสมาชิกรายปี 17 เปอร์เซ็นต์ ทั้งที่รายเดือนแพงกว่า สัญญาที่ต่ออายุเองทุกเดือน จะหยุดได้ก็ต่อเมื่อมีคนตัดสินใจหยุดหนึ่งครั้ง และครั้งนั้นถูกเลื่อนไปทุกเดือน

ใบเสร็จใบเดียวกัน ผลตรงข้าม

ถ้านิสัยใช้ให้คุ้มทำงานตรง ๆ คนที่จ่ายรายเดือนก็ควรไปฟิตเนสจนเท่าทุนเหมือนลุงเก็บกินหมู แต่ข้อมูลฟิตเนสออกมาตรงข้าม คนที่จ่ายเหมาไว้แล้วใช้ขาด

สิ่งที่สองเรื่องนี้มีร่วมกันไม่ใช่ทิศของการใช้ มันคือคนที่ตัดสินใจ ที่บุฟเฟต์ ใบเสร็จตัดสินใจแทนห้อง ที่ฟิตเนส ใบเสร็จถูกเซ็นโดยคนคนหนึ่งที่ไม่ได้อยู่จริง คนที่ตื่นหกโมงเช้า ไม่เหนื่อย และไม่มึนง่วงเข้ามาตอนห้าโมงเย็น ผู้เขียนงานนี้อธิบายว่าสมาชิกมั่นใจในการควบคุมตัวเองในอนาคตเกินจริง และระบุคำอธิบายอีกข้อไว้ด้วย ว่าการชักชวนของพนักงานอาจอธิบายผลได้มาก

งานเรื่องแพ็กเกจอินเทอร์เน็ตในบทที่ 5 ก็เจอคนคนเดียวกัน คนที่ประเมินการใช้ของตัวเองไว้สูงเกินจริง เขาปรากฏตัวทั้งในใบเสร็จเน็ตและใบเสร็จฟิตเนส แต่ไม่เคยปรากฏตัวที่หน้าเครื่องวิ่ง

ลุงเก็บกับฟิตเนส

ลุงเก็บ: สมัครายปีไปแล้ว หนึ่งหมื่นแปด ต้องไปให้คุ้ม

ป้าพอ: ไปกี่ครั้งถึงคุ้มคะ

ลุงเก็บ: ร้อยแปดสิบครั้ง ตกครั้งละร้อย

ป้าพอ: แล้วเข้าคุณไหวกี่ครั้งคะ

ลุงเก็บ: ...สามครั้ง

ลุงเก็บไปครั้งที่สี่เพราะยังไม่คุ้ม แล้วไปพบหมอกระดุกครั้งแรก ค่าตรวจไม่อยู่ในใบเสร็จฟิตเนส แต่มันก็คือราคาของความพยายามทำให้ใบเสร็จนั้นคุ้ม

ส่วนป้าพอเดินรอบสวนสาธารณะหน้าหมู่บ้านทุกเช้า ไม่มีบัตรสมาชิก ไม่มีใบเสร็จ และไม่เคยมีใครต้องจูงเธอไป

คนที่จะไปฟิตเนส

คำถามที่ไบเสรีจฟิตเนสถามคือ จะใช้ยังไงให้คุ้ม คำถามที่ข้อมูลของคนเจ็ดพันกว่าคน ชวนให้ถามก่อนจ่ายคือ จ่ายให้คนไหน คนที่มีอยู่จริงในเดือนนี้ หรือคนที่หวังว่าเดือนหน้าจะเป็น

สมาชิกรายเดือนของหลานโปรต่ออายุเองทุกเดือน ตัวเขาในเดือนหน้าก็ต่ออายุเองทุกเดือนเหมือนกัน

7. รีเซตวันจันทร์

ไบเสรีจ · แพ็กเกจ AI รายเดือน · โควตารีเซตทุกวันจันทร์ 00.00 น.

ใช้ไปแล้วสัปดาห์นี้: 40%

คืนวันอาทิตย์ 21.00 น.: อีกสามชั่วโมง ของที่เหลือจะหายไป

ตัวเลขในฉาสนี้แต่งขึ้น โควตาที่เหลือตอนเที่ยงคืนไม่ได้เสียของ ของที่เสียคืองานที่ยัดเข้าไปให้มันหมด

คืนวันอาทิตย์ หลานโปรนั่งหน้าคอมพิวเตอร์ งานจริงทั้งสัปดาห์ใช้โควตาไปสี่สิบเปอร์เซ็นต์ อีกหกสิบเปอร์เซ็นต์จะหายไปตอนเที่ยงคืน เขาเริ่มจากให้ AI สรุปบทความสามสิบชิ้นที่จะไม่ได้อ่าน ต่อด้วยออกแบบโลโก้ห้าสิบแบบให้ร้านที่ยังไม่ได้เปิด และปิดท้ายด้วยกลอนแปดบท สรรเสริญแมวของเขา

หลานโปรไม่ได้เลี้ยงแมว

สัปดาห์สุดท้ายของปีงบประมาณ

หน่วยงานรัฐทำแบบเดียวกันมานานกว่าแพ็กเกจ AI ปี 2017 นักเศรษฐศาสตร์ Liebman กับ Mahoney ตีพิมพ์ใน American Economic Review ว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างของรัฐบาลกลางสหรัฐฯ ช่วงปี 2004 ถึง 2009 รวม 14.6 ล้านรายการ ถ้าการใช้เงินกระจายเท่ากันทั้งปี แต่ละสัปดาห์ควรมีราว 1.9 เปอร์เซ็นต์ ของจริงคือสัปดาห์สุดท้ายของปีงบประมาณมี 8.7 เปอร์เซ็นต์ ราว 4.9 เท่าของค่าเฉลี่ยสัปดาห์อื่น

แล้วพวกเขาก็ถามคำถามที่สำคัญกว่าว่าของที่ซื้อในสัปดาห์นั้นเป็นอย่างไร โครงการไอทีขนาดใหญ่ 686 โครงการมีคะแนนคุณภาพ ที่รวมการประเมินของผู้บริหารไอทีของหน่วยงานกับข้อมูลต้นทุนและความตรงเวลา เงินที่ใช้ในสัปดาห์สุดท้าย ตกอยู่ในสองกลุ่มคะแนนต่ำสุดถึง 48.7 เปอร์เซ็นต์ เทียบกับ 8.6 เปอร์เซ็นต์ของเงินที่ใช้ในช่วงอื่นของปี

มีหน่วยงานหนึ่งที่ได้รับอนุญาตให้ยกเงินไอทีที่เหลือไปใช้ปีถัดไปได้ คือกระทรวงยุติธรรม ที่นั่นเงินไอทีที่ใช้ในสัปดาห์สุดท้ายมีแค่ 3.4 เปอร์เซ็นต์ เทียบกับ 9.3 เปอร์เซ็นต์ของเงินส่วนอื่นของกระทรวงเดียวกัน เมื่อเงินที่เหลือไม่หายไปตอนสิ้นปี การเร่งใช้ช่วงสิ้นปีก็ลดลงมาก ผู้เขียนเตือนไว้เองว่าหลักฐานเรื่องคุณภาพของกระทรวงนี้มาจากสัญญาจำนวนน้อย

ฝั่งไทย

ปีงบประมาณของไทยจบวันที่ 30 กันยายน วันที่ 19 สิงหาคม 2026 กรมบัญชีกลางมีหนังสือด่วนที่สุดถึงส่วนราชการ ให้เร่งจัดซื้อจัดจ้าง ตรวจรับ และเบิกจ่ายให้ทันวันนั้น รวมทั้งเร่งเบิกเงินที่กักไว้จากปีก่อน "เพื่อป้องกันไม่ให้งบประมาณดังกล่าวถูกพับไป" ถึงสิ้นเดือนสิงหาคม ซึ่งเหลือเวลาอีกหนึ่งเดือน งบลงทุนทั้งปียังเบิกไปไม่ถึงสองในสาม

ต้นปีเดียวกัน ข้อเสนอนโยบายของสถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทยเรียกการใช้จ่ายที่ไม่คุ้มค่าช่วงใกล้สิ้นปีงบประมาณว่า **งบล้างท่อ** และเสนอให้ลดแรงจูงใจในการใช้มัน ส่วนการเร่งใช้ในสัปดาห์สุดท้ายของไทยใหญ่แค่ไหน ยังไม่พบใครนับเป็นรายสัปดาห์แบบงานของสหรัฐอเมริกา

ของที่ไม่ได้เสีย

กติกาเดียวกันอยู่ในเน็ตมือถือที่หมดอายุสิ้นเดือน วันลาพักร้อนที่ไม่สะสม คู่งที่มีวันหมดอายุ และโควตาที่รีเซตทุกสัปดาห์ ทุกอันพูดประโยคเดียวกัน ใช้ หรือเสีย

ประโยคนั้นจริงครั้งเดียว ของที่เหลือตอนเที่ยงคืนจะหายไปจริง แต่มันไม่ใช่ของเสีย มันคือส่วนที่จ่ายไว้เพื่อวันที่ต้องใช้ แล้ววันนั้นยังไม่มา งานเรื่องแพ็กเกจอินเทอร์เน็ต

ในบทที่ 5 เรียกเหตุผลนี้ว่าประกันภัย คนยอมจ่ายเผื่อเพื่อไม่ต้องกังวลในวันที่ใช้หนี้ ส่วนที่ไม่ได้ใช้คือราคาของการไม่ต้องกังวล และราคารันจ่ายไปแล้วตั้งแต่ต้นเดือน

ของเสียจริงในคืนวันอาทิตย์มีสามอย่าง สามชั่วโมงของหลานโปร ความสนใจที่ควรไปอยู่กับอย่างอื่น และกลอนแปดบทที่ไม่มีใครอ่าน ข้อมูลของรัฐบาลสหรัฐฯ บอกเพิ่มอีกอย่าง ของที่ซื้อในสัปดาห์สุดท้ายเพื่อให้งบหมด มีคุณภาพต่ำกว่าของที่ซื้อในช่วงอื่น ของป๊อปปูล่าร์ชัดเจน ความเห็นของเล่มนี้คือ กลอนแปดบทก็น่าจะอยู่ในกลุ่มคะแนนต่ำสุดเหมือนกัน

เข้าวันจันทร์ โควตากลับมาเต็มเหมือนทุกสัปดาห์ ของที่เมื่อคืนทิ้งไว้ให้มีอย่างเดียว คือกลอนแปดบทถึงแมวที่ไม่มีตัวตน

8 • งานวิจัยที่ตกใจ

ไบเรจ • บุปเฟ่พิชซ่ามือกกลางวัน • ร้านอาหารอิตาเลียนร้านหนึ่งในสหรัฐฯ • สองสัปดาห์

คูปองที่แจก: 4 ดอลลาร์ หรือ 8 ดอลลาร์

ผู้เข้าร่วม: 139 คน • งานวิจัยที่ได้: 4 ชิ้น

ไบเรจไบ่นี้ไม่ได้แต่ง ข้อมูลมือกกลางวันสองสัปดาห์จากร้านพิชซ่าร้านเดียว ถูกตัดออกมาเป็นงานวิจัยสี่ชิ้น และคนนอกที่มาตรวจนับจุดที่ตัวเลขไม่ลงรอยกันได้ราวหนึ่งร้อยห้าสิบจุด

ตัวเลขที่เหมาะสมไป

มีตัวเลขหนึ่งที่เหมาะกับบทแรกของเล่มนี้ที่สุด ปี 2011 วารสาร Review of Economics and Statistics ตีพิมพ์การทดลองในร้านพิชซ่าบุฟเฟ่ต์ ลูกค้าที่ได้ส่วนลดครึ่งราคา กินพิชซ่าน้อยกว่าลูกค้าที่จ่ายเต็มราคา 27.9 เปอร์เซ็นต์ เฉลี่ย 2.95 ชิ้นต่อ 4.09 ชิ้น ผู้เขียนเสนอว่าคำอธิบายหนึ่งที่เป็นไปได้ คือคนในร้านราคาเหมือนกันในปริมาณที่ทำให้รู้สึกคุ้มเงิน

ตัวเลขนี้เหมาะสมเกินไป จนต้องตรวจก่อนจะใช้ และผลการตรวจคือเหตุผลที่มันมาอยู่ในบทนี้ แทนที่จะอยู่ในบทที่ 1

ห้องแล็บที่ศึกษาเรื่องกิน

ผู้เขียนคนที่สองของงานนั้นคือ Brian Wansink หัวหน้าห้องแล็บด้านอาหารและแบรนด์ของมหาวิทยาลัยคอร์เนลล์ ห้องแล็บที่ผลิตงานเรื่องพฤติกรรมการกินออกมาจำนวนมาก ปลายปี 2016 เขาเขียนบล็อกขมนักศึกษาฝึกงานคนหนึ่ง ที่รับชุดข้อมูลจากการทดลองบุฟเฟ่ต์ร้านอิตาลีเลียน ซึ่งเขาเรียกเองว่าการศึกษาที่ล้มเหลว ไม่พบผลอะไร ไปวิเคราะห์ใหม่ซ้ำแล้วซ้ำเล่า จนได้งานวิจัยออกมาสี่ชิ้น นักวิจัยคนอื่นอ่านบล็อกนั้นแล้วเริ่มตรวจตัวเลขในงานสี่ชิ้นนั้น

ปี 2017 นักวิจัยสามคน van der Zee, Anaya และ Brown ตีพิมพ์ผลการตรวจงานสี่ชิ้นของห้องแล็บนั้น ทั้งสี่ชิ้นว่าด้วยบุฟเฟ่ต์พิซซาราคา 4 กับ 8 ดอลลาร์ และดูเหมือนจะมาจากการทดลองครั้งเดียวกันในร้านอิตาลีเลียนร้านเดียว สองสัปดาห์ ช่วงมือกลางวัน คนเข้าร่วม 139 คน สิ่งที่เราพบคือจำนวนผู้เข้าร่วมไม่ตรงกันทั้งภายในบทความเดียวกันและข้ามบทความ ค่าสถิติบางค่าชี้ว่ามีคนมากกว่าที่มีอยู่จริง ซึ่งเป็นไปไม่ได้ รวมแล้วราวหนึ่งร้อยห้าสิบจุด และพวกเขาขอข้อมูลจากผู้เขียนไม่ได้

ข้อบทความตรวจสอบของพวกเขาแปลได้ว่า อาหารแสนอร่อยกลางอกทางสถิติ

งานที่ถูกเก็บคืน

ในสี่ชิ้นนั้น ชิ้นที่ห้าด้วยความเสียหายหลังกินบุฟเฟ่ต์ราคาถูก ถูกวารสารถอนเมื่อวันที่ 15 กันยายน 2017 เพราะข้อกังวลเรื่องการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้เขียนไม่เห็นด้วยกับการถอน อีกสามชิ้นถูกแก้ไขในปีเดียวกัน

วันที่ 20 กันยายน 2018 มหาวิทยาลัยคอร์เนลล์แถลงว่าคณะกรรมการพบว่าหัวหน้าห้องแล็บประพฤติผิดทางวิชาการ ทั้งรายงานข้อมูลผิด ใช้เทคนิคทางสถิติที่มีปัญหา ไม่บันทึกและไม่เก็บรักษาผลวิจัย และใส่ชื่อผู้เขียนอย่างไม่เหมาะสม เขาลาออกและเกษียณ ถึงปี 2022 ฐานข้อมูลของ Retraction Watch นับงานของเขาที่ถูกถอนได้ 18 ชิ้น

ส่วนที่ยังยืน

งานปี 2011 ที่มีตัวเลข 27.9 เปอร์เซ็นต์ไม่ได้อยู่ในสี่ชิ้นที่ถูกตรวจ และถึงวันที่เขียนเล่มนี้ ทะเบียนที่ตรวจยังไม่มีการประกาศออกหรือแก้ไข มันยืนอยู่ แต่ยืนอยู่คนเดียว มาจากห้องแล็บเดียวกัน เล่มนี้ค้นแล้วไม่พบใครทำซ้ำ และบอกไม่ได้ว่ามันมาจากการทดลองเดียวกับอีกสี่ชิ้นหรือไม่

เล่มนี้จึงเล่ามันได้ในฐานะเรื่องที่ควรรู้ แต่ไม่ให้มันแบกน้ำหนักของเล่ม เสาที่แบกจริงอยู่ที่อื่น กลุ่มตัวอย่าง 36 กลุ่มกับคนหกพันคนในบทที่ 2 งานรวมผลรวรร้อยค่าในบทเดียวกัน และนักศึกษาที่เติมพันด้วยเงินจริงในบทที่ 4 ไม่มีชิ้นไหนในนั้นมาจากร้านพิซซา

ข้อมูลที่ถูกใช้ให้คุ้ม

ความเห็นของเล่มนี้คือ เรื่องนี้ไม่ใช่เรื่องนอกเล่ม มันคือเรื่องเดียวกับบุฟเฟต์ ชุดข้อมูลหนึ่งชุดเหมือนการจ่ายค่าเช่าหนึ่งครั้ง ทุกการวิเคราะห์ที่ตามมาดูเหมือนได้มาฟรี และเมื่อการทดลองไม่ได้ผลตามที่หวัง แรงที่บอกว่าเก็บข้อมูลมาแล้ว ต้องได้อะไรออกมาสักอย่าง ก็คือแรงเดียวกับที่ตักหมูเถาะที่สามสิบ

นักวิทยาศาสตร์เรียกการวิเคราะห์ซ้ำไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะเจอผลว่า **p-hacking** และมีเครื่องมือกันมันไว้แล้ว คือการลงทะเบียนแผนวิเคราะห์ไว้ล่วงหน้าก่อนเห็นข้อมูล ซึ่งเป็นสิ่งที่งานทำซ้ำหลายชิ้นในเล่มนี้ทำ กล่าวอีกแบบหนึ่ง วงการวิทยาศาสตร์เองก็ต้องตั้งกฎหยุดตักไว้ก่อนเดินเข้าไลน์บุฟเฟต์

พิซซามี้ออกกลางวันสองสัปดาห์ ถูกนำไปเลี้ยงงานวิจัยสี่ชิ้น และถูกเก็บจานคืนไปแล้วหนึ่ง

9 . ไม่ได้หิว แะยังไม่เบื่อ

ใบเสร็จ · บุฟเฟต์โรงแรม · อาหาร 60 อย่าง · 1,290.00

จุดที่ลุงเก็บอิม: หลังข้าวผัด · หลังซูชิ · หลังดื่มชา

จุดที่ลุงเก็บลูกไปตักต่อ: ไลน์ของหวาน

ตัวเลขในฉาสนี้เพิ่มขึ้น บุฟเฟต์ไม่ได้ทำให้คุณหิวขึ้น มันทำให้คุณยังไม่เบื่อ ความอยากไม่ได้หมดพร้อมกันทุกอย่าง มันหมดทีละรส

ลองเก็บอ้อมสามรอบในมือเดียว รอบแรกหลังข้าวผัด รอบที่สองหลังซูชิ รอบที่สามหลังต้มยำ ทุกรอบหายไปเองทันทีที่เห็นถาดถัดไป

อ้อมทีละรส

ปี 1981 ทีมของ Barbara Rolls ให้อาสาสมัครกินแซนด์วิชสี่งาน ครั้งหนึ่งไส้เดียวกัน ทั้งสี่งาน อีกครั้งเปลี่ยนไส้ทุกงาน ไข่ มะเขือเทศ ชีส แฮม เมื่อไส้เปลี่ยน คนกินมากขึ้น และเมื่อไส้เหมือนเดิม ปริมาณที่กินลดลงเร็วกว่าในงานหลัง ๆ ทีมเดียวกันลองกับโยเกิร์ตอีกสองครั้ง ครั้งที่ใช้เฮเซลนัต แบล็กเคอร์แรนต์ และสับ คนกินมากขึ้น ครั้งที่ใช้เชอร์รี่ ราสป์เบอร์รี่ และสตอร์ว์เบอร์รี่ ซึ่งต่างกันแค่รส ไม่พบความต่างชัด

นักวิจัยเรียกกลไกนี้ว่า **sensory-specific satiety** ความอึดต่ออาหารอย่างหนึ่ง ไม่ได้ทำให้อาหารอย่างอื่นน่ากินน้อยลงเท่ากัน ร่างกายเบื่อของที่เพิ่งกิน แต่ยังไม่เบื่อของที่ยังไม่ได้กิน

ปี 2021 งานรวมผลวิจัย 30 ชิ้นพบว่าความหลากหลายในมือทำให้คนกินมากขึ้นจริง ขนาดของผลอยู่ระดับเล็กถึงกลาง ผู้เขียนบอกไว้เองด้วยว่างานส่วนใหญ่ที่รวมมา มีความเสี่ยงต่ออคติสูง และผลกว้างมากระหว่างงาน

บุฟเฟต์โรงแรมหรูอย่าง คือหกลีบประตูที่ความอึดยังไม่เคยเดินผ่าน และใบเสร็จ 1,290 บาทยื่นเฝ้าอยู่ทุกประตู

ยีสึบนาที่ที่ไม่มีใครวัด

คำแนะนำหนึ่งที่วนอยู่รอบเรื่องนี้ บอกว่าสมองต้องใช้ยีสึบนาที่กว่าจะรู้ว่าอึด ให้กินช้า ๆ แล้วรอ

ครั้งหนึ่งของคำแนะนำนี้มีหลักฐาน งานรวมผล 22 การทดลองในปี 2014 พบว่าเมื่อคนกินช้าลง คนกินน้อยลงจริง แม้งานเดียวกันจะไม่พบว่าความหิวต่างกัน ทั้งตอนจบมือและนานถึงสามชั่วโมงครึ่งหลังจากนั้น อีกครั้งคือเลขยีสึบนาที่ ยังไม่พบบางานวัดที่

เป็นต้นทางของมัน แหล่งที่ชัดที่สุดที่พบคือโฆษณาของสมาคมแพทย์ทางเดินอาหาร
สหรัฐฯ ให้สัมภาษณ์สื่อในปี 2023 โดยไม่อ้างงานวิจัย

สิ่งที่เย็น คือกินช้าแล้วกินน้อยลง สิ่งที่ไม่เย็น คือมีนาฬิกาที่ยับนาฬิกาในสมอง

สิ่งมีชีวิตที่พอ

ปี 1956 Herbert Simon นักวิทยาศาสตร์ผู้ศึกษาการตัดสินใจ เขียนบทความว่าด้วยการเลือกในโลกที่ข้อมูลไม่เคยครบ และใช้คำว่า **satisfice** ในความหมายที่เขาวางไว้คือการเลือกสิ่งที่ดีพอตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ แทนการไล่หาสิ่งที่ดีที่สุด เขาเขียนว่าสิ่งมีชีวิตปรับตัว "well enough to 'satisfice'; they do not, in general, 'optimize'"

ตัวอย่างในบทความของเขาคือสิ่งมีชีวิตสมมติที่ยากได้อย่างเดียวคืออาหาร มันแค่ต้องกินให้ถึงระดับที่พอ Simon เขียนว่า "additional food is of no use to it" อาหารที่เกินจากนั้นไม่มีประโยชน์อะไรกับมัน และเมื่อได้ครบแล้ว มันก็หยุดกิน

ลุงเก็บ: ป้าไม่ไปตักของหวานเธอ ยังไม่ครบไลน์เลย

ป้าพอ: ป้ากินครบแล้ว

ลุงเก็บ: ครบอะไร ป้ากินไปสามอย่างเอง

ป้าพอ: ครบสามอย่างที่ป้าชอบ

ความเห็นของเล่มนี้คือ ป้าพอไม่ได้กินน้อยเพราะมีวินัย เธอตั้งเกณฑ์ไว้ก่อนเดินเข้าไลน์ และเกณฑ์ของเธอเน้นจากของที่ชอบ ไม่ได้เน้นจากจำนวนภาชนะที่มีให้ตัก

สิ่งมีชีวิตในแบบจำลองของ Simon พออิ่มแล้วก็หยุด มันไม่ได้มีวินัยมากกว่าลุงเก็บ มันแค่ไม่มีใบเสร็จ

10 · ของหวานที่ทำให้มือแย่ง

ใบเสร็จ · ความทรงจำของมือเมื่อวาน

สิ่งที่จำได้: ซูชิคำแรก · ห้องอัดตอนขับรถกลับ

สิ่งที่จำไม่ได้: กินไปทั้งหมดก็งาน

**ความทรงจำไม่ได้นับงาน มันจำคำที่ดีที่สุดกับคำสุดท้าย และงานที่ยัดเพื่อให้คุ้ม
มักไปอยู่ตรงคำสุดท้ายพอดี**

ไบเสร็จในหัวนับเป็นถาด เป็นนาฬิกา เป็นครั้ง แต่สิ่งที่คุณจะพกกกลับบ้านจากมือหนึ่ง
หริบหนึ่ง หรือคอนเสิร์ตหนึ่งรอบ ไม่ใช่ย่อตรวม มันคือความทรงจำ และความทรงจำ
ใช้วิธีนับคนละแบบ

มือข้างที่ทนนานกว่า

ปี 1993 Daniel Kahneman กับทิม ให้นักศึกษาชาย 32 คนแข่งมือในน้ำเย็นราว 14
องศาสองรอบ รอบหนึ่งแข่ง 60 วินาที อีกรอบแข่ง 60 วินาทีเท่ากัน แล้วแข่งต่ออีก 30
วินาทีในขณะที่น้ำค่อย ๆ อุ่นขึ้นราวหนึ่งองศา ยังเย็นจนเจ็บอยู่ แต่เจ็บน้อยลงนิดหนึ่ง

รอบที่สองมีทุกอย่างที่รอบแรกมี บวกความเจ็บเพิ่มอีกครั้งนาฬิกา ถ้าความทรงจำนับ
แบบไบเสร็จ ไม่ควรมีใครเลือกรอบนั้น แต่เมื่อถามว่าจะยอมทำรอบไหนซ้ำ 22 จาก
32 คน หรือ 69 คนในร้อย เลือกรอบที่ยาวกว่า ความยาวแทบไม่ถูกนับ ส่วนที่ถูกนับ
คือตอนจบที่เจ็บน้อยลง

ปี 2003 Kahneman กับทิมอีกชุดทดลองกับผู้ป่วยที่ส่องกล้องลำไส้ใหญ่จริง 682 คน
ครึ่งหนึ่งถูกสุ่มให้ส่องนานขึ้นอีกช่วงสั้น ๆ ตอนท้าย ในช่วงที่เจ็บน้อยกว่า กลุ่มนั้นให้
คะแนนประสบการณ์ทั้งหมดว่าแย่น้อยกว่า และกลับมาส่องซ้ำในปีต่อ ๆ มามากกว่า
เล็กน้อย ผลไม่ใหญ่ แต่ทึชัด

งานรวมผล และส่วนที่ต้องบอกไว้

ปี 2022 งานรวมผล 174 คำพบว่าส่วนที่ดีที่สุดกับตอนจบ ทำนายว่าคนจะจำ
ประสบการณ์หนึ่งว่าดีหรือแยได้ค่อนข้างแรง แต่ต้องบอกให้ครบ ค่าเฉลี่ยของทุกช่วง
ทำนายได้ดีพอ ๆ กัน จุดสูงสุดกับตอนจบจึงไม่ได้ชนะทุกอย่าง ส่วนที่ชัดที่สุดในงาน
นั้นคือเรื่องความยาว ผลของความยาวต่อความทรงจำแทบเป็นศูนย์ นักวิจัยเรียกมัน
ว่า **duration neglect**

ใบเสร็จในหัวนับความยาว ความทรงจำแทบไม่นับมันเลย

หมากฝรั่งที่ทำให้ช็อกโกแลตเยล่ง

ปี 2008 อีกทีมหนึ่งทดลองเรื่องที่ใกล้เคียงที่สุด คือนวันฮาโลวีน เด็กที่มาเคาะประตู ขอนนม 28 คน ได้ช็อกโกแลตแท่งใหญ่หนึ่งแท่ง หรือช็อกโกแลตแท่งเดียวกันแล้วตาม ด้วยหมากฝรั่งหนึ่งชิ้น เด็กกลุ่มที่ได้ของแถมให้คะแนนความพอใจต่ำกว่า เฉลี่ย 5.91 เทียบกับ 7.00 ของกลุ่มที่ได้ช็อกโกแลตอย่างเดียว ทีมเดียวกันทดลองกับผู้บริจาคให้ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง 100 คนด้วยวิธีดีฟริ คนที่ได้วิธีชิ้นดีหนึ่งแผ่น พอใจมากกว่า คนที่ได้แผ่นเดียวกันแล้วตามด้วยแผ่นที่ด้อยกว่า เฉลี่ย 5.21 เทียบกับ 4.14 ทั้งที่กลุ่ม หลังได้ของมากกว่า

กลุ่มตัวอย่างเล็ก ห้องแล็บเดียว และยังไม่พบการทำซ้ำ แต่ทิศของมันตรงกับงานน้ำ เย็น ของที่ด้อยกว่าซึ่งต่อท้ายของดี ไม่ได้บวกเพิ่ม มันลាក់ค่าเฉลี่ยลง

ถาดที่ยี่สิบเก้ากับสามสิบของลุงเก็บคือหมากฝรั่งชิ้นนั้น หมูไม่ได้เยล่ง แต่มันถูกกินในช่วงที่ไม่อยากกินแล้ว และมันกลายเป็นตอนจบของมือ

สองคนกับมือเดียวกัน

หลานโพรเพ็งกลับจากญี่ปุ่น หกวันเจ็ดเมือง เพราะตัวเครื่องบินแพง ต้องไปให้คุ้ม เขา จำขานชาลารถไฟได้ห้าแห่ง บ้าพอไปเที่ยวญี่ปุ่นปีก่อน สี่วันเมืองเดียว เธอจำบายวันหนึ่งที่นั่งแช่ออนเซ็นจนฝนหยุดได้ทุกนาที

ความเห็นของเล่มนี้คือ ใบเสร็จจั่วว่าได้อะไรมาบ้าง ความทรงจำจั่วว่าเหลืออะไรติดตัวกลับมา และสองอย่างนี้ไม่ได้เป็นเส้นเดียวกัน

เย็นวันนั้นที่บุฟเฟต์โรงแรม บ้าพอจบมือด้วยอย่างสุดท้ายในสามอย่างที่เธอชอบ ลุงเก็บจบด้วยยาลดกรดสองเม็ด สองคนนั่งโต๊ะเดียวกัน จ่ายเท่ากัน และจะจำมือนี้ได้ไม่เหมือนกันไปอีกนาน

11 · นักท่องเที่ยวในเมืองตัวเอง

ใบเสร็จ · บัตรเข้าชมพระบรมมหาราชวังและวัดพระศรีรัตนศาสดาราม

ชาวต่างชาติ: 500 บาท · คนไทย: ไม่เสียค่าใช้จ่าย

ลุงเก็บ อยู่กรุงเทพฯ มาสี่สิบปี: ยังไม่เคยไป

ราคาบัตรเป็นของจริง ลุงเก็บแต่งขึ้น แรงเดียวกับที่ทำให้คนยัดงานใส่โควตา ก่อนเที่ยงคืนวันอาทิตย์ คือแรงที่พานักท่องเที่ยวไปดูสิ่งที่คนในเมืองไม่เคยไปดู ปัญหาไม่เคยอยู่ที่แรง มันอยู่ที่แรงนั้นถูกนำไปทำอะไร

ถึงตรงนี้ เล่มนี้เล่าแต่ส่วนที่นิสัยใช้ให้คุ้มกินเรา บทนี้เล่าส่วนที่มันให้

คนในเมืองไปที่หลังเสมอ

ปี 2010 นักวิจัยสองคน Shu กับ Gneezy ถามนักท่องเที่ยวกับคนในเมืองว่าไปสถานที่สำคัญของเมืองมาแล้วกี่แห่ง นักท่องเที่ยวที่อยู่สองสัปดาห์ไปมาแล้วเฉลี่ย 4.4 แห่ง คนที่อยู่ในเมืองนั้นมาไม่ถึงปีไปมา 3.1 แห่ง และคนที่อยู่มาสี่สิบปีขึ้นไป ไปมาเฉลี่ยราวห้าแห่ง น้อยกว่านักท่องเที่ยวที่อยู่สามสัปดาห์ ซึ่งไปมา 5.5 แห่ง หกในสิบของครั้งที่คนในเมืองไปเยือนสถานที่เหล่านั้น เกิดขึ้นตอนพาแขกต่างเมืองไป

แล้วพวกเขาก็ถามคนที่ย้ายออกจากชิคาโกไปแล้ว ว่าไปสถานที่สำคัญของเมืองเมื่อไร จากการไปเยือน 219 ครั้ง 40 เปอร์เซ็นต์เกิดในหกเดือนสุดท้ายก่อนย้าย และ 18 เปอร์เซ็นต์เกิดในสองสัปดาห์สุดท้าย คนเหล่านี้ไม่ได้เลื่อนเพราะไม่ชอบ เมื่อถามว่าสนุกไหม คะแนนเฉลี่ยคือ 6.02 จาก 7

สิ่งที่ทำให้นักท่องเที่ยวไปดูมากกว่าคนในเมือง ไม่ใช่ความสนใจที่มากกว่า มันคือวันกลับที่ตายตัว คนในเมืองมีเวลาไม่จำกัด และเวลาที่ไม่มีวันไหนเป็นวันที่ต้องไป

บัตรที่หมดอายุเร็วถูกใช้มากกว่า

ทีมเดียวกันทดลองกับนักศึกษา 64 คน แจกบัตรกำนัลร้านขนมฝรั่งเศส ใช้แลกเค้กหนึ่งชิ้นกับเครื่องดื่มหนึ่งแก้ว ครึ่งหนึ่งได้บัตรที่หมดอายุในสามสัปดาห์ อีกครึ่งได้บัตร

ที่หมดอายุในสองเดือน บัตรสามสัปดาห์ถูกใช้ 10 จาก 32 ใบ หรือ 31 เปอร์เซ็นต์ บัตรสองเดือนถูกใช้ 2 จาก 32 ใบ หรือ 6 เปอร์เซ็นต์

ก่อนแจกจริง อีกกลุ่มหนึ่งถูกถามให้ทำนาย และทำนายกลับข้าง ว่าบัตรที่มีเวลานานกว่าจะถูกใช้มากกว่า เพราะมีเวลาหาจังหวะ คนที่ไม่ได้ใช้บัตรรายงานว่าเสียตาย ในการทดลองอีกชุดด้วยบัตรดูหนึ่ง บัตรที่หมดอายุในสองสัปดาห์ถูกใช้ 49 เปอร์เซ็นต์ บัตรหกสัปดาห์ถูกใช้ 35 เปอร์เซ็นต์

แรงที่ยังไม่ได้เล็ง

แรงที่ทำงานในบทที่ 7 กับแรงในบทนี้คือแรงเดียวกัน เส้นตายทำให้คนลงมือ หน่วยงานรัฐในสหรัฐฯ ใช้แรงนี้ซื้อโครงการไอทีที่ได้คะแนนคุณภาพต่ำกว่าช่วงอื่นของปี นักศึกษาใช้แรงเดียวกันไปกินเค้กที่ตัวเองชอบ คนที่กำลังจะย้ายเมืองใช้มันไปดูสิ่งที่อยากดูมาตลอด และหลานโปรใช้มันแต่งกลอนให้แมวที่ไม่มีตัวตน

ความเห็นของเล่มนี้คือ แรงอยากใช้ก่อนหมดเวลาควรเก็บไว้ และมันไม่ต้องมีใบเสร็จก็ทำงาน บัตรเค็กในการทดลองนั้นแจกฟรี แรงนี้ไม่ใช่ความผิดปกติ มันคือเครื่องยนต์ที่ทำให้สิ่งที่เลื่อนมาทั้งชีวิตได้เกิดขึ้น สิ่งที่มีขนาดคือเป้า และเป้าต้องตั้งก่อนเส้นตายจะมาถึง ไม่ใช่สามชั่วโมงก่อนเที่ยงคืน เพราะสามชั่วโมงก่อนเที่ยงคืน ของที่อยู่ใกล้มือที่สุดมักเป็นกลอนเรื่องแมว

ถ้าถึงเส้นตายแล้วยังไม่มีเป้าที่ควรเล็ง บทที่ 7 ตอบไว้แล้ว ของที่เหลือคือค่าประกันที่จ่ายไปแล้ว ปลอ่ยให้มันหมดอายุไปได้ กระแสที่มันไม่ต้องรีบใช้เงินให้หมด ก็เร่งใช้ช่วงสิ้นปีน้อยลงเอง

วันกลับของลุงเก็บ

ป้าพอ: ไปวัดพระแก้วกันไหม

ลุงเก็บ: ไปทำไม ฟรี ไปเมื่อไรก็ได้

ป้าพอ: นั่นแหละ สี่สิบปีแล้ว

ลุงเก็บ: ...

ป่าพอ: ทำเหมือนเราจะย้ายบ้านเดือนหน้า

วัดพระแก้วไม่เคยมีวันหมดอายุสำหรับลุงเก็บ และในข้อมูลของ Shu กับ Gneezy ของที่ไม่มีวันหมดอายุ คือของที่ถูกลื้อ

วันอาทิตย์ถัดมา ลุงเก็บยืนอยู่หน้าพระอุโบสถครั้งแรกในชีวิต เขากลับบ้านมือเปล่า ไม่มีใบเสร็จให้เก็บใส่กล่อง และเป็นครั้งแรกในรอบหลายปี ที่เขากลับจากที่ไหนสักแห่งแล้วจำได้ว่าสวย ไม่ใช่จำได้ว่าคุ้ม

12. ใบเสร็จที่ยาวขึ้นทุกคืน

ใบเสร็จ · คืนวันจันทร์ เสีย 2,000 · คืนวันอังคาร เสีย 3,500 · คืนวันพุธ เสีย 6,000

ยอดที่ต้องได้คืนเพื่อให้บัญชีกลับไปศูนย์: 11,500 บาท

ยอดที่วางคืนวันพฤหัสบดี: 11,500 บาท

ตัวเลขในใบเสร็จนี้เพิ่มขึ้น **บัญชีที่ต้องปิดให้เท่าทุนทำงานแบบเดียวกันทุกที่** ที่บุฟเฟต์มันเอาทองไปจ่าย ที่โต๊ะพนันมันเอาเงินก้อนถัดไปไปจ่าย

ที่บุฟเฟต์ บัญชีมีเพดาน ห้องคนมีที่จำกัด ถัดที่สามสิบเอ็ดจะไม่มีวันมาถึง ที่โต๊ะพนันไม่มีเพดานแบบนั้น ทุกคืนที่เสียเพิ่ม ยอดที่ต้องเอาคืนก็ยาวขึ้น และเงินก้อนถัดไปก็ต้องใหญ่ขึ้นตาม

ศูนย์ที่ดึงดูด

บทที่ 4 เล่าการทดลองของ Thaler กับ Johnson ไว้แล้ว หลังเสียเงิน เดิมพันที่พากลับไปที่ศูนย์ได้ถูกรับ 69 คนในร้อย เดิมพันเดียวกันที่พาไปไม่ถึงศูนย์ถูกรับ 40 คนในร้อย สิ่งดึงดูดคนเข้าโต๊ะไม่ใช่โอกาสได้เงิน มันคือโอกาสได้กลับไปศูนย์

ปี 2008 ทีมวิจัยที่มหาวิทยาลัยออกซ์ฟอร์ดให้อาสาสมัคร 23 คน ซึ่งผลัดกรอบบอกว่าไม่มีปัญหาการพนันเลย เล่นเกมในเครื่องสแกนสมอง ทุกรอบพวกเขาเสียเงินสมมติไปก้อนหนึ่ง แล้วเลือกได้ว่าจะยอมรับการเสีย หรือเล่นต่อเพื่อเอาคืน โดยเสี่ยงเสียเป็น

สองเท่า ผู้ที่ได้คะแนนสูงสุดได้รางวัลเงินจริง 70 ปอนด์ ในเกมนี้ รางวัลของการเล่นต่อคือได้เงินที่เพิ่งเสียคืน ไม่มากกว่านั้น และอาสาสมัครเลือกเล่นต่อเพื่อเอาคืน 73 เปอร์เซ็นต์ของการตัดสินใจทั้งหมด

นี่คือคนที่ไม่ได้ติดการพนัน เล่นด้วยเงินที่ไม่มีอยู่จริง แรงดึงไปหาศูนย์ยังแรงขนาดนั้น

เกณฑ์ข้อที่หก

คู่มือจิตเวช DSM-5 วางเกณฑ์ของภาวะที่เรียกว่า **gambling disorder** ไว้เก้าข้อ ข้อที่หกเขียนว่า "After losing money gambling, often returns another day to get even ('chasing' one's losses)" ถอดความได้ว่า หลังเสียเงินจากการพนัน มักกลับไปเล่นอีกวันเพื่อเอาคืน การวินิจฉัยต้องเข้าเกณฑ์ตั้งแต่สี่ข้อขึ้นไปในสิบสองเดือน และต้องทำโดยผู้ที่วินิจฉัยได้

งานทบทวนปี 2020 ของ Zhang กับ Clark เขียนว่า ในงานวิจัย การไล่ตามเงินที่เสียหรือ **loss chasing** ถูกนับเป็นลักษณะเด่นของการพนันที่เป็นปัญหา และมักเป็นข้อที่คนตอบว่าใช่บ่อยที่สุดในแบบคัดกรอง งานที่ทั้งสองอ้างอิงถึงพบว่าข้อนี้ถูกตอบว่าใช่ 60 คนในร้อยในกลุ่มที่เข้าเกณฑ์เพียงข้อเดียว และ 80 คนในร้อยในกลุ่มที่เข้าเกณฑ์สามถึงสี่ข้อ งานทบทวนเดียวกันบอกว่า คำอธิบายฝั่งเศรษฐศาสตร์พฤติกรรมให้ความสำคัญกับ การกลับไปเท่าทุน

ต้องบอกให้ครบ เกณฑ์ใน DSM-5 พูดถึงการกลับไปเล่นอีกวัน ส่วนงานในห้องแล็บส่วนใหญ่ รวมทั้งงานที่ออกซ์ฟอร์ด วัดการไล่ตามภายในรอบเล่นเดียว ทีมของ Clark เขียนข้อนี้ไว้เอง

และยังไม่พบงานที่ทดสอบตรง ๆ ว่าแรงอยากกลับไปเท่าทุนในห้องแล็บ คือสิ่งเดียวกับที่เกิดกับคนที่ติดพนัน สองเรื่องนี้ถูกวางไว้ใกล้กันเพราะกลไกของมันหน้าตาเหมือนกัน ไม่ใช่เพราะมีคนพิสูจน์แล้วว่าเป็นเรื่องเดียวกัน

บัญชีที่ไม่มีเพดาน

ใบเสร็จรูปเฟด 399 บาทยาวเท่าเดิมตลอดมือ ใบเสร็จของโต๊ะพนันยาวขึ้นทุกครั้งที่ยพยายามปิดมัน ทุกตาที่แพ้เพิ่มยอดที่ต้องเอาคืน ยอดที่ต้องเอาคืนเพิ่มขนาดของเดิมพันถัดไป และเดิมพันที่ใหญ่ขึ้นก็เพิ่มยอดที่จะแพ้ในคืนต่อไป

ในเกมที่บ่อนได้เปรียบทุกตา ทุกบาทที่วางในตาถัดไปมีค่าเฉลี่ยติดลบเท่าเดิมเสมอ ไม่ว่าเมื่อคืนจะเสียไปเท่าไร ยอดที่ค้างอยู่ในใบเสร็จไม่ได้เปลี่ยนโอกาสของตาถัดไปเลย มันเปลี่ยนแค่ขนาดของเงินที่คนยอมวาง และยิ่งวางมาก เงินที่คาดว่าจะเสียก็ยิ่งมากตาม

สายด่วนสุขภาพจิต 1323 ของกรมสุขภาพจิต ให้คำปรึกษาฟรีตลอด 24 ชั่วโมงตามหน้าเว็บของกรม รวปี 2013 กรมเคยขยายบริการของเบอร์นี้ในชื่อ สายด่วนเลิกพนัน 1323 ผ่านเครือข่ายโรงพยาบาลและสถาบันของกรม หน้าเว็บของกรมที่เปิดดูในปี 2026 ไม่ได้เอ่ยถึงการพนันโดยตรง แต่เป็นเบอร์เดียวกัน คนที่โทรไม่จำเป็นต้องเป็นคนที่เล่นเอง คนในครอบครัวโทรได้

บัญชีนี้ไม่มีวันปิดได้ด้วยตาถัดไป มันปิดได้ทางเดียว คือยอมให้มันปิดที่ติดลบ และคนที่จะยอมแบบนั้น ไม่จำเป็นต้องยอมคนเดียว

13. รู้แล้วทำไมยังทำ

ใบเสร็จ · คอร์สออนไลน์ เลิกนิสัยใช้ให้คุ้มใน 21 วัน · 1,990.00

เรียนไปแล้ว: 3 จาก 21 บท

เหตุผลที่ลูกเก็บจะเรียนให้จบ: จ่ายไปแล้ว

คอร์สนี้แพงขึ้น การรู้ชื่อของอคติไม่ได้ทำให้มันหยุด มันแค่ทำให้คุณรู้ชื่อของสิ่งที่กำลังทำอยู่

ถ้าความรู้หยุดนิสัยนี้ได้ บทที่ 2 ถึง 12 ก็ควรเพียงพอแล้ว และหนังสือเล่มนี้ก็ควรเป็นเล่มสุดท้ายที่ใครต้องอ่านเรื่องนี้ ข้อมูลบอกว่าไม่ใช่ และบอกด้วยว่าอะไรช่วยได้จริงขนาดไหน

คนอื่นลำเอียง ส่วนเรามองตามจริง

ปี 2002 Pronin กับทีม ถามคนหลายกลุ่ม ตั้งแต่นักศึกษาไปจนถึงผู้โดยสารที่สนามบิน ว่าตัวเองกับคนอื่นตกอยู่ใต้อคติแต่ละแบบมากแค่ไหน โดยเฉลี่ย คนให้คะแนนตัวเองว่าลำเอียงน้อยกว่าคนอื่น ในการทดลองหนึ่ง คนที่ประเมินตัวเองว่าดีกว่าค่าเฉลี่ย ซึ่งเป็นอคติแบบหนึ่ง ได้อ่านคำอธิบายว่าอคตินั้นอาจกระทบการประเมินของเขาอย่างไร แล้วก็ยืนยันว่าการประเมินของตัวเองแม่นยำและเป็นกลาง

นักวิจัยเรียกมันว่า **bias blind spot** เราเห็นอคติในคนอื่นชัด และเห็นในตัวเองเบลอ งานรวมผลเรื่องต้นทุนจมในบทที่ 3 ก็ชี้ไปทางเดียวกัน ความคุ้นเคยกับเศรษฐศาสตร์ไม่ได้ลดผลนี้

สิ่งที่ช่วยได้จริง และขนาดของมัน

ปี 2015 Morewedge กับทีม ให้อาสาสมัครราวห้าร้อยคนฝึกหนึ่งครั้ง ด้วยเกมคอมพิวเตอร์ที่ให้ลองตัดสินใจ แล้วบอกทันทีว่าพลาดตรงไหน หรือด้วยวิดีโออธิบาย แล้ววัดอคติหลายแบบก่อนและหลัง เกมลดคะแนนอคติลงอย่างน้อย 31.94 เปอร์เซ็นต์ทันทีหลังฝึก และยิ่งเหลืออย่างน้อย 23.57 เปอร์เซ็นต์เมื่อวัดซ้ำหลังผ่านไปสองเดือนขึ้นไป วิดีโอได้ผลน้อยกว่า ปี 2019 ทีมที่มีผู้เขียนบางคนเป็นคนเดียวกับงานแรก ทดลองต่อในโลกจริง กับนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา 290 คน กลุ่มที่ผ่านการฝึกหนึ่งครั้งเลือกคำตอบที่ลำเอียงในกรณีศึกษาทางธุรกิจน้อยกว่าคนที่ยังไม่ได้ฝึก 19 เปอร์เซ็นต์ งานนี้ไม่ได้สุ่มกลุ่มและไม่ได้ลงทะเบียนแผนไว้ล่วงหน้า

สิ่งที่ต่างระหว่างการอ่านกับการฝึก ไม่ใช่ปริมาณความรู้ มันคือการได้ลองผิดในจังหวะที่ผิดจริง แล้วรู้ทันทีว่าผิด

อีกเครื่องมือหนึ่งคือแผนแบบ ถ้า... ให้... เช่น ถ้าคืนวันอาทิตย์โคเวตาเหลือ และนี่งานจริงไม่ออกภายในห้านาที ให้ปิดคอม นักวิจัยเรียกมันว่า **implementation intentions** งานรวมผลล่าสุดของทีมที่บุกเบิกเรื่องนี้รวมการทดสอบ 642 ครั้ง ได้ผลต่อพฤติกรรมจริงในระดับเล็ก และเมื่อปรับแก้เผื่องานที่ไม่พบผลแล้วไม่ได้ตีพิมพ์ ขนาดยิ่งเล็กลงอีก แผนแบบมีเงื่อนไขชัดได้ผลดีกว่าแผนแบบกำหนดตารางเฉย ๆ มันได้ผล แต่ไม่ใช่เวทมนตร์

ยี่สิบเอ็ดวันที่ไม่มีอยู่จริง

ตัวเลขยี่สิบเอ็ดวันเพื่อสร้างนิยายใหม่ ไม่ได้มาจากการทดลอง งานรวบรวมปี 2024 สืบไปพบว่ามีมาจากหนังสือพัฒนาตัวเองเล่มหนึ่ง และสรุปว่าหลักฐานที่มีหักล้าง ตัวเลขนี้ งานที่วัดจริงมีไม่กี่ชิ้น งานของ Lally กับทีมในปี 2010 พบว่าค่ากลางของ เวลาที่พฤติกรรมใหม่เริ่มทำได้โดยไม่ต้องคิดอยู่ที่ 66 วัน แต่ละคนอยู่ระหว่าง 18 ถึง 254 วัน งานรวบรวมชิ้นนั้นพบค่ากลาง 59 ถึง 66 วัน และค่าเฉลี่ย 106 ถึง 154 วัน คือราวสองถึงห้าเดือน

อีกทางหนึ่งคือผูกมัดตัวเองไว้ล่วงหน้า การทดลองชิ้นหนึ่งให้คนที่อยากเลิกบุหรี่ฝากเงินไว้ ถ้าตรวจผ่านหลังหกเดือนได้เงินคืน ถ้าไม่ผ่านเงินไปบริจาค มีแค่ 11 คนในร้อย ที่ยอมสมัคร แต่กลุ่มที่ได้รับข้อเสนอมีโอกาสเลิกได้สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ 3 จุด เปอร์เซ็นต์ และผลยังอยู่เมื่อตรวจแบบไม่บอกล่วงหน้าที่ยี่สิบสองเดือน

เงินฝากก้อนนั้นก็ค่าสมาชิกฟิตเนสในบทที่ 6 ต่างกันหลายอย่าง อย่างหนึ่งคือ ค่าสมาชิกจ่ายไปแล้ว ไปหรือไม่ไปก็ไม่ได้คืน ส่วนเงินฝากยังไม่หาย และจะหายก็ต่อเมื่อพลาด เงินที่จ่ายไปแล้วเป็นเรื่องของเมื่อวาน เงินที่ยังเดิมพันอยู่เป็นเรื่องของคำถัดไป

ทุกตัวเลขในหัวข้อนี้นี้เล็ก และนั่นคือข่าวที่ซื่อสัตย์ที่สุดของเล่ม การเปลี่ยนนิยายที่มีหลักฐาน ไม่ได้เกิดในวันเดียว ไม่ได้เกิดจากการอ่านจบ และไม่ได้เกิดกับทุกคนเท่ากัน มันเกิดจากการถามคำถามเดิมซ้ำ ณ จุดเดิม หลายสิบครั้ง จนคำถามมาถึงก่อนมือ

ป่าพอไม่เคยลงคอร์ส

หลานโปร: ป่าเลิกลิขสิทธิ์ให้คุ้มได้ยังไงครับ

ป่าพอ: ป่าไม่เคยเลิก

หลานโปร: แล้วทำไมป่าวางตะเกียบได้

ป่าพอ: วางมาสี่สิบปีแล้ว มือนันทวางของมันเอง

ลุงเก็บเรียนคอร์สนั้นจนจบครบยี่สิบเอ็ดบท เพราะจ่ายไปแล้ว วันที่ยี่สิบสอง เขาไปร้านเจ็ดยี่สิบ แล้วกินไปสามสิบภาค

14 · คำถัดไป

ใบเสร็จ · หมูกระทะเจ็ดตุ๊ก · โต๊ะ 7 · หนึ่งปีต่อมา

บุฟเฟต์ผู้ใหญ่ 2 ท่าน · 798.00

ลูกเก็บ: 11 ถาด · ป้าพอ: 9 ถาด · ห่อกลับ: 0 · ค่าปรับ: 0

คัมที่สัดไมไ่ช่ตอนทีใบเสร็จเท่าทุน คัมที่สัดคือตอนทีคุณลืมไปแล้วว่าจ่ายไปเท่าไร ประโยคนี้เ็นความเห็น และมันมีที่มาจากบทที่ 5 คนยอมจ่ายแพ็กเหมาแพงกว่าการใช้จริง ส่วนหนึ่งเพื่อซื้อการไม่ต้องนับ คำว่าคัมในประโยคนี้จึงไม่ได้แปลว่าเท่าทุน มันแปลว่าได้ของทีจ่ายเงินซื้อมาจริง ๆ และของชิ้นนี้เป็นชิ้นเดียวทียังนับยิ่งหาย

ถาดทีลืบเอ็ด

หนึ่งปีทีผ่านมา ลูกเก็บไม่ได้เลิกนิสัยใช้ให้คัม เขาแค่ถามคำถามเดียวกันทุกถาดหลังจากถาดทีห้า ถ้าวานนี้เจ็ดตุ๊กเลี้ยงฟรี ถาดนี้ยังอยากกินไหม สองเดือนแรกเขาถามแล้วก็กินต่ออยู่ดี เดือนที่สามเขาเริ่มตอบว่าไม่ แล้วก็กินต่ออยู่ดี เดือนทีห้า คำตอบว่าไม่มาเร็วขึ้น แต่ยังมาหลังมือทุกครั้ง

คีนนี้ทีถาดทีลืบเอ็ด คำตอบมาถึงก่อนมือ ลูกเก็บวางตะเกียบเองโดยไม่มีไ่รต้องเตือน เป็นครั้งแรกในชีวิตแต่งงาน

เจ็ดตุ๊ก: ลูกเก็บช่วงนี้กินน้อยลงนะ

ป้าพอ: แต่มาบ่่อยขึ้น

เจ็ดตุ๊ก: เจ็กว่าอย่างนั้น

สามส่วนของนิสัยเดียว

หนังสือเล่มนี้เริ่มจากคำถามว่านิสัยนี้ควรทิ้งหรือควรเก็บ คำตอบคือมันไม่ใช่ก้อนเดียว มันมีสามส่วน และแต่ละส่วนได้คำตอบไม่เหมือนกัน

ส่วนแรกคือใบเสร็จ ความรู้สึกว่าเงินทีจ่ายไปแล้วยังรอให้ทวงคืน ส่วนนี้ไม่มีอะไรให้เก็บ เงินก้อนนั้นจ่ายไปแล้วตั้งแต่ก่อนคำแรก และไม่มีคำไหนเอามันกลับมาได้ ส่วนนี้

ควรเอาออกจากการตัดสินใจไปทั้งหมด และไม่ควรรอให้ทำงานในทางกลับกัน ด้วย บทที่ 6 แสดงแล้วว่าเงินที่จ่ายล่วงหน้าไม่ได้พาคนไปพิชิตเนสจนคุ้ม ถ้าอยากผูกตัวเองไว้กับวันพรุ่งนี้ เครื่องมือที่มีหลักฐานคือเงินที่ยังเดิมพันอยู่ อย่างในบทที่ 13

ส่วนที่สองคือเส้นตาย แรงที่ทำให้ลงมือก่อนของจะหมดอายุ แรงนี้มักมากับใบเสร็จ แต่ไม่ต้องพึ่งมัน ส่วนนี้ควรเก็บไว้ และเล็งมันให้ถูก นักท่องเที่ยวในบทที่ 11 ใช้มันไปดูสิ่งที่คนในเมืองไม่เคยดู คนที่กำลังย้ายบ้านใช้มันไปทำสิ่งที่เลื่อนมาหลายปี เป้าต้องตั้งก่อนเส้นตายจะมาถึง และถ้าไม่มีเป้า บทที่ 7 แสดงแล้วว่าแรงเดียวกันนี้ซื้อของคุณภาพต่ำกว่าช่วงอื่นของปีอย่างชัดเจน

ส่วนที่สามคือกฎของยาย อย่าทิ้งขว้าง ส่วนนี้ก็ควรเก็บไว้ แต่อย่าให้มันไปเฝ้าบัญชีที่ยังเปิดอยู่ ห้อง เวลา ความสนใจ คืนที่ยังไม่ได้นอน ของพวกนี้ยังทิ้งขว้างได้จริง และเป็นของที่นิสัยใช้ให้คุ้มทิ้งขว้างมากที่สุด

บทพิจารณาก่อนฉันท

มีบทสวดบทหนึ่งชื่อ ตังขณิกปัจจเวกขณปาฐะ นิยมสวดต่อท้ายการทำวัตรเช้า ทั้ง พระสงฆ์และฆราวาส เป็นบทพิจารณาขณะใช้ปัจจัยสี่

ท่อนที่ว่าด้วยอาหารบิณฑบาต ในฉบับแปลไทยที่พิมพ์คู่กับบทสวด ลงท้ายว่า "ด้วยการทำอย่างนี้ เราย่อมระงับเสียได้ ซึ่งทุกขเวทนาเก่า คือความทิว และไม่ทำทุกขเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้น"

ประโยคนี้เป็นกฎหยุดกินที่เก่าที่สุดเท่าที่หาเจอ และมันไม่เอ่ยถึงราคาเลยสักคำ อาหารบิณฑบาตไม่มีใบเสร็จ ความเห็นของเล่มนี้คือ กฎข้อนี้พูดได้แต่เรื่องเดียว คือคำถัดไป หยุดความทิวที่มีอยู่ และอย่าสร้างความทิวใหม่ขึ้นมาจากคำที่เกิน

กล่องรองเท้า

คืนนั้นลุงเก็บกลับบ้าน แล้วเปิดกล่องรองเท้าเป็นครั้งแรกในรอบหลายเดือน ใบเสร็จใบแรก ๆ ซิดจนเป็นกระดาษเปเล่ ตัวเลขบนกระดาษความร้อนหายไปเองตั้งนานแล้ว คนเดียวที่ยังอ่านมันออกคือลุงเก็บ

หลานโปร: ลุงจะทิ้งเธอครับ

ลุงเก็บ: ไม่ต้องทิ้งหรอก มันทิ้งตัวเองไปนานแล้ว

ส่วนหลานโปร คืบหน้าอาทิตย์นั้น โควตาเหลือครึ่งหนึ่ง เขาใช้ไปส่วนหนึ่งกับงานที่เลื่อนมาสามเดือน เสร็จตอนสี่ทุ่ม แล้วปิดคอม ที่เหลือหายไปตอนเที่ยงคืนตามกติกา ไม่มีกลอนเรื่องแมว และไม่มีใครเสียดาบ

ใบเสร็จหมุกระทะของคืบนี้ ลุงเก็บไม่ได้เอาใส่กล่อง เขาส้มมันไว้บนโต๊ะเจ็ดตุ๊ก และจำไม่ได้แล้วว่ามันเขียนว่าเท่าไร

แหล่ง ตัวเลขที่ตรวจแล้ว และตัวเลขที่ตรวจไม่ผ่าน

ทุกตัวเลขในเล่มมีแถวของมันเป็นอยู่ที่นี่ ตัวเลขจากแหล่งภายนอกถูกตรวจกับหน้าต้นทางเมื่อวันที่ 2 ตุลาคม 2026 ตัวที่เปิดยืนยันเข้าจากหน้าต้นทางอีกรอบระหว่างเขียนระบุว่า **ตรวจซ้ำ** ตัวที่เล่มคำนวณเองระบุว่า **คำนวณเอง** พร้อมวิธี ความมั่นใจเป็นความเห็นของเล่มนี้ต่อแหล่งนั้น ไม่ใช่ค่าทางสถิติ

เงื่อนไขที่ทำให้แต่ละบทผิด อยู่ท้ายแถวของบทนั้น ในหัวข้อ **จะผิดเมื่อ**

ข้ออ้างที่ตรวจแล้วไม่รอด หรือยังไม่ยุติ

หลายข้อที่ฟังเข้าเคাঁที่สุทธระหว่างคืบ ไม่รอดการตรวจ

1. **สมองต้องใช้ยี่สิบนาทีกว่าจะรู้ว่าอิม** — ไม่พบงานวัดที่เป็นต้นทางของตัวเลขนี้ สิ่งที่ได้คือกินข้าวแล้วกินน้อยลง โดยความหิวไม่ต่างกัน (บทที่ 9)
2. **งานวิจัยพิสูจน์แล้วว่าคนกินบุฟเฟต์เพื่อให้คุ้มเงิน** — งานที่ตรงเรื่องที่สุดมาจากห้องแล็บที่ภายหลังถูกตัดสินว่าประพฤติผิดทางวิชาการ ในสี่ชิ้นที่ดูเหมือนมาจากข้อมูลบุฟเฟต์ชุดเดียวกัน ถูกถอนหนึ่งชิ้น แก้ไขสามชิ้น ส่วนงานปี 2011 ที่ยังไม่ถูกถอน มาจากห้องแล็บเดียวกัน และไม่พบใครทำซ้ำ (บทที่ 8)

3. คิดเป็นเงินแล้วความสุขจะลดลง — การทดลองที่พบว่าความคิดค่าแรงต่อชั่วโมง ทำให้ฟังเพลงแล้วมีความสุขน้อยลง ถูกทำซ้ำแบบลงทะเบียนแผนไว้ล่วงหน้าสอง ครั้งแล้วไม่พบ (บทที่ 5)
4. ความขาดแคลนทำให้สมองล้า — ผู้เขียนเดิมทำซ้ำการทดลองนี้เองกับคนเกือบ พันคน แล้วได้ผลไปคนละทางกับงานเดิม ส่วนที่รอดคือความขาดแคลนทำให้คน โฟกัสกับของที่ขาด และยืมเงินตัว (บทที่ 4)
5. เรียนเศรษฐศาสตร์แล้วจะไม่ติดกับดักนี้ — งานรวมผลปี 2015 ไม่พบว่าความ คำนึงเคยกับเศรษฐศาสตร์ลดผลนี้ (บทที่ 3)
6. มีแต่มนุษย์ที่ติดกับดักนี้ สัตว์ไม่ติด — ยังไม่ยุติ งานปี 2018 พบรูปแบบคล้ายกัน ในหนู อีกทีมแย้งว่าเป็นผลจากวิธีวิเคราะห์ และทีมแรกตอบกลับ (บทที่ 3)
7. นิสัยใหม่ใช้ยี่สิบเอ็ดวัน — งานรวบรวมปี 2024 สรุปว่าหลักฐานหักล้างตัวเลขนี้ งานที่วัดจริงได้ค่ากลางราวสองเดือน และแต่ละคนต่างกันมาก (บทที่ 13)

ตัวเลขที่เล่นนี้คำนวณเอง

- บทที่ 1 $\cdot 30 \times 13.5 = 405$ บาท (ตัวเลขของบทความต้นทาง) $\cdot 399 - 9 \times 13.5 = 277.50$ บาท
- บทที่ 1 $\cdot$ ค่าปรับ 27 ซีต $\times 300$ บาท = 8,100 บาท บวกค่าบริการ 5% และภาษี 7% = 9,100.35 บาท ตรงกับที่ร้านรายงาน
- บทที่ 2 $\cdot$ แปลขนาดของผลเป็นโอกาสที่คนหนึ่งจากฝั่งจ่ายเงินจะเอียงไปทางทำตามเงินที่จ่ายมากกว่า คนหนึ่งจากฝั่งได้ฟรี ด้วยวิธีของ McGraw กับ Wong ปี 1992 คือค่าโค้งปกติสะสมที่ d หารด้วยรากที่สองของ 2 โดยสมมติว่าคะแนนกระจายแบบปกติ $\cdot$ Many Labs 0.27–0.32 $\rightarrow$ 57.6–59.0 ใน 100 $\cdot$ Roth และคณะ 0.496 $\rightarrow$ 63.7 ใน 100 $\cdot$ ไม่มีผลเลย = 50
- บทที่ 6 $\cdot 18,000 \div 180 = 100$ บาทต่อครั้ง
- บทที่ 7 $\cdot$ ถ้ากระจายเท่ากัน $100 \div 52$ ราว 1.9% ต่อสัปดาห์ $\cdot (100 - 8.7) \div 51$ ราว 1.79% $\cdot 8.7 \div 1.79$ ราว 4.9 เท่า ตรงกับที่ร้านรายงาน
- บทที่ 10 $\cdot 22 \div 32$ ราว 69%
- บทที่ 11 $\cdot 10 \div 32$ ราว 31% $\cdot 2 \div 32$ ราว 6%
- บทที่ 12 $\cdot 2,000 + 3,500 + 6,000 = 11,500$ บาท

ตัวเลขและเรื่องที่แต่งขึ้น

- ตัวละครทั้งสี่ ร้านหมูกระทะเจ็ดตุ๊ก และตัวเลขในใบเสร็จต้นบททุกใบ ยกเว้นใบเสร็จของบทที่ 8 และ 11 ที่เป็นข้อมูลจริง และราคา 399 บาทกับเลขสามสิบสามในบทที่ 1 ที่มาจากบทความจริง

- คอร์สออนไลน์ในบทที่ 13

บทที่ 1 · สามสืบถ

- บทความ "กินบุฟเฟต์อย่างไรให้คุ้มค่าเงินในกระเป๋ามากที่สุด?" Money Buffalo เผยแพร่ 10 กันยายน 2020 · หมาสามชั้นกิโกรัมละ 135 บาทอ้างราคาจาก Kasetprice.com · ข้อความ "เราต้องกินมากถึง 30 ถาด จึงจะคุ้มค่า..." คัดลอกตรงตัว — **ความมั่นใจ 90%** ว่าบทความเขียนอย่างนั้น
- ชาว "ลูกค้าหิวจัด สั่งบุฟเฟต์ กินไม่หมด โดนปรับเงินหมื่น" Amarin TV 8 กุมภาพันธ์ 2024 อ้างโพสต์ของร้าน · ค่าปรับขีดละ 300 บาท · เหลือ 2.7 กิโลกรัม · 9,100.35 บาท · 13,381.42 ลดเหลือ 7,954.92 บาท (สองยัดนี้ไม่ได้ใช้ในบท เพราะแยกส่วนให้ลงกับราคาหัวละ 1,150 บาทไม่ได้) · ข้อความ "ทานเหลือไม่ต้องยัด=ปรับ=หอกลับเหมือนใหม่" — **ตรวจซ้ำ · ความมั่นใจ 85%** เป็นการรายงานข่าวจากโพสต์ของร้าน ไม่ได้เปิดโพสต์ต้นทางเอง
- คำพูดของเจ๊ตูกเป็นบทพูดของตัวละคร
- **จะผิดเมื่อ** —บทนี้เป็นเลขคณิตของราคาบุฟเฟต์ มันจะผิดได้ทางเดียว คือถ้าร้านคิดเงินเพิ่มตามจำนวนถาด ซึ่งแปลว่ามันไม่ใช่บุฟเฟต์แล้ว

บทที่ 2 · บัตรในวันพายุ

- R. H. Thaler, "Toward a positive theory of consumer choice," Journal of Economic Behavior and Organization 1(1): 39–60, 1980 · ตัวอย่างที่ 4 ตัวบาส 40 ดอลลาร์ ระยะ 60 ไมล์ พายุหิมะ · ตัวอย่างที่ 5 คลับเทนนิส 300 ดอลลาร์ ข้อศอกเทนนิส · เป็นตัวอย่างประกอบ ไม่มีข้อมูล — **ความมั่นใจ 95%**
- Klein และคณะ, "Investigating variation in replicability: A 'Many Labs' replication project," Social Psychology 45(3): 142–152, 2014 · 36 กลุ่มตัวอย่าง 6,344 คน · โจทย์ตัวฟุตบอลในวันหนาวจัด ดัดแปลงจาก Thaler 1985 ผ่าน Oppenheimer และคณะ 2009 · ขนาดของผลต้นฉบับ 0.23 การทำซ้ำ 0.27 ถึง 0.32 · ครึ่งหนึ่งของกลุ่มตัวอย่างมีนัยสำคัญ ไม่มีกลุ่มไหนกลับทาง — **ความมั่นใจ 90%**
- H. R. Arkes & C. Blumer, "The psychology of sunk cost," Organizational Behavior and Human Decision Processes 35(1): 124–140, 1985 · อ่านได้เฉพาะบทคัดย่อ: ลูกค้าที่จ่ายค่าตั๋วละครรายฤดูแพงกว่า ไปดูมากกว่าในหกเดือนต่อมา และเหตุผลคือความปรารถนาที่จะไม่ดูเป็นคนสิ้นเปลือง — **ความมั่นใจ 80%** · ตัวเลขราคาและจำนวนครั้งที่หมุนเวียนในอินเทอร์เน็ตไม่ได้ตรงกับตัวบท จึงไม่พิมพ์
- Roth, Robbert & Strauss, "On the sunk-cost effect in economic decision-making: a meta-analytic review," Business Research 8: 99–138, 2015 · รวบรวมค่าของขนาดของผล ปี 1976–2013 · โดยรวม 0.496 ระดับกลาง แกว่งมาก · การใช้ของที่จ่ายแล้ว 0.581 การทุ่มต่อในโครงการ 0.443 ความต่างไม่มีนัยสำคัญ · ผลอ่อนลงเมื่อเวลาระหว่างจ่ายกับใช้ห่างขึ้น · อายุมากขึ้นผลน้อยลง · ความคุ้นเคยกับเศรษฐศาสตร์ไม่ลดผล — **ความมั่นใจ 85%** บทความรายงานจำนวนค่าไม่ตรงกันเองระหว่าง 98 กับ 100
- **จะผิดเมื่อ** งานทำซ้ำแบบลงทะเบียนล่วงหน้าขนาดใหญ่ไม่พบว่าคนที่จ่ายเงินใช้ของมากกว่าคนที่ได้มาฟรีเลย

บทที่ 3 · กฎของยาย

- H. R. Arkes, "The psychology of waste," Journal of Behavioral Decision Making 9, 1996 · การทำซ้ำแบบ Registered Report: Zhu & Feldman, Royal Society Open Science 12(5): 250367, 2025 · N = 659 · ทำซ้ำได้สองในสามโจทย์ โจทย์ภาษาไม่ผ่าน · ในโจทย์เด่นที่ การลดของเสียเปล่าถูกให้คะแนนเป็นเหตุผลสำคัญที่สุด — **ความมั่นใจ 85%**
- Arkes & Ayton, "The sunk cost and Concorde effects: are humans less rational than lower animals?" Psychological Bulletin 125(5): 591–600, 1999 · อ่านผ่านคำบรรยายของ Sweis และคณะเท่านั้น — **ความมั่นใจ 70%**
- Sweis และคณะ, "Sensitivity to 'sunk costs' in mice, rats, and humans," Science 361: 178–181, 2018 · ต้นทุนในงานนี้คือเวลาที่รอไปแล้ว ไม่ใช่เงิน · ผลในคนอ่อนกว่าในหนูมาก · ข้อโต้แย้งของ Ott และคณะ และคำตอบของทีมเดิม (bioRxiv 2021) ยังไม่ยุติ — **ความมั่นใจ 75%**
- Strough, Mehta, McFall & Schuller, "Are older adults less subject to the sunk-cost fallacy than younger adults?" Psychological Science 19(7): 650–652, 2008 · นักศึกษา 75 คน ผู้สูงอายุ 73 คน อายุ 58–91 ปี · ผู้สูงอายุติดน้อยกว่าอย่างมีนัยสำคัญ — **ความมั่นใจ 85%** แบบสอบถามสมมติ เก็บข้อมูลครั้งเดียว
- พนักงานธนาคารที่ผ่านการอบรมแล้วยังติด (Greitemeyer และคณะ 2005) อ่านผ่านคำบรรยายของ Roth และคณะ — **ความมั่นใจ 70%**
- **จะผิดเมื่อ** งานที่ใหญ่กว่าพบว่าคนสูงอายุติดกับดักนี้มากกว่าคนหนุ่มสาว หรือพบว่าเหตุผลเรื่องการไม่อยากตัดสินใจเปลี่ยนไม่มีผลต่อการตัดสินใจเลย

บทที่ 4 · ใบเสร็จที่ยังอุ่น

- R. H. Thaler & E. J. Johnson, "Gambling with the house money and trying to break even," Management Science 36(6): 643–660, 1990 · การทดลองที่ 4 เงินจริง ชั้นเรียนเศรษฐศาสตร์ที่คอร์เนลล์ · หลังเสีย 2.25 ดอลลาร์ รับเดิมพันที่พาลกลับศูนย์ได้ 69% · หลังเสีย 7.50 ดอลลาร์ ซึ่งเดิมพันเดียวกันพาไปไม่ถึงศูนย์ 40% — **ความมั่นใจ 85%** เปิดจากสำเนาของบทความ
- แนวคิด mental account ที่เปิดตอนซื้อและค้างไว้จนได้ประโยชน์คืน ตามคำบรรยายของ Roth และคณะ 2015 ต่องานของ Thaler 1980, 1985, 1999 — **ความมั่นใจ 85%**
- ผลที่อ่อนลงเมื่อเวลาระหว่างจ่ายกับใช้ห่างขึ้น — Roth และคณะ 2015 ตามบทที่ 2 · ชื่อ payment depreciation มาจาก Gourville & Soman, Journal of Consumer Research 25(2): 160–174, 1998 ซึ่งไม่ได้เปิดตัวเลขในงาน — **ความมั่นใจ 80%**
- Brown, Imai, Vieider & Camerer, "Meta-analysis of empirical estimates of loss aversion," Journal of Economic Literature 62(2): 485–516, 2024 · 607 ค่าจาก 150 บทความ · เฉลี่ย 1.955 · D. Gal & D. D. Rucker, "The loss of loss aversion," 2018 อ้างว่าไม่ใช่หลักทั่วไป — **ความมั่นใจ 85%**
- Shah, Mullainathan & Shafir, Science 338: 682–685, 2012 · งานทำซ้ำของผู้เขียนเดิม Journal of Economic Psychology 75: 102127, 2019 · ลงทะเบียนล่วงหน้า · ทดลองที่ 1 N = 997 ได้ผลกลับข้าง · ผลเรื่องยืมเงินตัวทำซ้ำได้ — **ความมั่นใจ 90%**

- ใบเสร็จที่พูดได้เป็นตัวละคร และกล่องรองเท้าเป็นฉากแต่ง ส่วนที่ว่างล่องทำหน้าที่อุ้มใบเสร็จซ้ำ เป็นความเห็นของเล่มนี้ ไม่มีใครวัด
- **จะผิดเมื่อ** การทำซ้ำของ Thaler กับ Johnson พบว่าคนไม่ได้ชอบเดิมพันที่พวกเขาสันนุ้ยมากกว่าเดิมพันที่พาไปไม่ถึง

บทที่ 5 • แพ็กเหมา

- Lambrecht & Skiera, "Paying too much and being happy about it: existence, causes and consequences of tariff-choice biases," Journal of Marketing Research, พฤษภาคม 2006 · ลูกค้าผู้ให้บริการอินเทอร์เน็ตในยุโรป 10,882 คน · 48.1% ของลูกค้าแพ็กเกจหนึ่งมี flat-rate bias · เหตุผลที่ยื่น: ประกันภัย taxi-meter effect และประเมินว่าจะใช้มากเกินไปจริง · ความสะดวกไม่ยื่น · flat-rate bias ไม่ทำให้ยกเลิกบริการมากขึ้น · ฝั่งจ่ายตามใช้แล้วใช้เกิน อัตรายกเลิกรายเดือนสูงกว่า 340% ถึง 1,040% · งานของ Miravete 2002 ที่พบทิศตรงข้าม อ่านผ่านบทความนี้ — **ความมั่นใจ 85%** เปิดฉบับก่อนตีพิมพ์ ตัวเลขในฉบับพิมพ์อาจต่างเล็กน้อย
- DeVoe & House 2012, Journal of Experimental Social Psychology 48(2): 466–474 การทดลองที่ 3 · การทำซ้ำแบบลงทะเบียนล่วงหน้าสองครั้ง N = 266 และ 254 เทียบงานเดิม 145 โดย Connors และคณะ, Journal of Experimental Social Psychology 67: 60–64, 2016 · ไม่พบผลแบบเดิม — **ความมั่นใจ 85%**
- **จะผิดเมื่อ** งานที่ใหญ่กว่าพบว่าคนเลือกแพ็กเหมาโดยไม่เกี่ยวกับความไม่อยากเห็นมิเตอร์เลย

บทที่ 6 • ฟิตเนส

- DellaVigna & Malmendier, "Paying not to go to the gym," American Economic Review 96(3), 2006 · สมาชิก 7,752 คน สามแห่ง สามปี · เกินเดือนละ 70 ดอลลาร์ 4.3 ครั้งต่อเดือน 17.27 ดอลลาร์ต่อครั้งในหกเดือนแรก เทียบบัตรสลิปครั้งราว 10 ดอลลาร์ · เสียเกินราว 600 จาก 1,400 ดอลลาร์ · 80% จะประหยัดกว่าถ้าจ่ายรายครั้ง · รายเดือนอยู่เกินหนึ่งปีมากกว่ารายปี 17% · ผู้เขียนระบุว่าการศึกษาของการพนักงานเป็นคำอธิบายอีกข้อ — **ความมั่นใจ 85%** เปิดสำเนาจากเว็บของผู้เขียน
- **จะผิดเมื่อ** ข้อมูลฟิตเนสชุดใหม่ที่ใหญ่กว่าพบว่าสมาชิกรายเดือนจ่ายต่อครั้งถูกกว่าบัตรรายครั้งโดยเฉลี่ย

บทที่ 7 • รีเซตวันจันทร์

- Liebman & Mahoney, American Economic Review 107(11): 3510–3549, 2017 · ตัวเลขเปิดจาก NBER Working Paper 19481 ปี 2013 ซึ่งบทความย่อยของฉบับวารสารตรงกันในตัวเลขหลัก · 14.6 ล้านรายการ ปี 2004–2009 · สัปดาห์สุดท้าย 8.7% ราว 4.9 เท่า · โครงการไอที 686 โครงการ · สองกลุ่มคะแนนต่ำสุด 48.7% เทียบ 8.6% · กระทรวงยุติธรรม 3.4% เทียบ 9.3% · ผู้เขียนเตือนว่าหลักฐานคุณภาพของกระทรวงนี้มาจากสัญญาจำนวนน้อย — **ความมั่นใจ 85%**
- กรมบัญชีกลาง หนังสือที่ กค 0412.4/ว 622 ลงวันที่ 19 สิงหาคม 2569 ผ่านรายงานของกรุงเทพมหานคร 1 กันยายน 2026 · งบปี 2569 วงเงิน 3,780,600 ล้านบาท เบิกจ่าย 89.64% ถึง 31 สิงหาคม · งบลงทุน 64.52% — **ความมั่นใจ 85%**

- ข้อเสนอแนะนโยบายของ TDRI เรื่องงบจ้างทอ ผ่านรายงานของ Thai PBS 7 มกราคม 2026 · ไม่ได้เปิดรายงานฉบับเต็ม — **ความมั่นใจ 80%**
- **จะผิดเมื่อ** ข้อมูลเบิกจ่ายรายสัปดาห์ของภาครัฐไทยแสดงว่าไม่มีการเร่งใช้ช่วงท้ายปีงบประมาณ หรือมีผู้วิเคราะห์ข้อมูลสหรัฐฯ ใหม่แล้วพบว่าคุณภาพโครงการสัปดาห์สุดท้ายไม่ต่างจากช่วงอื่น

บทที่ 8 · งานวิจัยที่ตักเกิน

- Just & Wansink, "The flat-rate pricing paradox: conflicting effects of 'all-you-can-eat' buffet pricing," Review of Economics and Statistics 93(1): 193–200, 2011 · ลดครึ่งราคา กินน้อยลง 27.9% (2.95 ต่อ 4.09 ขึ้น) · ไม่พบประกาศถอนหรือแก้ไขในทะเบียน Crossref · ไม่พบการทำซ้ำ — **ความมั่นใจ 80%** ว่าตัวเลขเป็นอย่างไรที่บทความเขียน ส่วนความน่าเชื่อถือของผลเป็นอีกเรื่อง
- van der Zee, Anaya & Brown, "Statistical heartburn: an attempt to digest four pizza publications from the Cornell Food and Brand Lab," BMC Nutrition 3: 54, 2017 · ราวหนึ่งร้อยห้าสิบจุด · ขอข้อมูลไม่ได้ — **ความมั่นใจ 90%**
- Siğirci & Wansink, "Low prices and high regret," BMC Nutrition 1: 36, 2015 · ถูกถอน 15 กันยายน 2017 · อีกสามชิ้นถูกแก้ไขปี 2017 ตามบันทึกของ Crossref — **ความมั่นใจ 90%**
- แถลงการณ์ของมหาวิทยาลัยคอร์เนลล์ 20 กันยายน 2018 — **ความมั่นใจ 95%** · Retraction Watch 31 พฤษภาคม 2022 นับงานถูกถอน 18 ชิ้น ตัวเลขปัจจุบันไม่ได้ตรวจ — **ความมั่นใจ 85%**
- บล็อกเดือนพฤศจิกายน 2016 ที่เล่าถึงชุดข้อมูลจากการศึกษาที่ล้มเหลว อ่านผ่านรายงานของสื่อหลายแห่ง ไม่ได้เปิดบล็อกต้นทาง — **ความมั่นใจ 85%**
- การวิเคราะห์ชี้แจงกว่าจะเจอผลเรียกว่า p-hacking · ความเห็นที่ว่าเรื่องนี้คือแรงเดียวกับถาดที่สามสิบเป็นความเห็นของเล่มนี้
- **จะผิดเมื่อ** มีการทำซ้ำอิสระแบบลงทะเบียนล่วงหน้า ที่พบผลแบบงานปี 2011 ในร้านอื่น ในกรณีนั้นบทนี้ประเมินหลักฐานต่ำเกินไป

บทที่ 9 · ไม่ได้หิว แคยังไม่เบื่อ

- Rolls และคณะ, "Variety in a meal enhances food intake in man," Physiology & Behavior 26: 215–221, 1981 · สามารถทดลอง อ่านผ่านตารางของงานรวมผลข้างล่าง — **ความมั่นใจ 80%**
- Embling และคณะ, "Effect of food variety on intake of a meal: a systematic review and meta-analysis," American Journal of Clinical Nutrition 113(3): 716–741, 2021 · 30 งาน · $g = 0.405$ · ความเสี่ยงต่ออคติสูง ความแหว่งระหว่างงานสูง — **ความมั่นใจ 85%**
- Robinson และคณะ, American Journal of Clinical Nutrition 100(1): 123–151, 2014 · 22 งาน · กินช้าแล้วกินน้อยลง ความหิวไม่ต่างทั้งตอนจับมือและนานถึง 3.5 ชั่วโมงหลังจากนั้น — **ความมั่นใจ 85%**
- ตัวเลขยี่สิบนาทีกี่ — **ตรวจไม่ผ่าน** แหล่งที่ชัดที่สุดคือคำให้สัมภาษณ์ของโฆษก American Gastroenterological Association ใน Live Science 23 พฤศจิกายน 2023 ซึ่งไม่อ้างงานวิจัย

- H. A. Simon, "Rational choice and the structure of the environment," *Psychological Review* 63(2): 129–138, 1956 · ข้อความที่ยกมาคัดลอกจากตัวบท — **ตรวจซ้ำ · ความมั่นใจ 95%**
- **จะผัดเมื่อ** งานรวมผลที่มีความเสี่ยงต่อคติที่ว่าความหลากหลายไม่เพิ่มปริมาณที่กิน

บทที่ 10 · ของหวาน

- Kahneman, Fredrickson, Schreiber & Redelmeier, "When more pain is preferred to less: adding a better end," *Psychological Science* 4(6): 401–405, 1993 · 32 คน · 22 คนเลือกรอบยาว — **ความมั่นใจ 85%** ยังไม่พบการทำซ้ำแบบเดียวกัน
- Redelmeier, Katz & Kahneman, "Memories of colonoscopy: a randomized trial," *Pain* 104: 187–194, 2003 · 682 คน · 4.4 ต่อ 4.9 · odds ratio ของการกลับมาส่องซ้ำ 1.41 — **ความมั่นใจ 85%**
- Alaybek และคณะ, *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 170: 104149, 2022 · 174 ค่า · $r = 0.581$ · ค่าเฉลี่ยทำนายได้พอๆกัน · ผลของความยาวแทบเป็นศูนย์ — **ความมั่นใจ 85%** อ่านได้เฉพาะบทคัดย่อ
- Do, Rupert & Wolford, "Evaluations of pleasurable experiences: the peak-end rule," *Psychonomic Bulletin & Review* 15(1): 96–98, 2008 · ดีวีดี 5.21 ต่อ 4.14 (N = 100) · ซ็อกโกแลต 7.00 ต่อ 5.91 (N = 28) — **ความมั่นใจ 80%** กลุ่มตัวอย่างเล็ก ไม่พบการทำซ้ำ
- ทริปญี่ปุ่นของหลานโปรกับป้าพอแต่งขึ้น
- **จะผัดเมื่อ** งานรวมผลใหม่พบว่าความยาวของประสบการณ์มีผลต่อความทรงจำมากกว่าตอนจบ

บทที่ 11 · นักท่องเที่ยวในเมืองตัวเอง

- Shu & Gneezy, "Procrastination of enjoyable experiences," *Journal of Marketing Research* 47: 933–944, ตุลาคม 2010 · สถานที่สำคัญ 4.4 ต่อ 3.1 · ห้างหลังยี่สิบปี เทียบ 5.5 ของนักท่องเที่ยวสามสัปดาห์ · 60% ไปกับแขก · ซิกาโก 219 ครั้ง 40% และ 18% · 6.02 จาก 7 · บัตรกำนัล 10 จาก 32 ต่อ 2 จาก 32 · บัตรหนึ่ง 49% ต่อ 35% · การทำนายกลับทาง — **ความมั่นใจ 85%** สถานะการทำซ้ำไม่ได้ตรวจ
- ราคาบัตรเข้าชมพระบรมมหาราชวัง — หน้าที่ข้อมูลสำหรับผู้เข้าชมของ royalgrandpalace.th · คนไทยไม่เสียค่าใช้จ่ายเมื่อแสดงบัตรประชาชน · ชาวต่างชาติ 500 บาท — **ตรวจซ้ำ · ความมั่นใจ 95%**
- **จะผัดเมื่อ** การทำซ้ำพบว่าบัตรที่มีวันหมดอายุนานกว่าถูกใช้มากกว่า

บทที่ 12 · ใบเสร็จที่ยาวขึ้นทุกคืน

- D. K. Campbell-Meiklejohn และคณะ, "Knowing when to stop: the brain mechanisms of chasing losses," *Biological Psychiatry* 63: 293–300, 2008 · อาสาสมัคร 23 คน ผลคัดกรอง SOGS 0 หรือ 1 · เงินสมมติ รางวัลจริง 70 ปอนด์ · เลือกเล่นต่อ $73 \pm 2\%$ ของการตัดสินใจ — **ความมั่นใจ 85%**

- เกณฑ์ข้อ f ของ gambling disorder ใน DSM-5 · ข้อความภาษาอังกฤษคัดลอกตรงตัวจากสำเนาเกณฑ์ที่หน่วยงานด้านการพนันในสหรัฐฯ เผยแพร่ ไม่ได้เปิดคู่มือต้นฉบับ — **ความมั่นใจ 90%**
- K. Zhang & L. Clark, "Loss-chasing in gambling behaviour: neurocognitive and behavioural economic perspectives," Current Opinion in Behavioral Sciences 31: 1–7, 2020 · ตัวเลข 60% กับ 80% มาจากงานที่บทความนี้อ้าง ไม่ได้เปิดงานนั้น — **ความมั่นใจ 80%** ศูนย์วิจัยของผู้เขียนได้ทุนจากรัฐบริติชโคลัมเบียและบริษัทสลากของรัฐ ซึ่งผู้เขียนระบุว่าไม่มีข้อจำกัดในการตีพิมพ์
- สายด่วนสุขภาพจิต 1323 · หน้าเว็บกรมสุขภาพจิต dmh.go.th ระบุว่าให้บริการปรึกษาฟรีตลอด 24 ชั่วโมง ตรวจ 2 ตุลาคม 2026 — **ความมั่นใจ 90%** · ช่องทางนัดหมายออนไลน์ของ 1323 ระบุเวลาให้บริการที่กำหนด · ข่าวการขยายบริการ สายด่วนเลิกพนัน 1323 บนเว็บไซต์สถาบันราชานุกูล อ้างสถิติเดือนกุมภาพันธ์ถึงสิงหาคม 2556 ปีของข่าวจึงอนุมานว่าเป็น 2556 (ค.ศ. 2013) — **ความมั่นใจ 85%** หน้าเว็บปี 2026 ที่เปิดดูไม่ได้เอ่ยถึงการพนันโดยตรง ให้ตรวจสอบโทรทุกครั้ง
- ข้อที่ว่างานในห้องแล็บส่วนใหญ่จัดการไล่ตามภายในรอบเล่นเดียว ไม่ใช่ข้ามวันตามเกณฑ์ DSM-5 — บล็อกของศูนย์วิจัยการพนัน มหาวิทยาลัยบริติชโคลัมเบีย ทีมของ Clark 12 พฤศจิกายน 2019 — **ความมั่นใจ 80%**
- ใบเสร็จค้นบทแต่งตั้ง บทนี้ไม่มีตัวละครและไม่มีมุก
- **จะผิดเมื่อ** งานที่ทดสอบในคนที่มีปัญหาการพนันพบว่า การไล่ตามเงินที่เสียไม่เกี่ยวกับความอยากกลับไปเท่าทุนเลย

บทที่ 13 · รู้แล้วทำไมยังทำ

- Pronin, Lin & Ross, "The bias blind spot: perceptions of bias in self versus others," Personality and Social Psychology Bulletin 28(3): 369–381, 2002 — **ความมั่นใจ 85%**
- Morewedge และคณะ, "Debiasing decisions: improved decision making with a single training intervention," Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences 2(1): 129–140, 2015 · – 31.94% พันที่ –23.57% หลังสองเดือนขึ้นไป (เกม) — **ความมั่นใจ 85%** ยังไม่พบการทำซ้ำอิสระ
- Sellier, Scopelliti & Morewedge, "Debiasing training improves decision making in the field," Psychological Science 30(9): 1371–1379, 2019 · N = 290 · 19% · ไม่ได้ลงทะเบียนล่วงหน้า ไม่ได้สุ่ม · มีค่าแก้ไขปี 2020 ที่แก้ตัวเลขร้อยละเป็น 19% — **ความมั่นใจ 80%**
- Sheeran, Listrom & Gollwitzer, "The when and how of planning: meta-analysis of the scope and components of implementation intentions in 642 tests," European Review of Social Psychology 36(1): 162–194, 2025 · ผลต่อพฤติกรรม d = .27 · หลังปรับพฤติกรรมตีพิมพ์ d = .15 โดยรวม · แผนมีเงื่อนไข .43 เทียบแผนตาราง .29 — **ความมั่นใจ 85%** ตัวเลข d = .65 ของงานปี 2006 ที่ถูกอ้างอิงกัน ถูกแทนที่แล้วสำหรับผลต่อพฤติกรรม
- B. Singh, A. Murphy, C. Maher & A. E. Smith, Healthcare 12(23): 2488, 2024 · 20 งาน 2,601 คน · ค่ากลาง 59–66 วัน · ค่าเฉลี่ย 106–154 วัน (ราวสองถึงห้าเดือน) · รายบุคคล 4–335 วัน · หักล้างตัวเลขยี่สิบเอ็ดวัน · ตัวเลข 66 วัน (18–254) ของ Lally และคณะ 2010 อ่านผ่านงานนี้ — **ความมั่นใจ 80%**

- Giné, Karlan & Zinman, "Put your money where your butt is," American Economic Journal: Applied Economics 2(4): 213–235, 2010 · 11% สมัคร · 3 จุดเปอร์เซ็นต์ที่หกเดือน · ผลอยู่ถึงสิบสองเดือน — **ความมั่นใจ 85%** อ่านจากบทความ
- **จะผิดเมื่อ** การทำซ้ำอิสระพบว่าการฝึกด้วยเกมไม่ลดอคติเลยเมื่อวัดหลังสองเดือน

บทที่ 14 · คำถัดไป

- ตั้งขณิกปัจจเวกขณะปาฐะ บทนิยมนวดท่ายทำวัตรเช้า พร้อมคำแปล — kalyanamitra.org เผยแพร่ 25 กันยายน 2561 · ข้อความไทยคัดลอกตรงตัว — **ตรวจซ้ำ · ความมั่นใจ 90%** การอ่านว่ามั่นเป็นกฎหมายคุณที่ไม่เอ่ยถึงราคา เป็นความเห็นของเล่มนี้
- ความคุ้มจากการไม่ต้องนับ อ้างเหตุผล taxi-meter effect ของบทที่ 5 · ประโยคสรุปเป็นความเห็นของเล่มนี้

ข้ออ้างที่เล่มนี้ตั้งใจไม่ใช่

- ตัวเลขราคาและจำนวนครั้งในการทดลองตัวละครปี 1985 — ไม่ได้ตรวจกับตัวบท
- ตัวเลขการเข้าพัฒนาสรายเดือนหลังจ่ายเงินในงาน payment depreciation ปี 1998 — ไม่ได้เปิดตัวบท
- การทดลองขนาดแบบมีช่วงพักที่ทำให้สนุกขึ้น — ไม่ได้เปิดตัวบท และไม่พบการทำซ้ำ
- งานที่ว่าคนที่ทำงานแบบต้องได้ดีที่สุดได้เงินเดือนสูงกว่าแต่พอใจน้อยกว่า และการทดลองแย้ม — อยู่นอกคำถามของเล่มนี้ และตัวเลขของงานแรกไม่ได้ตรวจในรอบนี้
- ผู้ถูกลอตเตอรี่กับความสุจริตระยะยาว — อยู่นอกคำถามของเล่มนี้
- ความยากจนลดความสามารถทางความคิดของชาวไร่ฮอว์ — ไม่ได้เปิดตัวเลขของงาน และงานอีกแบบหนึ่งก่อนกับหลังวันเงินเดือนออกไม่พบผลต่อการทดสอบทางความคิด
- การฝึกกฎต้นทุนกับประโยชน์ทำให้คนเลิกนับต้นทุนจม (Larrick และคณะ 1990) — ไม่ได้เปิดตัวบท
- fresh-start effect — ไม่ได้เปิดตัวบท
- ค่าปรับบุฟเฟต์ในไทยทั่วไปเท่าไร และบ่อยแค่ไหน — ไม่มีใครนับ เล่มนี้เล่าเฉพาะเหตุการณ์ที่มีข่าวยืนยัน

เล่มนี้จะผิดเมื่อ

ผู้อ่านที่อ่านจบ ยังตัดสินใจคำถัดไปด้วยใจเสรีเหมือนก่อนอ่าน ในเรื่องที่คำถาม ถ้าได้มาฟรี ยังเอาไหม ถามได้ ถ้าเป็นอย่างนั้น เล่มนี้ล้มเหลวในสิ่งเดียวที่มันตั้งใจทำ ไม่ว่าตัวเลขในเล่มจะถูกแค่ไหน และบทที่ 13 บอกไว้แล้วว่ามันต้องใช้เวลาเป็นเดือน ไม่ใช่เป็นบท