

# 心靈捕手

家教教育特刊 11005

## 賺多少都不夠用？做對四件事，擺脫總是沒錢的惡性循環！

小編的一位朋友、年薪百萬元的科技業工程師卻整天嚷嚷每個月幾乎存不到錢，「薪資雖然不錯但花費也高，自然很難存得到錢！」再看看周遭的一般小資上班族，經常還沒到月底就已荷包見底、捉襟見肘，工作多年仍不能存到一筆積蓄…。為何賺多賺少都存不了錢？本文從許多人容易忽略的「現金流」計算，再到一般人最常犯下的「多餘無益消費」，進一步分析常見的理財迷思！

### 總覺得錢不夠用？先搞懂何為「現金流」吧！

所謂的「現金流」，就是指持續性的收入及支出；其中，持續性的收入像是每月薪資、每年股利或是股息等穩定收益的收入現金流，至於持續性的支出則包括：房租支出、三餐費用或是水電瓦斯費用等，相對是不斷流出的支出現金，如果將收入扣除掉支出後，剩餘用來自由支配的資金，就稱為「現金流」。

以小編的朋友為例，儘管擁有一份高薪的工作，卻老是苦於存不到錢，經仔細了解後，問題的癥結原來在於每天習慣一杯咖啡的「拿鐵因子」作祟…；區區一杯只要 45 元的拿鐵咖啡，如果每天都喝上一杯，將 45 元乘上一年約有 250 個工作日，就要花上 11,250 元！但如果願意省一點，從每天喝一杯咖啡改為每周喝一杯咖啡，以同樣 45 元拿鐵咖啡來計算，將 45 元乘上一年 52 周僅需 2,340 元，與每天喝相比，一年有 14,000 元的差價、十年下來就相差有 140,000 元之多，可見省小錢涓滴累積成大財富的力量不容小覷。同理也可證，無論薪資多寡，都要避免過大的「負現金流」，以防萬一、以備不時之需。

舉例來說，小編月薪收入 40,000 元、每月支出現金流約為 20,000 元，而小編的朋友科技業工程師月薪收入 80,000 元、每月支出現金流約為 50,000 元，兩人的收入和支出都差了超過 2 倍以上；想當然耳，小編的朋友生活一定過得更優渥，開名牌車、住大房子，儘管貸款利息不低，每個月可以存下的錢也比小編多出 1 倍之多…。但假設有一天，偶遇突發狀況都無法工作了，也頓失收入，但是每月的車貸、房貸及生活開銷仍需照常支出。以小編每月 20,000 元的開銷支出，就算沒了工作，仰賴個人存款短時間內應該勉強還撐得過去；再看看小編的朋友，每月支出高達 50,000 元，如果無法盡快回到工作崗位上，「負現金流」很快就會出現了，荷包又要見底、空空如也。

### 改掉衝動購物壞習慣 遠離「錢不夠用」惡性循環

老是覺得錢不夠用？這是因為你不懂得正確運用「現金流」！其實日常生活中的各種存錢習慣、消費方式都是理財其中一門學問，俗話說：「你不理財，財不理你！」，關於理財這件事絕對是愈早愈好，尤其沒錢更要學理財，以下小編整理一般人最常見的 4 個「多餘無益消費」，從現在開始，慢慢改掉這些壞習慣，或許有助於你遠離存不到錢、錢不夠用的惡性循環：

#### 抉擇 1、只在有需要時才上街購物且不多買

小編以前經常與同事相約吃午餐、飯後回程也順道帶了不少「戰利品」，像是衣服、髮飾、零食等，每個星期莫名其妙也花了不少錢，每到月底總是後悔莫及，看著見底的荷包發楞。為了不再重蹈覆轍，現在一樣與同事相約吃午餐，但是每個月會幫自己列出一張購買清單，強制規定只能購買清單上的物品、絕不能多買，就這樣，近幾個月下來，口袋裡多了不少盈餘，也不再心慌慌、心煩意亂。

#### 抉擇 2、培養「先儲蓄、後消費」習慣

除了購物行為的改變外，小編在幾個月前開始培養「先儲蓄、後消費」習慣，在發薪日當天只在戶頭留下當月生活費，其餘全部存入獨立的儲蓄帳戶。這種先扣後花的方式，很適合小編這種只要手裡有餘錢，就忍不住想要花掉的衝動型消費者，「先將預存的錢扣下來，剩餘的錢全部花光都沒關係」，如果你也是同類人「留不住錢」，不妨試試這個方法吧，幾個月後，帳戶因此多了一筆為數不小的存款。

#### 抉擇 3、力行斷捨離、約束非理性消費行為

想要改掉自己胡亂消費的壞習慣，不妨試試近幾年在全世界蔚為風潮的「斷捨離」概念，例如想要買一件新衣服前，先要打定主意捨棄一件舊衣服，如果捨不得，表示其實你沒有很急迫性的需求，那麼，何不把這筆錢省下來？不過，即便是願意捨一件再買一件，在捨棄時或許會因為浪費感到心疼而稍稍減緩購物的衝動！

所謂的「斷捨離」概念，是由日本雜物管理諮詢師山下英子所提出，其中「斷」是指斷絕不需要的東西、「捨」是指捨去多餘的廢物，經由反覆練習「斷」和「捨」，得到的狀態就會是「離」：脫離對物品的執著。

#### 抉擇 4、行動支付雖方便卻無法感受現金流

在血拼購物後要買單時，你是否習慣拿出手機來感應付款？今天行動支付平台愈加普及，只需一支手機「曄」一下就能輕鬆付款，也加速現代人對於金錢從指尖快速地流失愈來愈無感；相較於傳統以現金支付方式，從拿出錢包、抽出現金，再到真正付錢的這中間過程，可以讓我們有反悔思考的緩衝時間，而行動支付則讓付錢這件事變得快速、簡單又有效率，相對也省去了「反省」的時間，一整天下來，或許你已不知究竟花出去了多少錢。

※本文摘錄自經濟日報--小花平台保險+ (2021.01.06)，網址 <https://reurl.cc/v50Yzj>

※輔導室將於 5/21 (星期五) 5、6 節辦理【青少年理財思維第一課】專題講座，歡迎對於理財投資有興趣的同學踴躍報名參加，意者請洽輔導室~



請各班輔導幹事 協助公告張貼