



財務幸福自我養成計畫

財務金融學系 陳彥行 教授



回顧與展望



課程進度

第一堂

基本理財觀念

第二堂

退休金及金錢詐
騙剝削預防

第三堂

職涯規劃、收支
管理及借貸評估

第四堂

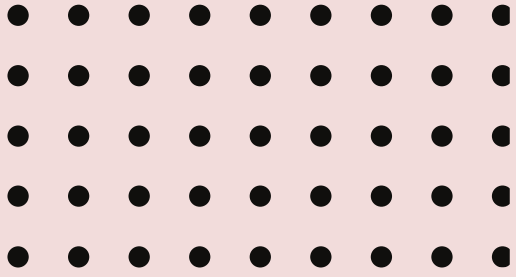
投資報酬與風險

第五堂

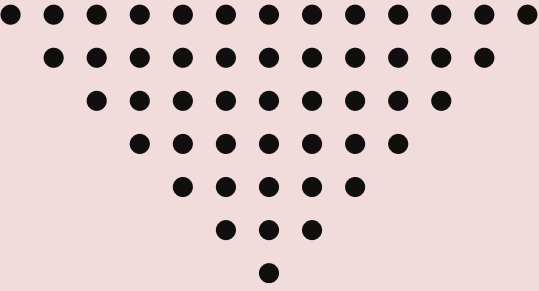
人生風險與保險

第六堂

回顧與展望



理財規劃流程



1 設定理財目標

還債、買車、買房、
退休、教育、旅遊。

2 終生收支模擬

確認資產與收支是否足夠
支應理財目標？

3 設定行動方案

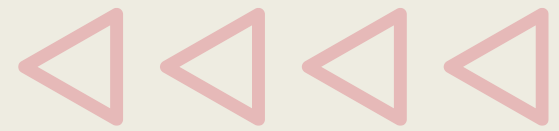

現金預算。
儲蓄、保險、投資。
調整目標 (縮小、延後、取消)。

4 定期評估績效與修正

修改行動方案。
再次調整目標。



介惠基金會於2020起推動
「財務幸福計畫」，
協助婦女金融理財能力的養成。



她們理財時遇到什麼困境？

- 1 沒有設定理財目標。
- 2 沒有儲蓄、負債太多。
- 3 有儲蓄計劃但是成效不佳 (習慣、額外的開銷)。
- 4 買錯保險商品。
- 5 投資風險太高的資產。
- 6 家人有不同的意見。

她們理財時遇到什麼困境？

- ✓ ① 沒有設定理財目標。
有目標與計劃：支配金錢。沒有：被金錢支配。
- ✓ ② 沒有儲蓄、負債太多。
- ✓ ③ 有儲蓄計劃但是成效不佳 (習慣、額外的開銷)。
收入 - 儲蓄 = 支出。
- ④ 買錯保險商品。
帳戶管理 (日常開支、緊急預備金帳戶)。
- ⑤ 投資風險太高的資產。
外部監督力量。
- ✓ ⑥ 家人有不同的意見。
學習溝通、劃清財務界線。

李雅雯 (2020), 「與家人的財務界線」, 采實文化。

個案: Hugo與Alice

理財目標

1年後買房(房價600萬)。
每年8萬旅遊、持續20年。
60歲退休，餘命25年，
每年共96萬旅遊。

財務狀況

年收117萬、年支95萬。
資產80萬，無負債。
66歲生息資產就會歸零。

行動方案

調低保費3萬。
延後5年買房。
延後5年退休。
增加儲蓄。
調整投資組合(退休前報酬率6%，退休後3%)

洪哲茗, 邱茂恒 (2022), 「精準投資」, 財經傳訊。

理財規劃 常是一家人 共同的議題



配偶間的優先順序不同很常見。

Hugo重視早退休，Alice重視生活品質。

Hugo覺得Alice買包與上空中瑜珈開銷大。

Alice覺得Hugo花太多錢玩線上遊戲與訂閱Netflix。

財務目標與行動方案設定都需要**溝通**。

個案：方先生一家

洪哲茗, 邱茂恒 (2022), 「精準投資」, 財經傳訊。

理財目標

25年後子女成家贊助金
500萬。

子女教育基金(國外博士),
每年144萬。

60歲退休, 餘命25年,
每年144萬。

財務狀況

年收417萬、年支318萬。

資產2,785萬, 負債875萬。

74歲生息資產就會歸零。

可能行動方案

1 多接案、減少生活支出。
(降低生活品質與家庭時間)

2 刪減教育基金(國內私大)、
成家基金(250萬)。
(不需要過度加班增加收入)

理財規劃是**探索**各種人生規劃的可能性與其機會成本。

探索與溝通之道

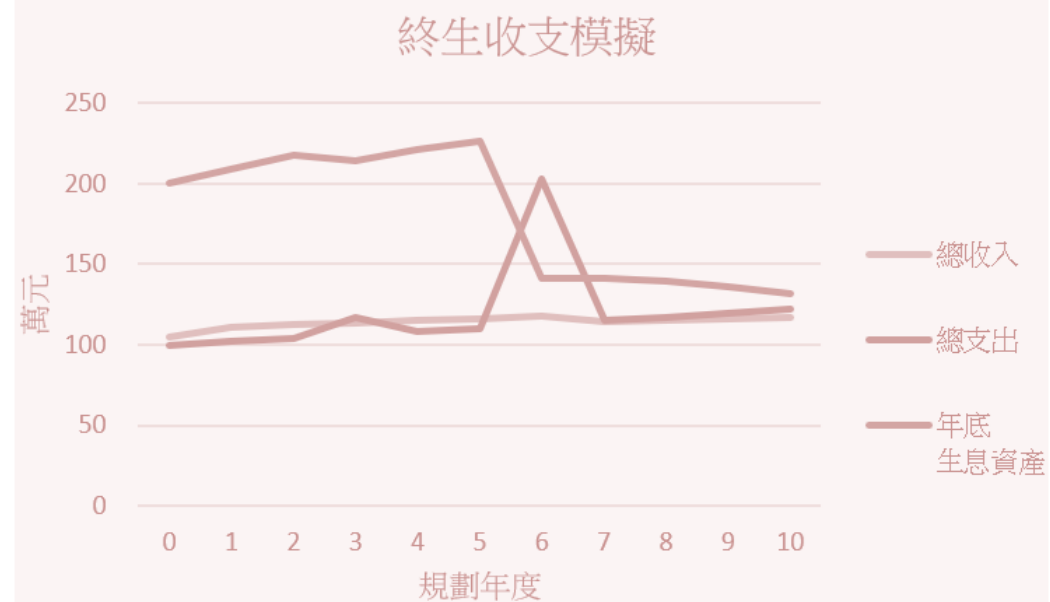
1

練習有效地
聽與說



2

Excel終生
收支模擬



3

專業理財
顧問協助



正念聆聽

探索對方的需求並給予**同理**。

只聆聽不插嘴

(1分鐘)

在談話中觀察對方的身體狀況和心情狀態。

1

摘要並確認內容

(1分鐘)

將對方說的話做個摘要或複述，摘要完後可以跟對方確認這是不是他要表達的意思。

2

好奇提出問題

(2分鐘)

放下評斷，出於單純的好奇去了解對方的想法「為什麼會感到這樣？」

3

回應需求

(1分鐘)

同理對方的需求，然後用合適的方式回應對方（認同與否？安慰、建議）。

4

吳錫昌, 凌憬峯 (2021), 「正念溝通力, 關係更親密」。四塊玉文創。

非暴力溝通

說出自己的**需求**。

1

觀察

(如實、客觀)
我聽到你說希望孩子從小學起就念私校。

2

感受

(自身的感覺)
我感到壓力很大，也很焦慮，因為我們的家庭年收入並沒有很高。

3

需要

(心理層面)
我希望能夠知道我們的收入付私校學費後是否還可以支應退休的生活，這樣比較有安全感。

4

請求

(明確、具體、允許對方拒絕)
你願意撥出時間與我一起試算一下未來的財務狀況嗎？

賴佩霞 (2020), 「我想跟你好好說話：賴佩霞的六堂非暴力溝通入門課」。早安財經。

利用Excel進行終生收支模擬

	期初生 息資產	投資 報酬率	薪資 收入	投資 收入	經常 支出	理財目 標支出	自由 儲蓄	期末生 息資產
第0年			100	5.0	100	0	5.0	200.0
第1年	200	5%	101	10.0	102	0	9.0	209.0
第2年	209	5%	102	10.5	104	15	-6.5	202.5

薪資收入每年固定成長1%，經常支出每年固定成長2% (等於物價年增率)

投資收入 = 期初生息資產 × 投資報酬率

期末生息資產 = 期初生息資產 + 自由儲蓄

自由儲蓄 = 收入 - 支出



好的理財顧問可以？

協助探索理財目標優先順序。

協助家庭成員溝通。

協助建立家庭財報、進行終身收支模擬。

根據理財目標推薦金融工具。

協助有紀律的執行理財計畫、避免人性弱點。

理財規劃，
是一個不斷探索內心價值觀、
並隨時間調整的過程。
若能把有限的時間與金錢，
花在最值得的人、事、物上，
就能感到幸福。