

想要避免債務超出負擔能力嗎？ 試試記帳吧！

吳振聲 / 金融聯合徵信中心管理部

有個朋友說他自己並不喜歡逛街，但有時候難免要陪太太逛逛百貨公司，有一次他在出門時問他太太今天要買些什麼東西，他太太回答說：「我現在不知道，但等我走進百貨公司看到東西的時候，我就知道我要買哪些東西了」。有許多人就是無法控制自己的消費欲望，像是有些女性朋友明明鞋櫃裡已經有好幾十雙的鞋子了，但每當經過鞋子專櫃時，總忍不住要去瞧瞧、試穿看看，如果商家夠機

伶的話，「小姐，這雙鞋穿在您腳上真是好看…」，這些女性朋友當然就乖乖的把錢奉上了。有些男性朋友也是只要一聽到有什麼最新推出的超酷超炫3C商品，管他帳戶裡剩多少錢，反正先刷信用卡先買下來再說。

如果之前你也有上述的消費習慣，甚至是所謂的月光族，而現在你想改變消費習慣和改善財務狀況的話，那我建議不妨試著開始記帳吧！確實記錄錢是怎麼花的，然後定期檢視分析有哪些支出是真正必要的，而哪些支出是不必要的浪費。有些朋友也許會擔心自己沒有學過會計等專業知識，其實你只需要把每一筆錢用在什麼地方確確實實記錄下來就可以了；然後例如一個月做一次檢視分析的工作，看看自己在哪方面的花費最高？是不是有哪方面的花費其實是不需要的？甚至你還可以為自己定月預算表，例如，定出下個月花在食、衣、住、





行等各是多少錢，然後嚴格控管支出；相信如此做之後，你就可以把錢花在刀口上，因而大大改善自己的財務狀況。

我們在前面說過，記帳時你只需要把每一筆錢詳實記錄下來就可以了，其實網路上也有許多免費的記帳理財軟體可供下載使用，另外以下幾點對記帳也是有幫助的：(1) 支出項目應該分類記錄，而且分類應越細越好：分類越詳細越利於分析，例如在飲食、交通、娛樂…方面的支出各是多少，這樣日後在分析錢都花到哪邊去的時候，你才可以知道是不是上餐廳的次數太多了一點，是不是到KTV唱歌的次數太頻繁了。你如果沒有做分類記帳的話，而只是含糊記載在什麼時候花了「零用金」三千元，這種記帳是無法做分析的。(2) 最好每天記錄，如果時間隔太久，之後才想到要記帳的話，你會記不起來這筆錢到底是花在什麼地

方。(3) 保留發票、收據等消費單據。(4) 訂定的預算目標必須合理可行。

目前先進國家都很重視各項統計數據，像是人口數、失業率、國內生產毛額(GDP)…等等各項數據，原因無他，有了正確的數據，然後才能擬定各項施政方針，可以說沒有數據只憑感覺是沒法做好有效管理的。在國家是如此，在個人亦是如此，缺少實際的數字管理，我們對我們自己的財務生活只有感覺而已，我感覺我好像花很多的錢在化妝品上，我感覺我好像花很多的錢在3C商品上面，感覺與實際很可能有相當大的落差。唯有透過確實的記帳，我們才能真正了解我們的錢花在哪方面，做好記帳管理也許沒辦法讓每個人成為富爸爸、小富婆，但是至少可以讓我們免於債務纏身的悲慘情況。