



# 幸福的家庭需要好好談錢



邱瓊慧 / 種子心靈事業有限公司

每個人的心靈是肥沃的土壤，  
種下什麼種子，將決定我們如何  
經驗和實現自己的生命

大家好，  
我是瓊慧

每個人的心靈都是肥沃的土壤，  
於是我們種下什麼種子，  
將會決定我們如何經驗和實現自己的生命。



- 種子心靈事業有限公司負責人
- 諮商心理師（105年辦理歇業）
- 教育部部定講師、NGH催眠師

# 很開心有機會跟大家一起交流、學習

fb

種子心靈事業有限公司

## 我們用心

以心理學的知識、  
企業經營的策略、  
助人倫理的堅持，  
致力於改善和提升人類的能力和幸福。

## 我們相信

透過閱讀、活動體驗、  
課程學習與諮詢對話，  
可以鬆鬆心靈的土壤，  
並獲得養分種下希望與愛的種子。

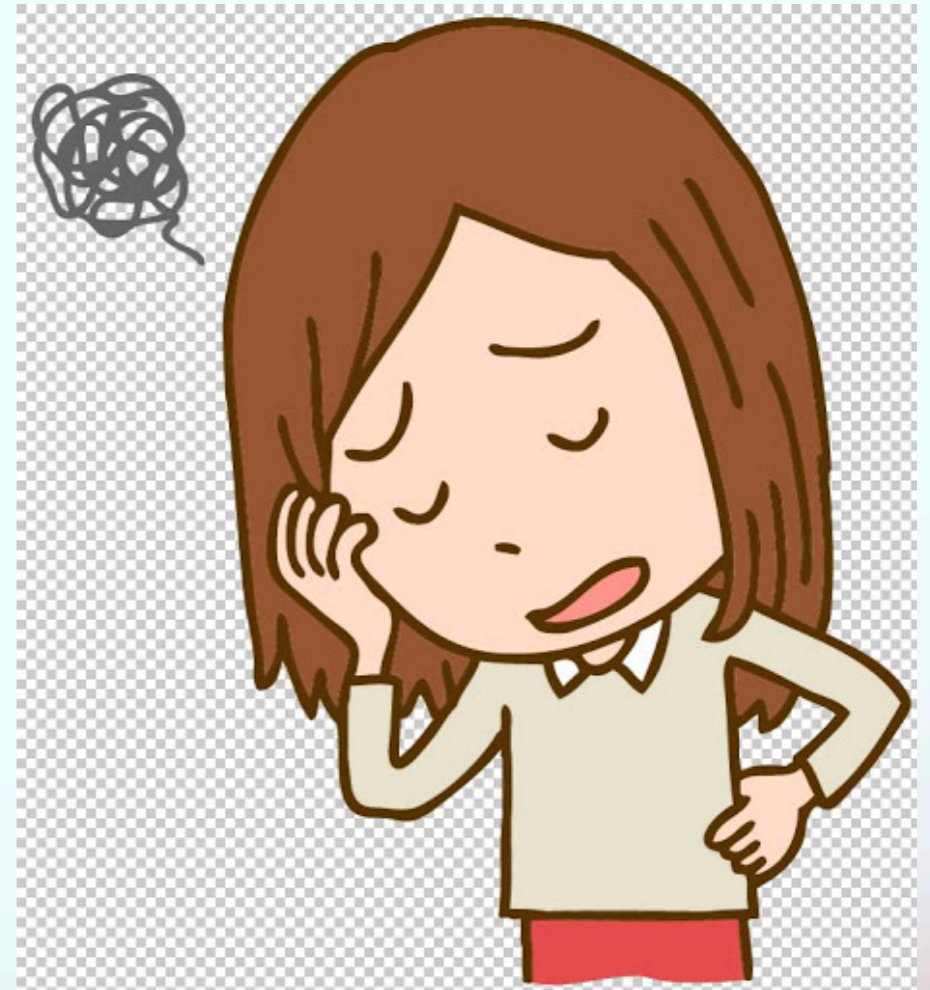
## 我們耕耘

書籍出版  
心理諮詢  
諮商輔導媒材開發  
增能課程規畫執行



# 我同時也是.....

- 高中畢業開始打工，大學辦理自學貸款，研究所未畢業就進入全職工作。
- 全額貸款在台中買房子，20年的房貸提前三年清償完畢。
- 曾瀕臨破產兩次，後來得到朋友的協助，並且痛定思痛改變自己，才開始學習理財。



記帳不等於理財、賺錢省錢不等於會有錢

# 這些年聽過的悲傷故事




孩子啃老、伴侶失和、自我傷害

談錢傷感情，但不談後果更嚴重，現實人生無法依賴僥倖

# 多希望可以早點知道的事

投資思維

## 改變人生的四種複利效果



金錢複利

能力複利

習慣複利

情緒複利

小資理財90秒

雷浩斯、Ms. Selena、劉軒、李尚龍、成甲、王瀟、劉媛媛、雷文濤 有感推薦  
當當網新書暢銷榜 No.1，讀者有口皆碑，★★★★★強推

# 行動 複利

從想到，到做到，半途不廢的  
四階段練習

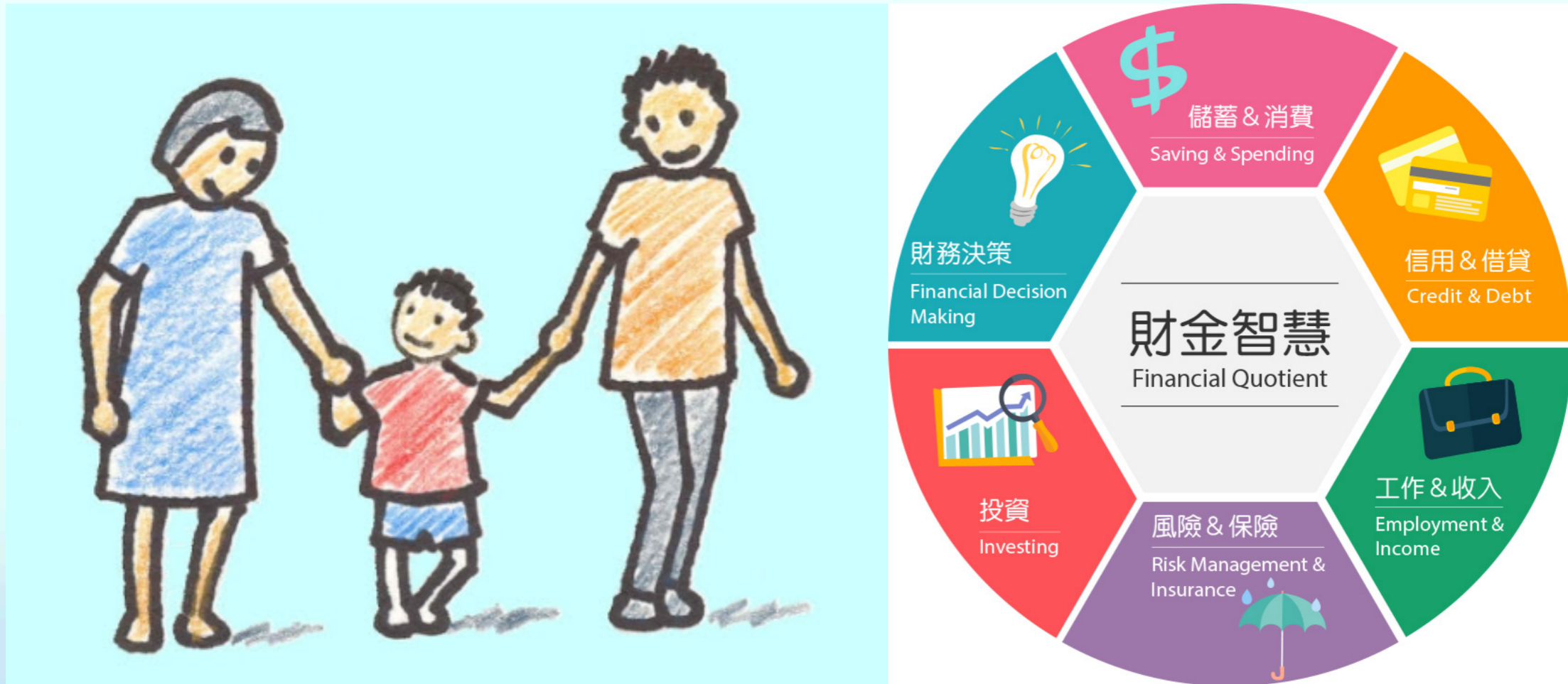
持續行動專家 **Scalers** 一著

道理我都懂，就是做不到？  
可若發現每一次行動都在利滾利，  
每一次自律都帶來更多自由，  
每一個持續都使夢想更閃耀接近，  
你，真的做不到嗎？

本書帶你打敗半途而廢，告別低效人生，用行動複利，成就更滿意的自己！

思想、行為、習慣、性格、命運

# 開始之前



您對講座的期待？您對於財金教育的體會與疑問？

# 現場調查



- 您對財金知識有相當程度的了解？
- 您有給孩子零用錢？
- 您會在教養中融入理財教育？
- 您清楚掌握家中每個月的固定收入和固定支出？
- 您跟伴侶會擬定年度計畫與預算？
- 您對家中的財務規劃充滿信心？

答案為 Y E S 的人，請驕傲舉手



# 值得親子共同學習的網站





# 2015 全台親子理財

## 現況大調查



61%  
有教



六成家庭  
有教小孩  
理財觀念



39%  
沒有教

父母就親子理財  
平均給自己打

68分



46.5% 的父母  
不擔心小孩啃老



47.2% 的父母  
擔心小孩啃老



# 爸爸 VS. 媽媽



誰比較會理財？



媽媽	爸爸	都會	都不會
40%	29%	20%	6%
			不知道 5%



誰花比較多時間在教小孩理財？



媽媽	爸爸	都沒有教	一樣
47%	17%	18%	15%
			不知道 3%



小孩遇到和錢相關的問題會問誰？



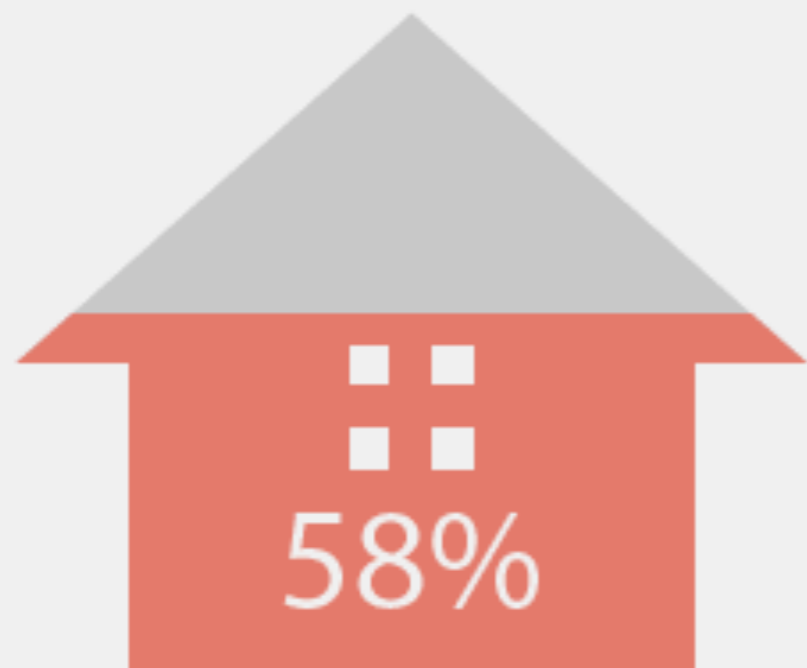
媽媽	爸爸	都問	都不問
52%	16%	20%	8%
			不知道 4%



誰對小孩的理財觀念和行為影響比較大？



媽媽	爸爸	一樣	都沒有
42%	23%	31%	1%
			不知道 3%



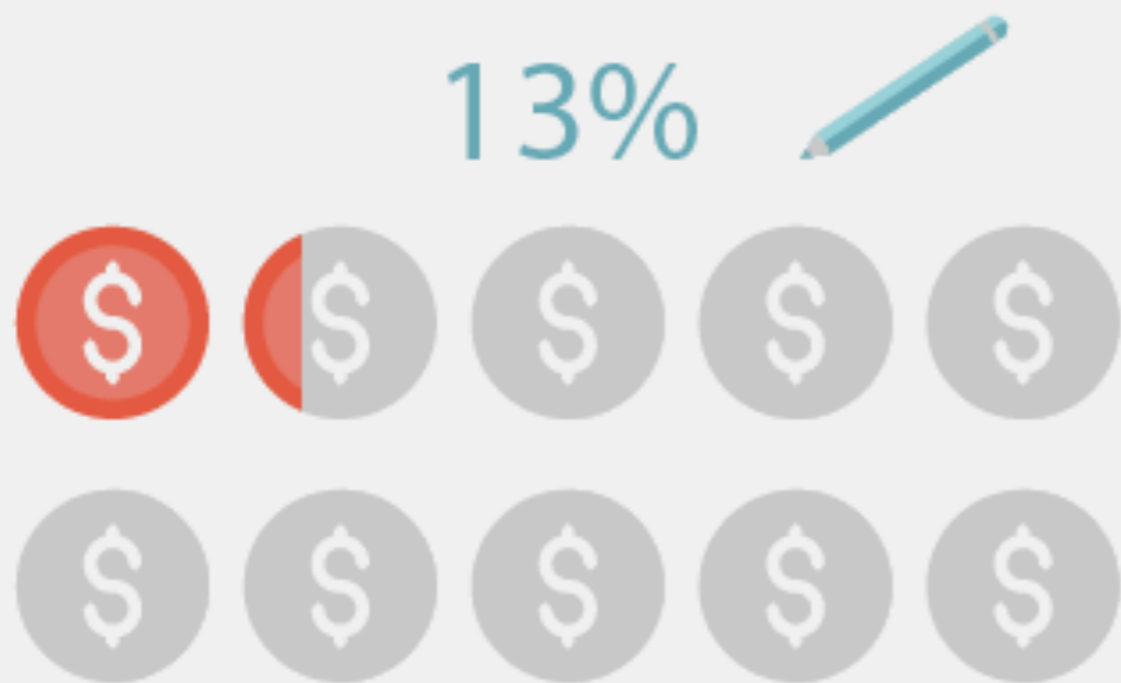
近六成的家庭會給小孩零用錢

49%



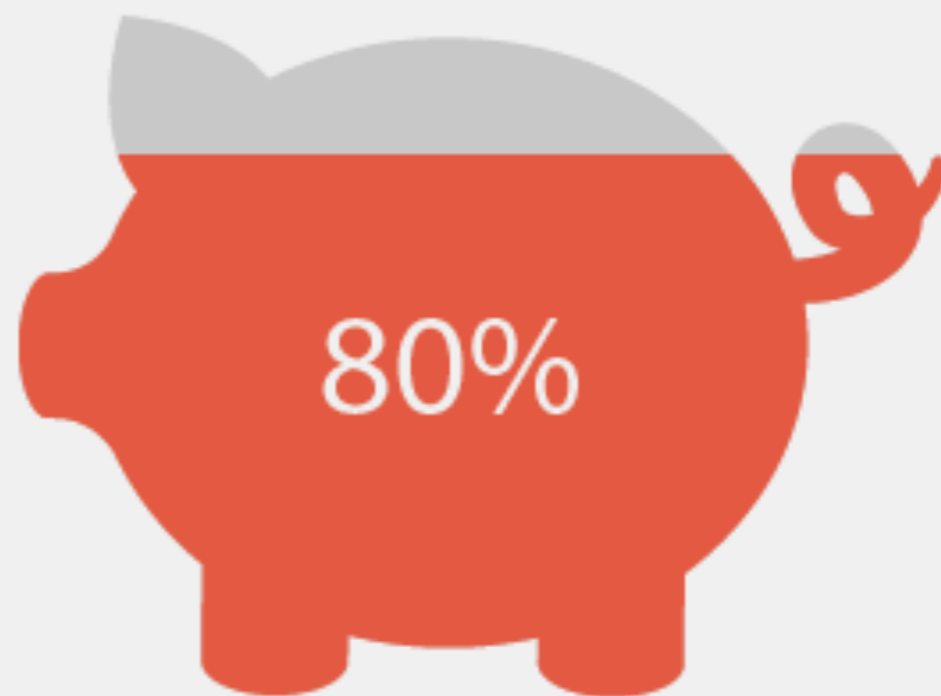
近五成的父母會管小孩的用錢決定

13%



僅一成的小孩有記帳

80%



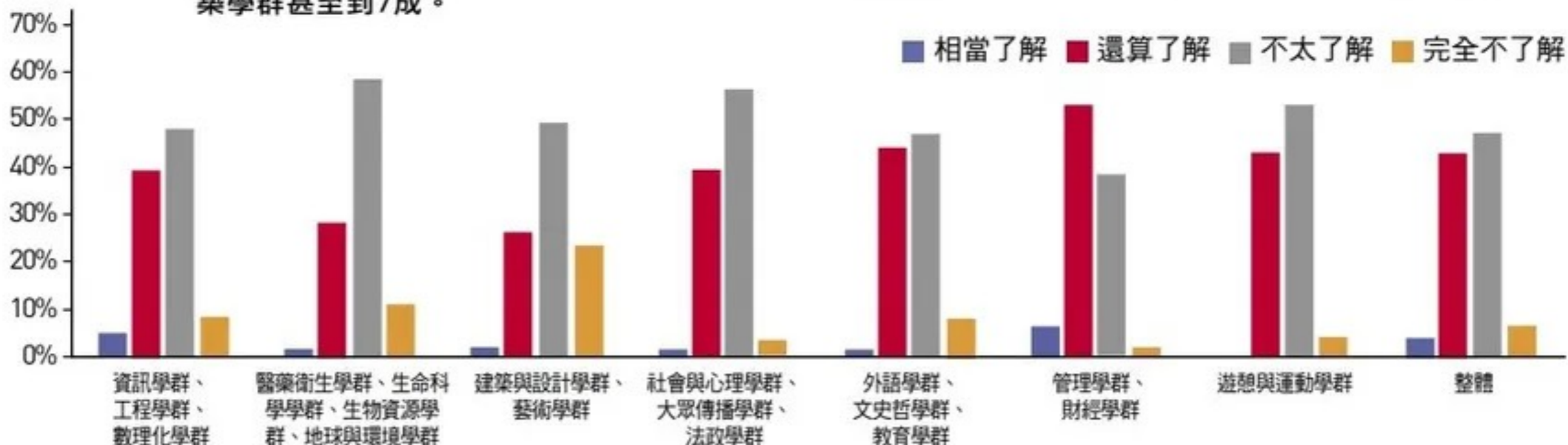
八成的小孩有存錢

# 青年缺乏財金素養

圖2

## 大專生金融素養調查 逾半不了解！

——除了管理、財金學群對於金融知識有較高的了解（約6成），其他學群超過5成都不了解，尤其生醫、建築學群甚至到7成。



根據財金智慧教育推廣協會的調查，從2016年至2022年，年輕人的財金知識平均進步2.5分，但其中大學生的分數提高，但高中職的學生分數反而下降。

# 暫停一下



您對前述的分享與討論，有何疑問或體會？  
孩子缺乏財金素養，會有怎樣的影響？

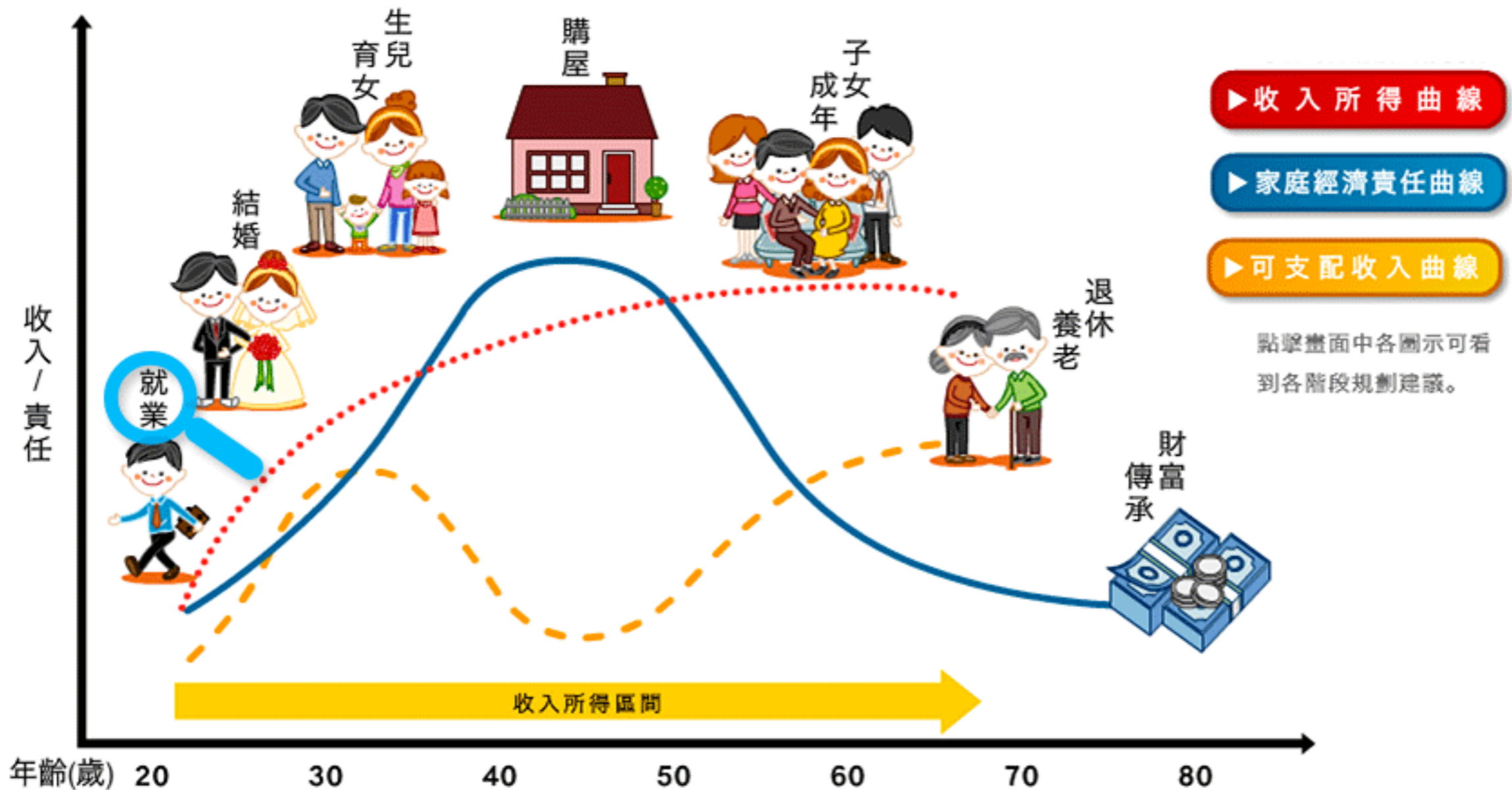
# 財金素養的重要與核心



金錢是有形的財富、時間是無形的財富

財金教育的核心是自律、負責，收穫的果實是自主、自由

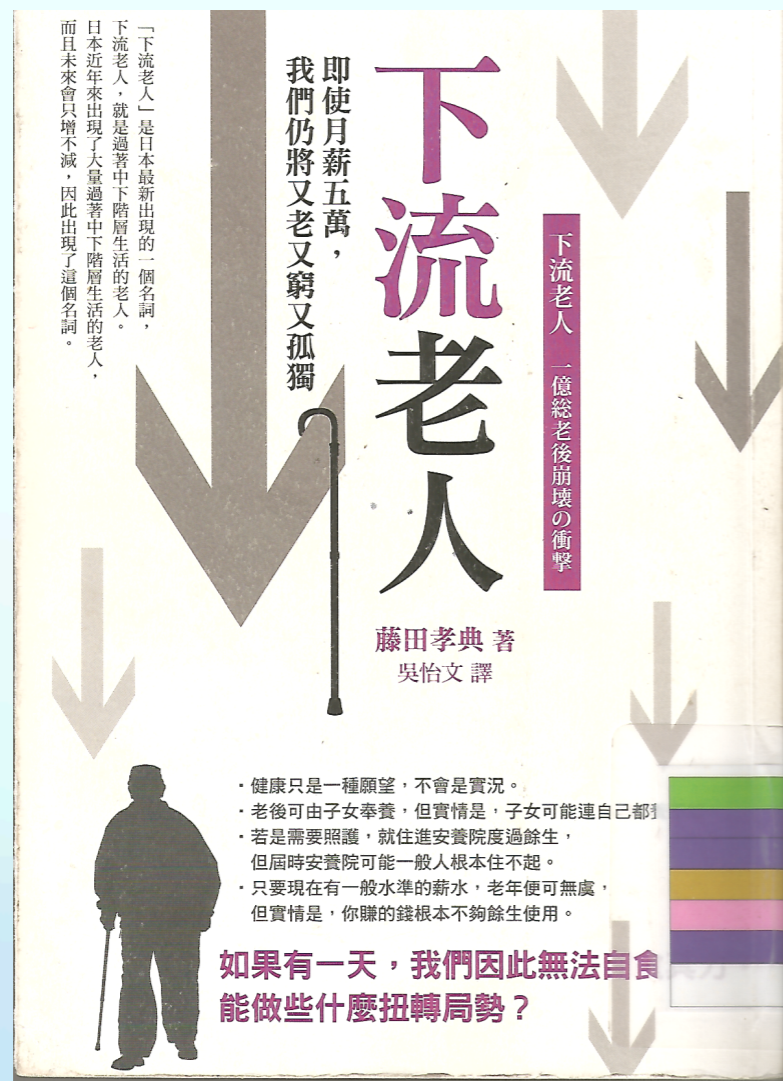
# 人生收支曲線圖



人一輩子都需要花錢，但卻不一定能一輩子都在賺錢



# 您與孩子都需要財金素養



- 如何計算需要多少退休金？
- 您每個月需要多少花費呢？
- 考慮通膨與健康因素等，老年每個月的花費，差距從一萬五到十萬之間
- 月花費 X 12個月 X 20年 = ？
- 您目前準備了多少？

退休後，您需要準備多少錢才能避免下流老人的命運？

# 今天會談到的主題

- 透過親子互動與家庭活動融入財金素養
- 認識自我的想要和需要以及自我負責
- 建立設立目標和達成目標的思考邏輯
- 瞭解金錢的分類以及經濟的遊戲規則
- 理財教養 Q & A : 就從今天開始執行



# 認識自我的想要和需要

- 建立「需要」與「想要」的分類：  
**需要**通常跟食衣住行等基本需求有關、**想要**則出於個人偏好。
- 生活中任何與**花費和決策**有關的對話，都加入檢視**需要**還是**想要**的成分，直到變成習慣與本能。



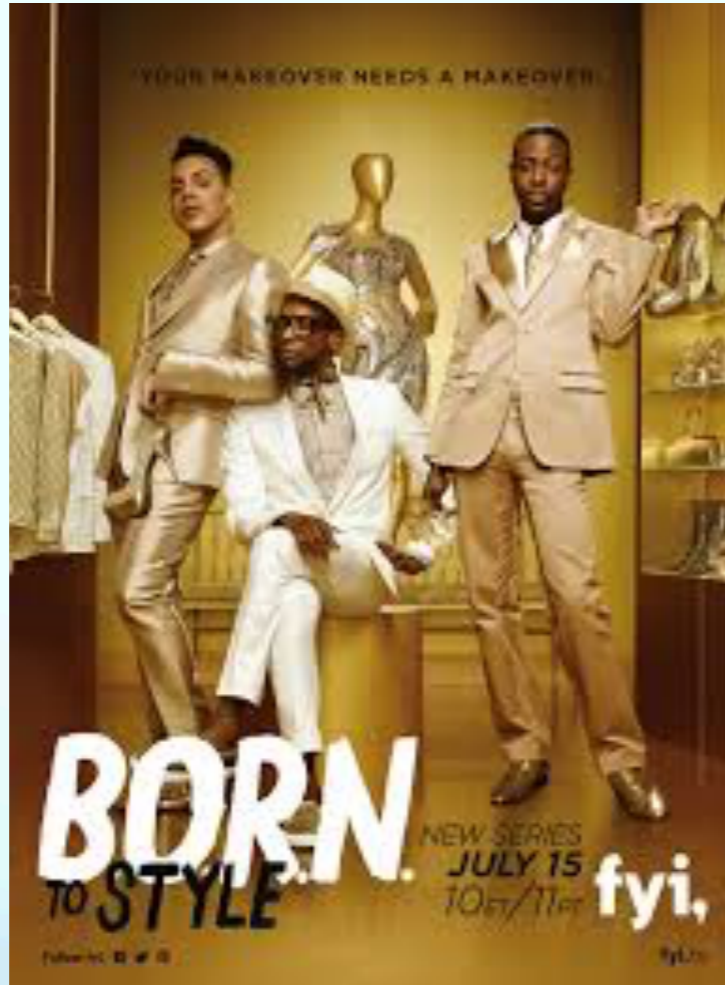
釐清**需要**以進行取捨、確認**想要**來增進動機

# 實戰演練



列出五種相對應的需要和想要

# 實戰演練：孩子想要.....



孩子提出想要換手機、牙齒矯正、醫美、補習.....  
哪些要求您會同意？您都如何回應孩子的請求？

# 實戰演練

- 對話練習：好好聊一聊
- 機會教育：研究的能力
- 擴大效益：談判的練習
- 擴大目標：製作願景板
- 制定計劃：規劃預算表
- 自我激勵：掌控與成就



有欲望是好事，什麼都不要也令人擔心，  
但需要釐清真正「想要」的是什麼？OO 代表什麼？

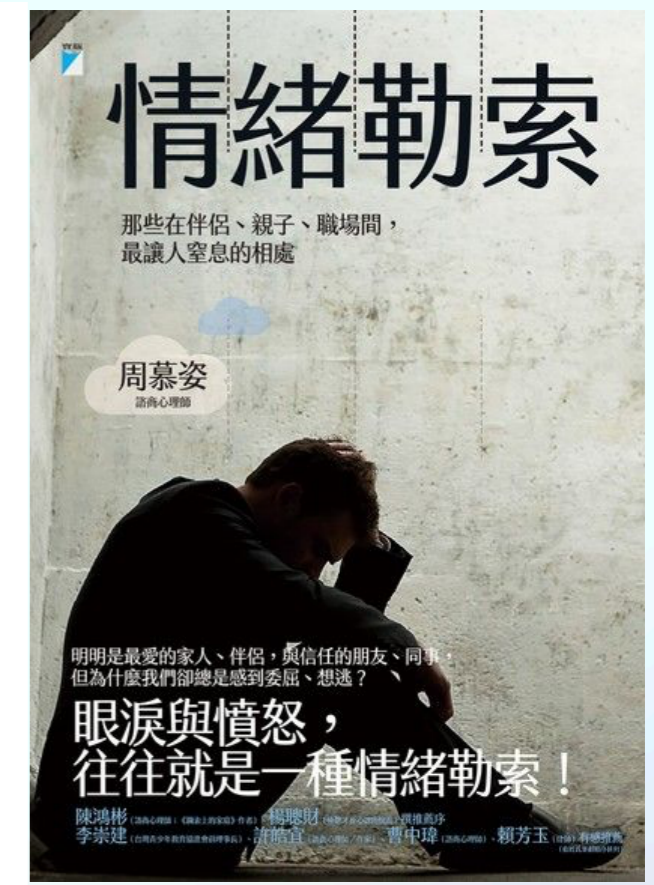
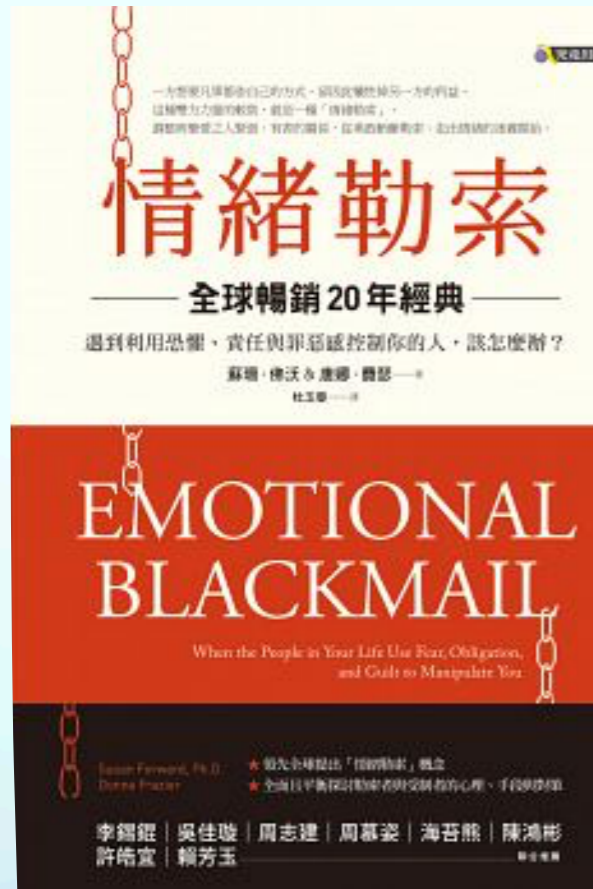
# 重點是為自己的需要和想要負責

- 檢視您為孩子的付出，是回應他的「需要」還是「想要」？
- 檢視您對孩子的付出，是回應您的「需要」還是「想要」？
- 孩子追逐「想要」沒有關係，只要他能為自己的想要付出行動



家長必須**停止**想要滿足孩子的自動化反應  
看重更長遠的效益

# 實戰演練



哪些狀況您最難拒絕孩子？

滿足與拒絕以外的另一種選擇、每次都讓孩子多做一點



# 暫停一下



您對前述的分享與討論，有何疑問或體會？



# 設立目標、達成目標

- 設定目標：越具體越好
- 編列預算：時間與費用
- 計畫與執行：有效策略
- 檢討與修訂：定期修正



人生就是一連串設定目標和達到目標的過程

# 設定目標的準則

- 內容具體
- 實行期程
- 優先順序
- 意義回饋



黃金圈 與 學習催眠 教我的事、現在就為自己設定目標  
如果我的人生超級棒，那會是因為.....行動+結果

# 編列預算\成本概念：時間與花費



- 機會成本與時間成本
- 預計多快要達到目標？
- 需要準備的金額費用？



所有的目標都需要被量化為時間和花費，才能精準評估

# 實戰演練



您剛剛設立的目標，需花費多少時間和金錢方能達成？

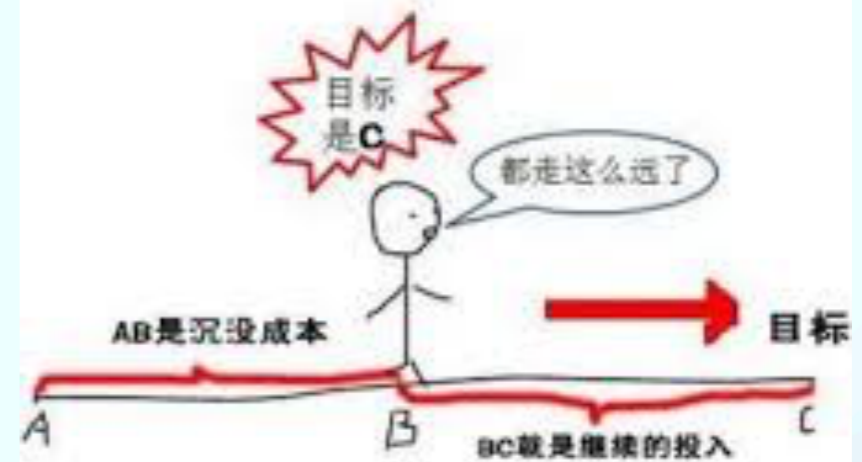
# 沉沒成本的謬誤

○ 沉沒成本：  
為何夾不到娃娃卻一直投錢！

POCKET MONEY



## 沉沒成本



學有專精的孩子越難轉行：醫生、學音樂.....

戀愛分手後難以忘懷，也跟沉沒成本謬誤有關

# 活在當下也要投資未來、換位思考



關鍵思維：您選擇留戀過去還是投資未來？

永遠看著要去的目標，連造型都要投資未來和換位思考

現在的你，是否符合最想呈現的自己？

# 暫停一下



您對前述的分享與討論，有何疑問或體會？



# 計畫與執行：財務的基本概念

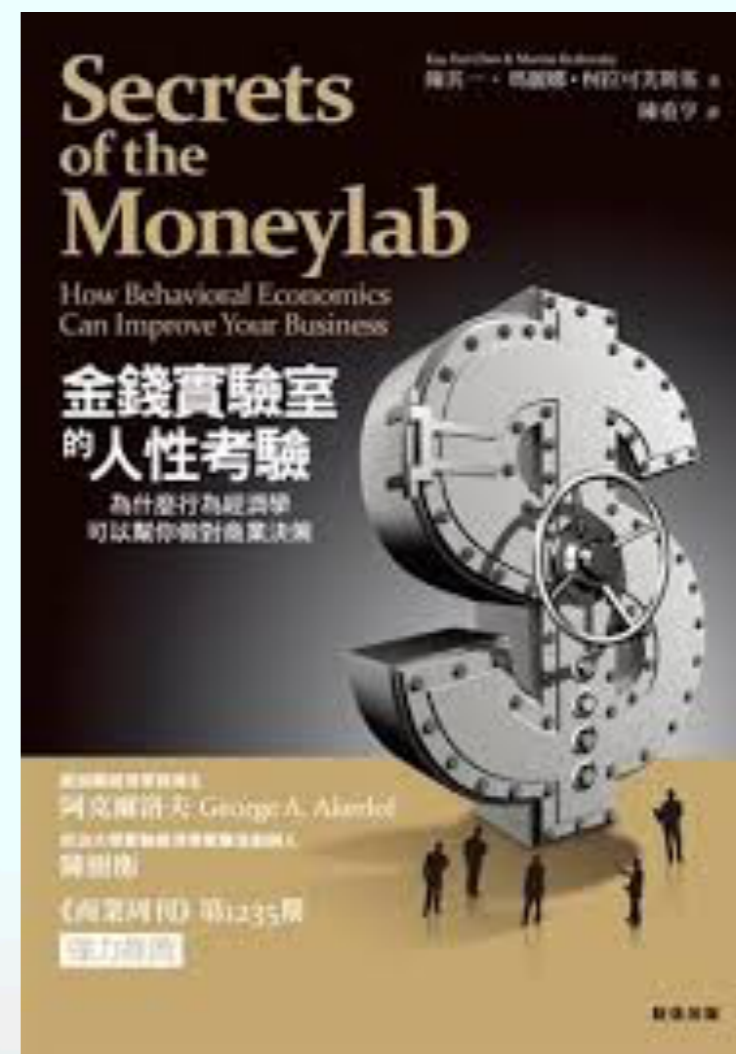
- 固定收入 與 變動收入
- 主動收入 與 被動收入
- 需求 與 供應 的連動，  
決定價格 / 物以希為貴
- 創造自我的難以取代性
- 自我定位的思考



錢從哪裡來？收入的種類

# 計畫與執行：財務的基本概念

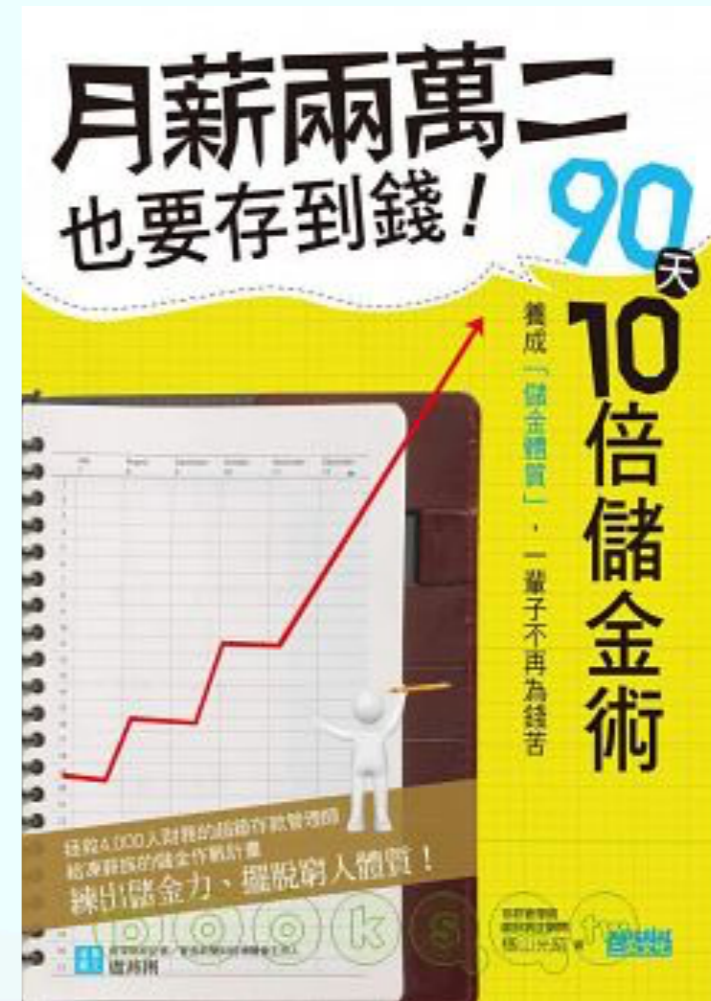
- 固定支出 與 變動支出
- 提高固定支出的比例：透過記帳  
把變動支出變固定支出
- 區分 消費、浪費、投資、置產、  
保險、捐款 與 還款
- 當下消費與後續花費：房屋修  
繕、車子保養、相關保費等
- 緊急預備金：六個月的固定支出



錢花去哪兒？支出的種類；學費算哪一種支出？

# 計畫與執行：如何從 A 到 B

- 記帳以檢視起點：確認消耗速度與庫存，方能減少浪費
- 固定收入
- 固定支出
- 目標花費：儲蓄、償債、夢想
- 收入 - 支出 = 目標花費 (X)
- 收入 - 目標花費 = 支出 (0)



確認您的起點與終點，接著思考如何走到那裡

# 計畫與執行：注意非現金的花費



兩個錢包的故事：花錢必須有感

錢從哪裡來？哪裡去？信封理財、存錢筒理財、不同帳戶

# 實戰演練：過一個有預算的人生



將預算概念融入教養中

跟孩子一起討論 家庭 和 個人 的年度預算

# 計畫與執行：除了錢以外？



- 我需要哪些幫忙？
- 我能夠找誰幫忙？
- 我能拿什麼交換？
- 不要輕易放棄，轉換不同的提案
- 不要輕易拒絕，說明可提供什麼
- 當成有趣的練習而不是變得勢利

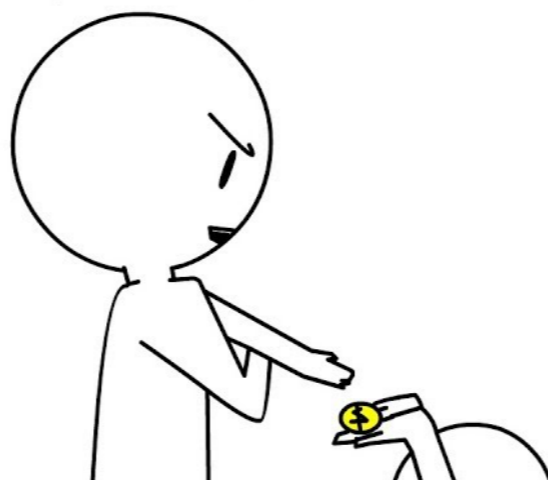
談判、協商的能力就像體力，有練一定有差

# 計畫與執行：除了錢以外？

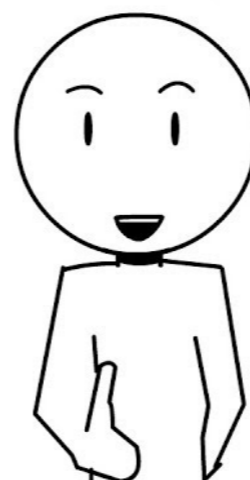


## 最成功為給予者

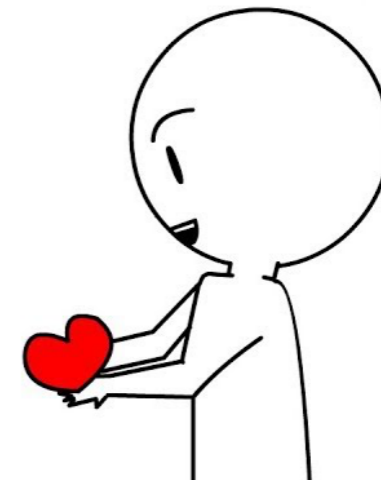
索取者



互利者



給予者



有意識地累積自我、人脈、善緣等資本；服務更高的目標

# 理財教養 Q & A


- 給零用錢要有配套措施：孩子對於家裡的錢怎麼來、怎麼花要有基礎概念，才能給得有意義和價值
- 零用錢不跟家事綁在一起
- 融入儲蓄和貸款概念：家長銀行的存款及貸款利率
- 融入經營信用與投資概念
- 將討論零用錢額度當成家庭活動



關於零用錢要不要給？怎麼給？



# 實戰演練：哪些算是孩子的錢？



The image shows a Facebook post on the left and a summary of the incident on the right. The Facebook post is from a user named '19小時' and describes a family dispute over a child's allowance. The summary on the right, titled '兒討三倍券喊告', provides a clear, concise version of the story.

**兒討三倍券喊告**

朋友領著振興經濟的一萬二回家。  
朋友的孩子看到，立馬去跟我朋友索要屬於他的三千。  
我朋友不讓他拿，同時說：這些要拿來買家用的。  
小孩就跟我朋友爭吵著說：這是政府發給他的，是屬於他的，你這是侵占。  
我朋友生氣的回說：你說是你的，那你拿1000出來，我就給你，這1000是我墊的，你要就拿1000出來，我3000馬上給你。  
小孩聽到很生氣的回房間還非常用力的甩門。  
故事就到這了。  
聽到這，各位朋友們，到底誰是對的？誰是錯的？  
我個人覺得孩子，有錯也不能說全錯。  
站在有家事的立場，當然是全額拿來當家用才是對的。  
#留言好快...嚇死我了。  
P.S 留言太快，我會叫朋友看看這篇的留言，謝謝大家寶貴的意見。  
這邊有幾點要說明一下，也經過當事人同意的。  
我朋友是一個雙寶單親媽媽，對於小孩的教育平常很上心，但大部分時間因為要工作上班，難免疏忽教育，而雙寶就交給外婆來帶。  
看了各位的留言，她說她會找時間跟小孩好好溝通一下。  
在此謝謝大家的意見。  
至於孩子的父親，我個人認為他死了，從離婚後第一個月有拿出贍養費，第二個月後就人間蒸發的人，站在朋友的立場我早就當他死了。

您會怎麼做？孩子的壓歲錢、政府發的錢，算誰的？

事前溝通最好、事後概念說明次之、情緒回應則應避免

# 理財教養 Q & A

- 求學階段不要只為錢工作
- 增加經驗與學習才是重點
- 思考價值而不只是價格：  
人脈、生活經驗、同理心、學習相關技能、自我負責...
- 加入機會成本的思考
- 協助孩子的需要而非想要



要不要讓孩子出去工作？

# 結語及討論



我們一起讓世界更好吧、謝謝您的熱情參與