

積金達人

**陸劍平**香港退休金業務總監
富達國際

如何戒掉強積金拖延症

夏日炎炎正好眠，近日氣溫高居不下，人們都變得懶洋洋，更是「拖延症」大爆發的高峰期。「拖延症」一詞已經出現許久，相信不少人早已聽聞，連早前流行的「佛系」說法，某程度上也是「拖延症」的延伸。其實，我們在管理強積金時，也很容易患上「拖延症」，例如管理很難、不在乎回報、離退休還遠及忙碌得沒時間看報表等，用諸多藉口去拖延面對強積金，但是這樣消極地管理強積金，長遠下去只會影響退休規劃。想要治療強積金拖延症，其實只需幾個簡單的自救行動，便能扭轉結果。

行動一：找出所有強積金帳戶

會患上「拖延症」的原因之一，很多時在於成員的強積金帳戶太多、資料太雜亂，令人覺得麻煩，所以遲遲不願動手處理。這是因為很多人在轉工後沒有整合舊有的帳戶，結果令帳戶數目越積越多，當成員每年收到不同受託人寄來的年度報表時，一下子難以消化大量資訊，自然地心生煩厭，加不想管理。

因此，成員的首要任務就是化繁為簡，透過整合個人帳戶減少要處理的帳戶，報表越少，成員就越能簡單迅速地掌握帳戶情況，也可在同一個平台上接收資訊，將管理強積金的難度降低，變相提升積極性，成員就可更有效地運用資產投資增值。

行動二：運用逆向規劃思維

有時候，拖延是因為感到無從入手，不知道從何開始。針對這個問題，成員可以嘗試運用逆向規劃思維。

先從訂立目標開始着手，再推想如何實踐，透過制定合適的策略及步驟，按步就班地實現目標。這個過程能幫助成員落實行動，不再只是停留在空想層面。

假設成員希望自己日後的退休儲蓄可達200萬元，就要按投資期、每月供款金額及基金預期平均回報率來推算累算金額，假如跟自己的目標有一定差距，就應考慮更換基金組合或增加自願性供款金額，假如兩者都有一定限制，那可能要延遲退休年齡以增加投資期，或是調整預期退休儲蓄金額，以增加達到目標的機會了。

行動三：給予自己適量的壓力

最後，有時面對「拖延症」的最有效方法，就是給予自己適當的壓力，才有動力正視問題及並嘗試解決。強積金對於我們來說是非常重要的資產，而且投資年期動輒需數十年以上，在「滾雪球」般的複式效應下，有助成員累積更多退休儲備。若果成員越遲管理，「拖延症」一直發作，這樣只會令強積金投資發揮不了功效。

「拖延症」很多時都是一個心理關口，強積金並不如想像中難以面對，只要大家願意勇敢地踏出第一步，並堅持下去，就會發現強積金是一項有具成效的投資工具，協助我們迎向豐盛的退休生活。



本文首次刊於2018年8月20日香港經濟日報 Money Times。

投資涉及風險。有意投資者應就個別投資項目尋求獨立的意見。富達或 Fidelity 或 Fidelity International 指 FIL Limited 及其附屬公司。「富達」、Fidelity、Fidelity International、Fidelity International 標誌及 F 標誌均為 FIL Limited 的商標。本資料由富達基金(香港)有限公司發行，並未經證券及期貨事務監察委員會審核。