

<<经济危机下怎样过"紧"日子>>

图书基本信息

书名：<<经济危机下怎样过"紧"日子>>

13位ISBN编号：9787802087507

10位ISBN编号：7802087503

出版时间：2009-1

出版时间：人民日报出版社

作者：段洁

页数：236

字数：270000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<经济危机下怎样过"紧"日子>>

### 前言

刚习惯了加息，就迎来了降息时代；刚炒上股，股市就熊了；刚看懂啥是基金，什么叫专家理财，钱就让专家们给“败”得只剩一半了；刚明白“财产性收入”这个新名词，今年就没了；刚刚习惯全球经济一体化，全球经济危机就来了……1929年，在历经10年的大牛市后，美国金融界崩溃了，股票一夜之间从顶巅跌入深渊。

此后，美国和全球进入10年的经济大萧条时期。

2008年，美国的次贷危机终于演变成全球的金融危机。

一向在华尔街及全球金融市场呼风唤雨的五大投资银行或倒闭，比如贝斯雷登；或破产，比如雷曼兄弟公司；或被招安，比如摩根斯坦利和高盛……华尔街仿佛在一夜之间跨过了79年，回到了上世纪最大金融风暴爆发时的1929年。

国际金融体系崩溃，必然带来全球实体经济的大衰退。

## <<经济危机下怎样过"紧"日子>>

### 内容概要

贝尔斯登被收购、雷曼破产、美林出售、两房被接管、花旗宣布裁员20%.....次贷危机中的这些世界金融巨头一个个都中招了。

曾经被光环笼罩的华尔街，眼下正经历着萧条的折磨。

由美国次贷危机引发的金融动荡，也在以美国为中心向全球蔓延。

有分析说，以美国为中心的西方金融危机爆发，是西方国家内部矛盾长期积累的结果。

长期以来超前消费，纸币大量发行，经济内外扩张，不思节俭，大量财赤，才出现此劫。

可不管怎么解释，很显然这一次金融风暴波及的范围是非常大的。

重温历史，1929年的那场经济危机影响范围之广、持续时间之长、破坏性之大，景况前所未有的，“疯狂挤兑、银行倒闭、工厂关门、工人失业、贫困来临”。

当时美国采用了“罗斯福新政”整顿金融、调整农业、调整工业生产和举办公共工程。

而德、日两国分别走上侵略别国的，转嫁危机的道路。

那么，这一次，全世界能应对过去吗？

该如何应对呢？

我们不得而知。

无论处于哪一种担心，无论我们多么不情愿，面对全球严峻的经济形势，我们的生活毕竟受到影响：工厂没有订单，不得不放假；自己的股票一跌再跌；一直坚挺的房价又摔下去了..... 钱不好挣了，人们开始节省着过日子。

那么面对当今严峻的经济形势，我们该如何未雨绸缪？

看完我们这本书，相信你一定会有一个明确的答案。

## <<经济危机下怎样过"紧"日子>>

### 作者简介

段洁，男，大众消费心理研究专家，国内多家网站财经专栏特约作者，拥有丰富的理财实践经验，曾先后为数百位客户设计个性化理财方案，擅长运用多元化的理财工具，增强家庭资金抗风险的能力。已出版《读懂女人》、《做人做事要有禅机》等十几种生活体验图书，深受读者欢迎。

## <<经济危机下怎样过“紧”日子>>

### 书籍目录

前言 经济大萧条了你准备好过“紧”日子了吗第1章 遭遇“紧”日子心理有准备 第一节 理性面对金融风暴 第二节 你真的会过日子吗 第三节 紧日子不“紧”心智 第四节 省钱是负责的生活态度第2章 向最抠门的人学习 第一节 做个理性的消费者 第二节 今天你记账了吗 第三节 做好家庭收支预算 第四节 恪守量入为出原则 第五节 精打细算过日子 第六节 钱是“省”出来的 第七节 快乐与多花钱无关 第八节 多一些实惠，少一些面子第3章 夫妻同心容易掘金 第一节 如何买得更精明 第二节 看穿商家促销手段 第三节 向职业砍价者学习 第四节 导购技巧有“猫腻” 第五节 美丽节俭两不误 第六节 省钱买衣服的学问 第七节 合理减少装修费用 第八节 买车要注意前后盘算 第九节 如何从旅游中省钱第4章 存钱要找“小门道” 第一节 如何存款才是最合算的 第二节 让死工资也能生出“活钱” 第三节 看牢自己的网上钱袋子 第四节 存单理财更要关注细节 第五节 做个精明的“信用卡狂人” 第六节 巧用信用卡来透支 第七节 工薪族玩转“储蓄魔方” 第八节 存多少钱才够养老第5章 买份保险 多份承担 第一节 三十年后，我们靠什么养老 第二节 谁更需要买保险 第三节 买保险慎防几大认识误区 第四节 保险索赔应该注意的事项 第五节 保对人，更要保对险种 第六节 购买人寿保险的功用 第七节 不同阶段如何买保险 第八节 买家庭保险要先近后远 第九节 如何快速得到理赔第6章 身在股市要有主见 第一节 炒股需要知道些什么 第二节 像买彩票一样做股票 第三节 炒股精髓在于懂得解套 第四节 理性对待信息来源 第五节 如何能够在熊市活下来 第六节 不要盲目学习巴菲特 第七节 怎样避免长期套牢 第八节 先了解市场再了解自己 第九节 入市从掌握信息开始第7章 教育开支巧安排 第一节 教育开销是家庭支出重头戏 第二节 家庭教育支出知多少 第三节 教育的所有支出都必需吗 第四节 巧用教育储蓄轻松过日子 第五节 用压岁钱为孩子买教育险 第六节 购教育金险要“量体裁衣” 第七节 合理规划子女教育基金 第八节 学会利用助学贷款第8章 怎样让房子不成为负资产 第一节 买房划算还是租房划算 第二节 把房贷看成是一堂理财课 第三节 精打细算，贷款买房 第四节 工薪族买房要打好“小算盘” 第五节 买得起还要住得起 第六节 买房出租，以租养房 第七节 楼市有陷阱，购房多留神 第八节 二手房怎么买不吃亏后记

## <<经济危机下怎样过“紧”日子>>

### 章节摘录

第1章 遭遇“紧”日子心理有准备 第一节 理性面对金融风暴 金融海啸从华尔街引爆，多米诺骨牌效应已经显现，全球经济开始衰退，从欧美到亚洲，从金融、房地产行业到汽车制造、饮食服务、互联网等其他行业，各个国家、各个行业的经济层面正在受到不同程度的冲击。

中国市场亦不能独善其身，从珠三角到长三角，许多企业陆续死亡。

企业纷纷节省开支，精细运作，寻求自保。

全球失业率攀升，裁员热潮一触即发。

福特、索尼、爱立信、Google、Yahoo等世界知名企业也如履薄冰，纷纷裁员和取消招聘计划，开始勒紧裤腰带过日子。

席卷全球的金融风暴真真切切地影响到了许多人，畅销书《石油战争》的作者、美国经济学家威廉·恩道尔更在这危急关头抛出一个观点：美国的金融危机才刚刚开始，其引发的美国经济危机将持续10至15年，而且“美元时代”已经终结。

不管怎么说，这次全球性的金融风暴最终波及了世界每一个国家，对中国的影响也在逐步的显现出来。

经济增长速度出现了较大的下降，股市长期低迷，房市萎靡不振，尤其是一些外贸出口企业步履艰难，有的已经出现了严重亏损。

金融风暴同时潜移默化地扩散到各行各业，有的地方企业出现了以停产半停产、减员降薪等非常规手段来应对已经大规模爆发的这场国际金融危机。

不可否认，金融风暴就是一场财富重分配。

一旦发生，谁都不能置身事外，即便事先做好准备，如果在风暴结束之后，还能维持风暴前的生活水平来安身立命，应该算是万幸了。

本来就是一个弱肉强食的世界，悲观只会让人厌世。

我们既然没有能力去改变这一切，不如用乐观的心态去看待。

那么，身为小人物的我们，该以何种姿态来应对这场金融风暴呢？

首先应该认识到，金融风暴对我们国家是挑战和机遇并存的，对家常过日子的上班一族同样也是挑战和机遇并存。

在面对金融风暴的过程中，我们应该更关注国内和国际经济形势，有足够的信心，在应对挑战的过程中充分发掘机会。

中国有一句“塞翁失马，焉知祸福”，这是福祸相依的辩证法。

还有一句“亡羊补牢，尤为未晚”，这是有错就改的一种哲学。

所以积极看待金融风暴，有助于我们的经济正常发展，有助于企业度过危险、抓住机会，在我们个人而言，也有助于重拾消费信心。

面对这次席卷全球的经济风暴，我们国家也在采取积极的应对政策，连续出台了大量的应对政策，这些政策的实施必然会对中国未来经济产生重要影响，国家的最终目的是促进经济平稳较快增长。

再加上中国经济在最近几年的快速发展，已经给中国增加了大量的财富；在这种情况下，个人对中国未来经济发展应该有信心，应该看到金融风暴对中国同样是巨大的发展机遇。

关注国家对金融风暴的应对政策，可以更好的了解中国经济未来的发展趋势和重点，我们可以从中发掘出更好的机会，也许能对自己的未来发展找到更好的方向。

还有就是，我们应该珍惜现在的工作岗位，更积极的投身到工作之中，在危机中与企业同担风险，共同渡过难关。

认真发挥自己的才能，使你成为企业不乐意轻易替代的人！

如果不幸成为被裁掉的一族，也不要怨天尤人。

首先反省一下自己的问题，为什么同类岗位中被裁掉的不是别人？

自己到底哪些地方没有其他同事做得好？

为下一步更好的发展多做些功课。

最最重要的一点就是，面对金融风暴更要提高理财意识。

## <<经济危机下怎样过“紧”日子>>

在日常生活中要学会过日子，控制消费欲望合理消费，同时还要注意节约。

在金融危机的大背景下，人们更应该理性地对待工作和生活。

如何定准位，找到好工作？

如何少花钱，也把日子过好……不管是在找工作或是正在工作的人们，还是未雨绸缪的老百姓，对自己的工作和生活都应有一个新的认识 and 比较合理的定位。

对正在找工作的人们来说，不应把薪酬作为衡量工作的唯一标准，不要高估自己，要找准位置，脚踏实地去找适合自己的工作。

而正在工作的人们则要做到“在其位，谋其职”。

在生活中，老百姓也没必要恐惧、惊慌，但要有足够的心理准备。

积极把手中的“财”理好，改变先前一些不良的消费方式，回归理性消费。

摆好心态，“悠”着点花钱又不失原有生活品质，精打细算过日子。

总之，金融风暴的威力是巨大的，但只要我们能积极应对，在危机中寻找和把握机遇。

金融风暴也算是人生中所经历的事情之一，权当丰富自己的阅历，正面去看待吧。

更加珍惜自己的这份工作，更加努力地工作，阳光总在风雨后，这样对我们未来的发展会更有利！

第二节你真的会过日子吗持家过日子，油盐酱醋茶，确实都要打算周全，要算计好。

“买的实惠更要用的实在”，已经成为工薪消费人群的普遍共识。

你的消。

费是理性的、有计划的，还是随性而为，想买什么就买什么？

每月都按计划完成储蓄任务，还是发工资的前几天就面临严重的“经济危机”？

俗话说穷家富路，平常多节省些开支，有了大事，小钱也能派上大用处。

过日子虽然就是柴米油盐，不过可别小看了这些不值很多钱的小玩意儿，从其中，也可以节省出不少费用来。

都说女孩是购物狂，其实对于家里过日子来说，哪个不是购物狂？

如何买到既实惠又实用的东西，那就看这些过日子好手的省钱算盘是否精明了。

平时多比较几个超市和商场，同样品牌拣最便宜的买，尤其是一次性消费品。

定期去超市批量购物，既可获得折扣优惠和享受免费送货上门的服务，同时也节省了多次往返的车费及时间。

像肥皂、洗衣粉、沐浴露、纸巾等日用品，都可以整件或整箱地购买，这类日用品每天都需要，保质期长，可以节省零买的差价。

不轻易变成会员，很多地方的会员资格对你来说毫无用处，但是如果你被销售说动了心，花多余的钱成了会员。

比如，首次购买某著名化妆品牌，销售员提醒你，你如果购物满500元可以成为会员，会员以后可以参加该化妆品的各项活动，现在你只买了200元，何不再买300元？

然而购物回家后，你也许会发现根本不适合用这个品牌的化妆品，不但会员卡成了摆设，你多花的那300元也只是买了自己不太会用的东西。

在城市里，出行的目的大多是工作，其次是为了游玩。

每个月出行的时候节省一点油，一个月下来也是不小的费用。

匀速开车可以降低油耗。

最好按照车子最节能的速度驾驶，并且行车当中避免急踩油门和刹车，每一百公里能少耗2~5个油。

一个月下来，省下的油钱也是很可观的。

市区行车时保持引擎低转速，平常加速时（爬坡时亦同），在引擎转速不低于2000的前提下，尽量保持在高速挡，因为高速挡下踩油门的耗油量还是比低速挡下轻踩油门要低。

根据使用时间不同，汽车所上保险的种类可以进行调整，不一定每年都要上全险，这样可以节省不少开支。

以一辆10万元左右的车为例，如果只上第三者责任险等必上险种，要比上全险节省近千元，已经够得上几个月的花销了。

如果车子刚花走保险的话，建议小伤痕可以积存到一起修理，以免因为修理次数过多第二年的保费增



## <<经济危机下怎样过"紧"日子>>

加。

几年的婚姻生活磨合过去了，越来越发现，婚后女人做管家婆，其实是最合适的，究其原因其实也很简单。

有人说：只要夫妻同心，谁管钱都一样，都是为了这个家，争着提出管钱，好象不信任对方似的。其实婚后女人当管家也是为了这个家，跟不信任老公是没有关系的，问题在于男人手里一旦有了钱，就出现容易不计后果的消费。

购物买东西不看价钱。

在现实生活中，细心一点就可以发现，大清早，肯一个小时来回跑三个商场，比价买青菜的都是老太太，没有老爷爷肯这么辛苦这么做。

对于这样跑来跑去，只为一斤两斤青菜，差价有时也仅一、两毛钱，老太太自有一番理论：“别小看这几毛钱，都是辛苦赚来的。

这次金融危机，买楼楼缩水，买股股跌价，有的人一下子变得倾家荡产，跳楼自杀的比比皆是。

所以，平时生活要学会积蓄，以备特别时期特别之需，平时要省着点，能赚钱也要算计着花，这道理你明白吗？

”



## <<经济危机下怎样过"紧"日子>>

### 编辑推荐

《经济危机下怎样过"紧"日子》由人民日报出版社出版。

刚习惯了加息，就迎来了降息时代；刚炒上股，股市就熊了；刚看懂啥是基金什么叫专家理财，钱就让专家们给〔败〕得只剩下一半了；刚明白〔财产性收入〕这个新名词，今年就没用了；刚习惯全球经济一体化，全球金融危机就来了……经济危机愈演愈烈，我们的钱包越来越薄。

无论你是否愿意，你已经被卷入了这场全球性的经济危机，面对气势汹汹的经济危机，作为普通老百姓我们又将何去何从？

《经济危机下怎样过"紧"日子》为你指明道路。

<<经济危机下怎样过"紧"日子>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>