

付费版

财务波动准备度检查

专业测评报告

先分清哪些钱不能承受损失，再给波动、冲动和重要决定加上护栏

根据你本次作答生成

你会调整目标，但损失和热门机会出现时，决定容易跑在护栏前面

下一步先不要判断自己保守还是激进；只把一项重要金钱决定写成四行：这笔钱做什么、最早何时要用、不能影响什么、何时再复核。

报告类型

个性化专业报告

语言

zh-CN

版本

2026.07

01 先看结论

本次作答显示：你会调整目标，但损失和热门机会出现时，决定容易跑在护栏前面

你能在收入、支出或家庭计划变化后调整节奏，也能区分一部分基本责任和可协商目标。但在真正让资金承担波动前，用途分袋、不能接受的结果、独立核验和冷静期只在少数时候稳定出现。数字下跌或热门叙事加入时，多次查看、改变原计划或想尽快追回的动作会更容易启动。

现在最值得做的一件事

今天选一项尚未执行的金钱决定，写下资金用途、最早使用日期、最坏现实后果和至少一个不参与销售的核验来源；没有写清以前不转账。

四个最值得留意的情境

1

账户金额下降，你开始频繁查看。

先关闭即时提醒，回看四行决定卡，只记录发生了什么；未到复核时间且现实条件未变时，不新增决定

2

熟人在群聊里分享一个近期上涨很快的机会。

先停止转账，离开群聊信息链，从监管信息、正式合同和不参与推荐的一方独立核验

3

一笔原本长期安排的钱，可能提前用于住房、教育或照护。

先重新写下最早使用日期、不能延后的责任和可协商目标；涉及共同资金时与所有承担结果的人核对

4

目标看起来难以按原时间完成，你在考虑追求更高回报。

先列出延长期限、降低目标、分阶段完成和增加确定性资源四类选择，再决定是否需要合格专业意见

如何阅读这份报告

01

看懂结果

先抓住核心答案

02

定位场景

识别卡住的时刻

03

拿走工具

直接使用步骤与脚本

04

验证变化

用 30 天记录修正

02 关键组合

真正的风险不只是怕不怕跌，而是缓冲、期限和当下反应是否互相匹配

你并不是完全不会调整计划。作答显示，现实变化后你反而能比较延长期限、降低目标或分阶段完成；更需要补的，是在市场消息和情绪出现以前把调整条件写下来。

01

有调整目标的能力，不等于波动当下能守住原来的调整条件

你会在现实变化后比较延长期限、降低目标或分阶段完成，但看到亏损时也容易频繁查看、立即改变或想尽快追回。如果调整条件没有预先写下，市场消息可能替现实生活决定何时改变计划。

什么时候容易出现

账户数字下跌、新闻密集，而收入、支出、家庭责任和原使用日期并没有同步变化时

如果一直这样处理

把短期情绪当成现实条件变化，原本合理的目标弹性变成反复改动

可以改变的一步

只在预先写下的复核日期或现实条件确实变化时重新评估决定，其余时候先记录触发，不立即行动

02

知道部分钱要保护，但没有固定分袋时，热门机会仍可能穿过边界

你较多时候不会让基本责任的钱承担难以及时退出的波动，也知道意外支出时哪些计划可以延后；但用途分袋和变化后重查缓冲只在少数时候出现。热门机会进入时，边界可能依赖临场记忆而不是清楚记录。

什么时候容易出现

一个机会很诱人，需要从总余额里临时决定拿出多少，且不同用途没有单独标记时

如果一直这样处理

原本要承担近期责任的钱，被短期理解成暂时可以挪用

可以改变的一步

先在决定卡上标记不可动用的用途；如果无法明确哪一笔资金承担结果，就暂停操作

03

核验规则越少，群体故事越容易成为唯一证据

限时、近期上涨、熟人或群聊故事会增加急迫感，而独立来源、费用、退出条件和提供方资质只在少数时候主动核对。此时知道风险存在，并不等于已经掌握做决定需要的事实。

什么时候容易出现

信息主要来自销售方、群聊、短视频或熟人，而且对方强调只有今天、保本高收益或内幕

如果一直这样处理

把重复出现的说法当成多份证据，在尚未说明资金去向和最坏结果时转账

可以改变的一步

先离开原信息渠道，逐项在监管官网、合同文件和不参与推荐的第三方核对费用、退出条件和提供方资质

03 真实情境

最容易让财务边界失效的四种真实情境

同一个人面对长期闲置资金和三个月内要用的钱，合理选择本来就应该不同。先看钱的用途，再看压力下的动作。

01

账户金额下降，你开始频繁查看。

这时先做：先关闭即时提醒，回看四行决定卡，只记录发生了什么；未到复核时间且现实条件未变时，不新增决定

先出现的信号：没有新的现实信息，但每次刷新都让你更想改变原计划或尽快追回。

你可能会这样应对：你可能增加查看频率，并在同一压力窗口里考虑卖出、转移或做一个更快的新决定

容易造成的误读：你可能把立即动作理解成控制风险，却没有先确认资金用途、使用日期和原计划依据是否改变

02

熟人在群聊里分享一个近期上涨很快的机会。

这时先做：先停止转账，离开群聊信息链，从监管信息、正式合同和不参与推荐的一方独立核验

先出现的信号：群聊、短视频或熟人都在讲这个机会，并强调近期上涨和现在不参与就会错过。

你可能会这样应对：你可能在还没弄清机制、费用、退出条件和最坏结果前就想尽快参与

容易造成的误读：熟人关系、群体热度和近期上涨看起来像三种证据，其实可能都来自同一套叙事

03

一笔原本长期安排的钱，可能提前用于住房、教育或照护。

这时先做：先重新写下最早使用日期、不能延后的责任和可协商目标；涉及共同资金时与所有承担结果的人核对

先出现的信号：你知道最早使用时间，但还没有把延后代价、共同责任和不可动用部分写清。

你可能会这样应对：你可能继续沿用旧计划，直到真正需要用钱时才重新判断

容易造成的误读：长期目标被理解成长期都不会使用，现实中的提前需求没有进入边界

04

目标看起来难以按原时间完成，你在考虑追求更高回报。

这时先做：先列出延长期限、降低目标、分阶段完成和增加确定性资源四类选择，再决定是否需要合格专业意见

先出现的信号：期限压力开始把注意推向回报故事，而不是目标本身还有哪些可调整部分。

你可能会这样应对：你也能比较降低目标、延长期限或分阶段完成，但如果没有写下比较结果，热门机会可能抢先成为答案

容易造成的误读：目标缺口被理解成只能靠更高回报解决，忽略了期限、阶段和责任的其他调整空间

04 反应路径

用途与缓冲→期限匹配→损失反应→决策护栏→复盘调整

这条路径不替你选择产品，只帮助你在重要决定前发现哪一道护栏还没有建立。

01

账户金额明显下降。

注意力先去哪里

如果不马上做点什么，损失可能继续扩大。

你会注意到

注意反复回到账户数字，即使没有新的信息需要处理。

原来的应对

增加查看频率，并考虑立即改变原计划或用更快的决定追回。

继续下去的成本

用途、期限和现实条件没有改变，动作却可能被同一压力窗口反复改写。

新的中断动作

关闭提醒，写下当前资金用途、最早使用日期和原复核时间，只记录变化，不立即转账。

02

听到近期上涨、别人已经赚钱或机会很快结束。

注意力先去哪里

错过这次比没有核验清楚更可惜。

你会注意到

注意集中在潜在收益和剩余时间，对费用、退出和资金去向的提问变少。

原来的应对

先参与，再打算以后补做检查。

继续下去的成本

销售叙事可能成为主要证据，不可动用资金和最坏结果在转账后才重新出现。

新的中断动作

暂停转账并启动冷静期，先从不参与销售的一方核验机构、账户、费用与退出条件。

03

生活、收入或家庭计划变化，需要重新安排目标。

注意力先去哪里

先继续原计划，等情况更清楚以后再调整。

你会注意到

注意在多个目标之间切换，但不可延后的责任和可协商部分没有被分开。

原来的应对

沿用原来的资金分配和复核节奏。

继续下去的成本

旧边界可能无法反映新的使用时间、照护责任或现金需要。

新的中断动作

把目标分成不可延后、可以延后和可以分阶段三栏，并重新标记最早使用日期。

05 使用说明

你的财务决策使用说明：什么先不动，什么必须再核对

先保护的钱

讨论机会以前，请先和我确认这笔钱的用途、最早使用时间和不能影响的现实责任。

期限不清时

信息不完整时，我需要把费用、退出条件、最坏结果和提供方资质标为待核验，不用上涨故事补齐。

出现亏损时

遇到限时催促、群体热度或损失压力时，我会先暂停转账并离开原信息渠道，再决定是否继续。

看到热门机会时

涉及共同或家庭资金时，我不会只用自己的风险感受决定；所有承担结果的人都需要知情并能提出暂停。

真正有用的核对

书面用途、时间、最坏结果、独立来源和明确冷静期，比“放心、大家都在做”更有帮助。

容易放大风险

保本高收益、内幕消息、只有今天、别人都赚了或先参与再了解，会让我的护栏更容易失效。

这份报告建议你优先做的决定

下一步先不要判断自己保守还是激进；只把一项重要金钱决定写成四行：这笔钱做什么、最早何时要用、不能影响什么、何时再复核。

06 行动协议

重要金钱决定前，用五步把冲动变成可复核的选择

先分开生活底盘与可承担波动的钱，再检查期限、最坏结果、信息来源和冷静期。

01

标记资金用途与不可动用部分

写下这笔钱要解决什么，以及它不能影响的生活、还款、医疗、照护或共同责任。

先暂停：如果需要借钱参与、动用近期基本生活资金或未经共同承担者同意的资金，停止继续决定。

02

写下最早使用日期

记录最早可能用钱的日子，以及延后会影响什么现实安排。

先暂停：如果无法说明何时需要资金、退出需要多久或延后的现实代价，先停止把它视为可承担波动的钱。

03

核对最坏结果与退出条件

写下费用、可能损失、退出限制和最坏现实后果，不只记录可能收益。

先暂停：如果最坏结果、资金去向、费用或退出条件无法说明，停止转账并保留记录。

04

离开催促并独立核验

进行独立核验：离开群聊或销售对话，从监管信息、正式合同、机构官网和不参与推荐的一方交叉核对。

先暂停：如果出现保本高收益、内幕消息、私人账户收款、伪造资质或限时转账，停止交易并联系银行反诈、警方或当地监管渠道。

05

记录决定与复核日期

写下决定依据、哪些信息仍未知、冷静期结束时间和下一次只在什么条件下复核。

先暂停：如果看到损失后无法按预先写下的规则等待复核，继续暂停新的动作，并向不参与销售的合格专业人员说明完整情况。

07 可直接使用

面对推销、亲友建议和共同财务，可以直接这样说

亲友推荐一个热门机会

容易让事情更难 你觉得靠谱吗？大家都参与了吗？

可以说 “我不会在今天转账。请把提供方全名、资金进入的账户、费用、退出条件和最坏结果发给我，我会从独立来源核验。”

这句话的作用 决定被移出催促窗口，核验对象和所需文件变得具体。

与家人讨论共同资金

容易让事情更难 这点波动我能承受，你不用担心。

可以说 “这笔钱同时承担哪些共同责任、最早什么时候可能要用？我们先把不能动用的部分和任何一方都可以暂停的条件写下来。”

这句话的作用 个人感受被替换为共同用途、时间和暂停权。

销售方强调收益但没有解释退出

容易让事情更难 大概能赚多少，别人最近赚了没？

可以说 “请先给我完整费用、资金去向、退出限制、最坏结果和可核验的监管信息；这些没有说明前，我不继续决定。”

这句话的作用 注意从收益故事转回费用、退出、最坏结果和资质证据。

亏损后很想马上追回

容易让事情更难 我得尽快把它赚回来。

可以说 “我现在先不新增决定。我要回看这笔钱的用途、最早使用日期和原复核时间，等冷静期结束再判断现实条件是否真的改变。”

这句话的作用 追回冲动没有直接变成新动作，原计划重新成为判断依据。

08 安全边界

这些时候不要让一份自评替你决定

自评没有收集完整资产、负债、收入、税务、法律责任和产品信息，因此不能给出适当性或配置结论。

01 标记资金用途与不可动用部分

如果需要借钱参与、动用近期基本生活资金或未经共同承担者同意的资金，停止继续决定。

02 写下最早使用日期

如果无法说明何时需要资金、退出需要多久或延后的现实代价，先停止把它视为可承担波动的钱。

03 核对最坏结果与退出条件

如果最坏结果、资金去向、费用或退出条件无法说明，停止转账并保留记录。

04 离开催促并独立核验

如果出现保本高收益、内幕消息、私人账户收款、伪造资质或限时转账，停止交易并联系银行反诈、警方或当地监管渠道。

先停下高压与“稳赚”叙事

遇到保本高收益、内幕消息、限时催促、要求转入私人账户或无法独立核验的产品时，不要用“我能承受风险”说服自己继续；先停止转账并核验机构与产品。

09 已有资源

你已经具备的决策资源，以及用过头时的代价

01

现实变化后，你具备调整目标、期限或完成方式的取舍能力。

它有用的时候：收入、支出、住房、教育或照护责任真实改变时。

容易用过头：如果每次市场消息也被当成现实变化，弹性会变成反复改动。

别人可能怎么理解：别人可能只看到你常调整计划，没有看见你是在尝试保护现实目标。

这样校正：只允许预先写下的现实条件和复核日期重开决定，不让每条消息都拥有同样权重。

02

你具备保护一部分基本责任的边界意识，也知道意外支出时哪些计划可以延后。

它有用的时候：需要在多个目标之间排优先级或应对临时支出时。

容易用过头：只在脑中区分而没有实际分袋或记录，热门机会出现时边界仍可能漂移。

别人可能怎么理解：总余额看起来可用，掩盖其中有些钱承担着不同责任。

这样校正：用用途、最早使用日期和不可影响的责任标记每一袋钱，不必记录精确资产也能先划边界。

03

你已经有过用书面规则、最坏结果和独立核验建立决策边界的做法。

它有用的时候：面对费用复杂、退出受限、限时催促或信息主要来自销售方的机会时。

容易用过头：如果检查只依赖同一信息来源，写过清单也可能没有补上真正未知的部分。

别人可能怎么理解：完成一部分检查可能被理解成决定已经准备好，冷静期与独立来源仍然缺席。

这样校正：在原清单中加入一个不参与销售的核验来源，并在信息完整前保持暂停。

10 行动计划

用 30 天验证：哪一道财务护栏真正减少临时决定

这 30 天只验证一件事

如果每项计划外金钱决定都先标记用途、最早使用日期并经过独立核验和冷静期，那么临时动作会比只依赖当下感觉更少。

开始前：第1周只记录计划外金钱决定：触发来自哪里、当时想做什么、是否已写用途和期限、是否在同一情绪窗口采取动作；不评价收益结果。

第 1 周

只记录计划外决定和触发，不刻意改变。

要记下来：记录触发来源、最初冲动、是否涉及基本责任资金以及决定后的主观消耗。

第 2 周

每次决定前写资金用途、最早使用日期和不可影响的责任。

要记下来：记录三项是否写清，以及写完后是否仍准备立即行动。

第 3 周

加入一个独立核验来源和固定冷静期。

要记下来：记录核验了什么、仍未知什么、冷静期内是否出现新的催促。

第 4 周

继续使用最有效的一道护栏，并与第1周记录比较。

要记下来：记录计划外动作、完整决定卡、独立核验和冷静期使用次数。

用途与期限标记率

第1周的计划外决定中，有多少在行动前写清用途和最早使用日期？

希望看到：相较第1周，更多重要决定在行动前完成用途和期限标记。

独立核验完成率

第1周有多少决定从不参与销售的一方核对过关键信息？

希望看到：相较第1周，增加独立核验并明确记录仍未知的部分。

冷静期使用次数

第1周遇到限时、热门或亏损压力时，有多少次先暂停？

希望看到：相较第1周，更多高压决定先经过固定冷静期。

同一压力窗口内新增动作

第1周有多少次在亏损、催促或兴奋的同一时间段新增决定？

希望看到：相较第1周，减少同一压力窗口内的计划外动作。

11 保存与分享

把这一页存下来，作为你的重要金钱决定检查卡

我先保护

我做重要金钱决定时，需要先看用途、期限和不能影响的现实责任，而不是先看潜在收益。

期限不清时

费用、资金去向、退出条件或最坏结果不清楚时，我会把它标为未知并暂停。

出现波动时

涉及共同资金时，所有承担结果的人都需要知情，并拥有暂停决定的权利。

别人催促时

涉及共同或家庭资金时，我不会只用自己的风险感受决定；所有承担结果的人都需要知情并能提出暂停。

对我有帮助

书面决定卡、独立来源、固定冷静期和预先约定的复核日期最能帮助我守住边界。

我不会接受

保本高收益、内幕消息、只有今天、群体截图或要求转入私人账户，会让我直接停止转账并核验。

我的一句话行动原则

“如果一项决定还没有写清资金用途、最早使用日期、最坏现实后果和独立核验来源，就先不把它当成已经准备好的选择。”

我的补充

12 结论依据

这些结论从哪里来，以及它不能替你判断什么

先核对测量边界和本次原始分，再看看每条结论引用了哪些具体作答。

本次维度

流动性缓冲 把近期生活责任、意外支出与可承担波动的钱分开的作答线索；不代表真实资产或损失能力。 原始分 · 仅在当前量表内查看	期限匹配 说明资金用途、预计使用时间与延后代价的作答线索；不代表适当性等级。 原始分 · 仅在当前量表内查看	损失反应 数字下降后查看、改变计划或追回损失冲动的作答线索；分数越高只表示此类反应出现越多。 原始分 · 仅在当前量表内查看
决策纪律 事前写规则、核对来源、留出冷静期和独立验证的资源线索。 原始分 · 仅在当前量表内查看	目标弹性 现实变化后调整节奏、期限与目标取舍的资源线索。 原始分 · 仅在当前量表内查看	投机拉力 面对热门机会、上涨叙事和催促时加快决定的作答线索；不等同风险偏好或人格类型。 原始分 · 仅在当前量表内查看

怎样使用这份结果

本报告依据 24 道 DIAHU 原创中文财务决策行为题的所选答案，分别整理流动性缓冲、期限匹配、损失反应、决策纪律、目标弹性和投机拉力。六项只显示原始分，不合成风险总分或类型。

适合整理过去 12 个月的财务决定线索、识别压力下容易失效的护栏，并准备用途、期限、核验、冷静期和复盘问题。

- 当前中文版本仍是反思试点，尚未完成独立金融内容专家审校、认知访谈和项目分析。
- 题组没有收集完整资产、负债、收入稳定性、税务、家庭责任金额或具体产品资料，不能判断客观损失能力。
- 没有相关经历的回答可能更多代表设想而不是实际行为；自我报告也会受近期盈亏、情绪和记忆影响。
- 不同市场没有共享题库、常模或测量等值证据，结果不能跨国家、语言或人口比较。

不得据此判断保守、稳健或激进类型、可承受损失金额、投资适当性、资产配置、产品推荐、买卖时点、收益概率、信用状况或人口位置。

报告编号：FINANCIAL-READINESS / SAMPLE-V1 · 完成日期：2026-07-23

13 结论依据

逐条核对：结论与作答依据

每条结论同时保留支持线索和反例。它们来自本次作答，不是人口常模或诊断证据。

	近期生活责任与承担波动的钱只在部分时候先被分开，现实条件变化后也未必重新检查缓冲。	第 1 题 第 4 题
也要看到：	第 2 题 第 3 题	
	看到金额下降后，立即动作、多次查看和放弃原计划都在较多时候出现。	第 9 题 第 10 题 第 11 题
也要看到：	第 12 题	
	事前书面规则、最坏结果核对、冷静期和独立来源核验都只在少数时候出现。	第 13 题 第 14 题 第 15 题
也要看到：	第 16 题	
	热门故事、近期上涨和限时催促会加快参与意愿，但动用原先不能损失的钱只在少数时候出现。	第 21 题 第 22 题 第 23 题
也要看到：	第 24 题	