



cafe trade

## روانشناسی

- 1 ..... اهمیت روانشناسی در ترید •
- 2 ..... چرخه احساسات در معامله گری •
- 5 ..... ساختار فیزیکی مغز •
- 6 ..... هدف گذاری خالق •
- 8 ..... استراتژی •
- 10 ..... درک ماهیت بازار •
- 12 ..... ذهن یک معامله گر برتر چه باورهایی دارد •
- 13 ..... ریسک گریزی و ریسک پذیری •
- 16 ..... احساسات خطرناک در معامله گری و نحوه کنترل آنها •

## سرفصل ۱:

### اهمیت روانشناسی در ترید

یکی از مهمترین و درواقع تاثیرگذارترین پارامترهای که میتونه معاملات و نتایج اونها رو به شدت تحت تاثیر قرار بده احساسات معامله گر در زمان معامله در بازارهای مالی است. درواقع بزایید اینجوری شروع کنم که آگه ما هرجایی اسمی از معامله در بازارهای مالی بیاریم و صحبتی از احساسات معامله‌گران و اهمیت کنترل و مدیریت اونها نکنیم حق مطلب رو به درستی ادا نکردیم. درواقع معامله‌گری در بازارهای مالی برپایه ۳ اصل استراتژی، مدیریت ریسک و سرمایه و روانشناسی بنا شده است و اگر معامله‌گری رو بعنوان یک شغل در نظر بگیریم در این بین روانشناسی که در واقع به شناخت و کنترل احساسات توسط معامله‌گران در بازارهای مالی تعبیر میشه پایه، بنیان و پیش نیاز ضروری اشتغال به این شغل به حساب میاد. در ادامه تاکید بر اهمیت این موضوع بزایید مثالی بزنم از آقای دکتر برت استینبارگر نویسنده، روانشناس، معامله‌گر و بنیان‌گذار وبلاگ محبوب و معروف تریدرفید ایشون در کتاب روانشناسی معامله‌گری میگن من از نظر IQ در رده بالایی قرار دارم و همینطور چندتا مدرک تحصیلی دکترا دارم و زمانیکه تصمیم به معامله‌گری در بازارهای مالی گرفتم ابتدا نشستم و لیستی از ابزارها و وسایلی که نیاز دارم تهیه کردم که شامل آخرین مدل کامپیوتر روز دنیا، پرسرعتترین اینترنت ممکن با پشتیبانی مداوم و بدون قطعی، یک دیتابیس جامع، لیستی از بهترین اندیکاتورهای موجود در بازار و یک کتابخانه از کتابهای آموزشی برای یادگیری انواع تحلیل‌ها و بعد از اینکه همه رو آماده کردم و وارد بازار شدم با یک واقعیت تلخ مواجه شدم: شکست و از دست دادن مداوم پول در بازار. ایشون در ادامه میگن من نشستم و تمام معاملات سودده و ضررده خودم رو دوباره مرور کردم و به چیزی که رسیدم این بود که به جرات اشکال از ابزارها، تحلیلها و استراتژیهای من در زمان ترید نبود چون در هر دو معاملات سودده و ضررده از ابزارها و تحلیلهای یکسانی استفاده کرده بودم. اشکال در کجا بود؟ در یکسری اشکالات رفتاری و روانشناختی از جمله عدم ثبات و پایداری در حجم پزیشن، آمادگی قبل از ترید، اجراء دیدگاه نسبت به بازار و زمان خروج از معامله. درواقع مشکل اصلی در یکی از ابزارهای ترید نبود و خیلی پایه ای تر بود مشکل در عدم پایداری و ثبات در فعالیتهایی بود که نیازمند هدف و تلاش مستمر بودند.

و دقیقا به همین دلیل هم هست که شما با تقلید کردن از یک معلم و یا تریدر حرفه‌ای یا موفق هرگز تریدر حرفه‌ای موفقی نخواهید شد چون هرکدوم از ما روحیات، باورها، آستانه تحمل شکست، صبر و خصایص اخلاقی مختلفی داریم که بطور قطع معاملات ما و نتایج آنها را تحت تاثیر قرار خواهد داد، شما تنها زمانی تریدر موفقی خواهید شد که مدل موفق خودتون رو بسازید و اون رو در بازار به کار بگیرید.

تریدرهای تازه کار و تریدرهایی که از اهمیت موضوع روانشناسی در ترید غافل هستند بعد از شکست‌های پیاپی در بازار دچار یأس و سرخوردگی میشن و تصمیم به رها کردن و ادامه ندادن میگیرن درواقع از دست دادن معامله، فرصت بیزینسی، دوستان و غیره همه اشون دردآور هستن اما نه به اندازه از دست دادن امید و بسیاری از تریدرها وقتی که در معاملات خود ضرر میکنند به انازه پولی که در بازار از دست میدن امیدشون رو هم از دست میدن در واقع اونها از بازار توقعات غیرواقعی و بزرگنمایی شده مثل یک شغل ثابت، درآمد زیاد و رسیدن به رفاه در کوتاه‌ترین زمان، بازنشستگی بدون دغدغه و غیره را متصور بودند و حالا

وقتیکه در بازار شکست میخورند همه این آرزوها رو بر باد رفته میبینند و به خودشون القا میکنند که نمیتونن موفق باشن در حلقه شکست خودشان گیر می افتند و براساس فرآیند افسرده شدن مغز فرمان میدهند که اینکار ارزش وقت و سرمایه گذاشتن رو نداره و درست در این نقطه اون چیزیکه بهش نیاز دارن خلاص شدن از حلقه شکست با تکنیکها و راهکارهای روانشناسیه. نکته مهمی که خوبه بدونید اینه که رباتها هم به اندازه تریدرهای انسانی دچار خطا و ضرر در ترید میشن اما فرق اونها با انسانها اینه که شکستها و ضررها اونها رو دچار هیجانات و عواطفی که این روند شکست رو تشدید میکنه نمیشن.

## سرفصل ۲:

### چرخه احساسات در معامله گری

چرخه احساسات در سرمایه گذاری چیست؟

سرمایه گذاری از آن گونه فعالیت هایی است که با توجه به نوع، میزان سرمایه و روش انجام، همواره با مقداری ریسک همراه است. هر فعالیتی که در آن ریسک یا احتمال ضرر و سود در کنار هم وجود داشته باشد به طبع احساسات و هیجانات مختلفی را در سرمایه گذار ایجاد می کند که معامله گران بازار فارکس کم و بیش با این عواطف روبرو می شوند. در این مقاله قصد داریم در خصوص چرخه احساسات در سرمایه گذاری، که از ابتدا تا بعد از پایان سرمایه گذاری با آن مواجه می شویم و همچنین نحوه مدیریت آن ها توضیح دهیم، پس با ما همراه باشید...

مفهوم چرخه احساسات در سرمایه گذاری

شاید تصور کنید هنگامی که سرمایه گذاری شما به خوبی پیش می رود احساس هیجان خواهید داشت یا در مقابل، وقتی که شرایط بر خلاف تصور شما پیش رود احساس ناامیدی می کنید، اما موج احساسات و هیجانات در طول سرمایه گذاری موارد متنوع تری هستند که اکثر ماها با توجه به شرایط با تعدادی از آن ها مواجه می شویم. اگرچه همه ما در عواطف منحصر به فرد هستیم اما اغلب در مواجهه با شرایط مختلف بازار، احساسات مشابهی از خود نشان می دهیم. در ادامه به این نوع احساسات که به اصطلاح چرخه احساسات در سرمایه گذاری نامیده می شوند به ترتیب زمان وقوع خواهیم پرداخت و به دلایل آن اشاره خواهیم کرد.



### چرخه اول: اگراه و بی میلی!

بی میلی اولین ویژگی انسانی است که در ابتدای چرخه احساسات در سرمایه گذاری به سراغ ما می آید. این ویژگی عاطفی از آنجا نشأت می گیرد که به طور کلی ما بیشتر از آنکه ترس از دست دادن داشته باشیم، از ریسک و اشتباه می ترسیم. معمولاً زمانی با احساس بی میلی مواجه می شویم که احساس شکست خوردن و اشتباه کردن می کنیم که این احساس با نزدیک شدن به موفقیت از بین خواهد رفت. اگر شما هم قبل از شروع سرمایه گذاری با این احساس مواجه شده اید اصلاً نگران نباشید! چرا که اکثر سرمایه گذاران با وجود بی میلی در نهایت موفق خواهند شد که به بازار معاملاتی ورود کنند. اکثر آن ها زمانی که به سود حاصل از سرمایه فکر می کنند و به اصطلاح عامیانه روی خوش بازار را می بینند تصمیم می گیرند که برای یک بار هم که شده سرمایه گذاری در بازار را تجربه کنند.

### چرخه دوم: خوش بینی و شادی غیر منطقی

به طور کلی هرچه بازار بهتر عمل کند، احتمال از بین رفتن حس بی میلی در ما بیشتر خواهد شد. اخبار مثبت و اطلاعاتی که آشنایان در مورد سودآور بودن سرمایه گذاری هایشان به ما می دهند، باعث می شود ما هم بخواهیم در این خصوص فعالیت کنیم. مثبت بودن عملکرد بازار در دوره ای مشخص موجب می شود نگرانی هایمان را در مورد ضرر و ریسک سرمایه گذاری کنار بگذاریم، اما معمولاً درست همان زمان است که بازار برای یک سقوط جانانه آماده می شود. به این بخش از چرخه احساسات در سرمایه گذاری اصطلاحاً خوش بینی غیر منطقی می گویند، چرا که بعد از مدتی و با منفی شدن عملکرد بازار از بین خواهد رفت. ما هیچوقت نخواهیم فهمید که بازار چه زمانی به نقطه اوج خود رسیده است، به این ترتیب یکی از راه های جلوگیری از افتادن به دام چرخه بازار، سرمایه گذاری منظم با مبالغ کم است.

چرخه سوم: انکار، ترس، افسردگی و وحشت!

زمانی که بازار رو به صعود است معمولاً انتظارات زیادی در مورد عملکرد سرمایه‌گذاری‌هایمان داریم و امیدواریم که شرایط مطابق با انتظارات ما پیش رود. با این حال زمانی که بازارهای معاملاتی بی ثبات می‌شوند و برخلاف انتظارات عمل می‌کنند، ذهن ما برای مراقبت از اخبار منفی به سمت انکار می‌رود. در این مواقع معمولاً تصمیم به عدم فروش می‌گیریم و شرایط را با جملاتی مثل "بازار همیشه در حال رشد نیست" یا "سقوط بخشی از بازار معاملاتی است" آرام و منطقی جلوه می‌دهیم. در ادامه امیدوار خواهیم بود که اوضاع بازار بهتر شود و این معمولاً به این معناست که به بازار نگاه عمیق‌تری نداریم. بازار می‌تواند برای مدتی به صورت مصنوعی رو به رشد باشد که منجر به کاهش اخبار بد می‌شود. اگر بازار بعد از یک دوره سود پایدار دچار سقوط شود، معمولاً عموم مردم تمایل ندارند سرمایه خود را با قیمتی که معتقدند کمتر از ارزش واقعی بازار است بفروشند. اما خیلی زمان نمی‌برد که سرمایه‌گذاران ناچار به فروش می‌شوند و همین موضوع باعث کاهش شدید قیمت‌ها خواهد شد. در این مواقع احساسات سرمایه‌گذاران از انکار و ترس جای خود را به افسردگی و وحشت می‌دهد که سومین مرحله از چرخه احساسات در سرمایه‌گذاری است.

چرخه آخر: تسلیم، ناامیدی، بی‌علاقگی و باز هم بی‌میلی

هنگامی که سرمایه‌گذاری وارد یک بحران می‌شود تصمیم سرمایه‌گذار نوعی این خواهد بود که بفروشد، چرا که از ضررهای بیشتر احتمالی می‌ترسد. البته تسلیم شدن در جهت از بین بردن اضطراب ناشی از سرمایه‌گذاری در زمان بد بازار کاملاً طبیعی است. در این مرحله درمیابیم که مدیریت احساسات امری مهم‌تر از مدیریت سرمایه‌گذاری‌هایمان است، در نتیجه علاوه بر پذیرفتن ضررهایمان، می‌بایست هزینه معاملات مان را بپردازیم. لازم به ذکر است که در مواقعی نیز فروش می‌تواند دلیل منطقی داشته باشد، برای مثال شرکتی که سهام آن را خریداری کردیم در یک بحران اقتصادی قرار گرفته باشد یا به طور کلی عملکرد آن در حال تغییرات منفی باشد. هنگامی که دوباره پول نقد به دستمان می‌رسد، احساساتمان تمایل بیشتری به بازگشت به حالت خوش بینی دارد، اما معمولاً در عمل باز هم مخالف این کار هستیم. در این زمان در حال تجربه حالات تسلیم، ناامیدی، بی‌علاقگی و بازگشت به بی‌میلی هستیم که آخرین چرخه احساسات در سرمایه‌گذاری است. این چرخه می‌تواند تا چند ماه زمان ببرد تا سرمایه‌گذار دوباره به حالتی بازگردد که آماده ورود به بازار شود. در اغلب مواقع هنگامی که شرایط بازار در بیشترین اضطراب خود قرار دارد، بیشترین پتانسیل صعود را نیز خواهد داشت. همان‌طور که وارن بافت، بزرگ‌ترین سرمایه‌گذار جهان می‌گوید: "هنگامی که همه حریص هستند بفروشید و زمانی که همه می‌ترسند حریص باشید". این مواقع بهترین زمان‌ها برای سرمایه‌گذاری منظم با مبالغ کم است و ما با این کار بدون توجه به بالا یا پایین بودن بازار سرمایه‌گذاری می‌کنیم. این کار بخش بزرگی از احساسات ناشی از سرمایه‌گذاری اشتباه را از بین می‌برد و کمک می‌کند زودتر به بازار برگردیم.

## سرفصل ۳:

### ساختار فیزیکی مغز

الف-مغز قدیمی یا خزنده (ضمیرناخودآگاه):

وظایف: ۱- حفظ بقا و مراقبت و محافظت از ما در مقابل خطرات احتمالی ۲-تبدیل رفتارها به عادت برای صرف انرژی کمتر و کنترل اتوماتیک کارها

الف ۱-۱: بقای لحظه‌ای: عکس‌العمل به شیئی که به طرف ما پرتاب می‌شود

الف ۱-۲: بقای کوتاه مدت: عکس‌العمل نشان دادن به گرسنگی یا تشنگی با عصبانیت

الف ۱-۳: بقای بلند مدت: درنظر گرفتن شغل یا هرچیز دیگری بعنوان ضامن بقا و چسبیدن به آن

به این دلیل است که تریدرهای مبتدی حد ضرر برای معاملات خود درنظر نمی‌گیرند چون ذهن خزنده آنها ضرر کردن و از بین رفتن سرمایه را یک خطر جدی در نظر می‌گیرد

ب-مغز میانی یا مغز احساسی یا لیمبیک:

وظایف: بروز و خلق احساسات، تعاملات و ارتباطات اجتماعی

تسلیم شدن به احساسات تجربه شونده در زمان معامله در بازار پاسخ به خواسته‌های این قسمت از مغز است. که بطور موقت ایجاد آرامش می‌کند اما در طولانی مدت موجب بروز ناراحتی‌های بزرگتری می‌شود چون باعث پشیمانی از زیر پا گذاشتن استراتژی و تسلیم شدن به احساسات خواهد شد.

ج-مغز منطقی یا جدید یا نئوکورتکس:

وظایف: انجام کارهای منطقی مثل نوشتن، خواندن، تمرکز کردن، حل کردن مسایل و کارهایی که نیاز به صرف انرژی دارند

انتخاب استراتژی محکم و قوانین مدیریت سرمایه در ترید نتیجه استفاده از این قسمت از مغز است.

وقتی تریدر وارد معامله می‌شود چون مغز تمایل دارد انرژی صرف نکند مغز قدیمی و بیشتر از آن میانی دست به کار می‌شود.

بر اساس گفته دانیل کانمن در کتاب تفکر سریع و آهسته مغز انسان دارای دو مدل سیستم است ۱-سیستمی که تفکر سریع را برعهده دارد ۲- سیستمی که آهسته و پرتلاش است

در سیستم یک مغزهای خزنده و میانی اولین پاسخگوی فرد به اتفاقات هستند که بطور اتوماتیک و ناخودآگاه عمل می‌کنند و چون از قبل برنامه‌ریزی شدند انرژی صرف نمی‌کنند و برای پاسخگویی به اتفاقات به سراغ عادت‌های ذهنی می‌روند و همینطور عملکرد آن براساس تئوری درد و لذت است.

براساس گفته کانمن و تئورسکی احساس درد ناشی از شکست از احساس لذت کسب سود بیشتر است (۲.۵ برابر) به همین دلیل تریدرها در سود ریسک‌گریز و در ضرر ریسک‌پذیرتر هستند و ضررها را به امید سود ادامه می‌دهند.

سیستم دو مغز متفکر ما یا همان نئوکورتکس است جایی که منطق را بکار می‌گیریم، به آینده می‌اندیشیم و برای آن برنامه‌ریزی می‌کنیم که نیازمند تمرکز، صرف انرژی و تلاش بیشتر است. این بخش از مغز بصورت آگاهانه درگیر می‌شود. این

سیستم نیاز به زمان کافی دارد تا بتواند موقعیت‌ها را تحلیل کند و پاسخ بدهد جی مولند نویسنده کتاب سرمایه گذار احساساتی میگوید ذهن و مغز در هر ثانیه ۱۱ میلیون داده اطلاعاتی را بررسی و مدیریت می‌کند سیستم پیش فرض مغز برای پردازش و مدیریت اطلاعات سیستم یک است که با استفاده از ضمیرناخودآگاه به بررسی اطلاعات می‌پردازد اگر بتوانیم آن را به سیستم دو منتقل کنیم تغییر بزرگی رخ خواهد داد. معامله‌گری چون نیاز به تفکر، تجزیه و تحلیل و تصمیم‌گیری، مقید بودن به استراتژی و در نظر گرفتن قوانین مدیریت سرمایه دارد باید تلاش کرد از سیستم شماره ۲ مغز استفاده کنیم.

## سرفصل ۴:

### هدف‌گذاری خلاق

یکی از مهمترین اصول رسیدن به موفقیت در هر کاری داشتن هدف است برایان تریسی یکی از برترین نویسندگان حوزه روانشناسی کسب و کار و موفقیت می‌گه که همه مردان و زنان موفق رویا پردازند اونها ابتدا آینده ایده آلی در همه زمینه‌ها برای خودتون ترسیم و سپس هرروز برای رسیدن به اون تلاش می‌کنند. یک معامله‌گر زمانی میتونه موفق باشه که قبل از شروع هر معامله‌ای اهدافش رو بصورت کاملا مشخص در ذهنش تجسم کنه تا به وسیله آنها به فعالیت‌های ذهنیش جهت بده در واقع با ترسیم اهداف در ذهن ضمیرناخودآگاه شما شروع به فعالیت کرده و تمام تلاشش رو میکنه که به وسیله مکانیزم خودکار شمارو در مسیر مورد نظر قرار بده تا با اراده قدرمندتون شما رو به اهداف مورد نظرتون برسونه یکی از بهترین روش‌های تجسم کردن اینه که ریزترین مسایل رو با دقیقترین جزییات برای خودتون تصویرسازی کنید. برای شروع چشم‌های خود را ببندید و تصور کنید که صبحه و دارید با ماشینی که آرزوش رو دارید به محل کارتون میرید تمام جزییات ماشین مثل رنگ ماشین طرح صندلی‌ها و خلاصه همه چیز را به گونه دلخواهتون تصور کنید و لوگوی ماشین رو از روی فرمونش لمس کنید کمر بند ایمنی رو ببندید و با استارت زدن به سمت محل کارتون که توی یکی از لوکس ترین مکانهاست حرکت کنید اونا رو از لحاظ مترای طراحی و دکوراسیون همونجوری که مورد نظرتونه تجسم کنید وارد دفترتون بشید و به همین صورت کوچکترین خواسته‌هاتون رو تصویرسازی کنید حواستون باشه تمامی تفکرات و تصویرسازی‌ها باید از درونتون باشه و اجازه ندید که تصورات دیگران وارد ذهنتون بشن. از طرف دیگه برای اینکه این اهداف اثربخش تر و جذابتر باشند و انگیزه شمارو بیشتر کنند حتما تمامی اونها رو با جزییات کامل روی کاغذ یادداشت بنویسید و هرروز بعد از بیدار شدن و شبها قبل از خوابیدن اونها رو با صدای بلند برای خودتون مرور کنید حالا ببینیم اهداف ایده‌آل شما چه ویژگی‌هایی باید داشته باشند تا بتونن به مرحله اجرایی برسن. ویژگی‌های اهداف: جورج دوران یکی از نویسنده‌های حوزه کسب و کار و مدیریت برای اولین بار روشی رو ابداع کرد که می‌گه اهدافی که شما برای خودتون مجسم میکنید و برای رسیدن بهشون تلاش میکنید باید هوشمند باشند یعنی باید ۴ ویژگی اساسی داشته باشند: ۱-کاملا مشخص باشند، اهداف باید با جملات کاملا واضح بیان بشن و با مهارت‌ها، فعالیت‌ها، توانایی‌ها، دانش و جوانب دیگر معامله‌گری مرتبط باشند در واقع شما باید بطور شفاف بدانید که در معامله‌گری چه خواسته‌هایی دارید و با

چه روش‌هایی می‌خواهید به آنها برسید ۲- قابل اندازه‌گیری باشند، همه شما دوست دارید ثروتمند بشید ولی اینکه صرفاً بگید می‌خوام ثروتمند بشم هدف قابل اندازه‌گیری نیست شما باید دقیقاً تعیین کنید که به چه چیزهایی قرار برسید چه ماشینی با چه مدلی و با چه قیمتی خونه اتون قراره کجا و چند متر باشه قابل اندازه‌گیری بودن هدف برای اینه که اگه از اون دور شدید یا در مسیر رسیدن بهش قرار نداشتید متوجه بشید و با تغییر جهت دادن دوباره در مسیر اصلی قرار بگیرید. ۳- قابل دسترسی باشند، اهداف نباید دور از دسترس و غیرمعقول باشند یعنی اگه هدف بزرگی برای خودتون در نظر گرفتید باید اون رو به هدف‌های کوچکتری تقسیم کنید که قابل دسترس باشند و زود بتونید بهشون برسید و بعد با رسیدن به این اهداف در نهایت به هدف بزرگ و اصلیتون برسید مثلاً اگه هدفتون اینه که سرمایه‌اتون رو افزایش بدید و ۱۰۰ برابر کنید تا معاملات بزرگتری را انجام بدید و سودهای بزرگتری را هم بدست بیارید باید این هدف ۱۰۰ برابری را تا می‌تونید کوچک کنید و مثلاً برای خودتون در نظر بگیرید که هرماه قراره فقط ۵٪ سرمایه‌اتون رو افزایش بدید و بعد کافیه که این هدف رو دنبال کنید تا با مکانیزم بهره‌مرکب معجزه اتفاق بیفتد ۴- در محدوده زمانی مشخصی انجام شوند، همانطور که قبلاً گفتم برای انجام کارهاتون زمان محدود و مشخصی در نظر بگیرید و تمام تلاشتون رو بکنید تا در این زمان مشخص شده اهداف کوچکتر رو به پایان برسونید تا به هدف‌های بزرگتر و اصلیتون برسید حالا ببینیم بعد از شناخت ویژگی اهداف باید چیکار کنیم. تفاوت شخصی که به اهداف رویاها و خواسته‌هاش میرسه با کسیکه فقط خیال بافی و رویا پردازی میکنه اینه که این شخص برای تحقق اهدافش برنامه ریزی کرده و در چهارچوب زمانی مشخص و با برنامه مناسب اونها رو مرحله به مرحله اجرا میکنه و پیش میره یک معامله‌گر بعد از شناخت ویژگی‌های اهداف باید اونها رو تجسم کنه و طبق یک برنامه مشخص و طراحی یک استراتژی دقیق و همچنین با استفاده از قوانین محکم مدیریت سرمایه معاملاتش رو شروع کنه تا در مسیر رسیدن به اهدافش قرار بگیره مثلاً شما باید برای خودتون تعیین کنید دوست دارید هرماه چقدر به سرمایه‌اتون اضافه بشه ۲٪، ۵٪، ۱۰٪ چند درصد؟ مهم نیست که این عدد چقدر باشه مهم اینه که بدون هدف نباشید و حواستون باشه که هدفتون حتماً ویژگی‌های گفته شده رو داشته باشه بدون داشتن هدف رسیدن به موفقیت دشوار یا غیرممکن است ولی با داشتن هدف کم کم نحوه مواجهه با مشکلات و حل آنها را یاد خواهید گرفت.



داشتن یک هدف مشخص در زندگی برای همه انسانها الزامیه چون بدون اون هیچ انگیزه‌ای برای رشد و پیشرفت وجود نخواهد داشت اما آیا فقط داشتن یک هدف معین کافیه اگر کافیه پس چرا خیلی از وقتها افراد به هدفهاشون نمیرسن و بعد از مدتی اونها رو فراموش میکنن یا اونا رو به اهداف کوچکتتر تغییر میدن پاسخ این سوال کاملا مشخصه چون این افراد فقط یک چیزی رومیخوان اما برای رسیدن بهش هیچ برنامه‌ای ندارن و بدتر از اون هیچ مسیر شفاف و مشخصی برای خودشون ترسیم نکردن. خیلی از آدمها بدنبال رویاها و آرزوهاشون میرن و از هر ۱۰۰۰ نفر ۹۹۹ نفر هم نمیتونه اونو محقق کنه درحالیکه باید به دنبال ایجاد و خلق هدفها بود و بعد رفت و اونها رو دنبال کرد تازه اونوقته که پای برنامه ریزی کردن برنامه داشتن و در مسیر بودن به میون میاد همه انسانها در داشتن اهداف مختلف باهم اشتراک دارن اما فرق در اینه که افراد موفق برای رسیدن به هدف برنامه‌ریزی مشخصی دارن، مسیری رو درنظر میگیرند و طبق برنامه اشون در این مسیر قدم برمیدارند داشتن یک استراتژی مناسب و یک برنامه مدون تفاوت بین افراد موفق یا ناموفق رو مشخص میکنه زمانی اهداف میتونن رنگ واقعیت و عملی شدن رو به خودشون بگیرن که شما برای رسیدن به اونها یک استراتژی تعیین کنید و طبق اون استراتژی قدم بردارید تا آروم آروم بتونید به اهدافتون نزدیک و نزدیکتر بشید تا هرروز احساس موفقیت بیشتری نسبت به روز قبل بکنید. درواقع استراتژی چراغ راه شماست و اجازه نمیده که از مسیر موفقیت خارج بشید. گاهی اوقات معامله‌گرهایی رو میبینید که چندین سال مشغول معامله‌گری هستند اما از نتایج معاملاتشون راضی نیستند چون هیچ تغییری و پیشرفتی در روند معامله‌گریشون حس نمیکنن و حالا اگر بیشتر به اونها دقت کنیم میبینیم که برای خودشون هیچ استراتژی مشخصی ندارند و فقط بر اساس تجربیاتشون معامله میکنند و یا اگه استراتژی رو برای خودشون درنظر میگیرند خیلی جاها به اون پایبند نیستن برای همین باید حتما برای خودتون چه در زندگی شخصی و چه در بازارهای مالی استراتژی تعیین کنید و براساس اون پیش برید تا دچار سردرگمی نشید و بتونید به موفقیت‌هایی که در ذهنتون ترسیم کردید برسید البته این هم درست نیست که فکر کنیم اگر بر اساس یک استراتژی معامله کنیم حتما باید به سودهای متوالی برسیم هیچ معامله‌گر موفقیه همه معاملاتش در سود بسته نمیشه اما اگه طبق استراتژی مناسبی که داره پیش بره نهایتا برآیند معاملاتش مثبت خواهد بود حالا اجازه بدید برای اینکه من بتونم اهمیت داشتن یک استراتژی رو برای رسیدن به اهداف دقیقتر بیان کنم اشاره ای بکنیم به دیگه و نظریات سان تزو درکتاب هنر رزم او که یکی از فرماندهان ارشد ارتش چین بود به این نتیجه رسیده بود که علاوه بر داشتن ابزارهای مناسب باید تحلیل و بررسی درست و دقیقی از ماهیت جنگ داشت و بر همین اساس نظریاتی رو مطرح کرد که طبق اون استراتژی داشتن در جنگ به یکی از اصلی ترین پایه های مبارزات تبدیل شد بزارید چند نظریه از تزو رو باهم بررسی کنیم **نظریه اول:** پیروزی بدون صبر امکان پذیر نیست. اکثر معامله‌گرها صبور نیستند و برای رسیدن به آمال و آرزوهاشون عجله میکنند باعجله وارد معامله میشن و به خاطر هیچجانی رفتار کردن در بازار قوانین خودشون رو نادیده میگیرند و با اینکار نه تنها به آرزوهاشون نمیرسن بلکه احتمالا دچار ضررهای سنگینی هم میشن. **نظریه دوم:** ارتشی که استراتژی ندارد پیروزی و موفقیت را به حریف واگذار میکند. زمانیکه شما درحین انجام معامله قوانین و استراتژی‌تون رو زیرپا میذارین یا اصلا برای خودتون یک برنامه مدون تعیین نمیکنید مطمئنا

در جریان این بازار گرفتار شکست خواهید شد حتی اگر در ابتدا به سودهای خوبی هم برسید اما در دراز مدت به هیچ عنوان پیروز میدان نخواهید بود **نظریه سوم**: قبل از اینکه هر حرکتی انجام دهید حتما تمام شرایط را بسنجید عمل کردن به این جمله یکی از مهمترین کارهاییکه یک معامله‌گر حرفه‌ای انجام میدهد یعنی قبل از اینکه وارد معامله‌ای بشه تمامی شرایط رو بررسی میکنه و فقط طبق استراتژی‌ش نقاط ورود و خروج از معامله رو مشخص میکنه و در ادامه با تعیین حد ضرر و حد سود با خیالی آسوده وارد معامله میشه **نظریه چهارم**: ممکن است همه الزامات برنده شدن را بدانید اما الزاما موفق نشید. معامله‌گرهایی را در نظر بگیرید که به خوبی با انواع تحلیلهای تکنیکال و قوانین مدیریت سرمایه آشنایی دارند ولی در انجام معاملاتشون موفق نیستند چون ممکنه تحلیلهای و قوانینشون رو مدیریت نکنن یا بر احساساتشون کنترلی نداشته باشن و به همین دلیل باترس و اضطراب معامله کنند و نتونن اونطور که باید به نتایج دلخواهشون برسن روانشناسان بزرگ بر اساس تحقیقات در زمینه مالی به این نتیجه رسیدند که مسایل روانشناسی بیش از فرمولهای ریاضی در بازار موثر هستند و فقط با دانستن استراتژیهای مناسب و قوانین مدیریت سرمایه نمیتوان در این بازار به سود و موفقیت رسید بلکه ترکیب هر سه این موارد یعنی داشتن استراتژی دقیق، مدیریت ریسک و سرمایه قدرتمند و کنترل احساسات و هیجانات شمارو تبدیل به یک معامله‌گر موفق بکنه.

## سرفصل ۶: درک ماهیت بازار

تعریف همگانی که از بازار وجود دارد این است که بازار جایی است که در آن معاملاتی بین خریدار و فروشنده انجام می‌شود اما برخلاف این تعریف ساده می‌تواند محیط بسیار خطرناکی نیز باشد. از آنجاییکه بازار مانند یک رودخانه است و ابتدا و انتهای آن ندارد اگر ندانید که در چه نقطه‌ای و در چه زمان وارد این رودخانه بشید جریان رودخانه ممکن است شما را غرق کند و یا از مسیر درست خارج کند باید نگاه به بازار را تغییر داد تا بتوان مانند یک معامله‌گر حرفه‌ای ترید کرد برای اینکه بتوانید مانند یک تریدر حرفه‌ای ترید کنید باید ۳ حقیقت بنیادی بازار را بعنوان یک باور و عقیده در خود شکل بدهید تا بتواند شما را در رسیدن به اهدافتان کمک کند.

**حقیقت اول:** در بازار هر چیزی ممکن است اتفاق بیفتد، بازار گاهی کاهشی است، گاهی افزایشی و گاهی هم درجا میزند. ۳ گروه تریدر در بازار وجود دارند گروه یک که فکر می‌کنند قیمت پایین است و نماد یا ارزی را خریداری می‌کنند، گروه دوم که فکر می‌کنند قیمت بالاست و نماد یا ارزشون را می‌فروشند و سوم کسانی هستند که مردم هستند و هنوز تصمیمی برای خرید یا فروش نگرفتند اگر قدرت خریدارها بیشتر از فروشنده‌ها باشد یعنی تقاضا زیاد باشد قیمت افزایش پیدا می‌کند از طرفی اگر قدرت فروشنده‌ها بیشتر از قدرت خریدارها باشد یعنی عرضه زیاد باشد قیمت کاهش پیدا می‌کند و اگر میزان عرضه و تقاضا برابر باشد قیمت با نوسانات کوچکی جابه‌جا می‌شود معامله‌گران حرفه‌ای می‌دانند که هیچ قطعیتی در بازار وجود ندارد و نتیجه هر معامله فقط بر اساس احتمالات است برخی باورهای نادرست هم سبب انجام نشدن معاملات به درستی می‌شود مانند کسانی که فکر می‌کنند استراتژی و تحلیل تکنیکال آنها بی‌عیب و نقص است و می‌توانند بازار را با قطعیت حدس بزنند یا تحت کنترل بگیرند. بطور مثال صاحب یک کارگذاری بزرگ که فقط براساس تجربه و شناخت بازار معامله می‌کرد و اطلاعات زیادی هم از تحلیل تکنیکال نداشت تحلیل‌گری را استخدام کرد تا به او در این زمینه کمک کند روزی هر دو در حال تماشای بازار سویا بودند تحلیل‌گر از قبل سطوح اصلی حمایت و مقاومت را در بازار مشخص کرده بود و داشت توضیح میداد که قیمت از سطح حمایتی که مشخص کرده پایینتر نخواهد رفت که ریس کارگذاری با یک تلفن به شخصی گفت همه سویاهای خود را بفروشد ناگهان بازار سویا سقوط کرد و سطح حمایت خودش را از دست داد در واقع با این حرکت معلوم شد بازار هیچ قطعیتی ندارد و احتمال رخ دادن هر اتفاقی در آن وجود دارد. سوال: اگر یک سکه را پرتاب کنیم آیا می‌توانیم با قطعیت بگوییم شیر خواهد آمد یا خط؟ خیر، چون تصادفی بودن نتیجه را قبول داریم و آن را درک کردیم اگر همین دیدگاه را نسبت به بازار و نتایج معاملاتتون داشته باشید یکی از اصلی‌ترین حقیقت‌های بنیادی بازار را به خوبی درک کردید و به هدف خود یعنی ثروتمند شدن نزدیک شدید.

**حقیقت دوم:** برای کسب پول لازم نیست بدانید چه اتفاقی قرار است بیفتد فرض کنید که یک استراتژی برای خودتان در نظر گرفتید و با بک تست و فوروراد تست آن را آزمایش کردید و به این نتیجه رسیدید که از هر ۲۰ معامله‌ای که انجام بدهید ۸ تای آنها ضررده و ۱۲ تای آنها سودده خواهد بود یعنی با این استراتژی معاملات نهی تا به سود خواهید رسید اما باید یک موضوع مهم را در نظر بگیرید اینکه ترتیب معاملات سودده یا ضررده رو

نمی‌توانید پیش‌بینی کنید و نمی‌دانید چه اتفاقی قرار است بیفتد در واقع شکست‌ها و پیروزی‌ها بصورت تصادفی اتفاق می‌افتند و مهم این است که نتایج این ۲۰ معامله در نهایت برای شما سودآور خواهد بود. یک معامله‌گر حرفه‌ای معتقد است که نتایج معاملات تصادفی است پس با حرکت بازار هماهنگ می‌شود و اگر در معامله‌ای متضرر شود طبق قوانین استراتژی در نقطه حد ضرر خود از معامله خارج می‌شود یا اگر در معامله سوددهی باشد طمع نمی‌کند و در حد سود استراتژی خود از بازار خارج می‌شود این معامله‌گر از ضرر کردن در معاملات خودش ناراحت نمی‌شود بلکه خوشحالم خواهد شد چون می‌داند یکی از ۸ معامله ضررده خود را پشت سر گذاشته است و در حال نزدیک شدن به معاملات سودده خود است. گاهی وقت‌ها معامله‌گرها برای اینکه در همه معاملات سود کنند و از ضرر کردن دوری کنند از ترکیب چند استراتژی مختلف استفاده می‌کنند و تصورشان این است که با اینکار حتما سود می‌کنند اما در نظر نمی‌گیرند که احتمال شکست و ضرر آنها نیز افزایش پیدا خواهد کرد چون هر استراتژی قطعا شامل تعدادی پیروزی و تعدادی شکست خواهد بود و وقتی ۲ یا چند استراتژی باهم ترکیب شوند احتمال رخ دادن شکست‌ها افزایش پیدا می‌کند. اگر بپذیرید هیچ چیز قابل پیش‌بینی نیست دیگر پیروزی و شکست‌های مقطعی برای شما مهم نخواهد بود. در این صورت با آرامش بیشتری معاملات خود را انجام می‌دهید، بر قوانین خود پایبند می‌مانید و از پیروزی و شکست‌های مقطعی ناراحت نمی‌شوید چون معتقد هستید طبق استراتژی خود نهایتا در دوره معاملاتی خود به سود خواهید رسید.

#### **حقیقت سوم: هر لحظه‌ی بازار منحصر بفرده**

ذهن انسان طوری طراحی شده است که وقایع، خاطرات و رویدادهای شبیه به هم را بهم ربط می‌دهد و همین باعث می‌شود نسبت به رویدادها واکنشی باتوجه به خاطرات قبلی خود نشان بدهد مانند اولین برخورد یک کودک با سگ، کودک هیچ خاطره‌ای از این برخورد ندارد و حس کنجکاوی باعث می‌شود سمت سگ برود و تلاش کند که آن را لمس کند اگر برحسب اتفاق سگ او را گاز بگیرد این اتفاق درآورد خاطره‌ای را در ذهن کودک ثبت می‌کند که سگ موجود خطرناکی است و باید از آن دوری کند چون ممکن است به او آسیب برساند. ولی آیا همه سگ‌ها به این شکل رفتار می‌کنند؟ مطمئنا اینطور نیست اما چون تجربه اول این کودک به این شکل بوده است از اینجا به بعد با هر سگی برخورد کند این خاطره در ذهن او تداعی و حس ترس در او ایجاد می‌شود و در نهایت واکنش او به این شکل خواهد بود که باید از سگ‌ها دوری کند. در بازار وقتی معامله‌گر در معامله‌ای ضرر می‌کند در معاملات بعدی که شرایط آن مانند معامله قبلی است، ذهن با یادآوری خاطرات ضررها باعث ایجاد ترس در فرد می‌شود و اجازه نمی‌دهد فرد واکنش درستی از خود نشان بدهد و این برای معاملات در سود هم ممکن است اتفاق بیفتد موقع رسیدن به حد سود طمع کند و برای سود بیشتر از آن رد بشود. این سرپیچی از قوانین باعث ایجاد باور اشتباه در ذهن شخص خواهد شد که در واقع اگر دوباره در این شرایط قرار بگیرد با توجه به باور و خاطره اشتباه قبلی دوباره اینکار را انجام می‌دهد اما قرار نیست همیشه در چنین مواقعی سود کند.

باید ذهن را به این شکل تربیت کرد که هر لحظه بازار منحصر بفرده است و هیچ دو لحظه یکسانی در بازار وجود ندارد. یک معامله‌گر موفق به این موضوع یقین دارد و ذهن خود را طوری پرورش می‌دهد که خودش را در مسیر بازار قرار بدهد فقط به زمان حال فکر می‌کند و خاطرات ضررها و سودها را در لحظه معامله جدید به یاد نمی‌آورد و به راحتی بروی معاملات خود تمرکز می‌کند و بهترین واکنش‌ها را از خود نشان می‌دهد.

### ذهن یک معامله‌گر برتر چه باورهایی دارد

هر معامله‌گر بر اساس مدل و الگوی ذهنی خودش بازار را می‌بیند نه بر اساس واقعیتی که در بازار وجود دارد. پس یک معامله‌گر برای موفقیت در بازارهای مالی به یک ذهن کاملا برنامه‌ریزی شده نیاز دارد موفقیت در معامله‌گری یک مفهوم خیلی کلیه و هر معامله‌گر برای اینکه بتواند به اوج موفقیت برسد باید آرام آرام و مرحله به مرحله پیش برود و اهداف خود را به قسمت‌های کوچکتری تقسیم کند مثلا وقتی که یک کوه‌نورد می‌خواهد به قله کوه برسد نباید از ابتدا توجه‌اش به نوک قله باشد بلکه باید مسیر را تقسیم‌بندی کند و مرحله به مرحله پیش برود تا بتواند با طی کردن این مسیرهای کوچک به قله کوه صعود کند برای اینکه به یک معامله‌گر موفق تبدیل بشید بهتره که این اهداف رو در دنیای معامله‌گریتون دنبال و اجرا کنید.

**۱- یک استراتژی بی‌طرفانه انتخاب کنید.** در واقع میشه گفت مهمترین ویژگی ذهن یک معامله‌گر بیطرف بودن آن است یعنی ذهن او باید فارغ از هرگونه تمایل برای پیش بینی بازار باشد مثلا وقتی بازار در حال بالا رفتن است و شما براساس استراتژیتون ارز یا نمادی را میخرید نباید انتظار داشته باشید بخاطر خرید شما قیمت بالا بره تا شما سود کنید چون در این صورت اگه بازار برخلاف جهت تصور شما شروع به حرکت کنه چون با عقیده و تصور شما در تضاد عصبانی میشید و ممکن است نتوانید بخوبی معامله خودتان را مدیریت کنید در واقع شما باید کاملا بیطرفانه به رفتار بازار نگاه کنید و از اون توقعی نداشته باشید یک معامله‌گر موفق حقایق بازار را همونطور که هست میبیند و میپذیرد نه آنطوری که دلش میخواهد.

**۲- قبل از ورود به معامله قوانین مدیریت سرمایه را تعیین کنید.** قبل از اینکه وارد معامله‌ای بشید حتما باید قوانین مدیریت سرمایه‌ای برای خودتون تعیین کنید و بر اساس اون معاملاتتون رو انجام بدید شما باید بدونید که با چه میزان سرمایه باید وارد معامله بشید و از طرفی بررسی کنید تا چه حد تحمل از دست دادن قسمتی از سرمایه‌تون رو دارید در واقع با اینکار احتمال اینکه دچار ترس یا نگرانی بشید رو کاهش میدید.

**۳- بدون تعیین کردن حدضرر به هیچ عنوان معامله نکنید.** یک معامله‌گر باید قبول کند که بازار از ذهن او دستور نمی‌گیرد و حرکت خود را انجام می‌دهد بر همین اساس باید ریسک‌پذیر باشه و حدضرر برای خودش تعیین کنه و اگه حس میکنه وقتی حد ضررش فعال میشه ترس وجودش رو میگیره نباید وارد معامله بشه ولی اگه فعال شدن حدضرر و از دست دادن قسمتی از سرمایه‌اش مشکلی برایش ایجاد نمیکنه میتونه به راحتی و بدور از استرس معامله کند.

**۴- بدون هیچ شرطی قوانین استراتژی خودتون رو پیاده کنید.** وقتی حدضرر و حد سودی برای خودتان تعیین می‌کنید باید در آن نقاط از بازار خارج بشید حالا چه در ضرر چه در سود از طرف دیگر ممکن است در طول انجام معاملاتتون زمان‌هایی پیش بیاد که وسوسه بشید قوانین خودتون رو نادیده بگیرید این موضوع اگر منجر به سود هم بشه عادت اشتباهی را در شما شکل میده که در آینده میتونه خسارات زیادی به شما و معاملاتتون وارد کنه پس هیچ گاه در هیچ شرایطی از قوانین معاملاتیتون سرپیچی نکنید.

**۵- بطور مرتب نظاره‌گر عملکرد خودتان باشید تا اشتباه نکنید.** بعد از انجام هر معامله اشتباهات خودتان را یادداشت کنید تا با بررسی بیشتر اونها رو برطرف کنید و تکرارشون نکنید در واقع با این کار باید باورهای اشتباه خودتون رو تغییر بدید.

شما بعنوان یک معامله‌گر باید یاد بگیرید که ذهن خودتون رو از هرگونه سوگیری خالی کنید و برای اینکار نیاز به پارادایم شیفت (Paradigm Shift) پارادایم درواقع همون الگوی ذهنی است که در ذهن شکل گرفته و براساس آن در شرایط مختلف تصمیم می‌گیرید و به مسایل واکنش نشان می‌دهید زمانیکه متوجه می‌شوید که باید این الگوی ذهنی را تغییر دهید وارد مرحله پارادایم شیفت میشوید یعنی تصمیم می‌گیرید که در پارادایم‌هاتون تغییر ایجاد کنید برای اینکه باید روی باورها، ارزشها و رفتارهاتون کار کنید و ببینید که کدام از آنها در راستای رساندن شما به مهارت در معامله‌گری هستند تا تقویتشون کنید و هرکدام مانع این موضوع هستند تغییرشون بدید شما باید ذهنتون رو از تمام نگرانی‌های بی مورد که از گذشته باهاتون بوده خالی کنید تا بتونید با تمرکز بالا عملکرد مناسبی داشته باشید عدم تمرکز شما باعث میشه که هیچوقت با شرایط مناسب در زمان حال نباشید. بطور مثال کارمندی را در نظر بگیرید که بعنوان شغل دوم معامله‌گری می‌کند زمانیکه در حال انجام معاملاتش فکرش اینه که فردا چه کارهایی را در اداره باید انجام بده یا زمانیکه در اداره است فکر میکنه که در معاملات امروزش چه ارزشهایی رو بخره یا بفروشه و به این صورت لحظاتی رو خارج از دستورات ذهنیش سپری میکنه و دایم نگرانی فعالیت‌های دیگه‌ای رو داره که قراره در آینده انجامشون بده و در نتیجه روی کارهایی که همین الان در حال انجام دادنشونه هیچ تمرکزی نداره ذهن شما بعنوان یک معامله‌گر باید فارغ از تمامی این تفکرات و نگرانی‌ها باشد تا بتواند شما را در رسیدن به اهدافتان همراهی کند پس حتما باید نسبت به ذهنتون آگاهی داشته باشید تا بتوانید خودتان را در بهترین شرایط روحی قرار بدید و مرحله به مرحله به اهدافتون نزدیک و نزدیکتر بشید.

## ریسک‌گریزی و ریسک‌پذیری

افراد در بحث مدیریت ریسک بصورت کلی به دو دسته ریسک‌پذیر و ریسک‌گریز طبقه‌بندی می‌شوند افراد ریسک‌گریز افرادی بسیار محتاط، شکاک و بدبین و معمولا افرادی هستند که به نتایجی که بر اساس احتمالات رخ می‌دهد اعتقادی ندارند و از سودهایی که با نتایج احتمالی بدست می‌آید به وجد نمی‌آیند، همیشه با احتیاط کامل قدم در هرکاری می‌زنند و سعی می‌کنند که حساب شده رفتار کنند تا متحمل شکست و ضرر نشوند اما ریسک‌پذیرها که دقیقا نقطه مقابل این افراد هستند بسیار خوش‌خیال و خوش‌بین هستند و جالبتر اینکه معمولا افراد خلاق هستند انرژی بالایی برای انجام کارها دارند و بسیار سخت‌کوش هستند افراد ریسک‌پذیر زمانی که با چند شکست درکاری مواجه می‌شوند یا ضرر می‌کنند خیلی زود پا پس نمی‌کشند و سعی می‌کنند برای مشکلاتشون راه‌حلهای مناسبی پیدا کنند. ژنتیک، تربیت فرهنگی و اجتماعی و تجربیات معامله‌گری ۳ عامل بسیار مهم و تاثیرگذار در میزان ریسک‌پذیری و ریسک‌گریزی یک معامله‌گر هستند البته ساختارهای ژنتیکی معمولا قابل تغییر نیستند ولی با شناخت درست یک معامله‌گر از وضعیت ذاتی خودش میتونه میزان ریسک‌پذیری خودش رو کنترل کنه طبق نظر دکتر برت استینبارگر نویسنده، روانشناس، معامله‌گر و بنیان‌گذار وبلاگ محبوب و معروف تردیفرید ۵۰٪ آدمها اونقدر ریسک‌پذیر یا ریسک‌گریز هستند که عملا به درد معامله‌گری نمی‌خورند و اگر هم وارد این حرفه بشن چیزی جز ضرر برای خودشون به بار نمی‌ارن و ۵۰٪ دیگه باز به دو دسته تقسیم می‌شن ۲۵٪ ریسک‌پذیرها و ۲۵٪ ریسک‌گریزها و این در حدیه که میشه در صورت مدیریتش به یک معامله‌گر موفق و حرفه‌ای تبدیل شد حالا جالب اینه که در خانم‌ها چون قسمت نئوکورتکس مغز بزرگتره اونها رفتارهای منطقی‌تر مدیریت ریسک قویتری دارند و آقایان به این دلیل که قسمت داخلی و میانی مغزشون قدرتمندتره و تمایل بیشتری برای مبارزه کردن و حفظ بقا دارند معمولا مفهوم ریسک را در ابتدا به خوبی درک نمی‌کنند و رفتارهای پرخطری از خودشون نشون میدن مثلا بیش از حد تمایل به انجام کارهایی مثل شرط‌بندی دارند و تا زمانیکه چندین بار حساب خودشون رو خالی نکنن به معنای واقعی ریسک‌پذیری نمی‌رسند. افرادی که استعداد خوبی در میزان کنترل ریسک خودشون دارن تقریبا نصف راه را طی کرده‌اند و برای تبدیل شدن به معامله‌گر حرفه‌ای و سودآور فقط باید آموزش‌های مناسب رو ببینند و همچنین برای خودشون قوانین دقیق مدیریت ریسک و سرمایه تعیین کنند و طبق اون به معامله‌گری بپردازند اما این به این معنی نیست که اگه استعداد ریسک‌پذیری در افراد وجود نداشته باشه نمیتونن در معامله‌گری موفق باشند اگر استعداد ریسک‌پذیری را ندارید با صبوری و کسب آموزش‌های لازم هم میتونید قدم در انجام معاملات با ریسک مناسب بگذارید و از کسب سود لذت ببرید و از فعال شدن حد ضررتون هراسی نداشته باشید.

مزایای ریسک‌گریزی و ریسک‌پذیری:

افراد ریسک‌گریز معمولا وارد شغل‌های امن و بدون ریسک می‌شن تا درآمد ثابتی داشته باشن و حاشیه امنی برای خودشون ایجاد کنند این افراد خیلی با هیجان رابطه خوبی ندارند و سعی می‌کنند که از اون دوری کنند به همین دلیل رفتارهای بی‌منطق کمتری از این افراد دیده میشه همچنین میونه‌ای با جریانات احتمالی و تصادفی ندارند و ترجیح میدن که نتایج کارهاشون بصورت دقیق قابل پیش‌بینی باشه تا بتونن به درست‌ترین شکل اونها رو به اتمام برسونن در نقطه مقابل

ریسک‌گریزها افراد ریسک‌پذیر بسیار پر انرژی و خوش‌بین‌ان و همیشه دنبال ایجاد یک هیجان جدید می‌گردن حس خوبی به نتایج احتمالی دارن و دیدشون نسبت به این نتایج مثبت‌ه و یا بهتر بگم بیشتر جنبه مثبت‌شو میبینن و باهمین خوش‌بینی ریسک می‌کنن تا به ثروت بیشتری برسن از شکست خوردن فرار نمی‌کنن و سعی می‌کنن که با پیدا کردن راه حل مناسب شکست‌هاشون رو به پیروزی تبدیل کنند. این افراد شجاعن و اعتمادبنفس بالایی دارن اجازه بدید در همین زمینه قانون زیبای ۱، ۹، ۹۰ از آلون تافلر که یکی از بزرگترین اقتصاد دانهای قرن اخیر است را توضیح دهیم تافلر در کتاب موج سوم می‌گه وقتی موجی وارد یک کشور میشه مثلا موج خرید مسکن مردم به سه دسته کلی تقسیم میشن دسته اول که همون ۱٪ هستن همون ابتدا با موج همراه و هم‌سو میشن و اون قبول می‌کنن و سود بسیار زیادی میبرن این دسته از افراد همون ریسک‌پذیرها هستن که معمولا موفقیت‌های چشمگیری دارن دسته دوم که ۹٪ افراد به اصطلاح زرنگ جامعه رو تشکیل میدن معمولا صبر می‌کنن تا ببینن آیا اون ۱٪ به سود میرسن یا نه و بعد وارد عمل میشن این افراد سود کمتری نسبت به اون ۱٪ کسب می‌کنن در واقع آنها افرادی هستن که ریسک می‌کنن اما نه ریسک‌های بزرگ و به همین دلیل نمیتونن سودهای بزرگی هم به دست بیان و دسته سوم ۹۰٪ مابقی جامعه هستن این افراد نه تنها موج رو همراهی نمی‌کنن بلکه وقتی این موج میاد از روشون عبور می‌کنه و نابود میشن این افراد به دلیل دیر همراه شدن باموج اگر ضرر نکنن سودی هم نصیبشون نمیشه این افراد کمتر ریسک‌پذیر هستن و افراد عادی جامعه رو تشکیل میدن که همیشه از زندگی ناراضی هستن و دائما هم افراد دست اول رو مسخره می‌کنن و همیشه حسرت کارهایی که میتونستن انجام بدن ولی انجام ندادن رو میخورن.



## احساسات خطرناک در معامله‌گری و نحوه کنترل آنها

## ۱- ترس

یکی از احساسات منفی که به دفعات در وجود یک معامله‌گر شکل می‌گیرد و عملکرد فرد را در مواقعی که دچار شکست یا بدتر از اون شکست‌های متوالی میشن تحت تاثیر قرار میده حس ترسه وقتی خطری شمارو تهدید میکنه مغز با فرمانی که صادر میکنه حس ترس رو در شما ایجاد میکنه و باعث میشه که شما در بالاترین سطح هوشیاری و آمادگی قرار بگیرید و در واقع با اینکار مغز سعی میکنه از شما درمقابل اون خطر محافظت کنه البته گاهی اوقات هم واقعا هیچ خطری در کار نیست اما بخاطر باورهای نادرستی که از قبل در ذهن شما ثبت شده و یا تصور اشتباهی که نسبت به اتفاقات اطرافتون دارید ضمیرناخودآگاه شما هشدار خطر میده و با حس ترسی که در شما به وجود میاره سعی میکنه که شمارو از اون دور کنه مثلا وقتی در چند معامله پشت سرهم ضرر میکنید و بعدش تصمیم میگیرید که وارد معامله جدیدی بشید با اینکه ممکنه براساس بررسی شما این معامله بهتون سود برسونه و چه بسا کل ضررهای قبلی رو جبران کنه اما احساس ترس از ضرر دوباره جلوی ورود شما رو میگیره همانطور که در قسمتهای قبل گفتیم مغز ما تمایلی برای صرف انرژی نداره و فقط سعی میکنه عادت ها و روتین‌هایی که در ناخودآگاه ما ثبت شدند رو تکرار کنه و به همین دلیل وقتی ما در چند معامله متوالی ضرر میکنیم حس ضرر و بدتر از اون ترس ناشی از ضرر معامله بعدی در ما تبدیل به یک عادت میشه و چون وظیفه اولیه اصلی مغز حفاظت از ماست به همین دلیل برای اینکه حس ترس دوباره در ما شکل نگیره و درواقع خطری مارو تهدید نکنه مغز ما از ورود به یک معامله جدید جلوگیری میکنه و اگه نتونیم باخودمون کنار بیایم ممکنه واقعا از سیگنال یک معامله خوب و پرسود منصرف بشیم. ترس یک احساس بسیار قدرتمنده که نه تنها خودش به تنهایی شمارو تحت تاثیر قرار میده بلکه خیلی از احساسهای منفی دیگه مثل حس خشم، نگرانی، اضطراب و استرس را هم در شما فعال میکنه چیزیکه کاملا مشخصه اینه که نمیتونید از شر ترس خلاص بشید نادیده اش بگیرید یا با اون بجنگید بلکه فقط باید سعی کنید با کنترل کردن اون ترستون رو به یک حس مثبت تبدیل کنید.

یعنی بجای اینکه بترسید و خودتون رو دچار احساسات منفی بکنید با احتیاط کامل همه رفتار بازار و همه جوانب معامله رو بررسی کنید و بعد وارد اون بشید. یکی از بزرگترین ترسهای که معامله‌گران زمان ورود به معامله دارن ترس از دست دادن سرمایه‌اشون در معامله است اونها در مواجهه با این ترس به دودسته آماتورها و حرفه‌ای ها تقسیم میشن معامله‌گرهای آماتور بخاطر ترسی که دارن یا اصلا وارد معامله نمیشن یا اگه وارد شدن نه به استراتژی‌شون توجه میکنن و نه ریسک مناسبی رو برای خودشون درنظر میگیرند چون با ترسی که دارن تمرکزشون از دست میره و کاملا احساسی و بدون برنامه ریزی وارد معامله میشن اما معامله‌گرهای حرفه‌ای احتیاط میکنن و شرایط معامله رو بخوبی زیرنظر میگیرن و با استراتژی خوب و دقیقی که در اختیار دارن نقاط ورود و خروج مناسبی رو مشخص میکنن و بعد با مشخص کردن میزان ریسک مناسب در معامله با این ترس مقابله میکنن و اگرکه حد ضررشون فعال بشه چون از قبل میدونستن قراره چه حجمی از سرمایه اشون از بین بره پس دیگه ترسی براشون باقی نمی‌مونه و به راحتی میتونن روی معامله اشون تمرکز کنن میزان ترسیدن یا کنترل این حس توسط شما در یک معامله بستگی به دیدگاه و تفکر شما نسبت به بازار و معاملاتش داره. معامله‌گری را در نظر بگیرید که به تصادفی بودن روند

بازار و اتفاقات اعتقاد داره و با آرامش روز خودش رو شروع میکنه انتظار و تصویری از جهت امروز بازار نداره با یک دید مثبت به بازار نگاه میکنه و اجازه نمیده هیچ ترسی تصوراتش رو خراب کنه و با عملکردی صحیح معامله میکنه اما در نقطه مقابل معامله‌گری را تصور کنید که تفکرش رنگ و بوی شکست و بازنده بودن داره و فقط به ضرر کردن و از دست دادن سرمایه اش فکر میکنه مدام نگران اینکه چه نکنه امروز با یک حرکت اشتباه سودی رو که در روزهای قبل به دست آورده از دست بده این معامله گر دنبال اینکه چه طوری جهت بازار را پیش بینی کنه که همه تحلیل‌هاش درست از آب دربیاد و با همین تفکرات منفی اجازه میده که ترس کل وجودش رو بگیره روث بارون روزولت در کتاب ۷ گناه کشنده معامله‌گری میگه وقتی که شما میترسید ضمیر ناخودآگاهتون به ۳ صورت به این ترس پاسخ میده و سعی میکنه که از شما در مقابل خطرات احتمالی حفاظت کنه

**اولین پاسخ فراره** در این حالت ضمیر ناخودآگاه شما رو مجاب میکنه از انجام کاری که یک تهدید به حساب میاد دست بکشید یا اصلا واردش نشید در واقع با اینکار شما رو از تهدید احتمالی دور میکنه و اجازه نمیده که به شما آسیبی وارد بشه برای مثال معامله‌گری را در نظر بگیرید که ساعتها و روزهای زیادی رو وقت گذاشته و یک استراتژی قدرتمند برای انجام معاملاتش تهیه کرده بارها اون رو تست کرده و خیالش از اون کاملا راحت حتی این استراتژی رو در اختیار معامله‌گرهای دیگه هم قرار داده و مشاهده کرده افراد دیگه هم با استفاده از اون به نتایج خوبی رسیدن اما زمانیکه خودش پای سیستم میشینه و اسراتژی‌ش سیگنالی برای ورود میده و بلافاصله باید وارد معامله بشه اینکارو نمیکنه در واقع این معامله گر فقط خودش رو با تحلیل و بررسی بازار مشغول کرده و از ریسک کردن و ورود به معامله فرار میکنه درواقع مشکل اصلی این فرد اینه که بجای اینکه به کسب سود فکر کنه نگران از دست دادن سرمایه‌اشه **دومین پاسخ جنگیدنه** در این حالت فرد هنگام ترسیدن از چیزی دیگران رو مقصر اتفاقات افتاده میدونه و سعی میکنه از شون انتقام بگیره مثلا معامله‌گری که به هر قیمتی و بدون پایبندی به اسراتژی‌ش وارد معامله میشه وقتی بازار برخلاف جهت تحلیلیش حرکت کنه از ترس ضرری که قراره بهش وارد بشه سعی میکنه حجم بیشتری از معامله اش رو وارد معامله کنه و میانگین کم کنه اما چون بازار رو مقصر این اتفاق میدونه سعی میکنه به هر طریقی که میتونه با بازار بجنگه و حقی رو که ممکنه ازش گرفته شده باشه پس بگیره اما به همین دلیل بدون هیچ کنترلی و اصول درستی حجم معامله در ضرر خودش رو بالا میبره و خوب نتیجه مشخص است مشکل کار اینجاست که هیچوقت با جنگیدن و مبارزه کردن با بازار نمیتونه به نتیجه مورد نظرش برسه حتی اگه بصورت کاملا اتفاقی بخت باهاش یار باشه و بتونه با ورود سرمایه جدید نتیجه دلخواهش رو بگیره این تفکر غلط که میشه با بازار جنگید و به شود خوب رسید در ذهنش شکل میگیره درصورتیکه کاملا تفکر اشتباهیه و حتما زمانی میرسه که با این طرز تفکر تمام سرمایه اش رو از دست میده **سومین پاسخ منجمد شدن یا قفل شدن** در حالت سوم فرد قدرت تصمیم‌گیری نداره و برای رهایی از موقعیت ایجاد شده نمیتونه هیچ عکس‌العملی از خودش نشون بده گاهی اوقات بخاطر خبر یا شایعه‌ای روند بازار با اینکه در جهت سوددهی بوده ناگهان تغییر میکنه و معامله رو وارد ضررهای غیرقابل پیش‌بینی میکنه در این لحظات برخی از معامله‌گرها مغزشون قفل میکنه پای سیستم خشک‌شون میزنه و بجای اینکه سریعا بهترین اقدام رو انجام بدن فقط نظاره‌گر باقی میمونن احساس گیجی میکنن و هیچ عکس‌العملی نمیتونن از خودشون نشون بدن و زمانیکه از این حالت انجماد ذهنی خارج میشن از رفتار و عملکرد خودشون متعجب میشن و از اینکه نتونستن عکس‌العمل خوب و بجایی از خودشون نشون بدن احساس ناراحتی میکنن.

۲- راهکارهای غلبه بر ترس

**علاقه را جایگزین ترس کنید**، یکی از راه های موثر برای کنترل ترس و کم کردن شدت اون فکر کردن به خواسته های مورد علاقه اتونه چون در این صورت ذهن شما برای رسیدن به اون خواسته ها به سمت تفکرات مثبت متمرکز میشه و در نتیجه فرصت کمتری برای فکر کردن به چیزهایی که ازش میترسید پیدا میکنید مثلا وقتی شما ماشین مورد علاقه اتون رو در ذهنتون تجسم میکنید و خودتون رو صاحب اون ماشین میبینید تفکرات مثبتی که از این علاقه در ذهنتون ایجاد میشه کمکتون میکنه که کمتر به ترس از معامله گری فکر کنید و با انرژی بیشتری برای بدست آوردن اون ماشین مشغول معامله گریتون بشید

**شجاع باشید تا بر ترسهایتان غلبه کنید** شاید پیش خودتان فکر کنید که افراد شجاع هیچوقت حس ترس را تجربه نمیکنن ولی باید بدونید حس ترس در همه انسانها و موجودات وجود داره ولی فرق شجاع بودن یا نبودن در نحوه مدیریت کردن ترس و اقدامهاییکه بعدش انجام میشه، یک معامله گر شجاع با خلق افکار مثبت در ذهنش سعی میکنه تا جایی که میتونه ترس رو نادیده بگیره و بادر نظر گرفتن ریسک مناسب اقدامات لازم و درست رو انجام بده یعنی به قوانینش پایبند باشه و برای معامله اش حد ضرر مشخصی رو تعیین کنه احساسی عمل نکنه و بدون داشتن انتظارات نابه جا از بازار و با رعایت همه این موارد در نقطه مناسبی وارد بازار بشه و طبق سیگنالهایی که از بازار میگیره به معامله اش ادامه بده یا از اون خارج بشه وقتیکه این اقدام شجاعانه از طرف شما بعنوان یک معامله گر انجام میشه اعتمادبنفسی در شما بوجود میاد که کمکتون میکنه در معاملات بعدی هم همینطور رفتار کنید در واقع اقدام شجاعانه و البته با احتیاط کامل عادت خوبی رو در شما ایجاد میکنه تا بتونید بدون شک و تردید وارد بازار بشید و از معامله گری لذت ببرید.

**کاملا شفاف فکر کنید** فرض کنید ماشین مدرنی دارید و با تمام ویژگیهای اون بصورت کاملا شفاف آشنایی دارید میدونید که مجهز به انواع سیستمهای ایمنیه و شمام تسلط کامل و مهارت کافی برای رانندگی با اون رو دارید و خیالتون هم بابت استحکام و سیستم ایمنی اون راحت قطعاً از رانندگی با این ماشین لذت میبرید و هر لحظه از خطرات و تصادفات احتمالی نمیترسید وقتی هم که خیلی شفاف و واضح فکر کنید و تمامی جوانب اون رو در نظر بگیرید و بدونید که توی بازار علاوه بر سود ضرر هم هست و بدونید که علاوه بر روند صعودی، روند نزولی و اصلاحی هم وجود داره دیگه جایی برای ترسیدن شما از این محیط باقی نمیمونه و خلاصه همین شفافیت درمورد واقعیت بازار باعث میشه حس ترس در شما به کمترین حالت خودش دربیاد

### **حس اعتماد را در خودتان ایجاد کنید**

وقتی شما بعنوان یک معامله گر به خودتان و معاملاتتان اعتماد داشته باشید مطمئناً با آرامش کامل وارد بازار میشید و کاملاً اصولی و منطقی معامله میکنید و هر نتیجه ای را هم میپذیرید نه از بردهاتون خیلی خوشحال میشید و نه بخاطر باختاتون خودتون رو سرزنش میکنید با ایجاد حس اعتماد در شما رد پای ترس در معاملاتتون کم رنگ میشه و تقریباً با خیال آسوده و بدون مغلوب شدن در برابر احساسات منفیتون میتونید در این بازار فعالیت کنید اما حس اعتماد به چه صورت در یک معامله گر بوجود می آید این حس زمانی بوجود میاد که معامله گر بتونه با اعتمادبنفس بالا معاملاتش رو انجام بده و البته تسلیم احتمالی بودن نتایج بازار هم باشه تا نهایتاً از این بازار سودهای خوبی کسب کنه هر معامله گر برای رسیدن به این موفقیت مطمئن در ابتدا باید راجع به این بازار اطلاعاتی به دست بیاره و آموزش های لازم رو ببینه در مرحله بعد قبل از ورود به بازار برای خودش استراتژی تعیین کنه و اون و بارها و بارها مورد آزمایش قرار بده تا به بهترین استراتژی ممکن که هم با روحیاتش سازگار باشه و

هم نتایج مثبتی رو برایش به ارمغان بیاره برسه و با استفاده از اون در بازار و با پایبندی بهش تجربه لازم رو در معامله گری کسب کنه قوانین مدیریت سرمایه برای خودش تعیین کنه و با ریسک و حجم مناسب وارد بازار بشه و از طرف دیگه با استفاده از تمرینهای ذهنی در بهترین حالت ذهنی خودش قرار بگیره و باورهای مناسب را در ضمیر ناخودآگاهش ثبت کنه تا با افزایش اعتماد بنفسش حس اعتماد رو در خودش ایجاد کنه و بتونه اون رو جایگزین حس ترسش کنه.

### ۳- طمع

یکی دیگه از احساسات منفی یک معامله گر طمع کردن یا همون زیادی خواستنه هر موقع شما چیزی رو بیشتر از توان و تحلیل خودتون از بازار بخواید در واقع دچار طمع شدید بطور کلی وقتی که حس طمع بارها و بارها شمارو تحت کنترل خودش بگیره اون موقع است که دیگه به داشتن هر چیزی قانع نمیشید همیشه احساس کمبود میکنید و میخواید این کمبود رو در بازار جبران کنید و به همین دلیل دچار شکست و ضرر میشید شما باید بپذیرید که هر نماد یا ارزی پتانسیل خودش رو داره و همیشه بیش از اندازه ازش انتظار یک روند صعودی رو داشت گاهی وقتها معامله گران به طمع کسب سود در نقطه ای وارد معامله میشن که اون ارز رشد قیثش رو تا اونجا بطور کامل انجام داده و چیزی نمیگذره که جهت حرکت عوض میشه و اون ارز وارد حرکت اصلاحی خودش میشه و معامله گرهایی که با طمع در نقطه نادرستی وارد شدن رو وارد ضرر میکنه اما این افراد چون اصلا میونه خوبی با ضرر کردن ندارند و طمع سود گرفتن از اون ارز تمام وجودشون رو گرفته اونقدر ارز رو نگه میدارن تا بالاخره یا به سود برسن و یا سربه سر بتونن از معامله بیرون بیان غافل از اینکه باهمین صبر و قفل شدنشون در بازار موقعیتهای بسیار خوب دیگه ای رو از دست دادن یادتون باشه گاهی این صبر ممکنه ۳ سال طول بکشه متاسفانه اکثر معامله گرهایی که حرفه ای رفتار نمیکنند تصورشون اینه که تمام خواسته هایی که در زندگی داشتن و به اونها نرسیدن رو میتونن به سرعت از بازار بخوان و بازار هم خیلی سریع براشون مهیا میکنه فرض کنید یک معامله گر بخواد که یک BMW بخره و باخودش فکر کن با چندتا سود آنچنانی میتونه اینکارو انجام بده حالا این معامله گر خیلی نابخردانه با حجم زیاد و ریسک بسیار بالا وارد معامله های خودش میشه و از اونجایی که بازار هیچ توجهی به خواسته های اون نداره و میتونه برخلاف تمام تحلیلها و پیش بینی های اون حرکت کنه همین باعث میشه که خسارت و ضررهای زیادی رو برای معامله گر پر طمع ما بوجود بیاره و ممکنه در این حرکتها اشتباه پرطمع سرمایه اش رو از دست بده یادتون باشه هر جا سرمایه اولیه شما نابود شد باید فقط بازار را تماشا کنید چون دیگه کاری نمیتونید بکنید معامله گرهای مبتدی معمولا بدون ترس وارد بازار میشن و بعد با انجام چند معامله سودده معمولا دچار طمع میشن درواقع وقتی که یک معامله گر مبتدی با انجام چند معامله موفق اعتمادبنفس کاذب پیدا میکنه کم کم تصور میکنه که هرچقدر بخواد میتونه از بازار برداشت کنه و به خاطر همین موضوع در بیشتر مواقع معاملاتش رو بیش از اندازه طولانی میکنه برای اینکه از شکل گرفتن حس طمع در خودتون جلوگیری کنید حتما باید حس طمع را بشناسید و بعد از شناخت این حس بطور دقیق بررسیش کنید و بفهمید که چه عواملی شمارو وادار به طمع میکنه سعی کنید اونها رو برطرف کنید و اگه قابل برطرف شدن نیستند انرژی اونها رو کاهش بدید و باور جدیدی رو جایگزینش کنید تا باعث ضرر در معاملاتتون نشه گاهی اوقات برای اینکه طمع نکنید بهترین کار اینه که سریعا معاملاتتون رو ببندید و از اون خارج بشید یا از سیستم

**Set and Forget** استفاده کنید یعنی در استراتژی‌تون حدسود و حد ضررتون رو مشخص کنید و دیگه برید و اجازه بدید که بازار کارش رو بکنه منظور این است که دایما پای چارت ننشینید که وقتی قیمت نزدیک حد سودتون رسید طمع کنید و اون رو افزایش بدید یکی از دلایل عدم هماهنگی بین ۳ پایه اصلی موفقیت یک معامله‌گر یعنی استراتژی، مدیریت سرمایه و روانشناسی طمع کردنه و بهترین کار برای اینکه بتونید حس طمع رو از خودتون دور کنید اینه که همیشه شکرگذار دارایی‌ها و داشته‌هاتون باشید و هیچوقت همه زندگیتون رو با بخشی از زندگی دیگران که قابل مشاهده است مقایسه نکنید دوست شما مازراتی داره و شما دارید این مازراتی رو میبینید و غصه میخورید و در معاملاتتون دچار طمع میشید چون شماهم مازراتی میخواید اما به این شکل باید فکر کرد که شاید برآیند داشته‌های شما شاید الان از دوستتون بیشتر باشه و درضمن شما نمیدونید شاید دوست به ظاهر ثروتمند شما هزاران گرفتاری، بیماری و غصه‌های داشته باشه که شما حتی تحمل یک روزش رو هم نداشته باشید پس لطفا بی چون و چرا فقط شکرگذار باشید البته اصلا منظورم نادیده گرفتن اهداف و آرزوهایی که همیشه در ذهنتون دارید نیست چون هر انسانی برای ادامه زندگی نیاز به یک هدف داره ولی نباید این اهداف و آرزوها اونقدر روی شما تاثیر بگذاره که شمارو دچار طمع کنه و باعث بشه همین سرمایه‌ای هم که دارید از دست بدید یادتون نره این بازار همیشه هست و فرصتها برای معامله کردن هیچوقت تموم نمیشن و فقط اون چیزیکه اگه تموم بشه خیلی خطرناکه سرمایه شماست پس اصلا تصور نکنید که باید یک شبه پولدار بشید حوصله کنید و منتظر فرصتهای مناسب باشید و بطور آهسته در این مسیر قدم بردارید تا به اهدافتون برسید اگه صبر در الویت رفتاری شما جای خودش رو باز کرده باشه اونوقت اجازه نمیده که طمع یک شبه پولدار شدن شمارو از پا در بیاره و سرمایه‌اتون رو به باد بده.

#### ۴- خشم

حس خشم و عصبانیت یکی دیگه از احساسات منفی یک معامله‌گره که قدرت تخریبی خیلی زیادی نسبت به احساسات دیگه داره و اگه معامله‌گر نتونه خشم خودش رو کنترل کنه ممکن آسیبهای جدی جسمی و روانی بسیاری به خودش وارد کنه روی اوضاع نداشته باشه عصبانی میشه و ممکنه این عصبانیتش منجر به یک فاجعه زمانیکه پس از تلاش زیاد در کاری به نتیجه دلخواه نمیرسیم یا وقتیکه احساس میکنیم تحقیر شدیم و هیچ جایگاه و ارزشی نداریم عصبانی میشیم و عکس‌العمل‌های متفاوتی نسبت به این احساسات از خودمون نشون میدیم وقتی فردی تصور میکنه به هر قیمتی شده باید به تمام خواسته‌هاش برسه در صورتیکه بازار مطابق میلش پیش نره و کنترلی بشه فرض کنید شما بعنوان یک معامله‌گر هنوز احتمالی و تصادفی بودن حرکت‌های بازار رو قبول نکردید و هدفتون تحت کنترل گرفتن بازار باشه حالا وقتی بازار برخلاف جهت خواسته شما حرکت کنه معلومه که صرافی، بروکر، کارگذاری، نهنگ، بازار و خلاصه زمین و زمان رو مقصر میدونید و به فکر انتقام می‌افتید از طرفی چون نمیتونید بر احساساتون غلبه کنید از پذیرفتن مسئولیت اشتباهاتون فرار میکنید نمیتونید به اشتباهاتون پی ببرید و اونها رو برطرف کنید و احتمالا بازهم در معاملات بعدی تکرار بشه این رو هم بگم قرار نیست همیشه حس خشم جنبه منفی خودش رو به ما نشون بده در واقع هر حسی که در شما ایجاد میشه هم جنبه مثبت و هم جنبه منفی داره و این شما باید که به درستی از جنبه‌های مثبتشون استفاده کنید والتر میشل روانشناس بزرگ آمریکایی میگه احساساتی مثل ترس، عصبانیت، خشم و اندوه در ما ایجاد میشن تا ما رو متوجه این موضوع کنن که یکجای کار میلنگه و درواقع دارن تلاش

میکنن انرژی لازم رو به ما بدن تا بتونیم مشکلات به وجود اومده رو حل کنیم پس بهتر اول با جنبه های مثبت و منفی خشم که همون خشم سازنده و مخرب هست آشنا بشیم تا بعد بتونیم با استفاده از راهکارهایی ارائه میدیم اونها رو کنترل کنیم دسته بندی انواع خشم ۱- خشم سازنده: حالتی از عصبانیت که بر اساس اون پی میبرید شخصی یا چیزی مخالف استانداردهای ذهنی شما رفتار کرده و درواقع شمارو وارد چالش جدیدی کرده اما با کنترل احساساتتون به سرعت واکنش مناسبی نشون میدید تا از خودتون به شکلی درست و منطقی در برابر عصبانیت به وجود اومده و دلایل اون محافظت کنید ۲- خشم مخرب حالتی از عصبانیت است که نسبت به چیزی که خلاف تصور شماست واکنش احساسی و نابه جا به نشون میدید و باعث به وجود اومدن دشمنی، تنفر، ناکامی و حس انتقام در خودتون یا در زندگی عادیتون نسبت به دیگران میشید من بعضی از معامله گرها رو میبینم که بخاطر اشتباهاتی که در معاملاتشون دارن بعد از ضرر کردن و از دست دادن قسمتی از سرمایه اشون به سرعت از کوره در میرن و رفتارهای عجیب و غریبی از خودشون نشون میدن مثلا میزشون رو بهم میریزن، با اطرافیانشون بد رفتاری میکنن و یا حتی صفحه مانیتور رو میشکنن یا حتی خودشون رو میزنن این افراد اکثرا بازار رو مقصر میدونن و قصدشون اینه که با بازار بجنگن و سرمایه از دست رفته اشون رو به هرنحوی شده از بازار پس بگیرن وقتیکه از این حس بعنوان یکی از ویژگیهایی که یک معامله گر نباید داشته باشه صحبت میکنن اصلا به این معنا نیست که به هیچ عنوان نباید عصبانی بشید در واقع همچین چیزی امکانپذیر نیست و حس خشم و عصبانیت بطور کامل از بین نمیره بلکه مانند تمام حس های منفی دیگه باید بتونید این حس رو کنترل کنید و به شکلی مناسب از اون استفاده کنید عصبانی شدن راحتترین کار ممکنه ولی اینکه به چه شکلی و به چه اندازه ای عصبانی بشید و در اون لحظه به چه صورت کنترلش کنید و چگونه بتونید درست و منطقی تصمیم بگیرید کار بسیار دشواریه خشم مثل دماسنجیه که به افراد کمک میکنه از خودشون در برابر اشتباهات و تکرار اونها محافظت کنن موقعی که عصبانی هستید اگر بتونید با شناسایی دلیل اون خودتون رو کنترل کنید تونستید جلوی بالا رفتن دمای این دماسنج رو بگیرید و منطقی رفتار کنید در واقع با اینکار میتونید خودتون رو کنترل کنید، اشتباهاتتون رو شناسایی کنید و کاملا منطقی در مورد اونها تصمیم بگیرید تا دوباره گرفتارشون نشید ولی اگه توجهی به این دماسنج نداشته باشید و جلوی عصبانیتتون رو نگیرید معلوم نیست که چه رفتاری از خودتون بروز میدید و ممکنه هر واکنش اشتباهی داشته باشید مثلا به خودتون یا دیگران صدمه بزنید یا سرمایه اتون رو به خطر بندازید در واقع با کنترل نکردن خشمتون دید شما به راه حل های منطقی بسته میشه و نمیتونید برای برطرف کردن اشتباهاتتون راه حل مناسبی پیدا کنید حس کنجکاوی را در خودتان فعال کنید و قیکه شما هوش هیجانی بالایی داشته باشید در حین عصبانیت متوجه شکل گرفتن این حس در خودتون میشید در این مواقع از خودتون بپرسید که دلیل عصبانیتتون چی بوده و با اینکار حس کنجکاوی رو در خودتون فعال کنید با نگاه بلند مدت نسبت به این موضوع میتونید خیلی راحتتر کنترلش کنید یعنی ببینید که این موضوع روز بعد هفته بعد ماه بعد یا حتی سالهای بعد قراره چه تاثیری روی زندگی و معاملات شما بزاره آیا براتون مشکل ساز میشه یا واقعا بی تاثیر و کاملا بی مورد و احساسی عصبانی شدید اینکار یکی از بهترین راههای معرفی شده در تمام منابع روانشناسی دنیا برای کنترل خشمه در بسیاری از این موارد اگه این مشکلات تاثیر گذار نباشن به راحتی میتونید خشمتون رو کنترل کنید ولی اگه بی تاثیر نباشن و در آینده برای شما دردسر ساز میشن باید کاملا درست و منطقی به موضوع نگاه کنید و با برطرف کردنشون هم عصبانیتتون رو از بین ببرید و هم از خودتون در برابر خطراتی که ممکنه در آینده گریبانگیرتون بشه محافظت کنید برای مثال وقتیکه در معاملاتتون مدام ضرر

میکنید عصبانی میشوید و حرص میخورید اولاً باید این موضوع رو بپذیرید که ضرر کردن جزء جدایی ناپذیر معاملات و بازاره وقتی بر اساس استراتژی و اونچه که در مدیریت سرمایه یاد گرفتید میدونید که در هر ۱۰۰ تا معامله میتونه ۶ تا ضرر متوالی اتفاق بیفته خوب حالا که اتفاق افتاده چرا عصبانی میشوید ولی وقتی تعداد ضررها از پیش بینی شما خیلی بیشتر میشه باید بدونید که با عصبانی شدن و حرص و جوش خوردن هیچ چیزی درست نمیشه و آگه نرید و مشکلات سیستمتون رو برطرف نکنید بازهم ضرر خواهید کرد پس باید عصبانیتون رو کنترل کنید و سریع برید مشکل رو حل کنید یکی دیگه از مشکلات معامله گرها اینه که به تحلیل‌های خودشون هیچ اعتماد و اعتقادی ندارن و بجاش با تحلیل‌های معامله گرهای دیگه معامله میکنن و معمولا هم شکست میخورن و با ضرری که نصیبشون میشه به سرعت به این افراد و تحلیل‌هاشون عصبانی میشن جالبه که معمولا هم خودشون رو مقصر نمیدونن در صورتیکه نتیجه هر معامله فقط و فقط به خود معامله گر مربوطه و مسئول هر ضرری فقط خودشه چون به هیچ عنوان نباید براساس تحلیل و نظر دیگران معامله کرد یادتون باشه آگه امروز استراتژی بهترین معامله گرهای دنیا رو هم به ما بدن ممکنه ما نتونیم باهاشون سود کنیم چون ما ربات نیستیم و هزاران مدل احساسات داریم و همین احساسات ممکنه نزاره که ما اون استراتژی خوب رو به درستی اجرا کنیم هر استراتژی باید با حال روحی معامله گر هماهنگ باشه مثلاً وقتی من خیلی عجولم و استراتژی اون معامله گر حرفه ای یک استراتژی برای معاملات هفتگیه مشخصاً من اون صبر لازم رو ندارم و نمیتونم آن را درست اجرا کنم و به همین دلیل یک استراتژی میتونه برای کسی که به وجود آوردنش سودآور باشه و برای بقیه فقط ضرر به بار بیاره.

## ۵- انواع خشم و راهکارهای غلبه بر آن

وقتی که شما عصبانی میشوید یکسری علائم فیزیولوژیکی در شما ظاهر میشه بطور مثال دچار انقباض عضلات، سردرد شدید، خشکی لبها و فشار خون بالا میشوید چهره اتون بر افروخته میشه و گوشتاتون داغ میشه دستاتون یخ میکنه نفس نفس میزنید دندون‌هاتون رو روی هم فشار میدید و بسته به شدت عصبانیت خدای نکرده ممکنه در معرض حمله قلبی قرار بگیرید همه این موارد میتونه صدمه شدیدی به جسم و بدتر از اون به روح شما وارد کنه

### افراد چگونه به عصبانیت خود پاسخ میدهند؟

افراد معمولاً به ۳ صورت کلی به خشم و عصبانیت خودشون پاسخ میدن ۱- انکار و سرکوب خشم: بعضی از معامله گرها به دلیل ترس از پذیرفتن اشتباهاتشون وقتی عصبانی میشن اون رو انکار و یا درواقع به نوعی سرکوبش میکنن و طوری نشون میدن که انگار هیچ اتفاقی نیفتاده ولی در حقیقت با اینکار این حس رو در وجودشون تبدیل به کوهی از ناراحتی میکنن و چون به دنبال برطرف کردن دلایل عصبانیتشون نیستن به مرور زمان دچار غم و اندوه میشن و دایماً خودشون رو سرزنش میکنن معمولاً این معامله گرها هرباری که وارد معامله میشن همون اشتباهات گذشته خودشون رو تکرار میکنن و اونقدر این دور باطل رو تکرار و تکرار میکنن که دچار افسردگی شدیدی میشن و خلاصه برای همیشه با این شغل خداحافظی میکنن ۲- تند مزاجی و عصبانیت شدید: معامله گرهای این دسته هیچ کنترلی روی احساساتشون ندارن و به بدترین شکل ممکن در واکنش به اتفاقاتی که براشون میفته عصبانیتشون رو بروز میدن اونا فریاد میکشن پرخاشگری میکنن وسایل اطرافشون رو از بین میبرن و بفکر انتقام گرفتن میفتن باید بدونید که آگه در چنین شرایطی قرار گرفتید به هیچ عنوان وارد معامله نشید یا اگر در معامله ای

قرار دارید از پای چارت و سیستم بلند بشید و با قرار دادن یک حد سود یا حد ضرر معامله رو به حال خودش رها کنید چون در غیر اینصورت نتیجه چیزی جز ضرر مطلق برای شما نخواهد بود **۳- تعادل و برخورد منطقی**: بهترین نوع پاسخگویی به خشم اینه که وقتی عصبانی میشید از جنبه مثبت اون به مشکلات نگاه کنید و از خودتون بپرسید که ه چیزی باعث عصبانیت شما شده؟ بعد سعی کنید که کنترل خشمتون رو در دست بگیرید تا در مرحله اول دلیل عصبانیتتون رو بفهمید و در مرحله بعد نتیجه اتفاقاتی که قرار برای شما رقم بخوره رو بررسی کنید و بعد با پیدا کردن یک راه حل مناسب بتونید مشکل به وجود آمده را حل کنید

### راهکارهایی برای کنترل خشم:

اولین راه حل اینه که سعی کنید دلیل عصبانیتتون رو با حس کنجاوی شناسایی کنید و بعد با حفظ آرامش راه حل منطقی پیدا کنید. راه حل بعدی اینه که بخشیدن رو به خودتون یاد بدید، از سرزنش کرن خودتون دست بردارید بپذیرید که انسانید و حتما اشتباه میکنید خودتون و دوست داشته باشید به خودتون افتخار کنید و خودتون رو ببخشید اما این اشتباهات رو یادداشت کنید تا دوباره تکرار نکنید مثلا قرار بوده در یک معامله فقط ۲٪ ریسک کنید حالا به هر دلیلی ۱۵٪ ریسک کردید و اتفاقا بازار برخلاف تحلیل شما پیش رفته و حالا ۱۵٪ سرمایه اتون رو از دست دادید حق دارید عصبانی بشید اما آیا فایده ای هم داره جز اینکه از این اشتباه درس بگیرید وقتی شما بخاطر اشتباهاتتون خودتون رو نبخشید و از دست خودتون و بازار عصبانی باشید این اشتباهات از ذهنتون پاک نمیشه و شما همیشه ترس تکرار دوباره اشو دارید و جالب اینه که ضمیرناخودآگاه شما هم دقیقا شما رو به سمتی میبره که همون اشتباهات رو تکرار کنید اگه هدفتون اینه که تبدیل به یک معامله گر حرفه ای بشید فقط کافی مثل اونها رفتار کنید یک معامله گر حرفه ای تمام تلاشش رو میکنه تا از خشم و عصبانیت دوری کنه و در صورتیکه مرتکب اشتباهی شد بدور از خشم مسئولیت تمام اشتباهاتش رو برعهده میگیره و بدنبال عیب جویی و مقصر دونستن دیگران نیست چون میدونه نتیجه معاملاتش فقط وابسته به تفکرات و عملکرد خودش.

### ۶- تعصب

اگر شما بعنوان یک معامله گر سیستم معاملاتیتون رو درست و کامل اجرا نکنید در بلند مدت نمیتونید در بازار باقی بمونید و سودآور باشید در قسمتهای قبل به احساسات متفاوتی که دلیل این موضوع هستند مثل ترس، طمع، خشم و خیلی از احساسات دیگه پرداختیم اما احساسها دیگری نیز وجود دارد که میتواند آسیبهای زیادی به زندگی شخصی و مالی ما وارد کند و آن احساس تعصب بیجاست که معمولا به دو صورت خودش رو نشون میده یکی تعصب روی نماد، ارز یا بازاری خاص و دیگری تعصب روی تحلیل و پیش بینی جهت بازار.

تعصب روی نماد یا ارزی خاص: معامله گری را در نظر بگیرید که نماد یا ارز خاصی رو خریداری کرده و باتوجه به تعصبی که به کسب سود از این نماد داره چشمش رو روی همه چی میننده مثلا استراتژیست دستور فروش میده ولی باز نگاهش میداره مدیریت سرمایه اش اجازه اضافه کردن حجم رو نمیده ولی سرمایه بیشتری رو وارد معامله اش میکنه، حد ضررش فعال میشه ولی چون نمیتونه ضرر این سهم رو بپذیره اونو انکار میکنه و بازهم در معامله میمونه درواقع از لحاظ ذهنی نمیتونه بپذیره که باید تعصب بیجاش رو کنار بزاره و بصورت منطقی با این معامله برخورد کنه



فرض کنید شخصی باتمام پس انداز چندین ساله اش ماشینی میخره و حسابی خرجش میکنه روزی ۳ بار میثورتش و روش تعصب داره بعد با پیشنهاد اطرافیاننش تصمیم میگیره وارد فضاهاى سرمایه گذارى بشه و از اونجا که دوستان خوب و با تجربه ای در این زمینه داره میدونه که میتونه به سودهای خوبی برسه اما چون تمام زندگیش همون یک ماشینه اصلا حاضر نمیشه اونو بفروشه و درواقع این شخص بخاطر تعصب روی دارایی هاش از نظر ذهنی نمیتونه خودش رو در عملکرد بهتری قرار بده و سعی میکنه دارایی هاش رو حتی با اینکه ارزششون روز به روز کمتر میشه نگه داره البته این تعصب روی دارایی ها و داشته ها به دوران کودکی خیلی از ماه برمیگرده درنظر بگیرید کودکی یک اسباب بازی داره و پدر و مادر دایما تاکید دارن که اونو سالم نگه دار و خرابش نکن این درحالیکه اسباب بازی واقعا برای بازی کردن و خراب شدن و همین اصرار نادرست پدر و مادر باعث میشه که در کودک یک احساس تعلق بیش از اندازه، غیرمعقول و درواقع همون تعصب شکل بگیره در ادامه دیگه حاضر نباشه تحت هیچ شرایطی اون اسباب بازی رو از دست بده.

تعصب روی تحلیل و پیش بینی جهت بازار: این تعصب باعث ایجاد رفتار دوگانه در معامله گر میشه مثلا در زمان ضرر معامله گرهای دیگه اونها رو نصیحت میکنه و اشتباهاتشون رو بهشون توضیح میده ولی اگه همین اتفاق برای خودش بیفته از اونجایی که به توانایی های خودش شک نداره و درواقع یک نگاه متعصبانه ای داره در ابتدا اشتباهاتش رو انکار میکنه ولی بعد که مجبور شد این اشتباهات رو بپذیره حالا دیگه همه رو مقصر میدونه جز خودش یادتون باشه تعصب بیش از اندازه شما بعنوان یک معامله گر روی تحلیل هاتون خیلی وقتها براتون دردسر ساز میشه و در واقع نمیزاره واقعیتها رو ببینید و مشکلات رو برطرف کنید و خلاصه اینکه ضربه های جبران ناپذیری بهتون میزنه معامله گری رو درنظر بگیرید که روی نماد یا ارزی وقت زیادی رو گذاشته با انواع روشهایی که باهاشون کار میکرده روندش رو تحلیل کرده و حالا پیش خودش به این نتیجه رسیده که این ارز یا نماد اصلاح خودش رو انجام داده و تموم کرده و قراره یک روند صعودی جدید شروع بشه بعد با این طرز فکر میره و اون ارز رو میخره بعد از مدتی میبینه که وارد ضرر شده ولی از اونجا که به تحلیل و سیستم خودش تعصب داره نمیتونه این ضرر رو بپذیره و چون تصورنش اینه که تحلیلش اشتباه نیست و کاملا درست بوده و حتما باید به سود برسه از معامله خارج نمیشه و ادامه میده تا شاید ورق برگرد و حرفش درست از آب دربیاد استفان گایز نویسنده کتاب ریزعادت ها میگه اثر مالکیت و تعصب بیش از اندازه یک خطای روانشناختیه که به دارایی ها ارزشی بیش از آنچه در واقعیت دارند میده و این خیلی خطرناکه. روث بارون روزولت در کتاب هفت گناه کشنده معامله گری در مورد این خطای روانشناختی مثال جذابی داره در جنگ بین آمریکا و ویتنام با اینکه آمریکا بازنده بود ولی افسران و ارشدانش بخاطر وقت زیادی که روی این جنگ گذاشته بودن و سرمایه زیادی که به هدر رفته بود و در یک کلام تعصب بیجایی که به قدرت خودشون داشتن حاضر به پایان دادن جنگ نبودن و سالها این مبارزه خانمان سوز رو ادامه دادن تا به نتیجه دلخواهشون برسن ولی با این تفکر و تعصب بیجا و ادامه دادن این جنگ به جز ضرر بیشتری که به کل کشور وارد کردن هیچ نتیجه ای نگرفتن. این رویه برای معامله گرها و قماربازها به دفعات تکرار میشه قماربازی رو تصور کنید که چند مرتبه در شرط بندی هایی که کرده شکست خورده ولی اونقدر به توانایی و نحوه بازی خودش تعصب داره که بازم شرط بندی میکنه تا بتونه پیروز بشه و قدرتش رو به رخ بکشه اما بازم میبازه شما بعنوان یک معامله گر باید حواستون به این موضوع باشه که همیشه باید با ذهنی باز و کاملا بیطرفانه معامله کنید تا بتونید مسیر درست موفقیت رو برای خودتون ترسیم کنید یعنی باید بدون اینکه تعصب خاصی روی نحوه عملکرد، تحلیلتون یا نماد و ارز

خاصی داشته باشید معامله کنید و اگر دچار اشتباه شدید سریعاً اون رو بپذیرید و حل و فصل اش کنید شما باید هشدارهای بازار را جدی بگیرید تا اسیر اتفاقات ناگوار نشید باید بپذیرید که بازار اصلاً به خواسته ها و تعصبات شما توجهی ندارد و فقط در مسیر خودش حرکت میکنه و این شما باید که باید خودتون رو با این مسیر هماهنگ کنید تا شکست نخورید.

## ۷- بی صبری

بی صبری و عجله زیاد آفتیه که خیلی به یک معامله گر میتونه لطمه بزنه در واقع یک معامله گر به جز توجه به میزان بالا و پایین رفتن قیمتتها باید فاکتور زمان را هم در نظر بگیرد گاهی اوقات قیمت با جهشی ناگهانی افزایش پیدا میکنه ولی بعد در یک دوره طولانی وارد اصلاح خودش میشه تا آرام آرام بتونه برای حرکت شارپ و قدرتمند بعدی آماده بشه و روند تازه ای رو شروع کنه در این مواقع باید صبور بود و به قیمت زمان و فرصت داد تا از اون محدوده رنج و اصلاح خودش خارج بشه برای مثال قیمت بیت کوین برای ۹۰ روز در یک بازه محدود درجا زده ولی بعد با یک جهش سریع حدود ۲۰۰۰ دلار رشد کرد و فقط معامله گرهایی تونستن این سود رو بگیرن و از اون لذت ببرن که در اون ۹۰ روز صبوری کردن و خوب نتیجه صبرشون رو هم دیدن البته شاید بشه با تکنیکهای پیشرفته تکنیکال آغاز روندهای جدید را تشخیص داد و از این خواب سرمایه جلوگیری کرد ولی به هر حال اونجا هم باز باید صبور بود یادتون نره که بازار پایبند هیچ تحلیل تکنیکالی نیست و به هر حال باید صبور بود و حوصله کرد خانم رز همیشه دوست داره کارهش رو سریع انجام بده و خیلی زود اونها رو به نتیجه برسونه خیلی جاها در زندگی شخصیش عجولانه رفتار میکنه و نمیتونه منتظر بمونه مثلاً موندن در صف پمپ بنزین و پشت چراغهای قرمز همیشه اونو کلافه میکنه متأسفانه در معامله گری هم همینجوریه و بخاطر همین رفتارهای عجولانه خیلی وقتها ضررهای شدیدی میکنه مثلاً حوصله منتظر موندن برای شکار یک موقعیت مناسب رو نداره و تا یک رشد قیمت در نمودار میبینه وسوسه میشه و سریع معامله رو شروع میکنه و خوب مدتی نمیگذره که جهت حرکت عوض میشه و مشخصاً ضرر میکنه و یا وقتی در معامله ای سودی به دست میاره اجازه نمیده که به تارگت خودش برسه و با عجله و ترسی که داره زود از معامله خارج میشه البته معمولاً بعد از تموم شدن هر معامله ای به خودش قول میده که از معامله بعدی دیگه عجله نکنه و صبورتر باشه ولی چون تلاشی برای تغییر عادتتاش نمیکنه بازهم همون کارها رو به همون شکل تکرار میکنه بقول الکساندر پوپ شاعر انگلیسی قرن ۱۶ ام آدمهای عجول برای رسیدن به چیزی عجله میکنند که خرمندان و افراد صبور برای شروع و انجام دادن آنها میترسند. این افراد همیشه نگرانن که دیگه همچین فرصتهایی در بازار پیش نیاد و به همین دلیل خیلی اوقات با نادیده گرفتن قوانینشون به سرعت وارد معامله میشن تا از موقعیتها جا نمونن دیدگاه این افراد اینه که همین امروز و با همین معامله باید پولدار بشن پس بهتره که وقت رو تلف نکنن و به سرعت وارد معامله بشن این دیدگاه کاملاً مخالف عقاید یک معامله گر حرفه ایه که با صبر و حوصله معامله میکنه و نتایج خیره کننده مثبتی از اون میگیره افلاطون درباره این افراد عجول میگه بی صبری شخص رو از هیچ چیزی رها نمیکنه بلکه برعکس دردهای جدیدی هم برای از پا درآوردنش به وجود میاره خیلی وقتها افراد عجول بخاطر علاقه زیادی که به هیجان دارن وارد معامله گری میشن تا هیجانانگیز خودشون رو تخلیه کنن ولی ضررهای بسیار جبران ناپذیری رو متحمل میشن و بقول افلاطون دردهای جدیدی برای خودشون به وجود میارن همیشه باید توجه داشته باشین که با صبر و حوصله موقعیتهایی در بازار فراهم میشه که با وارد شدن به اون معاملات میتوانید درآمد خوبی را برای یک هفته یکماه و یا حتی یکسال

برای خودتون ایجاد کنید. درواقع اینجوری بگم که خیلی وقتها معامله نکردن سود بیشتری داره تا معامله کردن گاهی فقط بهتره صبور باشیم و منتظر تا بجای یک وزغ یک آهو شکار کنیم اجزازه بدید به یک قانون بسیار مهم معروف و زیبا اشاره کنیم تا ببینید مفهوم صبر چقدر برای معامله گری مهم و ارزشمند اقتصاددان ایتالیایی ویلفردو پارتو قانونی بنام قانون پارتو یا همون ۸۰/۲۰ رو معرفی کرد این قانون میگه ۸۰ درصد سودی که یک معامله گر از بازار و معاملاتش بدست میاره فقط و فقط مربوط به ۲۰ درصد از معاملاتشه درواقع فقط ۲۰ درصد از معاملات ما هستند که ۸۰ درصد سود مارو میسازن پس باید صبور باشیم که اون ۲۰ درصد رو از دست ندیم جان میلتن شاعر و نویسنده انگلیسی میگه که در اجتماع فقط افرادی به آرزوها و اهدافشون دسترسی پیدا میکنند که برای رسیدن به این اهداف شرط صبر و ایستادگی رو حتی یک لحظه هم فراموش نکنن. چرا معامله گرها معمولا صبور نیستند و تا این اندازه در انجام معاملاتشان عجله میکنند واقعتا اینه که طمع و زیاده خواهی عامل اصلی عجله در این افراده و همین حس طمع باعث میشه که این معامله گرها تصور کنند که هر موقعیت خوبی که در بازار به وجود میاد همین یکباره و دیگه قرار نیست تکرار بشه یا بخاطر این دیدگاه که لیاقت دریافت سود بیشتری از بازار را دارن با زیرپا گذاشتن تمام قوانین معاملاتیشون به سرعت وارد معامله میشن که یقوت نکنه جا بمونن اما برای اینکه در این هیاهو و هیجاناتی که در محیط بازار و معامله گر وجود داره بتونید خودتون رو تبدیل به یک معامله گر صبور کنید باید آرامش داشته باشید و خونسردی خودتون رو حفظ کنید تا بتونید با تمرکز بالا بهترین فرصتها رو شکار کنید کاملا اصولی وارد معامله بشید و به درستی هم اون رو ترک کنید البته وقتی که تجربه اتون زیاد میشه و حس اعتماد به نفس واقعیتون بالا میره دیگه این اجازه رو به خودتون نمیدید که وارد هر معامله ای بشید و چون به خودتون و تواناییهاتون ایمان دارین میدونید که باید منتظر بمونید تا بازار با استراتژی شما هماهنگ بشه و تازه بعد که وارد شدید چون میدونید باید منتظر حد سود یا خدای نکرده حد ضررتون باشید پس صوری میکنید و هیجانان و حرکت کندلهای بازار هیچ تکونی به شما نمیده یادتون باشه موج و آشفتگی فقط ماله لب ساحله همونجایی که شما مبتدی بودید وقتی حرفه ای شدید و رفتید وسط اقیانوس اونجا دیگه هیچ موجی وجود نداره و همه چیز آرومه. جنبه مثبت ترس احتیاط شما در انجام معاملاتتونه وقتی شما به اندازه لازم و کافی نسبت به انجام هر معامله ای محتاط باشید دیگه بی گذار به آب نمیزنید و باصبوری منتظر میمونید تا بهترین موقعیت رو پیدا کنید. کورتیس ام فیس نویسنده کتاب شیوه لاکپشتهها میگه بازار پول رو از احساب افراد عجول خارج میکنه و خیلی راحت به حساب افراد صبور میریزه. صبر و حوصله و احتیاط شما در معاملات مثل رنگ زرد چراغ راهنماییه وقتی شما به رنگ زرد میرسید نه قرار مثل چراغ قرمز توقف کنید و نه مثل چراغ سبز به راهتون ادامه بدید بلکه فقط باید احتیاط کنید و موقعیت رو بسنجید که آیا زمان کافی برای عبور از چراغ را دارید یا نه و بعد بر اساس جوابی که از خودتون میگیرید تصمیم میگیرید و عمل میکنید پس برای ورود به هر معامله ای دقیقا مثل رسیدن به چراغ زرد عمل کنید حوصله کنید و موقعیت رو بسنجید و ببینید که باید وارد معامله بشید یا کماکان باید منتظر فرصت مناسبتری بمونید البته صبر و احتیاط زیاد هم شجاعت شما رو کاهش میده. چون بلاخره یک معامله گر باید شجاعت لازم برای ریسک کردن داشته باشه پس درواقع احتیاط و شجاعت شما باید همیشه مکمل هم و در دوکفه یک ترازو باشن تا بهترین ورودها رو برای شما رقم بزنن.

etraac

Cafetrade

afetrade