מדריך המשמעת המנטלית במסחר

צעד אחר צעד לנטרול דחפי נקמה ופחד בזמן אמת מול הגרף

העדכונים היומיים והדוגמאות מהשטח, בקבוצת הווטסאפ שלנו · 🎁 למצטרפים: 10 ימי ניסיון חינם בבוט המסחר · הצטרפו ←

01 שלב ראשון: נוהל סגירת מסך לאחר סטופ כואב

- פגיעה בסטופ רגע לפני היעד מייצרת דחף ביולוגי לנקום בשוק ולהחזיר את הכסף מיד.
- הגדירו כלל ברזל: לאחר עסקת הפסד כזו, קמים פיזית מהכיסא ומתרחקים מהמסך לפרק זמן קבוע מראש.
- חוסר מעש מתוכנן מונע את הכניסה החוזרת והעצבנית שמרסקת חשבונות מסחר בדרך כלל.

02 שלב שני: הגדרת יעדים במערכת ומניעת התערבות ידנית

- יציאה מוקדמת מונעת מפחד לאבד רווח צף, אך היא פוגעת בתוחלת הרווח הכללית שלכם.
- הציבו את הוראות היעד וההגנה מראש בתוכנה, ואל תזיזו אותן בזמן שהעסקה פתוחה.
- סגירה ידנית מותרת רק אם הופיע תנאי יציאה טכני מוגדר מראש, לעולם לא בגלל דופק גבוה.

03 שלב שלישי: תיעוד התגובה הרגשית ביומן מסחר

- מיד בסיום יום המסחר, תעדו האם פעלתם לפי הכללים או שנכנעתם לפחד ולתסכול.
- ספרו כמה עסקאות נוהלו מתוך היצמדות לתוכנית וכמה הופרו בגלל סערת רגשות רגעית.
- המודעות לדפוסי ההתנהגות האישיים שלכם היא הבסיס לשיפור המשמעת העצמית לאורך זמן.

צ'ק ליסט

- [ ] הגדרת מרחק פיזי מבוקר מהמחשב לאחר כל פגיעה בסטופ
- [ ] נעילת פקודות יעד והפסד בתוכנה ללא הזזה ידנית בזמן פעולה
- [ ] קביעת איסור מוחלט על פתיחת עסקה נוספת מתוך תחושת נקמה
- [ ] תיעוד הסיבה המנטלית לכל סגירה מוקדמת ביומן המסחר
- [ ] בחינת התוצאות השבועיות לפי עמידה בכללים ולא רק לפי כסף

ההמשך, בקבוצת הווטסאפ

שליטה מנטלית היא אתגר יומיומי שמפיל סוחרים רבים. בקבוצת הווטסאפ של ALTRIX אנחנו מנתחים מקרים מהשטח ומראים כיצד לפעול בעקביות ובקור רוח. הצטרפו אלינו עכשיו כדי לראות איך נראית משמעת אמיתית במסחר.

הצטרפו לקבוצה ←

https://guide.altrixalgo.com/wa?ref=guide-2306211c