

СПЕЦКУРС ПСИХОЛОГИЯ ТРЕЙДИНГА.

1. Введение.

Настоящий курс предназначен для тех, кто хотел бы не только ознакомиться с тем какое место играет психология в трейдинге, но и использовать свои лучшие качества для успешной торговли.

В данном курсе Вы узнаете о том, что Вам может помочь и чего Вы должны опасаться.

Будут даны практические упражнения, помогающие расслабиться в процессе торговли и перед принятием решения, приобрести ясность мысли, чтобы непредвзято смотреть на рынок.

Кроме того Вы получите характеристику своего психотипа и то, как это использовать в торговле на рынке «Форекс».

Характеристика трейдеров по методам работы.

Трейдеров, в зависимости от характеристик их методов работы, можно разделить на две группы – хаотичные и системные. Здесь не идет речь об успешности/неуспешности работы. Речь идет о том, каким образом эта работа делается.

Характеристики хаотичного трейдера:

- Субъективность. Решения принимаются в каждом случае конкретно, самостоятельно.
- Имеется много правил, в каждом случае отдельно решается, каким пользоваться нынче.
- Эмоциональность.
- Разные «ключевые» индикаторы от торговли к торговле. Сигналы получаются и решения принимаются по разным индикаторам, часто наблюдается большое количество индикаторов.
- Несколько(обычно – немного) любимых рынков, которые трейдер знает лучше других и на которых обычно работает.

Характеристики 100% механического системного трейдера:

- Объективный. Доверяет системе и пользуется ею с фанатизмом. Есть сигнал – есть работа, нет сигнала – ждем.
- Мало меняющихся от торговли к торговле правил.
- Неэмоциональный.
- «Ключевые» индикаторы всегда те же самые. Обычно их немного.
- Много рынков. Правила не меняются от рынка к рынку.

Хаотичному трейдеру трудно учиться на своем опыте. Каждая сделка проводится им на иных основаниях и его победы и поражения не имеют ясной дидактической ценности – всегда можно и успех и неудачу приписать случаю.

Системный трейдер может легко набирать материал и делать выводы, т.к. его сделки сопоставимы друг с другом.

Логика везения.

Если Вы не человек с железными нервами, что отличает, как правило, только «закаленных бойцов рынка», то вероятность принятия Вами неправильного решения после проигрыша возрастет.

И здесь самое время немного поговорить о логике везения.

Что мы подразумеваем под везением? Это те события, на которые рынок может отреагировать, как в Вашу так и не в Вашу пользу.

В отличие от карточных игр, в нашем ремесле везение играет далеко не самую важную роль. (Да и там при длительной игре мастер всегда обыграет «клиента»). В длительной биржевой игре сила трейдера становится доминирующим фактором, и хороший трейдер зарабатывает деньги только потому, что играет по системе и жестко соблюдает управления правила манименеджмента.

Запомните: единицам из игроков во всем мире удавалось добиться устойчиво положительных результатов, не имея своей системы работы (которая может быть и общепринятой) и не соблюдая правил манименеджмента.

Но в каждой конкретной сделке имеется некоторый элемент везения, как и в любом процессе, где нельзя точно рассчитать все до конца. Я называю его фактором неопределенности и в различные моменты оцениваю его от 5 до 10% - то есть позиция в рынке является счетной (где риски разумно оценимы) только до определенной степени.

Везение самоуравновешивается при длительной игре. Но это уравнивание не обязательно происходит непрерывно и равномерно.

Элементы везения, невезения, феноменальной, исключительной удачи отнюдь не следуют один за другим в правильном порядке. Обычно они так перемешаны, что выделить какой бы то ни было невозможно.

Но иногда один из элементов длится несколько дольше и начинает преобладать над другими. Тогда его можно выделить.

Тут-то и появляются феноменально большие выигрыши, когда Вы просто передвигаете трейлинг – стоп, а валюта безостановочно идет и идет в том направлении, куда Вы открылись.

Хотя мы не можем сказать, как долго будет преобладать данный элемент удачи, мы безошибочно узнаем, что он имеет место. А пока он продолжается – глупо игнорировать его.

У везения нет логики. Нет никаких причин почему рынок должен помогать Вам, реагируя на те или иные фундаментальные события (некоторые из которых и прогнозировать то нельзя) тем или иным способом. Но пока он как бы «помогает» Вам, кажется вполне разумным делать как можно больше сделок, если это разумно с точки зрения технического анализа и манименеджмента.

Если Вам везет – играйте больше. Если Вам не везет – играйте меньше. Отбраковывайте те сделки, которые имеют вероятность ниже 75%.

Если Вы не являетесь редким исключением из общего правила, неудачи должны частенько влиять на Вашу способность рассуждать здраво и лишать Вас возможности показать все те лучшие качества, которые есть у Вас. Поэтому, если даже маленький кусочек удачи случайно попадетс Вам в этот день, Вы все равно не сможете использовать его как следует.

Вот поэтому то вероятность проигрыша возрастет, ибо Вы расстроитесь, и возрастет вероятность принятия Вами неправильного решения. Это особенно важно для тех трейдеров, которые играют интрадей.

...Вы грамотно спланировали сделку, встали по текущему тренду, и по тренду более высокого порядка после его отката по системе тройной выбор Элдера. Свечи показывали продолжение движения.

Но тут на рынок вышел крупный хеджевый фонд, которому срочно понадобилась именно та валюта, против которой Вы встали. И Ваш вполне разумный стоп-лосс исполнился в 5 минут.

Вы спокойно отреагировали на это событие. Вы не пытаетесь отыграться? Очень хорошо.

Прошел еще один час. Вы обратили внимание на то, что на часовом графике доллар – франк цены опустились на дно канала.

Появилась разворотная свечная комбинация. Франк потихонечку начал движение вверх часового канала. Тренд на дейли идет на верх. Ожидаются новости за доллар. Вот и линия тенкан-сен пересекла на часовом графике киджун, нарисовав «золотой крест».

Вы посмотрели на ADX. Все нормально. Каги из тонкой линии стала толстой.

Вы открываетесь вверх, не дожидаясь новостей, ибо франк уже начал движение по каналу вверх и дальше просто цена игры может стать плохой (да и прибыль жалко упускать).

Но стоило Вам открыть позицию, как франк остановился. А через 15 минут выходят новости прямо противоположные тем, которые прогнозировали. Франк начинает резко укрепляться и через 3 минуты срабатывает Ваш стоп-лосс.

(Все, что Вы могли сделать – это быстро зафиксировать короткий убыток после выхода новостей, но честно признайтесь себе: а Вы способны на это?)

Моя рекомендация – вставайте и уходите. Сегодня не Ваш день. (Если Вы сейчас перевернетесь, то франк уйдет вверх и это просто окажется ложным пробоем). Если не перевернетесь, а попытаете еще раз войти в рынок с более выгодной (как Вам кажется) позиции – то пойдет дальше против Вас. «Фатализм!» - скажете Вы.

Возможно. Но, играя на фондовом рынке и на «Форексе» (когда я еще работал интрадей), я сэкономил себе и инвесторам массу денег, когда, получив подтверждение того, что сегодня не мой день - просто вставал и уходил из дилингового центра.

Теперь поговорим о типах игроков и врагах трейдера, а также о том, как с ними бороться.

ПСИХОЛОГИЯ В РЫНКЕ. ТИПЫ ИГРОКОВ.

Все люди, играющие в разные игры, делятся на: профессионалов, любителей.

Кого можно назвать профессионалом?

Это игрок, который выигрывает постоянно, не прибегая к жульничеству.

(У нас срок выигрыша 1 квартал для интрадейщиков и играющих на дейли; год – для тех кто играет на месяцах и более). Жульничество – инсайдерская информация.

Профессионал стремится к лучшему из возможных результатов. Не к возможно лучшему результату, а к лучшему из возможных.

Это и есть принцип победной игры на бирже – принцип синицы, а то и мухи в руках.

Профессионал понимает, что надежные 5-10 процентов в месяц гораздо лучше проблематичных 100.

Типы игроков на бирже.

Киты – фонды банки. Играют большими и реальными деньгами. Присоединись к стаду китов – и «ты выиграешь с большой вероятностью»

Переворачиваются от суперсильных уровней (в крайнем случае от сильных), переливая реальные деньги. **Суперкит** - ЦБ.

Биржевые профессионалы:

Скальперы – играют как правило за банки, которые часто имеют деньги на небольшие сроки – берут 5-10 пипсов и выходят из сделки. Как правило, играют на реальные деньги (то есть без плеча) лотом 10млн. Встают по движению. Так играть можно только на межбанке с малым спредом. Тогда от стенки канала до стенки и выход при пробитии канала.

///

Слоны: встают по тренду и стоят, пока не появятся признаки окончания оного. Игра идет на недельных графиках и выше.

Нужно иметь много денег, ибо может быть профит 10 фигур и больше стоп 200-300 пипсов. (1-1,5% от реального депозита, отведенного для операции).

Профессионалы: **быки и медведи** – играют на повышение или понижение.

Профессиональные трейдеры говорят так: «Можно быть «быком» или «медведем», но нельзя быть бараном.

Любители

Кабаны (свиньи) – жадны. Перестаивают в позиции. Входят вместе со всеми, но пересаживают в позиции. Не ставят take-profit, а цена разворачивается и уходит.

Лучший способ борьбы с этим – наша тактика trailing-stop

Овцы – прямо противоположные существа. Вскакивают последними, выходят первыми.

Лучший способ борьбы с этим – входить в рынок по ордерам и выходить по ним.

Теперь поговорим о типажах в рынке.

Миссис Гугенхейм - это высокая полная женщина, всегда готовая расплакаться. Никто так не старается научиться играть на бирже, как она. Она берет уроки –и не расстается с конспектом книге Мерфи «Технический анализ фьючерсных рынков». И ни разу не удалось ей получить хороший профит.

Как правило, люди такого типа просто не способны играть на бирже. Им лучше доверить деньги в управление в паевой или инвестиционный фонд.

Глупый Вилли.

Он очень плохой хороший игрок. Теоретически он подкован не хуже некоторых профессионалов. Но поскольку все знания в его голове перемешались, и у него нет системы игры, то проигрывает он на бирже не намного меньше Миссис Гугенхейм.

Как правило, это самоучки, прочитавшие кучу книг. Если у такого человека есть характер – он сумеет стать в дальнейшем хорошим трейдером. Если нет – то не сумеет.

Мистер Смаг - несильный, но практичный игрок.

Может спокойно вскочить в движение, если считает это разумным. Знает минимум необходимого, поэтому иногда попадает в просак в ситуациях, очевидных для профессионала. Однако, по итогам года обычно стоит в некотором плюсе, ибо не делает совсем уж дурацких вещей. Он играет по заповедям: не встает против тренда, его стоп-лосс всегда в 2,5- 3 раза меньше тейк-профита.

Обычно в своей работе он использует пару –тройку своих любимых простых индикаторов типа RSI и MACD, скользящих средних.

Это тот тип, к которому может стремиться начинающий трейдер на первых порах.

///

Невезучий эксперт: Его можно встретить в любом диллинге. Он все знает в теории. Его познания огромны. Он расскажет Вам, как влияют на рынок по паре Новозеландский доллар – йена «retail sales» в Канаде, объяснит, как использовать «аллигатор» и как дважды два докажет Вам, что секвента – единственный путь к успеху.

Его прогнозы зачастую необычайно точны. Но, увы! Сам он выигрывает крайне редко, ибо сам свои прогнозы он не может воплотить в жизнь: то ли сомневаясь в них, то ли будучи слишком уверенным в них, и не видя ничего, кроме себя. Он не может понять, что рынку наплевать на его мнение и это - живой организм.

Частенько – это человек с математическим образованием, занимавший в свое время должность профессора и подавшийся на «вольные хлеба».

Надеюсь, что Вам это не грозит.

Вальтер Морж. (Отставной бухгалтер.) Свято верит в технический анализ, но не очень силен в нем.

Закостенел в своих неправильных убеждениях, из-за чего постоянно проигрывает.

Кролик (местный везунчик). Мало что понимает в FOREXе. Верит в астрологию. Играет без всяких правил. Часто проигрывает. Но иногда ему феноменально везет. Вместо "Sell" он нажимает "Buy" и это через 5 минут это оборачивается для него золотым дождем.

Он забывает снять stop-loss. А через некоторое время валюта пробивает уровень, его открывают от stop – и он опять в выигрыше.

Он уезжает в отпуск, забывая закрыть позицию. А приехав, с изумлением узнает, что он стоит +400 пипсов по паре фунт – йена, которую он попросил прокотировать, думая что он открывается по доллар-йена.

Возле него обычно стоит какая-нибудь вкусная еда и стаканчик чая или чего покрепче.

Такие люди редко, но попадались мне на жизненном пути. Однако, их везение никогда не длилось бесконечно долго. Самые умные из них успевали понять, где грань между везением и умением и либо учились работать по правилам рынка (не теряя своего везения), либо проигрывали депозит, когда полоса везения заканчивалась.

Тиммоти Тукан – обычно приходит в диллинг чуть навеселе. Играет легко и расковано.

Особо ни о чем не думает. Может как проиграть депозит за неделю (что бывает чаще всего), так и удвоить его.

Я не рекомендую Вам приходить на работу, даже попив пива. Это расслабляет и зачастую приводит к неоправданным потерям.

Молли Лошадь – довольно нервная особа, склонная винить в своих неудачах кого угодно – только не себя. Считает, что обязательно должна выиграть. Дилер банка вечно дает ей плохую котировку, вечно она послушалась не того совета, а рынок всегда играет против нее.

Профессор Марабу – блестящий логик. Прекрасно объяснит Вам, что произошло в рынке «post mortem» (после наступления события), когда уже наступило "rigor mortis" (трупное окоченение).

Способен довести любого до белого каления своей педантичностью. Неукоснительно призывает соблюдать заповеди, которые сам нарушает.

Если есть на свете Кролики, то должны быть и их антиподы. Есть такие и в биржевой игре.

Карапет Джоликян - «Невезучий армянин». Его постоянно преследуют несчастья. То, рынок внезапно разворачивается против него и за минуту йена уходит на 100 пипсов вниз, когда он стоит наверх. В этот момент он пытается дозвониться брокеру, но телефон брокера занят (не отвечает). Он грамотно встает от нижней стенки канала по тренду, но в этот момент кто-то продает акции «Дженерал Моторс» на 1млрд долларов. Покупателем оказывается крупный английский банк, и фунт, до этого технично ходивший в канале, пробивает стенку и съедает его стоп-лосс.

Всем и каждому Карапет рассказывает историю о ведьме, которая заколдовала его род в 1152 году.

Если Вы поймете, что Вы все делаете правильно, но все время проигрываете – значит Ваше место не практический трейдинг, а анализ.

Играть должны другие. Вы все время будете попадать в те 5%, которые есть в любой игре с неполной информацией, и зависит это, увы, не от Вас (это то, что нельзя просчитать).

Кибитцеры: Филлин – добродушный человек с повадками совы. Может распросить Вас о своих делах, посочувствовать Вашему горю, вместе с Вами порадоваться.

///

Пингвин - суетливый человечек, постоянно машущий руками. Расскажет Вам массу интересного, абсолютно не относящегося к делу. От него надо держаться подальше.

Это люди, которые приходят в диллинг пообщаться, но никак не работать. Они сбивают Вас с толку. В «Хлебобанке» такие люди быстро вычисляются и не допускаются до работы. Соблюдение разумной тишины – обязательное условие у нас в зале.

Каковы же главные враги трейдера и как с ними бороться?

1. Страх потерять деньги.

Чтобы не бояться этого следует соблюдать два правила:

a. Воспринимайте работу на бирже, как бизнес. Ваши stop-losses – это не потери, а затраты, которые есть в любом бизнесе. Вашими доходами, станут прибыли, получаемые от выигранных Вами сделок.

b. Никогда не играйте на одолженные или последние деньги. Считайте, что Вы вложили деньги в благотворительное общество и заранее не надеетесь что-либо с этого получить. Это позволит Вам не бояться их потерять.

2. Жадность.

- a. Всегда планируйте свои прибыли. При достижении цели 1 либо закрывайте сделку либо передвигайте stop ордер себе в плюс. То же делайте при достижении цели 2.
- b. Не входите в сделки потому, что просто очень хочется выиграть. Вход в каждую сделку должен быть технически и фундаментально обоснован.
- c. Не пытайтесь спасти пару пунктов, когда цена подходит к stop-loss-Это математически невыгодно. Если Вы правильно поставили этот ордер, цена может оттолкнуться от этого уровня.

3. Азарт.

У трейдера должен быть холодный трезвый ум, душевное спокойствие, хорошее настроение.

Садясь за рабочее место, скажите себе: « Я пришел на работу. Я не собираюсь выигрывать либо проигрывать. Моя задача – хорошо выполнить свою работу. И не более того.»

Рассматривайте работу на любом финансовом рынке - как чисто математический процесс с положительным ожиданием. (А так оно и есть, если Вы будете соблюдать все те правила, о которых я Вам рассказывал, ибо несмотря на спред и возможную комиссию – Вы должны помнить, что играете на Форексе не со спекулянтами, а с мировой экономикой, которая находится в не столь выгодной ситуации, как Вы. (Вам не обязательно открывать сделки, а каждый день огромному числу юр. и физ.лиц необходимо обменять деньги именно по тем ценам, которые сложились в рынке. И в этом Ваше огромное преимущество. Никто не обязывает входить в непонятный для Вас рынок).

4. Излишнее самомнение и неуверенность.

Это две стороны одной медали. Если Вы очень уверены в себе и не хотите видеть ничего вокруг себя – Вы не сможете трезво принимать решение. Рынок – добрый

партнер и зачастую сам показывает – каковы настроения его участников (и первый способ оценить психологию рынка - посмотреть на свечи, а намерения банков – глянуть на уровни ББ и другие рынки инвестиций, ибо клиенты будут отдавать свои приказы для покупки или продажи чего-либо именно на них).

Но и излишняя неуверенность – также вредна. Приняв решение – будьте последовательны до конца. Не давайте никому сбить себя с понталыку. Если рынок не показывает, что надо выходить из позиции (как это предусмотрено технологией) – держите ее до победного конца.

5. Плохое физическое самочувствие.

Никогда не пытайтесь работать, будучи в плохом состоянии. Исследования американских специалистов выявили, что процент правильных решений в этой ситуации снижается на 20%. Ни в коем случае не пытайтесь играть только потому, что Вы решили посвятить этот день работе на бирже. «Большой трейдер подобен комару, - говорят японцы, - рынок легко может его прихлопнуть.» (Женщинам настоятельно не рекомендуется играть в критические дни. По исследованиям тех же американских специалистов вероятность принятия правильного решения падает на 30%).

А вот мнение господина Терехова по поводу врагов трейдера.

- 6. Корень зла - Невежество.** Из него вытекают коренные заблуждения, игнорирующие те основательнейшие реалии, что
- Рынок изменчив, все прогнозы - стохастичны (вероятностны).
 - Рынок обезличен - за ним не стоит ничья воля (тем паче злобная.)
 - Невозможно быть всегда правым - Вы регулярно будете неправы.
- В сознании, заморченном невежеством и вышеуказанными ложными идеями возникают психологические стереотипы, очень вредные для практической деятельности:
- Жадность, желание разбогатеть быстро.
 - Страх. Обратное - агрессивное желание тут же отыграться после проигрыша.
 - Тупость, ступор, вялость. Как реакция на непонимание текущего развития событий.
 - Суетливость, нетерпение, беспокойство.
 - Сомнение в предсказуемости рынка вообще.

Когда человек идет у них на поводу - он пропал. Ему не выдержать исполнительской дисциплины, он не сможет действовать рационально.

Что можно предпринять с точки зрения психотехники, чтобы побороть этих врагов.

Полезно предпринимать следующие шаги.

1. Иметь установку на долгую и серьезную работу на рынке.
2. Понимать важность образования, дисциплины и упорства, но не упрямства.
3. Хорошо выспаться и расслабляться после работы.
4. Не принимать решений в нетрезвом виде. И лучше вообще - пореже бывать в этом виде.
5. Практиковать что-нибудь психорегулирующее - йогу, аутотренинг, медитацию. Неплохо также заниматься физическими упражнениями - для пущего сжигания адреналина. А то Соросу не хотели разрешение на работу в США давать (иностранец). Дали после написания каким-то светилом справки - дилеры долго не живут, поэтому предпочтительно нанимать на эту работу иностранцев :). А стрессы - это же грубая реальность нашей работы. И адреналин сжигать надо как-то.

6. Полезные привычки надо тренировать до полного автоматизма. Но прежде - сознательно убедиться в их полезности. (Послушал лектора, он только отвернулся - раз, проверил по графикам!) Посчитал на калькуляторе, или даже ПК.

Убедился, что он прав - и начал упорно тренироваться. Чтобы в трудных ситуациях уже не заморачиваться дурными автоматизмами страха и жадности и автоматически делать то, что вытекает из сознательно выбранной системы работы.

7. **Психотехники.** Необходимо заниматься ими не во время работы в рынке, а до того, как Вы там окажетесь. Стереотип (рефлекс) должен быть выработан в спокойной обстановке, тогда больше шансов воспользоваться им в беспокойной.

- **Концентрация.** Разглядывание точки, небольшой картинки, статуэтки, пламени свечи и т.д. и т.п. Что угодно - лишь бы взгляд научиться не отводить и не затуманивать 3-5 минут хотя бы. Можно в этом смысле использовать циферблат от часов. Концентрация - она концентрация и есть. Когда, человек «смотрит в книгу - видит фигу» - ему именно отсутствие концентрации не позволяет увидеть, что в книге написано.

- **Регистрирующая внимательность.** Она же осознание. Отслеживание любых ощущений, возникающих в теле. Просто отслеживание и регистрация, без попытки что-то с ними делать.

Дело в том, что при актуализации в психике вышеперечисленных негативных психических конгломератов, каждый из них имеет свой определенный "окрас" в сфере внутренних ощущений. А при разглядывании-регистрации ощущений они бледнеют, меняются, уходят.

Соответственно, слабеют жадность, страх, суета, вялость, сомнения. И разуму легче принять решение и провести его в жизнь без блокировки этими отрицательными состояниями.

При несколько более высокой степени овладения можно просто заниматься регистрацией уже не ощущений, а мыслей, связанных с этими "врагами". Соответственно, контролировать эти мысли.

Есть и друзья - эта самая сознательность/осознанность, исследовательский интерес, энергичность, оптимизм, спокойствие, концентрация и непоколебимость (незахватываемость победами и поражениями = профессионализм). Эти качества тоже есть у каждого, их можно пестовать благожелательным вниманием и отслеживать (одобрительно) такой же регистрирующей медитацией.

С тренировкой друзья крепнут, враги бледнеют. Это и в жизни пригодится.

А вот советы доктора Элдера из его книги .

1. Настройтесь на дальнюю биржевую дорогу, то есть считайте, что будете трейдером всю свою жизнь.

Это позволит Вам серьезно отнестись к делу, и не жалеть время, затраченное на обучение Форексу.

2. Постоянно учитесь. Читайте и слушайте знающих людей, но относитесь ко всему с долей здравого скептицизма. Расспрашивайте знатоков, но не воспринимайте их на веру – голословно.

У каждого – свой счет и свой капитал. Что верно для одного – не верно для другого.

3. Не будьте алчными, не набрасывайтесь на игру – сначала поучитесь. Биржа никуда не денется; месяцы и годы спустя перспективы на ней даже улучшатся.

Играйте аккуратно.

4. Разработайте метод анализа рынка – например: « В случае А возникает вероятность Б». Рынок – величина многомерная; для проверки намеченных сделок пользуйтесь несколькими методами анализа. Ориентируйтесь при проверке на факты рыночной

истории и практические результаты. Рынки все время в движении, и нужны разные приемы: для игры на повышение, на понижение, в тренде и реиндже, кроме того нужен метод для определения самих этих состояний

(у меня например это индикатор ADX – переключатель тренд-реиндж, и в реиндже – *prize osc*, а в тренде - Ишимоку).

5. Разработайте план контроля над капиталом. Ваша первоочередная задача – не потерять капитал и продержаться много лет; вторая задача – **постоянно преумножать его**, и третья задача – заработать высокую прибыль (у нас на FOREX - это около 10% в месяц на счетах от 10000). Большинство ставит третью задачу на первое место, не подозревая о существовании первой и второй. Для этого следует контролировать свои риски, как об этом было сказано выше.

6. Помните – трейдер – самое слабое звено в любой биржевой системе. Научитесь избегать потерь или придумайте свой метод пресечения шальных сделок. Не уподобляйтесь алкоголикам, которые тянутся к бутылке, постоянно стараясь играть. Помните - для Вас это работа, а не развлечение.

7. Победители и проигравшие мыслят, воспринимают происходящее и действуют по-разному. Вам надо заглянуть в себя, отбросить иллюзии и изменить привычки, образ мышления и действий. Перемены даются тяжело, но желающий стать профессиональным трейдером должен потрудиться над изменением своего подхода к жизни и бирже.

Теперь поговорим еще немного о некоторых вещах, связанных с психологией и везением, а также интуицией ТА и ФА.

Во-первых, везение понятие относительное. Кому то и 100 долларов выиграть - скажет повезло, а кому то меньше 10000 - вот не везение (Как сказано в одной книге про бридж: "Выигрыш Кабана стал исчисляться двузначными цифрами. Везение покинуло его").

Что есть везение на рынке Форекс? Это когда рынок в его непрогнозируемой части играет за Вас. Которая эта часть в общей доле успеха и как ее вычленишь? Понятно, что точного ответа на данный вопрос не существует. По моим многолетним наблюдениям это примерно 10%. То есть в каждой 10-ой сделке происходит нечто такое, что Вы не могли просчитать. И тогда, если рынок играет за Вас, Вы туповато передвигаете трейлинг-стоп и смотрите как щелкают циферки прибыли (это чаще бывает по акциям, когда например стоишь по тренду в шорте, а он неожиданно ускоряется, потому что выходит отчет по компании хуже ожидаемого и начинается обвал (это называется "играть в нисходящем потоке"). Бывает такое и на Форексе, когда стоишь и начинают сбавать у людей стоп-ордера, и тренд ускоряется).

А бывает и наоборот. Вроде открылся - все и свечи за тебя и индикатор и фундамент кажется хорошим, и вроде уровень нормальным, и стоишь по тренду. Но вот выходит плохой фундамент и аут, все рушится, и если успел встать в плюсики, то его же быстро и фиксируешь, а коли не успел - все уходит в минус и приходится его быстро фиксировать. (Я обычно пытаюсь оценить силу фундамента, развернувшего ситуацию против тренда: сильный – стоп-лосса не жду, закрываюсь - лучше потом еще раз открыться, слабый - обычно пытаюсь переждать откат, иногда открывая хедж по текущему движению. Пишу в основном про акции, ибо на форексе интрадей не играю, а оные действия предпринимают люди, которых я консультирую).

Понятно также, что никто не знает, когда ему повезет, а когда нет. Но рекомендую: играйте больше, когда удача на Вашей стороне (рынок играет за Вас) и играйте как можно меньше, когда рынок играет против Вас. (Я не могу объяснить это на научном уровне, но с точки зрения понятия "судьба" - это понятно - идет "черная полоса", и ее надо просто переждать. Вы можете логично возразить, что "везет сильнейшим" и "ничего мол на зеркало пенять, коли рожа крива", но тут есть еще одно обстоятельство: я, например, совершенно спокойно отношусь к стопам, считая их неизбежными затратами в этом

бизнесе, однако так, к сожалению, могут относиться к ним далеко не все. И чисто психологически, получив стоп -лосс, пытаются отыграться. А вот это уже чревато. Пытаясь отыграться, человек теряет разум, излишне рискует, и попадает в еще больший минус.

Поэтому то я и рекомендую любому: получив в течение дня два стопа подряд-прекращать игру. (Иногда это бывает на стоп энд реверс - первый стоп, реверс- второй стоп, когда позиция не была Вами просчитана до : рынок откатывает, вы встали на откат, получили стоп, развернулись по тренду и начался второй откат- ВЫ снова получили стоп. Вот почему я и не рекомендую начинающим игрокам эту тактику. Им тяжело рассчитать позицию. Вот, например 3 мая: профи Девид Голод, встав против тренда, затем закрылся с плюсом, вовремя перевернувшись, а сколько людей "горько плача" затем писали типа - "ах, зачем я встал против тренда". Отмечу, что профи предупредил Всех, что эта тактика не для всех. Он писал, что за счет сбалансированного портфеля знает, что ему делать, когда рынок пойдет против него, а новички - нет (Смысл такой, а слова то конечно были другие). Это еще одно правило, которое я усвоил еще из своего карточного опыта: приемы мастера и новичка различны. И новичку не разумно гнаться за мастером, слепо копируя его приемы (так, например, в бридже мастер без труда построит хитроумную комбинацию, называемую, например, "двойной перекрестный сквиз с отсроченной отдачей" и выиграет малый шлем. Новичку может повезти, и он случайно сыграет картами в нужной последовательности, но не более того). У него есть свои сильные стороны, одной из которых может стать интуиция и грамотный манименеджмент. Без него, господа, поверьте, на длинном пути не выживет никто!!! Большинство проигрывающих игроков проиграли не потому, что не знали ТА или ФА, а потому что они играли в одну сделку: не хотели быстро фиксировать убытки и давать расти своим прибылям.

ММ - основа основ для любого уважающего себя трейдера. Спросите любого опытного трейдера: что более важно для него: ММ, ФА или ТА?

Услышите - ММ от 9 из 10. Не давайте увлечь себя сказочникам, говорящим: я знаю, что делаю, а потому могу играть всем депо. Это путь в никуда. (Никак не исключаю, что какое-то время они будут стоять в плюсе. Но потом, если они вовремя не снимут деньги - крах неизбежен).

И все же: можно ли совсем обойтись без ТА или ФА? Я думаю нет. Другой вопрос - в какой форме Вы его применяете?. Если Вы вообще не применяете ТА, то Вам просто достаточно будет бросить монетку. Если же Вы хотя бы на секундочку задумываетесь над циферками - все, Вы "попали" в ТА. Ведь Вы пытаетесь на основании цифр цены в прошлом (путь и в недалеком) - понять, что с ней будет пусть в недалеком будущем. То есть Вы пытаетесь понять тенденцию. А это ведь основной постулат ТА: играть по тенденции (какой - это вопрос Ваших предпочтений: пятиминутной, часовой, дневной, недельной, месячной, годовой). Опять же, если Вы, посмотрев на новости, решаете что надо поступить так-то - то ВЫ используете ФА.

Я, например, использую все доступное, чтобы минимизировать риски. Но это вовсе не обязательно. Просто мои клиенты предпочитают выиграть поменьше, но поуверенней. Не факт, что это надо Вам. Каждый ставит на финансовых рынках свои цели. От этих целей зависит и тактика игры. Более рискованная или менее.

Научитесь оценивать вероятности Ваших сделок - и у Вас не будет проблем.

Хотите верьте, хотите нет - но моя методика оценки работает (потому что она не совсем моя - база - таблица, о которой я рассказываю в курсе ММ и, которая есть в материалах семинара по Ишимоку плюс эмпирическая коррекция по свечам, технике, фундаменту, которая увеличивает или уменьшает приведенные цифры в пределах 10%). Поверьте - любой человек в уме всяко прикидывает шансы. Я просто довел это до автоматизма.

Я сам не играю сделки, шансы которых ниже 65%. (Клиенты мои сами выбирают вероятности, ниже которых они не хотели бы играть. Вот, что например есть 85% шансы.

Это вставать по текущему тренду, и свечи часовые в этот момент уже нарисовали соответствующую конфигурацию, и индикатор вход показывает и фундамент за Вас. Однако, мало правильно открыть позицию. Ее еще надо правильно провести. Видите - помимо точного анализа важна и проводка позиции. И тут-то особо важен опыт и Ваши психомоторные качества. Кто хорошо ведет позицию интрадей? Тот у кого лучше реакция на новости, интуиция и техника, но главное здесь – интуитивное мышление ибо техника трейлинг-стопа то здесь у всех одинакова.

К сожалению, для большинства наших трейдеров Форекс - лишь занимательная игра. А это работа, но с элементами игры (неопределенности), которая (поверьте) доставляет удовольствие, причем не только тогда, когда сам играешь (или даже даешь правильный прогноз), а и просто от точно предсказанного движения сложного рынка (так шахматист, даже играя вне турнира легкую партию радуется хитро проведенной комбинации). Вот, когда Вы будете испытывать такое состояние души - считайте, что пол дела сделано - остается научиться управлять собой - и дело пойдет.

Обратите внимание на этот немаловажный аспект. "Учитесь властвовать собой!" - не мной сказано. **НАИБОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО ДЕНЕГ ТЕРЯЕТСЯ ТРЕЙДЕРАМИ ИЗ ЗА НЕУМЕНИЯ СЛЕДОВАТЬ СВОИМ ЖЕ СОБСТВЕННЫМ ПОСТУЛАТАМ.**

А у хорошего трейдера их не так много. Я называю их заповедями трейдера. Они у каждого свои. У меня они вот:

1. НЕ ИГРАТЬ ПРОТИВ ТRENDA (интрадей - часового, желательно дневного) на днях - дневного, на неделях - недельного и т.д.
2. ВСЕГДА СОБЛЮДАТЬ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ СООТНОШЕНИЕ ЛОСС-ПРОФИТ МИНИМУМ 1 К 2 (ЖЕЛАТЕЛЬНО 2,5-3).
3. ВСЕГДА СТАВИТЬ СТОП-ЛОССЫ (ИНОГДА ПЕРЕВОРОТНЫЕ, СНОВА СТОП-ЛОССА ПОЗИЦИЮ).
4. ВХОДИТЬ ТОЛЬКО С ВЕРОЯТНОСТЬЮ НЕ НИЖЕ 65%.
5. СТОП-ЛОСС НЕ БОЛЕ 5% от КАПИТАЛА.
6. НАРАЩИВАТЬСЯ ТОЛЬКО ТАК, ЧТОБЫ НЕ ПОТЕРЯТЬ БОЛЕЕ 25% от УЖЕ ДОСТИГНУТОГО.
7. НЕ ИГРАТЬ ПРОТИВ ФУНДАМЕНТА и СВЕЧНОГО АНАЛИЗА.
8. СЛУШАТЬ СВОЮ ИНТУИЦИЮ И НИКОГДА НЕ ИГРАТЬ ПРОТИВ НЕЕ.

Я не скажу, что они подходят для всех. Но мне они нравятся и позволяют на протяжении 10 лет нормально работать.

Обратите внимание на слово "мне". У каждого из Вас могут быть другие правила, но их надо соблюдать.

Теперь про распространенное заблуждение о том, что мол де выигрывают умные, а проигрывают тупые. То есть поговорим про "тупого" трейдера и "умного". Не суть важно: какой у каждого ай кью. На финансовых рынках это маловажно, ибо можно просто играть по хорошим прогнозам (а который, я считаю хорошим? Это когда 2 из 3 сбываются, если прогнозная вероятность не дается. Если Вы посмотрите на уровни Фунта Стерлингова - такая статистика примерно и есть, если Вы соблюдаете правила: не играть против тренда, о чем он неоднократно писал. Просто тупо любой может зайти на сайт и по ним играть - правила игры он там написал).

Главное - соблюдение ММ и дисциплины торговли. Скажу сразу - большинство из трейдеров так торговать не сможет. Почему? Человеку свойственно верить прежде всего самому себе, а ни кому бы то ни было. Стало быть, пока сам свой прогноз не составишь, не сработает. (Люди, работающие в паре трейдер – опытный грамотный аналитик, просто верят аналитику, который может ошибаться в каждой конкретной сделке, но суммарно всяко выведет в плюс, если имеется нормальный депозит, позволяющий ему соблюдать правила ММ).

Таким образом, суммируя все вышесказанное, получаем:

1. Можно быть "тупым" или "умным" - это не важно. Главное соблюдать ММ и быть дисциплинированным), соблюдая свои собственные принципы.
2. Иметь необходимое число денег, чтобы соблюдать ММ.
3. Обладать психологической устойчивостью.
4. Знать хотя бы немного ТА или ФА - кому что нравится и работать по системе, имеющей положительное мат.ожидание.
5. Желательно иметь хотя бы капельку "везения", иначе рынок все время будет играть против Вас, как бы технично Вы не играли (такие люди бывают, но крайне редко).

Теперь перейдем к тому, как используя Ваш психотип, Ваши лучшие качества Наиболее успешно построить Вашу торговлю.

Прилагаемое упражнение для развития интуиции.
(Это упражнение помогает тем, кто в принципе способен ее развить).

Методика Д.Кейрси

1. Построена на различии 16 психологических типов, определяемых сочетанием четырех факторов:
E(Extraversion) & I(Intraversion) - экстраверсия-интроверсия
S (Sensation) & N(iNtuition) - здравомыслие-интуиция
T(Thinking) & F(Feeling) - логичность-чувствование
J(Judging) & P(Perceiving) - рассудительность-импульсивность.

I Первая группа психологических типов (тип темперамента Дионисий; главная черта - стремление к свободе) определяется сочетанием SP:

1.1. **ESFP** Здравомыслящий экстраверт импульсивно чувствующий - *Тамада: общительность, оптимизм, теплота, юмор, щедрость, богатство языка; поддаются соблазнам; способности к бизнесу, торговле.*

Поменьше эмоций. Ограничьте свою свободу. Будьте, как рынок, не пытайтесь быть свободным от него. Не переживайте при неудачах – они пройдут, и все будет хорошо. Помните, что рынок это не только победы, но и неизбежные поражения. Не принимайте их близко к сердцу.

Вам лучше работать, сидя в мягком кресле, ибо Вы вероятно любите комфорт. Ни в коем случае не принимайте решения в состоянии дискомфорта. Вам вероятно свойственны импульсивные поступки. Не давайте им слишком увлекать себя. (Только когда убедитесь, что Ваша интуиция развилась настолько, что помогает Вам в рынке, а не мешает. Она то и будет тогда давать тот импульс, который приведет Вас к успеху).

Вам лучше работать в дилинге.

ESFP -

1.2. **ISFP** Здравомыслящий интраверт импульсивно чувствующий *Антрепренер: энергия, прагматизм, писк выгоды во взаимоотношениях, юмор, жажда острых ощущений, любовь к риску*

– у Вас все будет хорошо, если Вы раскрепоститесь и дадите волю своей интуиции.

Помните – это рынок и все просчитать здесь невозможно.

Вам вероятно хорошо подойдет работа при помощи свечного анализа, ибо это скорее искусство, что ближе Вам по типу психотипа.

Вам следует всячески доверять своей интуиции, всемерно развивая ее.

Помните, что рынок это не только победы, но и неизбежные поражения. Не принимайте их близко к сердцу

1.3. ESTP здравомыслящий импульсивный логичный экстраверт – *Антрепренер: энергия, прагматизм, писк выгоды во взаимоотношениях, юмор, жажда острых ощущений, любовь к риску*

У Вас есть все данные к тому, чтобы стать хорошим трейдером. Главное для Вас – уметь сосредотачиваться на том, что Вы делаете.

Вашим коньком может стать игра на новостях и ФА. В то же время рекомендую Вам тщательнее подходить к проработке каждой конкретной сделки, чтобы не делать детских ошибок. Для этого не мешает иметь представления о ТА, ММ, правила которого помогут Вам воплощать в ден.знаки, ту информацию, которую Вам даст Ваш ФА и ТА рынка.

Вам лучше работать в дилинге, чтобы иметь возможность в перерывах между работой поделиться «наболевшим» с другими людьми.

Интрадей для Вас может быть более предпочтителен, нежели дейли, так как там новости имеют гораздо более важное значение и игра более живая.

1.4. ISTP здравомыслящий импульсивный логичный интроверт- *Мастер: умелые руки, мастерство в обращении с инструментами, жажда действий, бесстрашие, часто - отсутствие интереса к теоретическому обучению и высшему образованию.*

- Внимательнее смотрите не только на графики, но и на то, что творится в мире, не замыкайтесь в себе – и все у Вас будет хорошо. Желательно, чтобы Вы не играли против правил, чего Вам возможно будет хотеться, исходя из собственных чувств.

Не рискуйте без нужды. Здесь это не нужно, а только уменьшит Ваши шансы на выигрыш. «Учитесь властвовать собой».

Не слушайте все подряд. У Вас есть своя система игры. (Если нет – выработайте ее). При этом слушайте свою интуицию. Она не часто, но будет давать Вам хорошие советы. (Вам не мешает заняться развитием ее с помощью прилагаемого упражнения).

II Вторая группа психологических типов (тип темперамента Эпиметей; главная черта - чувство ответственности) определяется сочетанием SJ:

2.1. ESFJ здравомыслящий экстраверт импульсивно чувствующий – *Торговец: открытый, практичный, компанейский, обладает житейской мудростью. ESFJ - наиболее общительные из всех типов, они черпают энергию во взаимоотношениях с людьми и склонны идеализировать всех и все, с чем имеют дело. Гармония - вот ключ к пониманию этого типа.*

Вам коллега не мешало бы немного более логического подхода. Оно конечно понятно, что вероятности и цена игры – дело десятое. Но хоть против тренда могли бы не играть?

В то же время Вам должно быть присуще чувство беды – то есть если сердце будет подсказывать Вам не открывать позицию или закрыть ее – лучше это сделать. Однако, не впадайте уж совсем в полный пессимизм. Если таки все шансы за Вас – все-таки открывайте позицию (не делайте этого в случаях, когда что-то против Вас или Вы чего-то не понимаете и Ваше чувство подсказывает Вам, что это делать не надо).

Вам лучше работать в дилинговом центре, ибо для Вас важно общение. Но не ждите, что люди будут всегда благодарить Вас за Вашу помощь.

2.2. ISFJ интроверт здравомыслящий чувствующий рассудительный *Хранитель традиций: спокойный, заботливый; хозяин в своем доме; соблюдает обычаи, преемственность, делает все по плану; больше исполнитель, чем руководитель*

– Лучше для Вас пользоваться приемами технического анализа, не пренебрегая ФА.

Как техническому аналитику – Вам цены бы не было. А вот интрадей похоже не для Вас. Лучший вариант для Вас – доложить капитал на депозит – и на дейли и викли. «Сколько доложить?» - спрашиваете. Ну на мини хотя бы тысяч до двух, а на большом – ну тысяч до 20000. «Нет, говорите?» - так работайте с инвестором. На мини покажите себя в течение 2-3 лет, а там за инвестором дело не станет.

Дело в том, что с Вашим психотипом лучше работать в условиях большой определенности, что позволяет именно работа на дейли и выше.

2.3. ESTJ экстраверт здравомыслящий логичный рассудительный – *Администратор: лидер, цельная натура; бесхитростен, не любит лишних выдумок; главные ориентиры в жизни - долг, план, порядок, иерархия*

А вот Вам не мешало бы быть наоборот – чуть раскованней. Не бойтесь входить в рынок. Если Вы здравомыслящий и рассудительный человек – У Вас есть все шансы стать хорошим трейдером, если Вы научитесь разумно рисковать.

Сильная черта Вашего психотипа – хорошее предварительное планирование, учет разных обстоятельств. Это очень важно при трейдинге. Однако, следует уделять некоторое внимание как анализу графиков, так и ФА (новостям). Если новости идут в разрез с Вашим пониманием рынка, то при интрадей игре надо иметь мужество признать разворот рынка не в Вашу сторону (если таковой происходит) и своевременно закрыть позицию.

2.4. ISTJ - интроверт, здравомыслящий логичный, рассудительный – *Опекун: человек слова, хороший семьянин; спокоен, надежен, логичен, малоэмоционален, тверд, основателен, внимателен к деталям*

Вам лучше играть на дейли. Вам подойдет принятие решений на основе детального анализа рынка с помощью ТА и ФА. Однако, не мешало бы немного и интуицию развить.

Вашему психотипу не очень важны условия работы. Главное - чтобы все было хорошо и Вас устраивало. Помните, однако, что это рынок и не всегда Вам удастся выигрывать.

Третья группа психологических типов (тип темперамента Аполлон; главная черта - стремление к духовному росту, самопознанию и самовыражению) определяется сочетанием NF:

3.1. ENFJ -экстраверт интуитивный чувствующий рассудительный – *Педагог: общителен, внимателен к чувствам других людей, умеет распределять роли в группе, не любит монотонность; лидер, образцовый родитель. Все у Вас будет хорошо, если не будете нервничать при неудачах. Помните – главное, что Вы на верном пути. Возлюбите Ваши стоп-лоссы и трейдинг станет для Вас приятным делом. Доверяйте своей интуиции. Лучше Вам работать на более длительных расстояниях (дейли, викли), планируя свои действия согласно того, что Вам подсказывает Ваша интуиция. И помните – здесь Вы в ответе за все, что сделаете сами.*

3.2 INFJ интраверт рассудительный интуитивный чувствующий–

Предсказатель: проницателен, прозорлив, обладает богатым воображением, поэтичен, раним, не любит споров и конфликтов; может быть хорошим психологом, врачом, писателем.

Доверяйте своей интуиции. Она не подведет. У Вас потенциально блистательное будущее на поприще трейдинга. Ваш психотип обладает способностью прогнозирования будущего, на основе настоящего, ибо у Вас есть возможность отличного развития интуиции. (Если это не так- Вам настоятельно рекомендуется упражнением по ее развитию). Не расстраивайся при неудачах. Не Боги горшки обжигают.

Вам больше подойдет использование свечного и ФА анализа, не забывая про ММ.

Вам лучше работать в комфортной атмосфере, и чтобы на столе стояло то, что Вы любите поесть и попить.

3.3. ENFP экстраверт интуитивно чувствующий импульсивный – *Журналист: понимает людей, умеет влиять на них; чувствителен к новому, необычному; энтузиаст, оптимист, противник сухой логики, обладает богатой фантазией, творческими способностями, которые может проявить в искусстве, политике, бизнесе*

Умерьте свой пыл. Интуиция вещь хорошая, но иногда и думать надо, хоть немного. . Вы должны понять, что рынок многогранен и не следует заикливаться на чем-то одном. Вам лучше использовать простую систему игры, то есть несколько несложных индикаторов и уровни на графиках. Благодаря Вашей интуиции и соблюдению правил ММ этого будет вполне достаточно. При этом Вам неплохо перепроверять принятые Вами решения, ибо Вашему психотипу не всегда свойственна внимательность. В принципе, для успешного занятия трейдингом Вам придется перебарывать ту свою часть личности, которая все принимает близко к сердцу. Для этого следует почаще медитировать (см. упражнения из этой области). Помните – побед в трейдинге не бывает без поражений.

3.4. INFP интраверт интуитивно чувствующий импульсивный – *Романтик: идеалист, лирик, борец со злом за идеалы добра и справедливости, покладистый супруг; кто угодно - писатель, архитектор, психолог - только не бизнесмен. INFP - спокойные, сдержанные и даже застенчивые люди*

Вам придется несколько изменить свое отношение к жизни, чтобы успешно заниматься трейдингом. У Вас ведь риск инфаркта повышенный при неудачах. Но я надеюсь, что Вам повезет, если будете хоть немного думать, и против тренда не играть, а также соблюдать манименеджмент. Будьте серьезнее при оценки, имеющихся фактов. Вам наиболее подойдет использование свечного анализа в чистом виде и игра на дейли с их помощью. Вашему психотипу свойственно идеализировать ситуацию, что чревато получением стоп-лосса даже в выигрышной позиции. Поэтому перепроверьте себя лишний раз, входя в сделку с одной стороны и обязательно используйте трейлинг-стоп с другой.

Четвертая группа психологических типов (тип темперамента Прометей; главная черта - дух научного поиска, изобретательство, стремление к познанию и творчеству) определяется сочетанием NT

4.1. ENTJ– экстраверт - интуит, логичный, рассудительный *Фельдмаршал: руководитель, требовательный родитель, интеллигент; логичный, целеустремленный; работу иногда ставит выше, чем семейное благополучие.*

У Вашего психотипа есть отличные возможности самореализоваться в трейдерском ремесле. Вы рассудительны, устойчивы психологически и обладаете сильной волей . Вам хорошо подойдет работа при помощи ТА с планированием целевых уровней и уровне й входа по теории волн Эллиотта с использованием уровней ФИБО. Не бойтесь того, что иногда рынок будет играть против Ваших планов. При правильно мсоблюдении Вами правил ММ и использовании ТС все будет хорошо.. Во время работы слишком не напрягайтесь. Научитесь расслабляться в те моменты, когда в рынке Вам ничего не угрожает и получать удовольствия от игры. И тогда все Ваши беды пройдут.

4.2. INTJ – интраверт-интуит, логичный рассудительный.

Исследователь: высокий уровень интеллекта, сочетание логики и интуиции, большие способности к обучению, независимость, самоуверенность; слабость эмоций и возможные трудности в мире чувств.

Вам разумно играть, используя какую-то торговую систему на основе ТА, с использованием свечей и ФА. Ваша интуиция позволит Вам правильно оценить эту ситуацию и отфильтровывать сделки, которые будут казаться Вам плохими.

Развивайте свою интуицию с помощью упражнения. У Вас есть все предпосылки к использованию ее в работе.

Не забывайте, однако, что рынок двигают ММ. Поняв их логику, Вы только улучшите свои результаты.

Кроме того, дайте волю своим чувствам. Не бойтесь входить в рынок и выходить из него. Помните, что говорил Ослик ИА-ИА: «Входит и выходит – замечательно выходит».

При этом хочу предостеречь Вас от излишнего следования всяким новомодным идеям.

Наибольшее предпочтение отдавайте все-таки интуиции и не переживайте из-за неудач.

4.3. ENTP – экстраверт-интуит, логично мыслящий, но импульсивный.

Изобретатель: новатор, энтузиаст, не выносит рутину и банальность; инициативен, обладает смекалкой, практической интуицией, чувством юмора, педагогическими способностями

– Что-то, дружище у Вас многовато импульсивных решений. То, что у Вас интуиция хорошо развита - плюс. Но всегда ли Вы ее слушаете? Доверяйте себе, но действуйте под воздействием момента. В особенности не рекомендую играть против тренда или с плохой ценой игры, к чему Вы возможно испытываете некоторую тягу.

Интрадейщик – это не тот, кто каждый день играет, а тот, кто имеет возможность войти в рынок каждый день, но входит, когда его система позволяет, а не когда «левая задняя» захочет. Помните, что в этом рынке необходима соответствующая дисциплина.

Помните, что в рынке никто не решит возникшие проблемы, кроме Вас самих. Не нервничайте из-за временных неудач. Помните, что дорогу осилит идущий.

4.4 INTP- интраверт-интуит, логично мыслящий, импульсивный.

Архитектор: сложный внутренний мир, широкий кругозор, любовь к знанию; логичен, способен мгновенно оценивать ситуацию, полон новых идей; несколько высокомерен; интересы - в мире мыслей и речи, может быть прекрасным философом, математиком.

Интрадей игра с ее круговоротом событий – это для Вас. В особенности должна Вам удаваться игра на новостях. Мгновенная оценка ситуации – то, что отличает Ваш психотип. Поэтому Вам разумно уделить повышенное внимание оценки ФА.

В то же время Вы можете и хорошо планировать долгие по времени позиции, то есть и играть на дейли. Однако, будьте внимательны в оценки позиции. Вашему психотипу свойственна некоторая недооценка, как Вам кажется мелочей, что может в дальнейшем привести к печальным последствиям.

Вам надо научиться направлять свою энергию в нужное русло. Откажитесь от необдуманных входов. Не бойтесь посоветоваться с более знающим человеком. И Ваши результаты сразу пойдут в гору.

Теперь несколько упражнений

Напряжение - расслабление

Следует отметить, что наше тело попадает в состояние чрезмерного напряжения по разным причинам. Тревога, страх, злость или простое возбуждение приводят к напряжению, которое проявляется повышенным кровяным давлением, учащением дыхания, пульса, нервозностью. Наверняка, эти ощущения знакомы каждому из нас. Точно так же каждому из нас, наверное, знакомо ощущение эмоционального спокойствия, комфорта, возникающее тогда, когда мы находимся в состоянии релаксации. В первом

случае вне зависимости от причины мы находимся в состоянии эмоционального и физического напряжения. Во втором же случае активизируются другие отделы нервной системы, и в результате мы успокаиваемся. Даже для того чтобы почувствовать напряжение и тревогу, вы можете попробовать выполнить следующие упражнения.

1. Провентилируйте легкие, для этого нужно несколько секунд тяжело дышать. (Пожалуйста, не переусердствуйте. Если вы почувствуете слабость, то сразу же прекращайте эксперимент.) Стоп. Закройте глаза. Сосредоточьтесь на том, что вы чувствуете. Отметьте все свои ощущения.

2. Сделайте пробежку на месте. Бежать надо минуту или две.

3. Подумайте о том, что у вас вызывает сильное эмоциональное возбуждение.

После выполнения каждого из этих четырех упражнений останавливайтесь и внимательно прислушивайтесь к тому, что происходит в вашем организме.

Некоторым людям трудно войти в напряженное состояние с помощью последнего упражнения, потому что при его выполнении нужно думать об эмоциональном состоянии вместо того, чтобы выполнить физические упражнения. Действительно, физические упражнения чаще вызывают состояния напряжения. Также следует отметить, что из состояния напряжения, вызванного физической деятельностью, выйти легче, чем из того, которое было вызвано мыслительной деятельностью. С помощью мыслительного процесса сложнее вызвать состояние напряжения, но если уж оно будет вызвано, то избавиться от него будет значительно сложнее. Это объясняется тем, что мыслительный процесс вызывает также многочисленные физические изменения.

Одним из способов борьбы со стрессом является сознательное выполнения действия, которое поможет вам расслабиться.

Для того чтобы почувствовать расслабление, выполните следующее упражнение.

Закройте глаза и сделайте глубокий вдох. Ваши плечи должны опуститься. Меняйте положение тела, пока не найдете то, в котором ваша шея, плечи и голова будут чувствовать себя комфортно. Ваши челюсти должны расслабиться и раскрыться. Также должны расслабиться губы, язык и горло. Сделайте глубокий выдох. Ваше дыхание должно стать легким, медленным и глубоким и сохраняться таким в течение одной или двух минут.

Стоп. Сосредоточьтесь на том, что вы чувствуете. Обратите самое пристальное внимание на свои ощущения. Сравните их с теми ощущениями, которые вы испытывали, когда выполняли упражнения для вхождения в состояние психологического напряжения. Это и есть обратная биологическая связь. Когда вы снова испытаете эти ощущения, вы будете знать что находитесь в состоянии релаксации.

В отличие от тех физиологических изменений, которые происходили, когда вы находились в состоянии напряжения, в состоянии релаксации снижается потребление кислорода, падает кровяное давление, замедляется биение сердца, расслабляются мышцы. В крови становится меньше адреналина, а ноги и руки теплеют.

Вам необходимо несколько раз выполнить упражнения для вхождения в состояние напряжения и упражнения на расслабление, и тогда вы будете отчетливо представлять разницу между физиологическими ощущениями, связанными с напряжением, и теми, которые связаны с расслаблением. Эти ощущения вы можете использовать в качестве инструмента обратной биологической связи для определения того состояния, в котором вы находитесь.

Медитация и высшие состояния сознания.

Дом "волшебных" дверей

Очистите свой мозг от всех мыслей и сконцентрируйте внимание на своем дыхании.

Перед переходом на следующий этап пребывайте в состоянии релаксации от пяти до десяти минут.

А после этого из состояния глубокой релаксации и спокойствия.. в своем сознании создайте условия.

Представьте или создайте внешнюю окружающую среду в своем сознании, она должна быть приятной.

Это могут быть горы, равнины или побережье...

Вы должны это отчетливо видеть.

Прогуляйтесь мысленно по этой местности.

Тщательно обследуйте эту местность, используя все свои чувства. Вы должны увидеть цвета, формы, почувствовать их на ощупь, услышать звуки, ощутить запахи.

Обратите внимание на время суток, погоду, температуру воздуха.

Почувствуйте все это своим сознанием.

Вы можете внести какие угодно изменения, вы можете сделать в этой воображаемой вами местности все, что захотите, вы должны чувствовать себя в полной безопасности.

(пауза на одну или две минуты)

Теперь поместите в придуманную вами среду домик.

Только не входите в него, а сначала хорошенько осмотрите снаружи.

Мы собираемся пойти на экскурсию в этот домик.

Итак, теперь входите в этот дом через парадную дверь.

Проходите по коридору, и вы попадаете в зеркальную комнату.

Вокруг вас - зеркала.

И в этих зеркалах вы видите свое отражение.

Теперь выходите из зеркальной комнаты,

Вы выйдете и попадете в длинный коридор,

Этот коридор кажется бесконечным, а по обе стороны коридора вы видите двери.

Вы видите, что все двери разных цветов.

Вы идете по коридору и проходите двери... двери... двери,

Потом вы останавливаетесь перед дверью, которая расположена слева.

Вы замечаете какого она цвета.

На двери вы можете увидеть табличку, образ или какой-либо символ.

Если на двери действительно есть какая-то табличка, образ или символ, то вы смотрите на него и понимаете, что он означает.

Когда вы почувствуете, что готовы, вы открываете эту дверь и входите в комнату, которая находится за ней.

Осматривать комнату и ее обстановку вы можете сколько угодно; ее необходимо осмотреть самым тщательным образом.

(пауза на одну минуту)

Пока вы находитесь в этой комнате, вы изменяете все, что захотите. Не забывайте, что вы можете изменить все, что угодно, причем осуществление этих изменений может занять у вас сколько угодно времени.

(пауза на одну минуту)

Вы собираетесь покинуть комнату.

Вы можете задержаться еще ненадолго, чтобы завершить то, что вам хочется завершить.

Если вы захотите еще раз посетить эту комнату, вы сможете попасть туда в любое время.

А теперь вы выходите из этой комнаты обратно в длинный коридор.

Вы закрываете за собой дверь, но не запираете ее; не забывайте, что вы сможете вернуться сюда.

Вы снова идете по коридору, проходя одну дверь за другой.

Вы идете по коридору до тех пор, пока не останавливаетесь перед дверью, расположенной справа.

Вы должны обратить внимание на цвет этой двери... а также на табличку, образ или символ, которые вы видите на ней.

Ощутите, что вы готовы, открывайте дверь и входите в комнату.

Осмотру комнаты вы можете уделить столько времени, сколько вам нужно.

(пауза на одну минуту)

Не забывайте, что вы можете производить любые изменения в этой комнате.

(пауза на одну минуту)

Когда вы почувствуете, что вы готовы, вы можете завершать все изменения.

Помните, что вы сможете вернуться в эту комнату, когда пожелаете.

А теперь выходите из комнаты.

Выходите в коридор, закрывайте за собой дверь, но не запирайте ее.

После этого следуйте в том направлении откуда вы пришли.

Вы должны пройти мимо первой комнаты, в которую заходили.

После этого вы должны пройти через зеркальную комнату.

Обратите внимание на те изменения, которые могли произойти в вашем облике.

Проходите через первый коридор.

И выходите через парадную дверь.

Вы возвращаетесь в придуманный вами мирок.

Вы можете изменить в нем что угодно, затем вы должны найти спокойное место для того, чтобы сесть... и помедитировать.

Предметом вашей медитации должно стать то, что вы испытали в доме дверей *

И что это может означать.

(пауза от одной до двух минут)

Когда вы будете готовы, отметьте несколько ключевых моментов, которые надо запомнить и не забыть, когда вы вернетесь в нормальное состояние,

Вернувшись в нормальное состояние, вы должны помнить, где вы были, что вы чувствовали и что вам дали эти ощущения и впечатления.

В роли ключевых моментов могут выступать образы, символы, ощущения, цвета, эмоции, слова или фразы - короче говоря, все, что поможет вам запомнить пережитое. Вы должны помнить даже запахи, звуки и ощущения, которые сопутствовали вам в вашей медитации.

Когда вы почувствуете, что готовы вернуться в нормальное состояние, вы можете начать приближаться к завершению сеанса медитации.

Когда вы почувствуете, что готовы, вы можете позволить себе вернуться в нормальное состояние.

В реальность.

Вы выходите из медитативного состояния

И чувствуете себя бодрым... и обновленным.

Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов

И потянитесь.

Открывайте глаза и возвращайтесь в реальность.

Медитация и материал интеллекта.

Одноминутные приемы медитации

Остановитесь и присядьте на минутку. Не пытайтесь управлять своими мыслями или как-либо контролировать свой интеллект. Если хотите, можете смотреть на часы.

Теперь ответьте на вопрос: что происходило с вашим интеллектом в эту минуту?

- Как много мыслей крутилось в вашей голове?

- Откуда они появились?

- О чем вы думали? (Каково было содержание?)

- Как часто вы меняли объект своих мыслей?

- Были ли вы полностью в курсе о всех мыслях, которые появлялись в вашей голове, или что-то неуловимое все же витало где-то в глубине сознания?

Можете ли вы представить, что бы было, если бы в течение этой минуты ваш интеллект находился в совершенно спокойном состоянии?

Расслабьте язык

Снова присядьте на минутку. Закройте глаза. Вы можете закончить упражнение, когда почувствуете, что минута уже прошла, если у вас не получится уложиться в минуту - ничего страшного.

Позвольте своему языку расслабиться.

Сконцентрируйте все внимание только на расслаблении языка.

Когда вы позволите языку расслабиться, то почувствуете, что он стал короче и толще.

Постарайтесь, чтобы язык максимально расслабился.

Расслабьте челюсти, пусть рот немного приоткроется.

Каждый раз, когда вы выдыхаете воздух, ваш язык и челюсти расслабляются еще больше.

Продельвайте это упражнение в течение одной минуты.

Теперь ответьте на вопрос: что происходило с вашим интеллектom в эту минуту?

- Как много мыслей крутилось в вашей голове?

- Откуда они появились?

- О чем вы думали? (Каково было содержание?)

- Как часто вы меняли объект своих мыслей?

- Были ли вы полностью в курсе о всех мыслях, которые появлялись в вашей голове, или что-то неуловимое все же витало где-то в глубине сознания?

Просто расслабляя свой язык, вы можете избавиться от нежелательных мыслей и снизить интенсивность мыслительного процесса.

Снова попробуйте расслабить свой язык, но на этот раз после десяти или пятнадцати секунд начинайте думать.

- Что происходило с вашим языком?

- Становится ли он более напряженным?

- Что происходит с вашим мыслительным процессом?

- Труднее ли вам думать в то время, когда ваш язык находится в расслабленном состоянии?

Выполнение этого упражнения различными способами поможет вам понять, что расслабление языка является незаменимым ключом к успокоению интеллекта. Этот простой прием поможет вам научиться почти мгновенно входить в состояние глубокого расслабления. Люди имеют склонность говорить сами с собой, когда думают. Даже если вы этого за собой не замечали, ваш язык все равно напрягается, когда вы думаете. Если вы обратите на это внимание, то обязательно заметите это. А если вы полностью расслабите свой язык, то не сможете говорить с самим собой, когда думаете. Это может несколько затруднить протекание мысленного процесса.

Теперь переходим уже непосредственно к тому, чтобы развивать интуицию в применении к рынку.

Сначала выполните упражнение, вводящее Вас в состояние возбуждения (см. выше)

Теперь расслабление.

Теперь выполняем упражнение типа «волшебный дом».

Дойдем до двери, где на двери будет написано «евро-доллар».

Также заходим в комнату, садимся в кресло и представляем себе график евро-доллара в том временном масштабе, с которым Вы работаете. А теперь пытаемся мысленно продлить его в будущее и запомнить циферки, которые выдает Вам подсознание.

(То есть куда пойдет график, примерную амплитуду для правильной установки стоп-лосса) и куда дойдет – для установки тейк-профита».

Далее идем в следующую комнату и проделываем тоже по паре «доллар-иена». И так по всем валютным парам, с которыми Вы работаете.

Результатом этого упражнения будет набор цифр, которые Вы по выходе из состояния медитации должны записать на бумажке, не глядя на графики валют, чтобы ничто Вас не сбilo с «пути истины», указанного Вашим интуитивным мышлением.

Это упражнение помогает тем из Вас, у кого интуиция недостаточно развита.

У лучших - результаты дают себя знать очень скоро. У самых "упертых" -через 1 год.