

จิตวิทยาการเทรดในตลาด FOREX

แนะนำตัวเอง

หนังสือเรื่องจิตวิทยาการเทรด เรื่องนี้จะปูพื้นมาตั้งแต่การเข้ามาในตลาดใหม่ ๆ เลยนะครับ ซึ่งทั้งหมดเนื้อหานี้ก็รวบรวมมาจากเทรดเดอร์แต่ละคน รวมทั้งประสบการณ์ของผมเองในการเทรด พยายามรวบรวมตั้งแต่แรกเริ่ม

ช่วงยาก ๆ ก็ยากหน่อยเพราะว่า ระวังชาติไปไกลมาก ตั้งแต่ที่ตอนยังเทรดไม่เป็นกันเลย แต่ตอนท้าย ๆ ก็จะไปถึงจิตวิทยาการเทรด ในช่วงที่คุณกำลังฝึกเทรดและคุณจะต้องรักษาวินัย วิธีคิด เป็นอย่างไรบ้าง

ผมต้องบอกก่อนว่า จากการอยู่กับเทรดเดอร์มาหลายคน หลายคนพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า Mindset ของเทรดเดอร์นั้นมีความสำคัญมาก ๆ สำหรับการเทรดให้สำเร็จ

ถ้าจะให้ถามว่า อะไรที่ส่งผลให้คุณเทรดได้กำไรอันดับแรก ก็จะได้คำตอบพร้อม ๆ กันเลยว่า “Mindset” มาเป็นอันดับแรก เพราะว่า Mindset ที่ถูกต้อง จะทำให้เรารู้ว่า เราต้องจัดการปัญหาอะไรยังไง

ขณะที่เรื่อง Money Management เป็นเรื่องก็ตามมาเป็นอันดับ สองและเรื่องสุดท้ายคือ วิธีการ นั่นก็คือ วิธีการเป็นเรื่องที่เทรดเดอร์ให้ความสำคัญน้อยมาก

ที่นี้ Mindset คืออะไร เราคงมาพูดถึงตรงนี้กันก่อนครับ อย่างที่เราได้เกริ่นไปในหลายเล่มว่า Mindset มันคือ การกำหนดจิตใจของเรา มันคือ การกำหนดการรับรู้ของเรา

ปัญหาหลัก ๆ คือ ใจเรานั้นไม่ได้จะจำได้ครับ มันใช้พฤติกรรม เรียกว่า การทำซ้ำ ๆ การทำผิดครั้งแรกไม่ได้หมายความว่า คุณจะผิดอีกครั้งในครั้งที่ 2 นั่นคือ คุณต้องทำให้มันเป็นนิสัย คือ ทำบ่อย ๆ ซ้ำ ๆ มันก็จะเปลี่ยนคุณไปเอง

ที่พูดถึงนี่คือสภาพจิตใจนะครับ ตัวอย่างเช่น การบอกว่า เฮ้ย คนอื่นทำได้เราก็ต้องทำได้สิวะ แต่พอไปทำจริง ๆ แล้วทำไปหน่อยหนึ่งก็ท้อเสียแล้วก็หนีเช่นกัน เพราะว่า ช่วงที่ทำนั้นมันไม่ได้ง่ายเลยเช่นกัน มันก็ต้องมีความเป็นนักสู้ มีความเป็นนักฝ่าฟัน

ตัวอย่างเรื่องพวกนี้ จะเห็นได้จากการออกกำลังกาย คนที่รักษาวินัยในการวิ่ง รักษาวินัยในการออกกำลังกาย เค้าจะ

ไม่ลำบากใจในการออกไปจากห้อง ขณะที่คนบางคนจะวิ่งให้สม่ำเสมอ จะทำได้ยากมากเลยครับ

นี่แหละครับ เรียกว่า ทัศนคติ หรือ Mindset เพราะว่าระหว่างการวิ่ง ทุกคนก็จะเผชิญกับความเหนื่อย เผชิญกับการก้าวขาไม่ขึ้น มันทหนักอึ้ง หายใจไม่สะดวกกันทั้งนั้นแหละ แต่ว่า จะมีใครสักกี่คนที่จะต่อสู้กับปัญหา การวิ่งมันคือ การบริหารออกซิเจนในปอด มันคือ การบริหารกำลังขา การรู้จักประมาณการขาของตัวเอง รู้จักรักษาวินัยการซ้อม มันมีความเหมาะสมสมควร การเทรดก็ไม่แตกต่างกันจากนี้ครับ

เราต้องรู้จักตัวเองเช่นเดียวกัน ในเรื่องนี้ ผมก็จะคอยตั้งคำถามเกี่ยวกับ Mindset และแบ่งปันประสบการณ์จากเทรดเดอร์หลาย ๆ คน ตามเนื้อหาในหนังสือครับ

สำหรับผู้่านที่ยังไม่รู้จักรเรา หนังสือของเรามาจาก
DOJIPEDIA.COM แหล่งข้อมูลการลงทุนฟรี สำหรับมือใหม่
และผู้มีประสบการณ์ ติดตามเนื้อหาของเราได้ที่
DOJIPEDIA.COM

สารบัญ

คำนำ.....	1
คุณเข้ามาเทรด Forex ในฐานะอะไร?.....	8
ถ้าหากมี EA กำไรตัวหนึ่ง ได้กำไรแต่กำไรน้อย คุณพอใจกับมันหรือไม่	16
กำไรของคนอื่นทำให้เราเสียสมาธิ.....	20
สภาพแวดล้อมทำให้คุณขาดทุน.....	24
จิตวิทยาการเทรด.....	28
ไม่ต้องกำไรทุกวันก็ได้.....	28
วางแผนเป้าหมายแต่ละวัน.....	30
ได้น้อย ดีกว่าเสียมาก อย่าวิ่งไล่ตามกำไร	32
Trader ไม่ใช่รายได้แบบ Passive Income	33

ตัดขาดทุนให้ไว	35
ไม่มีสมาธิอย่าเทรด	36
Tilt แล่วเล็กเทรด	37
อย่าเอาคืน	38
รอให้เป็น	39

คุณเข้ามาเทรด Forex ในฐานะอะไร?

เรื่องแรกเกี่ยวกับ Mindset หรือทัศนคติของการเทรด Forex เป็นเรื่องที่สำคัญมาก ในกลุ่มนักลงทุนมือใหม่ สิ่งที่ต้องถามกันก่อน เกี่ยวกับการเข้าในตลาด Forex คือ คุณเข้ามาในฐานะอะไร นักลงทุน นักเทรด นักพนัน

ในฐานะนักลงทุน สิ่งที่นักลงทุนมองหา ไม่ใช่วิธีการที่ได้กำไร การลงทุน คือ การมองหา แนวทางที่จะเอาเงินไปลงทุน ถ้าคุณเป็นนักลงทุน สิ่งที่คุณต้องมองหาออกคือ มันมีวิธีการที่ทำกำไรได้ไหม แล้วเขาทำอย่างไร ใครกำไรบ้าง แล้วลองเอาเงินไปลงทุนดู



Figure 1 การลงทุนกับ poker ใกล้เคียงกันมาก

<https://unsplash.com/@chrisliverani>

ซึ่งจริง ๆ แล้ว การเข้ามาในตลาด Forex ไม่จำเป็นที่ว่าคุณต้องเป็นเทรดเดอร์เองเท่านั้น เราไม่จำเป็นต้องไปเทรดเองครับ เราสามารถกระจายเงินของคุณ ลงทุนกับเทรดเดอร์ที่ทำกำไรได้ หมายความว่า คุณรู้จักว่า คนไหนกำไรจริง ๆ นั้นแหละครับ แล้วคุณก็กระจายความเสี่ยงไปสัก 2 – 3 คน ก็เรียกว่า การลงทุนที่ดีได้เช่นกัน

หรือว่า คุณเข้ามาเป็นนักเทรด หรือเทรดเดอร์ การเข้ามาเป็นเทรดเดอร์ คุณจะต้องฝึกฝน เทรดเดอร์เหมือนกับนักกีฬา ต้องฝึกหนัก ต้องทำการบ้าน ต้องศึกษาตลาด ศึกษาวิธีการเทรด เราเหมาะกับวิธีนี้หรือเปล่า เรามีเวลาศึกษาหรือไม่ หรือว่า เราพร้อมที่จะขาดทุน พร้อมที่จะเผชิญกับภาวะจิตใจต่าง ๆ หรือไม่ ซึ่งการเป็นเทรดเดอร์คือการฝึกฝนตัวเอง เมื่อคุณทำกำไรได้ คุณก็มีโอกาสที่จะได้เงิน ได้เงินจากนักลงทุน ได้เงินจากกำไรของคุณเอง และได้เงินจากคนอื่น ๆ

มันไม่่ง่ายหรอกครับ ที่จะเป็นเทรดเดอร์ แต่ก็ไม่ยากเกินความพยายามจริง ๆ ถ้าใครตั้งใจจริง ๆ แล้วก็ทำได้ทั้งนั้น แต่หมายความว่า ต้องมีคนที่เป็นโค้ชไลน์ให้ถูกด้วยนะครับ

ไม่ทันก็เสียเวลาไปหลายปีครับ เหมือนผมเมื่อก่อนก็มัวแต่
ไปงมหาระบบที่กำลังใคร่ครับ

อย่างสุดท้าย คุณเป็นนักพนันหรือไม่ จริง ๆ แล้ว ผมไม่
อยากเรียกว่า นักพนันด้วยซ้ำ พวกนักพนันจริง ๆ ก็จะต้อง
ดูเกมส์การพนันที่ได้เปรียบครับ ผมต้องเรียกว่า “คุณแค่
อยากได้เงิน” หรือเปล่า

มีคนทีเทรด Forex หลายประเภท เข้ามาในตลาด Forex
เพียงเพราะพวกเขาต้องการเงิน โดยไม่ทำงานเท่านั้นเอง
คุณเป็นแบบนี้หรือเปล่า? ถ้าคุณเป็นแบบนี้ ผมแนะนำว่า
ให้คุณเลิกเทรดครับ นั่นเพราะว่า คุณแค่ต้องการเงิน ใน
โลกนี้ ไม่มีวิธีที่จะทำเงินได้ โดยไม่ต้องทำอะไรครับ มันต้อง
แลกด้วยอะไรสักอย่าง ก็ถ้าคุณไม่แลกมากพอ คิดว่า

ตลาดมันง่าย และจะเอาเงินออกไปง่าย ๆ คุณจะไ้
มากกว่าเสีย

เชื่อไหมครับ ในตลาด Forex น้อยคนจะรู้ว่า ตัวเองเป็น
แบบไหน เขาแค่รู้ว่า ค่าต้องการ อยากได้เงินจากการที่ไม่
ต้องทำอะไรเท่านั้น

อย่างนี้มันเรียกว่า “ความโลภครับ” ทุกคนเริ่มต้นด้วยแบบ
นี้ แต่ก็มีนะครับ ที่ทุกคนยอมรับกันว่า เออ หวะ มันไม่มี
การที่จะทำเงินง่าย ๆ โดยไม่ต้องทำอะไร เราต้องทำอะไร
สักอย่าง เราต้องเอาอะไรไปแล้ว ไม่ว่าจะเป็ความทุ่มเท
ความพยายาม และเวลาในการศึกษา อาจจะมีเสียเงินมาก
หรือน้อยก็ขึ้นอยู่กับคนไป

ผมเคยเป็นแบบนี้ครับ คนที่เข้ามาเพราะเงิน และคนที่เคย
สอบกองทุน ก็คิดว่ามันง่าย เขาจะเข้ามาเอาเงินก็มี
เยอะแยะไป ไม่แปลกครับ แทบจะ 100 ละ 90 คิดว่ามัน
ง่ายแต่แรกเริ่ม ทำกำไรได้

ส่วนคนที่คิดว่า มันง่าย และพอเทรดขาดทุนต่อ ตลาดและ
ธรรมชาติมันก็คัดสรรตัวมันเอง ทำให้คนกลุ่มนั้น ออกไป
จากตลาดนานแล้วครับ เหลือพวกเราไง ที่ยังต่อสู้อยู่

สิ่งที่ผมอยากจะพูดบ่นนี้มีเพียงเท่านี้ครับ อยากแค่ปรับ
ทัศนคติสำหรับคนที่คิดว่า มันง่ายนั้น “มันไม่ง่ายนะครับ”
มันจะไม่ต่างจากการพนันเลย ถ้าหากคิดว่า “จะมาเอาเงิน
โดยที่ไม่ได้ต้องทำอะไรมากไปวัน ๆ แค่ออยากมีชีวิตที่ดี ของ
ทุกอย่างมันต้องแลกครับ”

แต่สำหรับคนที่คิดว่า เออ ฉันถ้าวิธีทางการทำกำไรมัน มีจริง ๆ ฉันก็ตั้งใจเป็นเทรดเดอร์แหละก็ คุณก็มีหนทาง ของ การเป็นนักลงทุน และเทรดเดอร์ครับ สามารถเลือก เอาได้

นักลงทุนก็แค่ หาคนที่เทรดกำไร หาวิธีการที่จะทำกำไร แล้วก็ลงทุนกับวิธีการ ลงทุนกับวิธีการที่ปลอดภัย มันมีวิธี เยอะแยะครับ นักลงทุนในหุ้นก็ต้องแยกกิจการที่ทำไร ออก จากขาดทุนให้ออกก่อนจริงไหมครับ ที่นี้ก็เหมือนกัน ต้อง แยกระหว่างเทรดเดอร์ที่ทำไร กับเทรดเดอร์ที่ไม่ได้ทำกำไร ได้ออกจากกันก่อน ดูให้ออกครับ ในฐานะนักลงทุน

ส่วนการเป็นเทรดเดอร์ คุณแค่ฝึกตัวเองครับ ฝึก ๆ ๆ และ
ก็ฝึก มันไม่ได้ยาก แต่คุณต้องจ่ายด้วยเวลา ความทุ่มเท
วิธีการนั้นมีแน่นอน สิ่งที่คุณต้องการนั่นะ ไม่ใช่ระบบ
หรอกครับ แต่สิ่งที่คุณต้องการ คือ คนที่คอยให้คำปรึกษา
ว่า สิ่งที่ทำอยู่นี้ถูกหรือเปล่า เพราะไม่เช่นนั้น คุณจะไม่รู้
จริง ๆ แล้วสิ่งที่ทำและคิดอยู่นี้มันถูกต้องหรือเปล่าครับ

ถ้าหากมี EA กำไรตัวหนึ่ง ได้กำไรแต่กำไรน้อย คุณพอใจกับมันหรือไม่

นานมาแล้ว ผมเคยรู้จักคน ๆ หนึ่ง จากการที่รุ่นพี่ชักชวน
มาเทรด ช่วงแรก ๆ ผมถูกชักชวนเข้ากลุ่มด้วยการเทรด
ด้วย EA ระบบทำเงินอัตโนมัติ ระบบ EA ตัวนั้น เป็นระบบ
ที่ ออกแบบมาเพื่อช่วยเทรดเดอร์ในการปิดคำสั่ง EA ด้วย
ลักษณะการส่งคำสั่ง EA ที่ให้เทรดเดอร์ช่วยปิด ขณะที่ส่ง
Lot น้อย ๆ เน้นความปลอดภัย

The screenshot shows a trading account summary with the following data:

Category	Value
Profit:	-23 688.15
Credit:	0.00
Deposit:	38 364.83
Withdrawal:	-14 676.68
Balance:	0.00

ภาพนี้ไม่ได้สื่ออะไร แต่มันคือการ Overtrade

มีคนในกลุ่มคนหนึ่งที่ใช้ EA เขาฝากเงินเข้าเทรด 10,000 USD หลังจากที่เขาเทรด EA ปรากฏว่า EA ส่ง Lot 0.10 เท่านั้น และทำกำไรได้ครั้งละ 5 – 10 USD เท่านั้นครับ วัน ๆ หนึ่งเขารู้สึกว่า กำไรที่ทำได้มันน้อยเกินไป เขาเทรด และ ส่งคำสั่งด้วยตัวเอง (ในกลุ่มเทรดบังคับส่ง Myfxbook ให้ทุกคนดูครับ เลขได้ดู)

เขาส่งคำสั่งหนักมาก ส่งคำสั่ง Lot ละ 1 ลอท ละ 5 บ้าง บางครั้งได้กำไรเยอะมาก บางครั้งได้กำไรแล้วก็ปิดนิดเดียว และบางครั้งก็ขาดทุนหนักมาก พุดง่าย ๆ เลขก็คือ คน ๆ นี้เขาโลภครับ เขาควบคุมความโลภตัวเองไม่ได้

ในกลุ่มนี้มีคนที่ทำกำไรได้นะครับ กำไรจาก EA ช่วยเปิด และเขาบริหารออเดอร์ บริหารเวลาช่วยปิด พอถึงเวลาใช้กำไร คนอื่นเขาก็ใช้กำไรนิดหน่อย แต่คนนี้ก็ใช้กำไรเดือนแรกด้วยกำไรมหาศาล แต่ว่าไม่ได้มาจาก EA นะครับ จากการเทรดมือและ Overtrade ของเขาเอง

สิ่งที่เขาทำ มันทำให้ผมได้รู้สึกตัวว่า “เฮ้ย จริง ๆ แล้วเราเข้ามาในตลาดเพราะอะไรวะ แล้วคน ๆ นี้เป็นอะไร เขาเทรด Lot ใหญ่ทำไม เขาไม่สนใจ EA ตัวที่ว่าเลขด้วยซ้ำ คำตอบง่าย ๆ ครับ เขาคิดว่า EA กำไรน้อยเกินไป เขาคิดว่า

เขาทำได้ดีกว่า สิ่งที่เขาทำคือ 2 อย่าง คือ “ความโลภ” และ “การไม่มีวินัย” ตั้งแต่แรก 2 อย่างนี้ทำให้ผมได้คิดว่า การเทรด นี้คือ 2 อย่างนี้ที่ต้องควบคุมตั้งแต่แรกครับ

แล้วคุณล่ะ เคยเป็นแบบนี้หรือเปล่า? ถ้ายังไม่ได้เป็น คุณก็อาจจะโชคดีหนอยหนึ่งที่มาเจอพวกเราก่อน การเทรดไม่ใช่การพนัน แต่มันก็เป็นการพนันได้ครับ ถ้าคุณอยากจะให้มันเป็นการพนัน

กำไรของคนอื่นทำให้เราเสียสมาธิ

เรื่องที่เป็นปัญหาหนักอีกเรื่องของเทรดเดอร์มือใหม่ อันนี้มันออกจะเป็นเนื้อหาเตือนสติมากกว่านะครับ ฮ่า แต่ว่าสำหรับคนที่มุ่งมั่นเป้าหมายของตัวเอง เขาจะไม่เคยเอาเรื่องพวกนี้มาคิดครับ

นั่นก็คือ การที่เราอยู่ในกลุ่มเทรด การที่เราอยู่ใน Facebook แล้วเจอกับการโพสต์กำไรยั่ว จนรู้สึกว้า “เฮ้ย คนนี้ทำกำไรได้หว่า” แล้วเค้าแบ่งปันระบบให้เราด้วย ขายด้วย เราซื้อเค้าดีกว่าไหม ไม่ต้องเหนื่อยมาก

มันเกิดอาการอย่างนี้บ่อยมากใช่ไหมครับ? ก็มีคำถามอย่างนี้ครับว่า

“ทำไมเขาถึงโพสต์โชว์กำไรล่ะครับ? Mindset ของเขาคิดอย่างไร? ถึงโพสต์กำไร เอาเวลาไปเทรดไม่ดีกว่าหรือ?”

หรือว่า เขาต้องการการยอมรับ จำนวนเงินที่ได้ไม่พอหรือ? ที่จะสร้างการยอมรับ ทำไมต้องมาโพสต์ด้วย นี่แหละครับ ปัญหาแหละ

มือใหม่จำนวนไม่น้อย (ขออ้อว่า มือใหม่ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับจำนวนปีที่เข้ามาในตลาด แต่เป็น Mindset ที่ไม่ได้ไปไหนไกลต่างหาก) ที่หลงกับดักเหล่านี้แล้วก็ไปวิ่งตามระบบของคนอื่น



EURJPYm 144.56⁷ 144.76⁷
21:58:56
Spread: 200 Low: 144.108 High: 145.142

GBPJPYm 168.08⁹ 168.38⁹
21:58:50
Spread: 300 Low: 167.634 High: 168.790

USDJPYm 139.13² 139.19⁵
21:58:56
Spread: 63 Low: 138.369 High: 139.589

**ระบบเทรด ทำกำไรได้
1-5% ต่อวัน สามารถใช้
เทรดได้ 3 คู่สกุลเงิน มือ
ใหม่ทำตามได้เลย เพียง
ซื้อระบบนี้ไปใช้มีวิดีโอ
สอนตั้งค่าใช้งานไม่ยาก
เพียงราคา 999 บาท
เท่านั้น สนใจห้กแชทได้
เลยนะครับ**

ถ้าหากว่า เขาสามารถทำกำไรได้จริง เหตุผลอะไรที่เขาจะ
ใจดีมาแบ่งเรา จากการขายด้วยเพียงราคา 999 บาท
ระบบที่ไม่ต้องทำงานอีกต่อไปเนี่ยนะ มันมีมูลค่าเท่านั้น
จริง ๆ หรือ? ถ้ายังมี Mindset นี้อยู่ก็ยากครับที่จะฝึก
ตัวเองเป็นเทรดเดอร์ เทรดเดอร์ไม่ออกแวกครับ ตั้งมั่นกับ
สมาธิของตัวเอง มุ่งมั่นกับเป้าหมายของตัวเอง ไม่ใช่
กระโดดไปนู่นที่มานี่ที่ จนไม่ไปไหนสักที

สภาพแวดล้อมทำให้คุณขาดทุน

สิ่งที่ทำให้ผมนึกถึงการเทรดได้ดีมากที่สุด ก็คงจะเป็นการเรียนสมัยปริญญาตรี ผมจบหลักสูตรนานาชาติมาครับ ทำให้ผมได้เปรียบเรื่องภาษานิดหน่อย

การเรียนในสมัยป.ตรี จะมีโปรเจ็ค การทำโปรเจ็คจะต้องมีการตั้งคำถาม มีทั้งโปรเจ็คแบบเดี่ยวและแบบกลุ่ม การทำโปรเจ็คก็เหมือนกับการทำวิจัยย่อๆ ในขณะที่ผมจะมีโปรเจ็คบ่อยมาก

การสั่งงานโปรเจ็คของอาจารย์จะแค่สั่งครับว่า ให้ไปพัฒนาอะไร สร้างอะไร ช่วยอะไร แก้ปัญหาอะไร ประมาณนั้นใช้ความรู้ทางด้านวิศวกรรมที่เรียนมา และที่สำคัญด้วยนะ คือ ความรู้บางอย่างที่เราไม่ได้เรียน ก็ต้องไปหัดมาด้วย เช่น การ Coding ก็ต้องไปหัดมาด้วย ถ้ามัวแต่พอ ต้องมา

วิเคราะห์สถิติอีก โอไฮ นี่มันเรียกว่า เราจะไปสร้างจรวด
กันเลยทีเดียว

ระหว่างที่ทำโปรเจ็คสิ่งหนึ่งที่อาจารย์ไม่เคยให้เลยคือ
คำปรึกษา ทำไมหนะหรอ? เพราะว่า ในกลุ่มเด็กนักศึกษา
มีคนทำหลายเรื่อง อาจารย์ดูแลคนเดียวก็ไม่ไหวครับ แถม
อาจารย์ก็ไม่ได้เก่งทุกเรื่องเลยครับ

แต่ในความเป็นจริง เรามีปัญหา สิ่งที่เราต้องการคือ ไกด์
ไลน์ คือ คนที่ให้แนวทางว่า “เฮ้ย เออ ที่เราทำ ๆ อยู่เนี่ย”
มันถูกหรือว่ามันผิดวะ เราต้องงมเอาเอง ถ้าหากว่า เราจะ
มีคนที่ย่อยตอบคำถาม คอยไกด์ให้ เป็นเหมือนช่างที่เรา
สามารถถามได้ เป็นเหมือนพี่เลี้ยงขึ้นมา นี่แหละครับ
สาเหตุที่เรามีกลุ่มเทรด

กลุ่มเทรด มันก็เหมือนกับชั้นเรียนในสมัย ป.ตรี ที่เอาคนที่เรียนแบบเดียวกันมาอยู่รวมกัน มันเป็นสภาพแวดล้อม สภาพแวดล้อมดี ก็ทำให้คุณทำได้ดี สภาพแวดล้อมไม่ดี ก็ทำให้คุณขาดทุนได้เช่นเดียวกัน

และที่สำคัญ เราไม่ได้ต้องการแค่สภาพแวดล้อมหรือ เราต้องการใครสักคน ที่เป็นเหมือนหมอบ ให้เราไปหาเวลาเราป่วย เวลาเรามีอาการที่เราไม่สามารถแก้เองได้ เราต้องการคลินิกใกล้บ้าน คอยปรึกษาปัญหา นั้นแหละครับ คือสิ่งที่เราต้องการ

ผมยังจำได้ว่า ผมเรียนเขียนโค้ด อาจารย์โยนตำรามาให้ 1 เล่ม บางครั้งเขียนผิดเขียนถูก แต่ไม่มีคนตรวจคำตอบให้

อย่างนี้ไม่ไหวครับ พัฒนาช้ามากเลย เราควรจะมี
สภาพแวดล้อมที่ดีในการเทรดครับ

จิตวิทยาการเทรด

ต่อไปก็เข้าเรื่องเทรดสักทีครับ เรื่องนี้ผมได้พยายามรวบรวม Mindset ของเทรดเดอร์ที่เรารู้จักทั้งหมด ข้อไหนที่สำคัญเรียกได้ว่า ไปสัมภาษณ์มาครับ 555

แล้วก็เอามาเขียน เพื่อจะดูว่า แต่ละคน แต่ละข้อนี้เห็นข้อไหนที่สำคัญบ้าง ระหว่างที่เทรดอยู่คุณต้องคิดยังไง ต้องมีทัศนคติยังไงเกี่ยวกับการเทรด สิ่งที่คุณควรให้ความสำคัญคืออะไรบ้าง ในการเทรดแต่ละวันครับ

ไม่ต้องทำอะไรทุกวันก็ได้

มาถึงข้อแรกกันเลย เส้นผมบังภูเข่า ไม่ต้องทำอะไรทุกวันก็ได้ การเทรดไม่ได้มองเป็นออเดอร์ครับ หมายความว่า จะมองเป็นวัน ๆ ไป บางวันก็ไม่ได้ทำอะไรครับ บางวันก็ทำอะไรเยอะ

มาก สิ่งที่เราใช้เรียกว่า ค่าเฉลี่ยมากกว่า ขอแค่อย่าเหวี่ยงแรงก็เป็นพอใช้ได้

การที่ต้องมานั่งทำอะไรทุกไม้ ทุก Position เป็น Mindset ที่ผิดครับ เพราะว่า มันทำให้เรากดดันตัวเองโดยไม่รู้ตัวว่า ไม้นี้ฉันต้องทำอะไร ไม้นี้ฉันต้องทำอะไร ถ้าหากคุณเริ่มคิดอย่างนั้นเมื่อไหร่

เราขอบอกก่อนว่า สมาธิคุณไม่ดี เพราะคุณ Focus ที่ทำอะไรมากเกินไป คุณไม่ได้ FOCUS ว่าเข้าเทรด Set Up ที่คุณวางไว้ตลอด อาการที่ตามมา คือ คุณจะมองหาจังหวะเทรดอยู่ตลอดเวลา และไม่ละเอียดกับมัน เมื่อถึงตอนนั้นแหละครับ จังหวะใช้การเทรดหรือไม่ก็ไม่รู้ คุณก็จะหาทางส่งคำสั่ง เพราะว่า คุณมองหากำไร กำไรจะเกิดขึ้นได้ก็ต้องส่งคำสั่งยังไงหละครับ

สมองเรามันฉลาดนะครับ มันจะทำตามความต้องการของเรา การที่คุณจะเป็นมืออาชีพได้ ในหัวคุณจะต้องคิดแต่การทำตามแผน ตามกระบวนการแล้วเท่านั้น ก่อนเข้าเทรด ก็ต้องมี Check List ครับสำหรับการเทรด แล้วนั่งทำตาม Check List ว่าเข้าเงื่อนไขหรือยัง ถ้าไม่ ก็ไม่ Action ครับ

วางแผนเป้าหมายแต่ละวัน

ข้อต่อมา คือ การวางแผนเป้าหมายในแต่ละวัน ไม่ใช่ตะบี้ตะบันเทรดทั้งวัน ไม่สนว่าจะเป็นอย่างไร การวางแผน มี การวางแผนเป้าหมาย 2 แบบครับ คือ ต้องวางแผนพร้อมกัน คือ

1. ช่วงเวลาที่เทรด อย่างผมจะเทรดตามตลาด US เท่านั้น เพราะว่า ผลกระทบที่ผมเทรดที่ทำงานส่วนใหญ่ คือ ตลาดน้ำมันครับ ทำให้ผมจะเทรดเวลา

กลางคืนเท่านั้น 2 ชั่วโมง ไม่ได้คือจบครับ ระหว่างวันก็จะมีตลาดหุ้นที่ฮองกงครับ

2. เป้าที่ 2 คือ กำไรที่ตั้งไว้ครับ เมื่อถึงกำไรที่ตั้งไว้แล้วก็จะเลิกเทรดครับ โดยมากจะตั้งเป็นต่อวันไว้ครับ ทำตามเป้าให้ได้ ถ้าทำตามเป้าได้ แล้วก็เลิกครับ มันจะขาดเกินนิดหน่อยครับ แต่ว่า ผู้จัดการจะเป็นคนกำหนดมาให้เรา และเขาอีกเช่นกันที่ขยับ HWM เราหึหึ



Figure 2 https://unsplash.com/photos/brown-and-black-round-board-DX3_dXuHVl8

นอกจากการกำหนดเป้าหมายที่ว่าจะช่วยให้เราไม่เครียด
แล้วนะครับ การกำหนดเป้าหมาย มันทำให้เราติดอยู่กับ
หน้าจอตลอดเวลา ทำให้โอกาสในการขาดทุนเพิ่มเกิดขึ้น
ด้วยนะครับ มันคือวินัยครับ

ที่สำคัญ การตั้งเป้าหมายไม่ได้ตั้งแค่กำไรนะครับ ถ้าหาก
Drawdown ชน Limit ของวัน ก็เลิกเหมือนกันครับ วันอื่นก็
ยังมีอีก ไม่มีคำว่าตกรถในตลาด Forex หรอกครับ

ได้น้อย ดีกว่าเสียมาก อย่าวิ่งไล่ตามกำไร

สิ่งหนึ่ง พอมีการตั้งเวลา ตั้งกำไร Set ระบบแล้ว ปรากฏ
จะใกล้เวลาแล้ว แต่กำไรได้น้อย หลายคนมักจะมาเร่งเอา
จังหวะสุดท้าย สุดท้าย จากกำไรน้อยนิด กลายเป็นขาดทุน
เฉยๆ

ก็ต้องบอกก่อนนะครับ บางครั้งเงื่อนไข หรือเป้าหมายต่อวัน อย่างใด อย่างหนึ่งถึงก็พอแล้วครับ ไม่ต้องเอามันถึงทุกวัน ทั้ง 2 อย่าง วันไหนทำได้ทั้ง 2 อย่างก็ดี แต่ไม่ใช่ว่าต้องไปฝืนตัวเองให้ได้ทั้ง 2 อย่าง ได้น้อย ดีกว่าเสียมากครับ อย่าวิ่งไล่ตามกำไร มันจะทำให้เรากลับไปข้อ 1 คือลืม Focus Trading Set up ที่เราถนัด

Trader ไม่ใช่รายได้แบบ Passive Income

หลายคนเข้ามาในตลาด Forex เพราะคิดว่าจะหารายได้แบบ Passive Income ก็ต้องแสดงความเสียใจด้วยครับ Trader ไม่ใช่อาชีพที่สร้าง Passive Income ให้คุณ อาชีพนักลงทุนนั่นแหละครับ สร้าง Passive Income ให้ได้



Figure 3 <https://unsplash.com/photos/pink-pig-figurine-on-white-surface-pEISkGRA2NU>

การมี Robot ที่สามารถเทรดได้เหมือนคุณนั่นแหละครับ ถึงจะเรียกว่า Passive Income ได้ แต่การมานั่งเทรด ทุกวัน ทั้งวัน หรือแม้แต่แค่วันละ 2 ชั่วโมง หรือ เวลาทำงานของ ตลาดฮ่องกง นั้น ก็ไม่ได้เรียกว่า Passive Income เพราะว่า เราต้องมานั่งทำงานยังไงหละครับ มันไม่มีหรรอกอะไรแบบ

นั่นที่ได้มาง่าย ๆ ถ้ามั่นง่าย ทุกคนก็คงรวยกันไปหมดแล้ว
ครับผม

ตัดขาดทุนให้ไว

อันนี้เป็น Mindset ของเทรดเดอร์อิสระครับ สำหรับเทรดเดอร์ในกองทุน เราจะโดน Limit โดย Drawdown อยู่แล้ว การเทรด สิ่งที่เทรดเดอร์จะต้องคิดถึงอันดับแรกเลยก็คือ การรักษาต้นทุนไวให้ได้ สิ่งที่จะต้องทำเลยก็คือ การตัดขาดทุนให้ไว เมื่อรู้ว่าผิดทาง ไม่ต้องลังเล ไม่ต้องเสียตาย ผิดก็คือ ผิด ไม่ใช่ว่า รอจนการขาดทุนนั้นเยอะ จนทำใจลำบากที่จะ Stop loss

พอเราตัดขาดทุนช้า มันจะลำบากใจมากกว่าอีกที่จะต้องตัดขาดทุน บางครั้งกำไรมาทั้งวัน แต่ตัดขาดทุนช้า ออกเดอร์เดียว กำไรที่ทำมาทั้งวัน กลายเป็นขาดทุนก็มี ซึ่ง

เสียหายเยอะกว่า การเทรดแบบนี้มันจะทำให้หัวเสียได้ครับ
เรียกว่า Tilt เหมือนกับคำศัพท์ Poker เลย

ไม่มีสมาธิอย่าเทรด

ช่วงเวลาที่เรามีสมาธิมากที่สุด ก็คือ หลังจากตื่นนอนครับ
การมีสมาธิ คือ เราใจเรานิ่งสงบ วันนั้นในหัวเราจะไม่มีย
อะไรเข้ามาเจือปน ตอนเช้าเราจะทำได้ดี และไม่ควรมีอะไร
มา Distract หรือว่า มีสิ่งเรามาทำความรำคาญใจ

ช่วงเวลาที่เทรด เราไม่ได้รับอนุญาตให้เปิด Social Media
ครับ เราไม่ได้รับอนุญาตให้พกมือถือเข้ามาในพื้นที่ทำงาน
และนั่นคือ สิ่งที่รบกวนสมาธิ

การเป็นเทรดเดอร์ก็เช่นกัน เราจะนั่งรอมันทั้งวัน เพื่อ Shot
เดียว คือ รอให้มันเข้า Set Up ที่เราถนัด แล้วเราจะส่ง

คำสั่งเทรด ระหว่างนั้น คือ รอ รอ รอ และ รอ เมื่อถึงเวลา เราจะต้องเข้ามาคุมบังเหียร สั่งคำสั่ง และรอให้มันเกิดการ เคลื่อนไหว และทำกำไรออกจากตลาด แต่ละวันก็มีไม่กี่ ครั้งสำหรับ Sniper แต่สำหรับ Scalper ที่เทรด Time Frame สั้น ๆ เช่น 1 นาที ก็สามารถเทรดได้บ่อยครั้งกว่าหน่อย ครับ

Tilt แล้วยเลิกเทรด

มีคนแนะนำว่า เรื่อง Tilt ก็มีความสำคัญ คือเวลา Tilt ก็ จะเกิดขึ้นเมื่อ กำไรอยู่ดี ๆ พลิกเป็นขาดทุน พอขาดทุน กราฟ มันกลับไปอีกด้าน แล้วเราเข้าตามน้ำไป ปรากฏว่า โดนอีก ขาดทุนติดกัน 2 ไมล์ หลังจากนั้นเราจะหัวร้อน เริ่มมี อารมณ์ เมื่อเริ่มมีอารมณ์ หงุดหงิด หัวเสีย ใจร้อน ...

แนะนำว่าวันนั้นให้เลิกเทรดไปเลยครับ ปิดจอ นั่งทำการบ้าน ทำบันทึกการเทรด เตรียมเทรดพรุ่งนี้ เตรียมวิเคราะห์ข่าว ทิศทางกราฟ พรุ่งนี้รอเลย

อย่าเอาคืน

การเทรดของเราเป็นการเทรดวันต่อวัน สำหรับ Prop Trader สิ่งที่ Prop Trader ต้องรู้อยู่ในใจคือ อย่าใจร้อน อย่าอยากเอาคืน คราวไหนที่เสีย บอกตัวเอง ไม่เป็นไร เอาใหม่ ครั้งนี้พลาดเพราะอะไร จดไว้ และทำบันทึกการเทรดไว้ แล้วเราจะเอา Note มาแปะไว้หน้าจอเลยครับ ว่าครั้งหน้าอย่าทำอีก

กิจกรรมวันต่อวัน จะไม่ต่อเนื่องกับวันก่อนหน้าของเทรดเดอร์ ฉะนั้น การเอาคืนของเมื่อวานจะไม่มี มีแต่วันนี้ต้องทำอะไร ทำตัวเป็นหุ่นยนต์ขณะที่ยังเป็นคนอยู่ Focus ที่

Logic มากกว่า Emotion ของตัวเอง ต้องแยกให้ออกว่า อันไหนอารมณ์เรากำลังเป็นแบบไหน

บางครั้งต้องนึกด้วยว่า “สิ่งที่เรากำลังทำอยู่นี้มีเหตุผลยังไง”

รอให้เป็น

นี่เป็นข้อสุดท้าย “ฝากไว้สำหรับเทรดเดอร์” จากน้องเทรดเดอร์คนตัวเล็ก ว่า “การรอสำคัญมาก อย่าเทรดทุกจังหวะ ให้เลือกจังหวะที่คิดว่าทำได้ ให้รอดะ” จนถึงจังหวะที่เราได้เปรียบ หรือรอจนตามแผนตามระบบเรา

การรอมีข้อดี คือ ถึงแม้จะไม่ได้กำไร แต่ก็ไม่ต้องไปเสี่ยงขาดทุนนะครับ เพราะว่า ถ้าหากผิดทางแล้วขาดทุน ยังรอ

เข้าจังหวะถัดไปดีกว่า จำไว้ว่า “การเทรดไม่มีตกรถ ไม่มี FOMO” ในตลาด Forex แห่งนี้

การรอ ทำมันวันแล้ววันเล่า ซ้ำแล้วซ้ำเล่า คุณก็จะชินเป็นนิสัยและทำได้โดยอัตโนมัติ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตัวเองได้เองโดยอัตโนมัติครับ