

Như chúng ta đã thảo luận ở trước thì những yếu tố góp phần cho sự thành công của trader đó là: Vốn, Phương pháp và tâm lý.

Nếu bạn không hiểu được sự ảnh hưởng của tâm lý đến công việc giao dịch của bạn và tâm lý nó phức tạp như thế nào thì bạn khó mà thắng được thị trường. Bạn phải tỉnh táo để điều khiển được tâm lý giao dịch của mình, từ đó tránh khỏi những quyết định ngốc nghếch khi mà setup giao dịch chưa thật sự đến và rủi ro quá lớn. Nếu không tỉnh táo chắc chắn bạn sẽ là con mồi cho thị trường và nhanh chóng bị cuốn vào vòng xoáy.

### **Sự sợ hãi**

Nỗi sợ hãi có thể vì sợ mất tiền, sợ bị sai, sợ sẽ bỏ lỡ cơ hội... Nỗi sợ này có thể bám lấy người giao dịch và khiến họ không hành động nhưng với sự nỗ lực cùng kinh nghiệm thì chúng ta hoàn toàn có thể làm chủ được. Bạn có thể sẽ thua vài lệnh liên tiếp nhưng vẫn bám chặt lấy phương pháp giao dịch của mình. Người giao dịch thành công luôn hành động một cách chủ động mặc cho trong họ có chút lo lắng hay không. Hãy bảo vệ vốn với stop loss vì không phải giao dịch nào cũng có thể thắng.

Bạn phải chuẩn bị tinh thần cho việc chấp nhận rủi ro về tài chính cho một phần thành quả mà ta đã đạt được, chẳng hạn nếu bạn đã lời được 1000USD thì chuẩn bị tâm lý rằng sẽ không giữ được trọn vẹn thành quả đó cho những giao dịch sau. Tâm lý chúng ta thường là không muốn mất đi số tiền mà ta đã đạt được và chỉ muốn tiếp tục gia tăng số tiền đó. Đó là một trong những tâm lý chết người mà sẽ nhen nhóm ngọn lửa đốt cháy tài khoản của bạn. Giao dịch là một trò chơi xác suất và bạn không thể chắc chắn về mọi thứ.

Đừng cố gắng để thắng mọi lệnh vì nhiều trường hợp dù chúng ta đã có đặt stop loss nhưng có dấu hiệu lệnh sai và gần dính stop loss thì chúng ta lại không chấp nhận thua lỗ và dời stop loss ra xa hoặc thậm chí bỏ stop loss, đôi khi là với mong muốn tỉ lệ thắng cao và đồng thời là chấp nhận để rủi ro cao cho hy vọng giá sẽ quay về với một ít lợi nhuận. Nếu bạn có 5 lệnh liên tiếp thua lỗ thì hãy để cho ngày tiếp theo hãy giao dịch vì lúc đó có lẽ bạn sẽ không còn tỉnh táo.

Tất cả các phương pháp giao dịch luôn không tránh khỏi những thua lỗ. Khi lệnh của bạn bị thua lỗ không có nghĩa bạn là một trader thất bại mà nó chỉ là một thời điểm nhất định.

Đừng nói “tôi là trader giỏi nhất” hay “Tôi sẽ bắt được mọi sự di chuyển của thị trường” hay “Tôi sẽ kiếm được ... dollar trong tháng này/năm này”. Đừng nghe những thằng thầy dõm ngoài kia mà hãy tập trung vào cái mà bạn có thể làm tốt nhất và làm chủ được nó. Thử, sai, sửa sai thì sẽ dần dần hoàn thiện được hệ thống giao dịch của mình. Cũng không nên đặt mục tiêu về số lợi nhuận cụ thể vì bạn không thể chắc chắn về kết quả giao dịch của mình cũng như là tạo thêm gánh nặng tâm lý cho bản thân.

### **Lòng tham**

Một người giao dịch theo cách hùng hổ sẽ vào quá nhiều lệnh hoặc duy trì một lệnh giao dịch quá lâu và đôi khi từ thắng chuyển thành thua lỗ. Chúng ta không nên tham lam làm gì bởi vì chắc chắn một điều rằng nhiều cơ hội tốt vẫn đang chờ đợi bạn phía trước. Đừng cố gắng để có một lệnh giao dịch với lợi nhuận thật lớn làm gì.

Khi người giao dịch trở nên tham lam thì họ thường lại ko nhận ra và không để ý đến nó. Nó thường thể hiện thông qua việc luôn luôn chăm chăm vào lợi nhuận của một giao dịch và suy nghĩ về việc bạn kiếm được bao nhiêu và một khi đóng lệnh thì bạn lại nghĩ rằng nếu mình tiếp tục lệnh thì có thể còn ăn đậm hơn nữa.... Hay những lệnh đang mở và đang có lợi nhuận thì đôi khi lòng tham khiến cho bạn nghĩ rằng có nên đóng lệnh với những lợi nhuận đang mở này không, liệu giá có đi ngược lại và làm ta mất lợi nhuận hay không... Lợi nhuận hiện tại thì tốt nhất đừng quan tâm đến vì nó cũng chỉ là tự bù qua bù lại, nếu bạn cứ mặc kệ thì sẽ có những lệnh đi được đến mức chốt lời của bạn còn ngược lại nếu bạn cứ lo đóng lệnh sớm thì có thể số lệnh thắng nhiều nhưng lợi nhuận lại chẳng bao nhiêu. Người giao dịch thường có cảm xúc lẫn lộn, rối tung khi mà lệnh của chúng ta đang mở. Khi có lợi nhuận chúng ta thường liên tưởng đến số tiền sẽ nằm trong tài khoản của chúng ta và nếu như thị trường đang di chuyển thuận lợi thì có thể dẫn đến hành vi kéo ra xa khi mà giá gần chạm đến take profit ban đầu. Nhiều khi chưa chạm đến take profit mới thì giá tạm thời có dấu hiệu hồi về đã làm cho bạn cuống

cuồng, lo sợ mất lợi nhuận hiện tại và có thể dẫn đến việc đóng lệnh mà lợi nhuận không bằng điểm take profit ban đầu.

Đó có thể là những lý do mà khi quá tham lam sẽ ảnh hưởng lớn đến lợi nhuận của bạn. Nếu bạn xác định trước tỉ lệ risk:reward là 1:2 hay 1:3 và khi giá đến gần điểm take profit thì bạn cho rằng giá có thể đi thêm một đoạn nữa và lâu lâu mới được lệnh đi đẹp như thế nên kéo take profit ra xa thì đó là nảy sinh lòng tham và gần như kết quả hoàn toàn sẽ ít hơn cái mà bạn sẽ có ban đầu. Chúng ta luôn có cảm giác rất khó chịu nếu đóng một lệnh đang đi đẹp theo mong muốn của chúng ta nhưng giữ lệnh quá lâu sẽ ại gây thêm những hệ lụy rất nguy hiểm về mặt tâm lý. Trong bộ thứ nhất tôi cũng có nói về việc dời stop loss để bảo vệ vốn và các bạn nên tham khảo để có thêm kinh nghiệm cho việc đầu tư chứ không nên di chuyển take profit.

### **Mong đợi và hy vọng**

Sự hy vọng hay mong đợi là vấn đề tâm lý xảy ra khi bạn thêm muốn, khao khát một điều gì đó xảy ra. Khi một người giao dịch với quá nhiều hy vọng thì họ thường hy vọng chính mình sẽ đưa ra những quyết định đúng để kiếm tiền. Sự hy vọng có thể là nguyên nhân mà người giao dịch di chuyển stop loss ra xa hơn ban đầu và thậm chí là bỏ hẫng stop loss. Họ làm như vậy khi thị trường đi ngược theo ý muốn của họ và với mong muốn ko bị thua lỗ và hy vọng giá sẽ quay lại theo hướng mong đợi.

Ngoài ra thì sự hy vọng này cũng diễn biến cùng với việc bạn dời xa take profit với mong muốn và hy vọng có thêm nhiều lợi nhuận hơn. Nếu không biết điểm dừng thì khả năng cao là bạn sẽ thoát lệnh với rất ít lợi nhuận bởi vì thị trường không thể đi mãi theo mong muốn của bạn được.

Hy vọng vào mỗi giao dịch bạn sẽ là người chiến thắng là một điều ngu xuẩn. Khi người giao dịch hy vọng như vậy thì cũng có nghĩa là họ rất tham vọng về một thành quả giao dịch ấn tượng, như thế nó sẽ ảnh hưởng lên toàn bộ tâm lý giao dịch.

Tốt nhất là bạn phải có một cái nhìn khách quan và thực tế đó là dù price action là một phương pháp cực kỳ hay nhưng không có nghĩa là bạn luôn luôn phải

thắng hoàn toàn các lệnh, điều đó là không thể, hiểu rằng lệnh thua luôn là một phần không thể thiếu trong giao dịch của chúng ta.

Chính sự kỷ luật sẽ làm tăng độ hiệu quả của chiến thuật giao dịch bạn theo thời gian cùng với nó là kinh nghiệm tích lũy cho bản thân chứ không phải hoàn toàn ở chiến thuật đó đã tốt hẳn hay dở hẳn. Đó là sự củng cố từ hai phía.

### **Quá tự tin**

Một trader quá tự tin có thể giao dịch rất nhiều và liên tục, và cũng có thể từ đó mà giữ quá nhiều lệnh. Có những giai đoạn mà bạn dường như nghĩ rằng mình không thể sai vì một chuỗi lệnh thắng làm sự tự tin của bạn dâng cao đến mức ngông cuồng. Tuy nhiên, giao dịch là một trò chơi của xác suất nên có những thời điểm chỉ mang tính tạm thời chứ không thể mãi mãi như thế, chắc chắn sẽ có lúc này lúc khác.

Bạn phải thật cẩn thận không chỉ sau một lệnh thua mà cả một lệnh thắng. Lệnh thua làm bạn nổi lòng tham và điên cuồng muốn trả thù thị trường còn lệnh thắng cũng sẽ khiến bạn nổi lòng tham và quá tự tin. Trong thực tế phần lớn các trader khi mới bắt đầu có thể trade rất tốt nhưng nó cũng khiến họ quá tự tin và thiếu cẩn trọng. Nhận thức của họ về sự rủi ro rất lớn của thị trường cũng vì đó mà giảm đi sau một vài lệnh thắng. Và họ làm những việc ngốc nghếch như tăng khối lượng và số lượng giao dịch. Đó là lý do mà sau đó gần như các bạn lại trả lại toàn bộ lợi nhuận và thậm chí là cháy tài khoản.

Bạn phải luôn duy trì sự kỷ luật của mình và tỉnh táo đối mặt với những cảm xúc đang thay đổi trong con người sau mỗi lệnh thua và lệnh thắng. Đó mới là chìa khóa quyết định cho việc giao dịch thắng lợi hay không KỶ LUẬT THÉP. Đừng bao giờ thay đổi chiến thuật giao dịch mà hãy thay đổi cách nghĩ, cảm xúc đối với công việc giao dịch. Bạn nên giữ tỉ lệ risk ở mức cố định cho đến khi tài khoản gấp hai hoặc thậm chí là ba lần chèn mới tăng lên. Ví dụ như bạn mở một tài khoản và bắt đầu giao dịch. Bạn chấp nhận một lệnh thua mất 10USD thì dù tài khoản bạn đã nhân lên gấp rưỡi thì vẫn giữ mức rủi ro là 10USD cho đến khi tài khoản nhân lên 2 lần thì sẽ tăng mức thua lỗ lên là 20USD. Nhiều trader thường mắc lỗi khi chỉ sau một vài lệnh thắng đã tăng rủi ro thua lỗ vì nghĩ rằng ta đã có chút lời “bảo kê” rồi, nhưng điều đó là rất nguy hiểm.

## **Tự tin**

Sự tự tin là một điều tốt và rất quan trọng. Nó khác hẳn với sự quá tự tin vì quá tự tin đi đôi với việc cầu thả, không sáng suốt, tỉnh táo...

Người giao dịch thành công xây dựng cho mình sự tự tin bằng cách kiên trì với phương pháp mình theo đuổi, nhưng quan trọng là họ cảm thấy phương pháp đó hay và có thể đem lại sự thành công cho bản thân, một khi chưa thành công thì họ sẽ cố gắng hoàn thiện hơn nữa phương pháp của họ. Hãy luôn bám chặt vào phương pháp giao dịch và xem lại bản thân đã hết sức kỷ luật và theo đúng như những gì mình đã học hay chưa. Sự tự tin là khi bạn xem mọi thứ là bình thường và trong sự kiểm soát của bạn. Bạn thua lỗ thấy bình thường, thắng lợi không phần khích và biết khi nào nên dừng lại và khi nào nên hành động.

Bạn sẽ có được sự tự tin trong công việc giao dịch thực tế bằng cách kiên trì theo đến cùng phương pháp giao dịch của mình và thực hiện nghiêm túc quy tắc, kế hoạch giao dịch của mình. Đến một lúc mà đám đông cứ nháo nhào theo thị trường và đi đâu cũng thấy bàn tán “Thị trường ảm đạm” “đắm máu” “giảm thấp kỷ lục”... thì bạn vẫn có lợi nhuận đều đặn trong mọi hoàn cảnh.

## **Check list**

Bằng cách dùng check list và kế hoạch giao dịch, bạn sẽ không phải nhìn quá nhiều vào biểu đồ để tìm kiếm setup giao dịch và những mẫu hình thích hợp, từ đó cũng sẽ bớt căng thẳng hơn. Có một check list do bản thân lập ra và thấy phù hợp thì sẽ làm tăng sự kỷ luật trong giao dịch của bạn lên rất nhiều, sự tự tin từ đó cũng được củng cố. Qua đó nó cũng hình thành nên những thói quen giao dịch tốt.

## **Kỷ luật**

Người giao dịch phải vào lệnh khi có tín hiệu giao dịch và tính toán điểm cắt lỗ cũng như khả năng về tỉ lệ lợi nhuận nhận được. Nếu không là một tín hiệu nào có trong từ điển kiến thức của mình thì không vào lệnh. Tuyệt đối không đi lệch hướng phương pháp giao dịch mà bạn đã học. Phương pháp giao dịch price action mà chúng ta học rất tuyệt vời nhưng khả năng sử dụng phương pháp đó là ở chúng ta. Khả năng sử dụng phương pháp nó như một con dao cùn vậy. Chúng ta cần phải mài dũa để nó ngày càng trở nên sắc bén hơn.

## **Sự tập trung**

Nhiều bạn cứ muốn giao dịch với nhóm vì cho rằng kinh doanh phải có đội nhóm thì mới thành công. Đúng, nhưng giao dịch không hẳn là việc kinh doanh truyền thống và với những nhà đầu tư cá nhân như chúng ta thì nó không thể là một trò chơi của tập thể. Vì vậy, bạn nên tránh những ảnh hưởng từ những lời nói và những suy nghĩ của bạn bè và người thân xung quanh. Đừng cố gắng học thật nhiều hệ thống, biết thật nhiều chỉ báo, nó chỉ làm bạn chẳng đi đến đâu cả. Phần lớn trader bị thôi thúc bởi việc nghiên cứu và học hỏi rất nhiều thứ, ở phương diện nào đó thì tốt nhưng với việc giao dịch thì không, bạn hãy nhớ câu nói nổi tiếng của Lý Tiểu Long “Tôi sợ đối thủ tập một cú đấm 10000 lần hơn là đối thủ tập 10000 cú đấm khác nhau”. Đôi khi chỉ một vài lệnh thua họ đã nghĩ hệ thống giao dịch của họ có vấn đề mà không hề cho rằng lỗi là ở bản thân.

Lướt internet tìm đủ thứ thông tin, kiến thức, đọc đủ loại sách, nghi ngờ về những kiến thức và những gì mình đã làm là dấu hiệu cho thấy bạn đang thiếu tập trung.

## **Sự kiên nhẫn**

Một trong những việc làm đã khiến tôi giao dịch tốt hơn đó là chậm lại và ngừng tham lam, để làm được điều đó không hề đơn giản và bạn phải kiên nhẫn. Nếu chúng ta có một khoản tiền và đầu tư sinh lãi 10% một năm có lẽ là đã có lời và chống được lạm phát. Vì vậy mà nếu như việc giao dịch chúng ta có thể lời 5%/tháng đã là một thành công lớn vì một năm trung bình ta có lãi là 60%.Ồ! Thật tuyệt vời. Thế nhưng nhiều người tham vọng một tháng phải ăn ít nhất 15% hay thậm chí với một tài khoản 1000USD mà muốn kiếm 100USD một ngày. Vâng, tài khoản bốc hơi trong một ngày đẹp trời là chuyện tất yếu.

Để luyện sự kiên nhẫn thì tốt nhất ta giao dịch các khung thời gian cao như từ H4 trở lên. Trước hết là bạn sẽ thấy được bức tranh toàn cảnh của thị trường và tránh khỏi việc lao vào giao dịch quá nhiều.

Hãy xem bản thân như là một người lính bắn tỉa. Chờ đợi, chờ đợi và chờ đợi. Đôi khi có ngày hoặc có tuần mà chúng ta không thể giao dịch vì không có tín hiệu phù hợp và đó là chuyện bình thường, đừng đặt mục tiêu ngày kiếm bao nhiêu tiền, ý nghĩ ấy sẽ giết chết bạn.

Sự kiên nhẫn cũng sẽ làm công việc giao dịch của chúng ta trở nên chủ động hơn và nó sẽ dần trở thành một thói quen. Chỉ khi bạn giao dịch một cách kiên nhẫn thì bạn mới thấy mình là một con người khôn ngoan hơn. Bạn chỉ cần vài giao dịch tốt cũng là quá đủ cho một tháng thành công. Bạn sẽ học cách đứng ngoài thị trường khi cần thiết chứ không phải cứ nhìn biểu đồ là phải vào lệnh cho bằng được. Nó sẽ không giống như những người giao dịch kiệt quệ và nản lòng với việc suốt ngày dán mắt vào biểu đồ và mất phương hướng như một con ma sống không bao giờ biết dừng lại và giao dịch ít đi.

### **Sự kiên định**

Hãy giữ cho công việc giao dịch trở nên đơn giản và luôn theo quy tắc thì bạn sẽ kiếm được tiền. Lợi nhuận có thể thay đổi khác nhau và thậm chí có tuần có tháng chúng ta sẽ lỗ một ít nhưng không thành vấn đề. Hãy bền bỉ theo phương pháp giao dịch và những quy tắc bạn cho là hợp lý. Điều bất ngờ sẽ đến với bạn qua một thời gian dài và thời gian sẽ chứng minh cho bạn thấy điều đó.