

# Giao dịch là cuộc chơi của người biết thua – Tư duy sống sót trong trading

Lê Công Tráng

2025-04-06

## **Không ai nói bạn điều này khi bạn mới bước chân vào thị trường**

Hầu hết mọi người bước vào giao dịch tài chính (crypto, forex, chứng khoán...) với một ước mơ đẹp:

- Kiếm tiền mỗi ngày
- Tự do tài chính
- Được làm chủ thời gian
- Đánh bại thị trường

Nhưng ít ai nói với bạn rằng:

**Bạn sẽ thua. Rất nhiều. Và rất thường xuyên.**

Không phải vì bạn ngu.

Không phải vì thị trường chơi xấu.

Không phải vì bạn thiếu chỉ báo.

**Mà vì bạn chưa hiểu nguyên tắc cốt lõi của trò chơi này.**

---

## **NGƯỜI BIẾT THUA ĐÚNG CÁCH SẼ LÀ NGƯỜI THẮNG LÂU DÀI**

Đây là tư tưởng nền tảng:

> **Giao dịch không phải trò chơi của người thắng nhiều.**

> **Giao dịch là cuộc chơi của người biết thua một cách đúng đắn.**

Tại sao?

- Vì **ngay cả trader giỏi cũng chỉ thắng 30%–50% số lệnh**
- Vì thị trường thường xuyên thay đổi trạng thái
- Vì không ai đoán được tương lai

# TÂM LÝ SAI LẦM CỦA TRADER MỚI

Người mới rất sợ một điều: **Thừa nhận mình sai.**

Họ thường:

- Giữ lệnh lỗ vì “hy vọng nó sẽ quay đầu”
- Dời stoploss vì “chắc sắp hồi”
- Trung bình giá khi đang âm để “cải thiện entry”
- Tránh cắt lỗ để khỏi bị... tổn thương lòng tự trọng

→ Đây là **tâm lý bảo vệ cái tôi**, không phải tư duy giao dịch.

Hậu quả?

- Một lệnh lỗ nhỏ → trở thành lỗ to
  - Một quyết định sai → xóa sạch tài khoản
- 

## 90% TRADER THUA LỖ VÌ HỌ MƠ MỘNG

Dưới đây là 3 lý do phổ biến nhất khiến người giao dịch thất bại:

### 1. Không hiểu họ đang làm gì

- Không biết “tại sao vào lệnh”
- Không biết khi nào nên thoát
- Không có kế hoạch cụ thể cho từng giao dịch

### 2. Dễ bị dụ

- Nghe tip, tín hiệu từ người khác
- Tin vào những hệ thống “bí mật”
- Dùng indicator như “thần chú” mà không hiểu bản chất

### 3. Lười kiểm chứng

- Không kiểm tra hệ thống bằng dữ liệu thật
  - Không đo kỳ vọng lợi nhuận (expectancy)
  - Không tính risk-reward rõ ràng
- 

## EXPECTANCY – TÂM ĐIỂM CỦA TƯ DUY TRADER CHUYÊN NGHIỆP

Đây là công thức của một hệ thống giao dịch có thể sống lâu:

$Expectancy = (Tỷ\ lệ\ thắng \times Lãi\ trung\ bình) - (Tỷ\ lệ\ thua \times Lỗ\ trung\ bình)$

Nếu kết quả  $> 0$  → Hệ thống có thể tạo lợi nhuận về lâu dài.

Nếu  $< 0$  → Dù bạn có tâm lý thép, vẫn cháy tài khoản.

Đa số trader không bao giờ đo được expectancy → nên họ trade mù quáng trong một hệ thống lỗ.

---

### 3 TRỤ CỘT BẤT BIẾN CỦA GIAO DỊCH

Không cần 100 indicator.

Không cần “bí quyết chém gió”.

Bạn chỉ cần **cân bằng 3 yếu tố** sau:

Thành phần	Mục tiêu
Phương pháp	Có logic rõ ràng, có setup, có edge, có thể đo lường được
Quản lý vốn	Biết mình có thể thua bao nhiêu, giới hạn rủi ro mỗi lệnh
Tâm lý	Kỷ luật với hệ thống, không phá luật khi thắng hoặc thua

Nếu bạn bỏ qua bất kỳ trụ nào, bạn sẽ sụp đổ khi thị trường đảo chiều.

---

### LỖI TƯ DUY PHỔ BIẾN CỦA TRADER TRONG 3 NĂM ĐẦU

#### Năm 1: Giao dịch cảm tính

- Nghe theo người khác
- Trade theo tin tức
- Không có stoploss
- Không có kế hoạch

#### Năm 2: Ảo tưởng có kiến thức

- Tin vào indicator thần thánh
- Dùng hàng chục chỉ báo cùng lúc
- Thích dự đoán đỉnh đáy
- Giao dịch theo cảm hứng

#### Năm 3: Thua lâu đến nỗi tưởng là do tâm lý

- Bắt đầu nghĩ mình thua vì “tâm lý yếu”
- Quên mất rằng hệ thống chưa hề có edge
- Loay hoay đổi chiến lược liên tục
- Vẫn không đo được expectancy

---

### LÀM SAO VÀO NHÓM 10% TRADER SỐNG ĐƯỢC?

1. Chấp nhận lệnh thua như một phần bình thường của công việc
2. Đo expectancy của hệ thống đang dùng

3. Nếu không có edge  $\rightarrow$  dừng trade ngay để sửa
  4. Làm lại từ đơn giản: kế hoạch, risk, entry/exit rõ ràng
  5. Tập trung vào QUY TRÌNH – không phải lợi nhuận
- 

## TỔNG KẾT – CHƠI LÂU KHÔNG DÀNH CHO NGƯỜI THẮNG GIỎI, MÀ CHO NGƯỜI BIẾT THUA

Thua đúng = Cắt lỗ sớm, không gồng, không phá luật

Thắng đúng = Không chốt non, để lời chạy

Kỷ luật = Dù thắng hay thua cũng theo đúng kế hoạch

Hãy nhớ:

- Giao dịch là công việc lặp đi lặp lại, nhàm chán
  - Nhưng sự nhàm chán có kỷ luật là cách duy nhất để thành công dài hạn
- 

*Nếu bạn đọc đến đây, có thể bạn đã sẵn sàng để ngưng mơ mộng và thật sự bắt đầu.*