

# Nguyên tắc 2: Chuẩn bị tâm lý và tài chính – Sống sót trước, thắng sau

Lê Công Tráng

2025-04-06

*“Giao dịch thành công không bắt đầu từ việc đoán đúng, mà từ việc chuẩn bị kỹ càng cho điều tệ nhất.”*

Trong trading, hầu hết trader mới đều tập trung vào việc “tìm điểm vào lệnh ngon”, nhưng lại **quên mất phần quan trọng nhất**: chuẩn bị tâm lý và quản lý tài chính. Đây là yếu tố then chốt giúp bạn **tồn tại lâu dài** và sẵn sàng để thắng khi cơ hội thực sự đến.

---

## Phần 1: Tâm lý giao dịch – Khi thua là chuyện bình thường

### 1. Bạn sẽ thua – hãy chấp nhận sự thật đó

Không có hệ thống nào thắng mãi. Kể cả trader huyền thoại cũng có chuỗi thua. Việc bạn **chấp nhận được thua lỗ một cách bình thường** sẽ giúp bạn giữ được lý trí khi mọi thứ đi ngược lại kế hoạch.

“Thắng không khiến bạn giỏi, thua không khiến bạn tệ – cách bạn phản ứng với cả hai mới là yếu tố quyết định.”

### 2. Thua liên tiếp có thể làm bạn “vỡ trận” nếu không vững tâm lý

- Trader vào lệnh tốt, nhưng sau 5 lệnh thua liên thì bỏ hệ thống → mất lợi thế thống kê.
- Một số người bắt đầu **revenge trade** để gỡ lại → càng thua nhiều hơn.

**Giải pháp:** Luôn nghĩ theo xác suất. Nếu hệ thống của bạn có winrate 50%, thì 5 lệnh thua liên tiếp hoàn toàn có thể xảy ra trong 100 lệnh. Đừng sụp đổ vì một chuỗi nhỏ.

---

## Phần 2: Tài chính – Quản lý vốn để sống sót

### 1. Bao nhiêu tiền bạn sẵn sàng chấp nhận mất?

- Không nên dùng tiền vay, tiền cần gấp, tiền học phí, tiền ăn để trade.
- Hãy xác định rõ: **đây là số tiền tôi chấp nhận rủi ro để học và cải thiện kỹ năng.**

## 2. Rủi ro bao nhiêu mỗi lệnh là hợp lý?

Nguyên tắc chung: rủi ro **0.5% – 2%** tài khoản mỗi lệnh

Tài khoản	Rủi ro 1%	Số lệnh thua liên tiếp có thể chịu được
\$1,000	\$10	50 lệnh thua liên tiếp vẫn còn ~\$600
\$5,000	\$50	20 lệnh thua liên tiếp còn ~\$4,000

## 3. Tài khoản demo và tài khoản thật: Cần chuẩn bị khác nhau

- **Demo** giúp bạn luyện quy trình.
- **Tài khoản thật** giúp bạn luyện tâm lý, kiểm soát cảm xúc.

Đừng xem nhẹ tâm lý khi chuyển từ demo sang real – bạn sẽ thấy mình hành xử rất khác khi có tiền thật trên bàn.

## Kết hợp tâm lý + tài chính = nền móng vững chắc

- Trader thắng dài hạn là người **biết thua hợp lý**, không phải người **không bao giờ thua**.
- Khi bạn có chuẩn bị, bạn sẽ không bị bất ngờ, và bạn sẽ không bị cảm xúc điều khiển hành động.
- Cũng giống như võ sĩ chuyên nghiệp luôn luyện đòn đỡ trước khi luyện đòn tấn công – bạn cần chuẩn bị để **sống sót** trước khi nghĩ đến **chiến thắng**.

## Checklist chuẩn bị trước khi bắt đầu trading thực sự

- ☐ Tôi đã xác định rõ số vốn tôi chấp nhận rủi ro?
- ☐ Tôi có hệ thống quản lý vốn cụ thể (risk % mỗi lệnh)?
- ☐ Tôi có kế hoạch hành động khi thua 3–5 lệnh liên tiếp?
- ☐ Tôi chấp nhận thua như một phần tự nhiên của trading?
- ☐ Tôi đã backtest đủ để tin vào hệ thống?

“Tâm lý và quản lý vốn không phải là phụ kiện – chúng là nền móng của một trader thực sự.”