

checklist

before trade

Чувствую ли я тревожность? *(напряженность, нервозность, ожидание худшего, беспокойство)*

- ☐ Да
☐ Нет

Испытываю ли я жадность? *(завышение риска, желание отыгаться, вход в позицию после упущенного по ТС входа)*

- ☐ Да
☐ Нет

Соответствует ли позиция всем критериям моей ТС?

- ☐ Да
☐ Нет

Заиклен ли я на торговом сценарии? *(я хочу оказаться правым или заработать?)*

- ☐ Да
☐ Нет

Заметки:

after trade

Моя позиция закрыта в соответствии с планом?

- ☐ Да
☐ Нет

Чувствую ли я снижение или повышение настроения? *(готов ли я торговать дальше?)*

- ☐ Да
☐ Нет

Заметки:

revision

Какие чувства привели к решениям, которые были приняты или действиям, которые были сделаны?

Ответ:

Как я буду вести себя в будущем, когда столкнусь с теми же обстоятельствами?

Ответ: