

Что делать, когда дела идут из рук вон плохо?

Читатели, которые имеют опыт практической работы на рынке, начинали с того, что сталкивались с вопросом: «Что делать, когда дела идут из рук вон плохо?». Новичкам это, безусловно, еще предстоит. Потому что это – один из самых важных для трейдера психологических вопросов.



Опрос показал

Давайте для начала разберемся, что такое «из рук вон плохо» – в понимании трейдера. Опрос трейдеров на эту тему был проведен на форуме UndergroundTrader.com. Вот неполный перечень ответов:

- «Купил слишком высоко».
- «Не вышел по стопу».
- «Потерял слишком много денег, не смог получить достаточно прибыли».
- «Какая-то внешняя сила помешала мне выйти по стопу, а теперь моя бумага далеко-далеко внизу».
- «Постоянно нахожусь в состоянии сильнейшего стресса».
- «Попытался выйти из трейда, а связь с брокером нарушена».

- «Открыл длинную позицию на максимуме».
- «Чувствую депрессию, другие делают деньги, а я – нет».
- «Веду себя неправильно, но ничего не могу с собой поделать».
- «Не остановился, когда достиг дневной цели, продолжал торговать, все упустил, закончил день с минусом \$15,000».
- «У меня уже две недели только отрицательные трейды, я просто с ума схожу».
- «Повторяю одни и те же ошибки».
- «Неудачные трейды повлияли на принятие решений в последующих».

И это лишь малая толика. Все это мы испытывали сами неоднократно. И это все очень серьезно. Американская ассоциация

психиатров считает «синдром дэйтрейдера» расстройством, вызывающим привыкание. А в широкой публике в то же время культивируется представление о трейдинге как наиболее простом способе заработать. Такими голословными заявлениями полны разнообразные чаты и форумы по трейдингу – с непременным упором на «удачу», «догадку», «везение» и т.д. Все эти форумы, как мы отлично знаем, созданы исключительно для привлечения новых клиентов.

И эти новые клиенты приходят, начинают торговать, ничему толком не научившись, и продолжают торговать, несмотря на потери в деньгах и в жизни. Просто потому, что в этих форумах и чатах им твердят: *завтра все должно измениться*.

Но завтра ничего не меняется. И послезавтра тоже. В конце концов единственным изменением становится то, что еще один «трейдер» теряет весь свой капитал и покидает рынок. Отчасти такой результат случается из-за отсутствия образования и должного обучения. Дэйтрейдинг – это профессия. Ну, в крайнем случае, занятие. В нем нельзя преуспеть без серьезных усилий.

Теперь со всеми этими соображениями «в уме» давайте снова рассмотрим приведенные выше ответы опроса и рассортируем их по степени «серьезности».

Технические проблемы

Технические проблемы мы квалифицируем как наименее серьезные. К этой категории отнесем ответы типа «компьютер завис», «оборвалась связь с брокером», «электричество отключили» и тому подобное. Отметим, что эти проблемы по своей природе непредсказуемы и случайны. Они могут вызывать неопределенность, мгновенную растерянность, существенные потери и т.д., но способы преодоления такого рода проблем просты и очевидны:

- всегда имейте резервные каналы и системы;
- учитывая стоимость компьютерной техники и инфраструктуры сегодня, совершенно непристительно иметь компьютер с недостаточной оперативной памятью, сеть с недостаточной пропускной способностью и т.п.;
- помните, что потери даже на единственной сделке могут легко перевесить стоимость всего оборудования, необходимого для трейдинга.

Проблемы метода

Следующая категория проблем – проблемы метода. Сюда относятся случаи, когда трейдер не имеет четкого плана или торгует импульсивно, или не знает, что ему делать, почему и т.д. Все эти проблемы связаны с отсутствием метода или набора методов.

Что такое метод в самом общем виде? Это нечто, что выдает сигналы, которые инструктируют трейдера поступать тем или иным образом. И здесь мы сразу сталкиваемся с самой первой проблемой метода. Дело в том, что метод сам порождает напряженность между вашим стремлением к независимости и зависимостью от метода.

Торговля без метода и плана часто обозначает ситуацию, когда трейдер полагает, что он чувствует рынок и может торговать на основе этого чувства, инстинкта или интуиции. Иногда такая ситуация, если в нее вникнуть поглубже, означает, что трейдер в действительности следует некоему методу, но просто не идентифицирует его.

Но, к сожалению, гораздо чаще игнорирование метода и плана есть производная от очень опасного заблуждения трейдера: «я знаю это лучше, чем рынок». Трейдеры с таким стереотипом очень быстро расстаются со своим капиталом.

В основе подобных заблуждений лежит весьма распространенная психология «предвидения». «Предвидение» рождает «веру», вера задает эмоциональную предопределенность, а она, в свою очередь, рождает отрицание реальности. В конце этого процесса только одна реальность доходит до трейдера – нет денег на счете.

Итак, как бороться с отсутствием метода? Заполучить метод. В самом общем смысле. Выбор стороны трейда по цвету выпавшей карты – это уже метод. Сделки, которые вы видите во сне, – отличный метод. Мне лично известны только успешные применения этого метода. Во вторник делать все наоборот тому, что вы делали в понедельник, – это тоже метод. Торговля по упоминаниям диктора CNBC Марии Бартиромо – это, безусловно, метод (в том смысле, что ему следует огромное количество людей в США).

Методам несть числа. Вы должны прежде всего убедиться, что у вас есть метод. Может быть, у вас слишком много методов. Может быть, вам активно не нравятся методы, которые вы использовали до

сих пор. В любом случае вам не избежать вопроса о методе. Вы обязаны иметь метод. Только одно это уже разрешит много проблем в нашем списке возможных катастроф.

Далее. Вам нужен метод, который вам подходит. Например, вы хотите покупать акции и получать многодолларовые прибыли, скальп вам определенно не подходит. Может быть, торговля в недельном интервале больше подойдет вашей цели.

В любом случае вы сначала должны решить задачу поиска метода и затем приступить к его изучению. Вы должны понять метод и те основания, по которым вы используете его. Почему он работает, и как вы узнаете, что он не работает. Это все равно, что научиться использовать главный инструмент в вашей профессии.

Ваш метод может представлять собой комбинацию из нескольких – это нормально. Главное – иметь метод и знать его вдоль и поперек. Знать, когда метод будет служить вам, и когда – нет.

Следование методу

Пора перейти к следующей категории проблем – проблеме следования методу. Эта проблема посерьезней двух предыдущих. Начнем ее опять с опроса трейдеров: «Что мешает вам следовать методу?». Типичные ответы (в скобках – наши комментарии):

- эмоции (невозможность следовать методу из-за страха или жадности);
- знание рынка лучше метода;
- неверие в метод (конкретный метод не подходит конкретному трейдеру);
- торговля вне метода (знание рынка лучше метода);
- производный сдвиг стопа/цели (установка стопа/цели в зависимости от психологического комфорта, а не реальностей рынка или указаний метода, что по сути одно и то же);
- вход по методу, но выход раньше, в опасении разворота (знание рынка лучше метода + жадность + страх);

- невыход по сигналу метода из-за внешних причин.

Очевидно, что одна и та же причина заставляет трейдера торговать вне метода, перескакивать с одного метода на другой в пределах одной сделки, использовать метод лишь частично (только для входа или выхода) и масса вариаций. Мы же можем сформулировать вопрос просто и ясно: «Почему трейдер не следует методу, который он сам выбрал?». Сюда же нужно добавить проблему зависимости (нежелание зависеть от метода) и «звездную болезнь» (знание рынка лучше метода).

Проблема предвидения

Наконец, большинство трудностей – в проблеме предвидения.

Незная природа будущего, страх перед ним мотивируют внесознательные механизмы «знания» будущего, психологию предвидения. Предвидение ведет к вере, вера – к выборочной фильтрации восприятия и внимания. Вера всегда ищет и находит подтверждения. Она не нуждается в опровержениях и не терпит их. Она никогда не спрашивает, что может остановить вашу веру. Когда вы начинаете во что-либо верить, вы сами запускаете неизбежный процесс отрицания реальности: «Да, цена упала ниже моего стопа, но она обязательно вернется»; «Да, цена достигла цели, но она должна подняться еще»; «Да, метод советует войти в короткую позицию, но, смотри, цена идет вверх и я чувствую, что она должна идти вверх».

Вы начинаете верить в то, что должно произойти. Вы начинаете предвидеть.

Большее предвидение рождает большую веру, замыкая этот порочный круг. И по мере того, как расхождение между тем, что в действительности происходит, и тем, что вы делаете, увеличивается, – определенность превращается в надежду, и эта надежда порождает фантазии о том, что произойдет (опять предвидение).

Затем надежда перерождается в страх, страх рождает отчаяние, и в состоянии отчаяния вы, наконец, действуете. Как правило, в состоянии отчаяния вы выполняете самое неудачное действие из всех возможных – например, закрываете длинную позицию в самой нижней точке.

Почему? Просто потому, что вы на этом болезненном пути не один, и потому, что порог отчаяния оказывается примерно равным у самых разных людей.

Именно в этот момент ваш метод начинает сигнализировать, что нужно отрывать длинную позицию. Но вы не в состоянии ее открыть, потому что только что потерпели страшное поражение. Вы не можете действовать в соответствии с раздающимися сигналами. Вы полностью парализованы.

Предвидение – одна из серьезных проблем, которые крайне тяжело преодолеть. Предвидение лежит в основе почти всех трудностей в следовании методу. В состоянии страха вы боитесь того, что может произойти. Когда вы надеетесь на что-либо, у вас появляется уверенность, что это произойдет...

Таким образом, неследование методу в своей основе содержит отход от настоящего и заикливание на прошлом («опять то же самое, такая же убыточная сделка, как и вчера») или будущем («нет, сейчас выходить нельзя, цена обязательно пойдет вверх»). Все, что помогает вам поддерживать внимание (и, надеюсь, действие) сфокусированным на настоящем, является лекарством от данной проблемы.

Лекарство от проблем

Многие разработаны методы, которые в своей комбинации всегда информируют трейдера о том, где он находится сейчас. И которые однозначно говорят, что трейдер должен делать сейчас. Ничего большего от метода требовать нельзя. Метод лишь может делать свою работу. Делать ее бесстрастно и без всех ваших личных

проблем. Поэтому вы должны подчинить себя методу.

Существует много эго-структур и функций, которые испытывают огромный дискомфорт от такого рода подчинения. И много глубоких психологических проблем. Поэтому «следуй методу!» гораздо проще сказать, чем сделать.

Вы можете иметь самый лучший метод на свете (я уверен, что все методы, которыми вы пользуетесь, очень хороши) – но все равно будете испытывать серьезные проблемы при следовании своему методу. Вы должны четко осознать, что все ваши психологические проблемы неизбежно повлияют на ваш результат в трейдинге.

Как мы знаем, большинство трейдеров разоряются. Причины этого просты. Отсутствие плана, метода, плохой money-management, неследование методу и т.д. Но основа всех этих причин почти всегда чисто психологическая. Образование, изучение метода помогут преодолеть только 50% проблем следования методу. Остальные лежат в области персональной психологии, и с ними столкнется каждый трейдер. **BC**

Александр Брюзгин