



# Ежедневные задачи мастер-трейдеров





## ЕЖЕДНЕВНЫЕ ЗАДАЧИ МАСТЕР-ТРЕЙДЕРОВ

Становление топ-трейдером это путешествие.

Для большинства начинающих трейдеров впереди годы борьбы и напряженной работы. Рынок вновь и вновь будет пинать вас под зад (скорее всего, сразу после того, как вы думаете, что наконец-то, «вот оно»), и только с помощью упорной решимости и силы воли вы сможете в итоге добраться до своей цели.

Но хорошая новость заключается в том, что это сражение можно выиграть. И когда вы сделаете это, пряник будет большим.

В этом уроке мы рассмотрим ежедневные торговые процедуры, определенные доктором Ван К. Тарпом, как 12 Главных Задач Торговли. Как сказал военный философ Сунь-цзы, большинство сражений выигрываются до их начала, на этапе подготовки. Торговля ничем не отличается.

Здесь вы узнаете, как объединить и конденсировать всё, чему вы научились на протяжении этого курса, в практические шаги, которым вы можете следовать ежедневно на пути к торговому успеху.

(Примечание: Я беззастенчиво позаимствовал тему этого урока (с разрешения) у Ван Тарпа и применил её конкретно для торговли на Форексе. Я рассматриваю этот вопрос, как очень важный для эффективной торговли. Любые ошибки или упущения, конечно, мои собственные.)

### Как были разработаны ежедневные задачи

*«Ежедневные задачи соответствуют метафоре охотника, хищника, воина». - Ван Тарп, Маг Рынка*

Ван Тарп считается экспертом моделирования. За свою карьеру он выделил общие знаменатели успеха самых различных торговых стилей.

Это привело его к разработке ментальной карты повседневной деятельности мастер трейдеров. Часто эти трейдеры не осознают, что они делают для успеха. Они встают, едят, торгуют, едят, спят и т.д., по своим представлениям. Но путем тщательного тестирования и наблюдения, в конце концов, узнают вещи, которые они делают отлично от других трейдеров, теряющих на рынке.

Вот они:

## Главные задачи торговли

1. Ежедневный самоанализ
2. Ежедневная мысленная репетиция
3. Фокусировка и намерение
4. Разработка идеи с низким уровнем риска
5. Сталкинг
6. Действие
7. Мониторинг
8. Прерывание
9. Фиксация прибыли
10. Ежедневный дебрифинг
11. Периодический обзор

Эти задачи должны формировать ежедневную процедуру, применимую ко всем трейдерам, независимо от валютной пары или таймфрейма. Долгосрочные трейдеры не исключение, хотя для них это не обязательно должно быть ежедневным делом. Те, кто мониторит сделки один раз в неделю, могут проводить этот процесс один раз в неделю.

### Задача №1: Самоанализ

Ваша результативность как трейдера является прямым отражением вашего уровня умения владеть собой. Чем более вы самоосознаны, тем больше ваша способность действовать в сложных рыночных условиях.

Чрезмерно эмоциональные или высокомерные трейдеры имеют проблемы со своей стабильностью на рынках. Они, как правило, делают ошибки и упускают возможности, встречающиеся на пути. В отличие от этого самоосознанный трейдер существует в настоящий момент, свободный от страха и жадности. Осознанный трейдер способен принимать решения с открытым разумом.

Торговый день должен начинаться с оценки вашего торгового состояния. Это может быть период самоанализа или медитации, когда фокусируетесь внутри себя, и обращаете внимание на то, что происходит внутри. Это может также быть процесс самооценки, когда вы ставите себе оценку из 7 баллов. Если вы слишком низко или слишком высоко, необходимо медитировать (или сосредоточиться), пока не перейдете в более уравновешенное состояние. В идеале, нужно находиться около 5.

Вы также можете обнаружить, что определенные «части» внутри вас будут активны в определенные дни, и будут вмешиваться в вашу торговлю. Если вы научитесь замечать «мысли и чувства» этих частей, вы можете предоставить то, что им нужно, вне торговли.

**Потратьте 15-30 минут в день на медитацию, или спокойный самоанализ. Проведите самооценку.**

Для более подробной информации посетите урок 16 и урок 17.

### Задача № 2: Мысленная репетиция

Поскольку рынок подбрасывает вам самые разнообразные обстоятельства, может быть очень

полезным мысленно репетировать, как вы идеально действуете торговле. Такую репетицию можно проводить перед торговлей или накануне вечером.

Концепция мысленной репетиции позаимствована из спорта высоких результатов, где было обнаружено, что элитные спортсмены - самые лучшие в своей области – предварительно визуализируют свои соревнования в полном объеме. Они репетируют совершенное исполнение перед своим мысленным взором, что приводит к увеличению результативности во время реального события. Эта репетиция позволяет им заранее планировать свою реакцию на возможные сценарии, чтобы предвидеть проблемы и выработать решения, и чтобы правильная реакция стала автоматической.

Трейдерам следует визуализировать себя, хладнокровно и спокойно следующему своим правилам. Может быть полезным учитывать предстоящие новостные события на следующий день. Если есть важная новость, вроде NFP, то вам нужно отрепетировать свой план с учетом этого. Отрепетируйте лучший худший сценарии, и вы будете в милях впереди толпы, если случится что-то неожиданное.

Полезно репетировать свои планы на случай непредвиденных обстоятельств (из урока 14), и как вы бы воспользовались событием на рынке уровня «Чёрный лебедь».

**Прорепетируйте дневную торговлю 5-10 раз - или ночью, или непосредственно перед началом торговли. Если вы интрадневный трейдер, может быть полезным отрепетировать каждую сделку, которую вы планируете взять.**

Для дополнительной информации посетите урок 17 и урок 14.

### **Задача № 3: Фокусировка и намерение**

Топ-трейдеры имеют острый как бритва акцент на деятельности, приводящей к достижению их целей. Для пиковой результативности очень важно найти время, чтобы переориентировать себя в сторону своих целей, и задать позитивный настрой на то, чего вы хотите добиться от торгового дня.

Часто бывает, когда трейдеры теряют из виду свои задачи, что закрадываются ошибки, и они склонны рано фиксировать прибыль или давать убыткам работать на основе рыночного шума. Положительный настрой сбрасывает негатив и приводит подсознание в соответствие с тем, что вы планируете достичь. Вы также можете найти полезным пересмотр резюме своей торговой философии, чтобы держать свежими в голове свои торговые принципы.

После пересмотра своей цели, не нужно фокусироваться на ней. Вместо этого вы должны расслабиться. Отключитесь от цели, и направьте свое внимание на деятельность, определенную в торговом плане, которая ведет к достижению цели. Для начала торговли вам нужно находиться в подобном «зональном» состоянии.

**Пересмотрите свои долгосрочные и краткосрочные цели, и свою торговую философию (манифест). Затем создайте позитивный настрой на торговый день. После этого абстрагируйтесь от цели, и сфокусируйтесь на выполнении плана. Когда вы приступаете к обзору рынка, вы будете более способны сохранять это «зональное» состояние.**

Для получения дополнительной информации посетите Урок 3, Урок 6, Урок 15, Урок 16, и Урок 17.

### **Задача № 4: Разработка идеи с низким риском**

Многие трейдеры путают анализ рынка с разработкой идеи с низким риском. Они тратят много



времени и энергии на анализ рынка, а затем пытаются «вписать» рынок в свои предвзятые представления. Доктор Тарп называет это «построением соломенного дома», дающий комфорт трейдеру, но избегающий важных проблем. Вспомните свои сказки - насколько прочен был этот соломенный дом на самом деле?

Концепция разработки идеи с низким риском служит объективом или основой вокруг рыночного анализа, что более полезно для трейдера. Ваш анализ рынка служит одной единственной цели: найти возможности с низким уровнем риска, чтобы заработать деньги. Речь не о том, чтобы быть правым, и не о каких-то красивых линиях на графике. Как сказал один Маг Рынка, торговля этом не мир сраных фантазий.

Когда вы разрабатываете идею с низким риском, вы ищете возможности открыть сделку, соответствующие вашей модели выбора размера позиции. Вы ищете желательный риск/профит. Предпочтительно 3:1 и больше, хотя это будет зависеть от вашего торгового таймфрейма.

Эти идеи, как правило, будут относительно простыми, но это не означает, что их легко получить. Создание простой и прибыльной торговой идеи может потребовать нетипичного восприятия, на что в свою очередь необходимо время и развитие тонко настроенной интуиции.

Доктор Тарп делит эту задачу на три основные подзадачи:

- Сбор данных
- Творческий мозговой штурм
- Определение риск/профита

Сбор данных включает в себя получение информации с графиков, фундаментальных данных или других источников (например, сантимента). Творческий мозговой штурм это поиск нестандартного восприятия данных. Определение риск/профита это прежде всего понимание существующей возможности, и во-вторых, определение того, можно ли реализовать план с получением прибыли из идеи благоприятным образом.

Соберите необходимые данные, проведите мозговой штурм для получения идей, определите риск/профит, стоящий за этими идеями, и придумайте план реализации.

Для получения дополнительной информации посетите Урок 4, Урок 5, Урок 8, Урок 9 и Урок 15.

## **Задача № 5: Сталкинг**

После разработки идеи с низким риском нужно действовать, как охотник, преследующий свою жертву. Хорошие трейдеры не бросаются с места в карьер. Вместо этого они ждут оптимального времени для входа, когда шансы наиболее благоприятствуют им.

Один маг рынка описывает себя как гепарда. Хотя гепарды одни из самых быстрых животных на Земле, они терпеливо ждут легкой добычи, прежде чем тратить свою энергию.

Сталкинг, по существу, это переход на более низкий таймфрейм, или как выразился Ван Тарп, «превращение во внутридневного трейдера» с целью найти точку входа, которая повышающую соотношение риск/профит, и в то же время позволяющую поставить стоп-лосс в место, куда «сложно добраться». В идеале вы должны ждать катализатора, если он уже не проявился.

Правильный менталитет для сталкинга - спокойный, беспристрастный и объективный. Очень важно находиться в потоке с рынком и быть восприимчивым к значимым вводным данным или сигналам.

**Исследуйте более низкие таймфреймы для поиска возможностей улучшения риск/профита по сделке, в то же время, сохраняя трудный для достижения стоп-лосс. Проверьте наличие основных катализаторов.**

Для получения дополнительной информации посетите Урок 10 и Урок 11.

## **Задача № 6: Действие**

После выполнения условий для входа, пришло время открыть сделку. Трейдеры, имеющие проблемы с «нажатием на курок», будут испытывать трудности на этом этапе.

Состояние ума при сталкинге сильно отличается от состояния ума, необходимого для начала действий, и этот переход может быть трудным для некоторых трейдеров. Принятие действий требует решительности и убежденности, и всякого рода сомнения и размышления неуместны.

Одно из предварительных условий фазы действия это хорошее чувство по сделке, которую вы собираетесь открыть. Если вы не чувствуете себя хорошо, то ее будет сложно торговать. Будет ли сделка ощущаться трудной (против консенсуса) или легкой (со стадом), практически не имеет значения. Не существует единой подходящей для всех формулы. Важно то, что у вас просто хорошее чувство по этой сделке. Ключевой аспект этой фазы заключается в определении того, как «ощущается» сделка с высокой степенью уверенности, поэтому используйте торговый журнал для записи своих чувств во время торговли, пока вы не запомните, что вы чувствуете при успешных сделках.

После этого вы должны убедиться, что вы не делаете ошибок в торговом терминале, чтобы избежать убытков вследствие ошибок «толстых пальцев». Дважды проверьте, что размер позиции правильный, и быстро исправляйте ошибки, когда вы их допускаете.

**У вас хорошее чувство по сделке. Проверьте терминал. Выполните сделку. Дважды проверьте позицию. Быстро исправьте ошибки.**

Для получения дополнительной информации посетите Урок 10 и Урок 14.

## **Задача № 7: Мониторинг**

Я заметил, что с фазой мониторинга у многих трейдеров возникают проблемы. У них отсутствует четкий план, включающий в себя достаточное количество опций для работы в меняющихся рыночных условиях. Это приводит к тому, что они либо ждут, пока их позиция не достигнет их стоп-лосса или тейк-профита, или они выходят из сделки, поддавшись эмоциональной реакции на рыночный шум.

Вместо этого, мастер трейдер внимательно мониторит свою позицию по мере продвижения к цели. Ван Тарп предполагает, что мониторинг делится на два типа:

1. Общий мониторинг
2. Детальный мониторинг

### **Общий мониторинг**

При общем мониторинге трейдер отступает назад, и делает оценку общей картины по своей позиции. Как говорит Ван Тарп: «Вместо детального просмотра деревьев, он смотрит на лес». Он сравнивает рыночные события со своим планом, ища идеи, указывающие на изменение причин, по которым он находится в сделке. Это может включать в себя отсутствие должной реакции рынка на новости, или это может быть изменение прайс-экшн.

Кроме того, общий мониторинг представляет собой метод управления рисками. Если сделка идет как надо, ее должно быть легко удерживать по мере продвижения в вашу сторону. Если она требует детального мониторинга, или рынок не ведет себя должным образом, это признак того, что вам может понадобиться снизить размер позиции или выйти.

## Детальный мониторинг

Время от времени вы должны сфокусироваться на позиции. Когда вы входите, вам нужно убедиться, что сделка ведет себя ожидаемо, и вы можете решить быстро выйти, если рынок разворачивается после входа.

Нужно проводить детальный мониторинг, когда есть возможность долиться к позиции, или если цена приближается к заранее намеченной точке выхода. Вы можете принять решение удержать позицию, подтянуть стоп-лосс, выйти частью или все позицией, или сочетание вышеназванного.

Также есть определенные рискованные события, на которые, возможно, следует обратить особое внимание. Перед большим новостным событием, могущим повлиять на вашу позицию, вы можете запланировать действия на случай, если цена пойдет против вас (или в вашу сторону). Например, вам может понадобиться подтянуть стоп по части вашей позиции, если вы получите новость, быстро двигающую рынок против вашей сделки.

**Расширьте внимание и проведите обзорный мониторинг, и по необходимости сфокусируйте внимание и проведите детальный мониторинг.**

Для получения дополнительной информации посетите Урок 12 и Урок 13.

## Задача № 8 Прерывание

При прерывании вы выходите из позиции, движущейся против вас, или когда меняются обстоятельства. Аналогично Задаче 6, это фаза «действия», когда требуется решительность.

Ваше решение о выходе будет либо запланировано заранее, либо проистекать из фазы мониторинга. Вы осуществляете свой риск-менеджмент путем сокращения убытков.

По словам Ван Тарпа, у трейдеров есть три убеждения о месте выхода:

1. Если рынок идет против трейдера за пороговый уровень, определенный планом риск-менеджмента, то трейдер должен действовать и выходить.
2. Когда причины сделки больше не существует. Кроме того, если вы чувствуете неуверенность по сделке, то вы можете принять это за знак к выходу. Вам нужно чувствовать себя уверенным в своих позициях.
3. Если сделка не движется, как ожидалось, в течение определенного периода времени. Ван Тарп полагает, что одно из преимуществ розничных трейдеров в том, что они не должны быть в рынке, если не хотят. Оставайтесь с позицией, только когда дела идут в вашу пользу. Иначе выходите.

Когда вы с помощью мониторинга определили подходящее время для прерывания сделки, необходимо изменить свое психическое состояние к концентрации и действию, и принять решение закрыть сделку. Конечно, нужно как можно чаще выходить по стоп-лосс ордерам и трейлинг-стопам.

**Оцените, следует ли прервать позицию, переключитесь на нужное психическое состояние для действий... затем действуйте.**

Для получения дополнительной информации посетите Урок 11.

## Задача № 9 Фиксация прибыли

Многие трейдеры большую часть своего внимания тратят на входы, а не на выходы. Это значит, что они получают не так много прибыли из своих прибыльных позиций, как могли бы. Кроме того, многие трейдеры переоценивают свою правоту, и фиксируют прибыль решением «все или ничего» вместо закрытия частями после входа в целевую зону.

Перед входом в сделку вы должны понимать потенциал прибыли (в идеале, относительно риска). Держа его в уме, у вас должен быть ряд правил, дающих наилучшую возможность достигнуть или превзойти этот потенциал прибыли, управляя при этом рисками и адаптируясь к изменениям рыночных условий.

Ван Тарп считает, что у топ-трейдеров есть четыре основных убеждения по фиксации прибыли:

1. Топ-трейдеры избегают жадности, и просто реагируют на сигналы, предоставляемые рынком.
2. Топ-трейдеры терпеливы и позволяют рынку двигаться к цели, хотя они выйдут, если ситуация изменится по пути.
3. Если волатильность рынка или степень риска резко меняются, они выходят.
4. В экстремальных фазах рынка, таких как бычьи или медвежьи волатильные типы рынка прибыль необходимо фиксировать быстро.

Я хотел бы также добавить, что топ-трейдеры не слишком переживают, если движение идет намного дальше их цели по прибыли. Выйдя, они не гонятся за рынком, если он продолжает тренд.

Аналогично задачам действия и прерывания, фиксация прибыли требует сосредоточенного, ориентированного на действия состояние ума. Это будет означать ментальный переход от состояния ума, используемого для мониторинга вашей позиции.

**Ждите, пока одно из ваших условий для фиксации прибыли не вступит в игру, и переключитесь в психологическое состояние действия для исполнения.**

Для получения дополнительной информации посетите Урок 12.

## Задача № 10 Ежедневный дебрифинг

Ежедневные дебрифинги способствуют двум вещам.

1. Они позволяют трейдеру замечать сделанные ошибки, и избегать их снова.
2. Они позволяют трейдеру вести записи того, что работает для него на рынке, которые он может пересмотреть для развития своей торговой системы и процессов.

Ежедневный дебрифинг не должен быть трудоемким процессом. Это может быть просто 5-10 минут на запись в торговом журнале, или это может включать в себя более глубокий обзор.

Ван Тарп говорит о том, что при проведении ежедневного дебрифинга важно избежать любого вида самобичевания по поводу сделанных ошибок. Это не конструктивное поведение. Вместо этого, проведите обзор ситуации, а затем разработайте и отработайте более продуктивные из доступных вариантов.

**Проводите ежедневный дебрифинг своей торговли. Делайте заметки в торговом журнале.**



Для получения дополнительной информации посетите Урок 14.

## Задача № 11 Будьте благодарны за то, что удалось

Практика благодарности является более поздним дополнением к списку торговых задач Ван Тарпа.

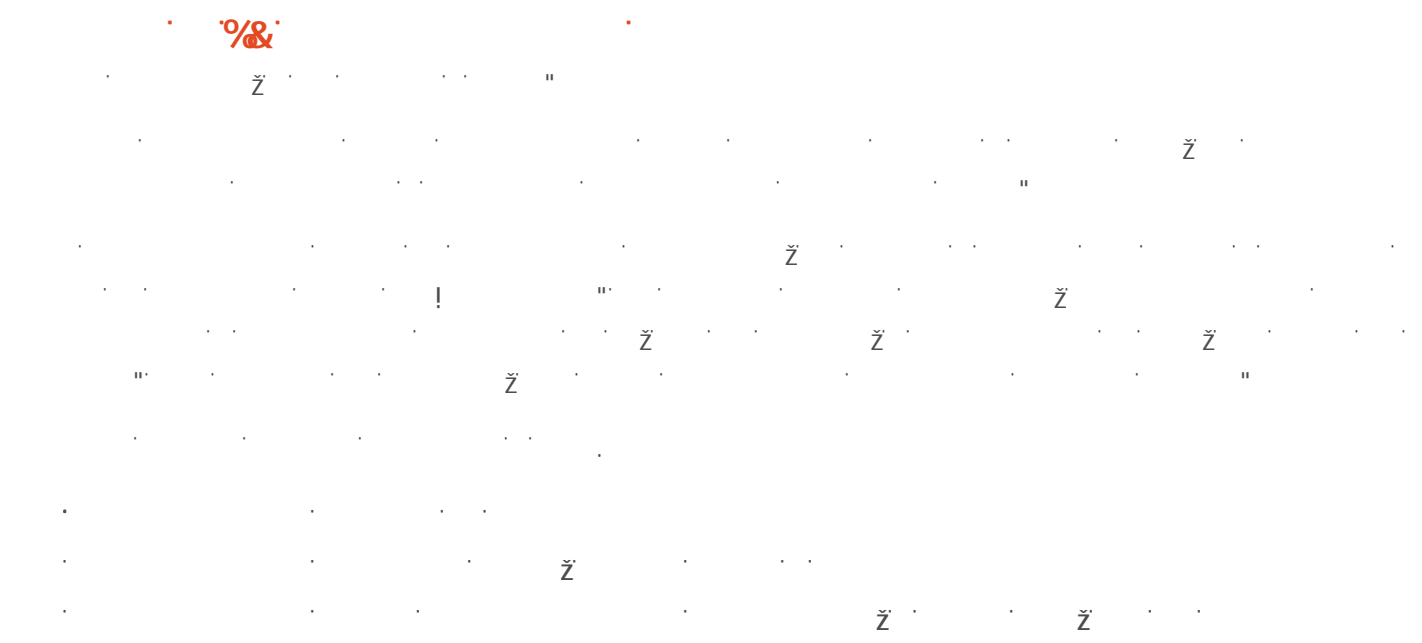
Ван провел много времени, ведя дневник о проблемах с которыми он сталкивался ежедневно, чтобы «вычистить их». В то время как это может быть полезным занятием, через некоторое время он осознал, что он тратит большую часть своей энергии на нахождение проблем, чтобы их можно было вычистить.

Вместо этого он начал искать хорошие вещи в своей жизни. И произошло то, что постепенно его характер стал светлее. Он начал просить трейдеров ежедневно применять такую практику при торговле - с драматическим эффектом.

Является ли это законом притяжения в действии, или просто отличным способом оставаться скромным, это хороший способ сместить душевное состояние трейдера к позитивному (гораздо лучше для торговли, чем негативное). Каким бы образом это ни работало, это является важной частью дневного распорядка топ-трейдеров.

**Уделяйте немного времени ежедневно, записывая, за что вы благодарны.**

Для получения дополнительной информации посетите Урок 16.



Ван Тарп советует затрачивать минимум день на периодический обзор.

**В зависимости от того, как часто вы торгуете, проведите обзор торгового плана и самого себя.**

Для получения дополнительной информации посетите Урок 14.

## Окончание

По мере того, как мы подходим к окончанию этого курса, вы начнете интегрировать все, что вы узнали, в согласованные практические действия, предпринимаемые каждый торговый день.

Я надеюсь, что теперь вы можете видеть, как все уроки складываются вместе, и как они все вместе работают в ежедневных задачах для получения дохода с рынка.

Следуя двенадцати главным задачам, вы применяете повседневную практику мастер-трейдеров.

Мастер-трейдеры не просто знают рынки, они знают самих себя. Они точно знают, как все части их личности объединяются для получения результатов. Они знают, когда у них есть необходимый настрой для торговли, и что более важно, они знают, как его получить.

Они знают, как вести себя под микроскопом. Они знают, как фиксировать прибыль, сокращать убытки, и сохранять капитал. В общем, топ-трейдеры знают, как оставаться поблизости, пока не придут и не осуществятся их лучшие идеи. Как сказал один топ-трейдер, «разбогатеть нужно только один раз».

Я надеюсь, что теперь у вас есть хороший плацдарм - безопасное место, из которого вы можете осознанно наблюдать за рынками, получая некоторую прибыль из ваших хороших идей. Со временем, вы преодолеете трудности рынка, и начнете развивать собственное восприятие.

Неукоснительно применяя ежедневные задачи топ-трейдеров, вы совершаете проверенные шаги, которые помогут вам достичь ваших целей. Это захватывающее время. Изучая рынки и самого себя, вы можете начать становиться совершенно новым трейдером. Вы готовы торговать дисциплинированно, что позволит вам получать доходы с рынков, которые могут изменить вашу жизнь?

До следующей недели,

Сэм



## Курсовая работа

- Заполните курсовую работу

[www.fxrenew.ru](http://www.fxrenew.ru)

