

メンタル管理講座

バーニャ マーケット フォーカスト

代表 水上 紀行

<http://www.banya-mktforecast.jp/>

総括

- メンタルこそが、勝負に勝つ上で大変重要
- 気持ちの持ち方次第で、明暗が分かれる
- 柔軟な発想で、淡々とやることに尽きる
- 格言集的に、ご案内

儲け損なう恐怖で、エントリーしない

- 損する恐怖
- 儲け損なう恐怖... ポジポジ病に似ている

損する恐怖よりタチが悪い

「さあやるぞ！」は、危険

- 年初、期初など、気持ちも新たに「さあやるぞ！」と相場に飛び込むのは危険
- 一気に皆のポジションが一方に偏る→反動
- 年初、期初は、機関投資家や実需がまだ動いていないため

自分が考えることは、誰も考えている

- 特に、ヘッドアンドショルダーなどポピュラーなチャートパターンは、皆が気づいているもの
- 知らず知らずのうちに、マーケットのポジションが**一方向に偏っている**
- そして、調整が入り易くなる

同じ失敗を繰り返さないこと

- 失敗は、多くのことを教えてはくれるが...
- **二度やった失敗**は、記録に残し、繰り返さないようにする
- 性格的に、繰り返す人はいるので、自覚しているなら、尚更注意

執着しない

- 自分の相場観、考え方に執着しない
- 相場の構成要素はどんどん変化しているので状況は変わっていくもの
- その変化を的確につかみ、うまく対応する必要がある

小さくまとまらない(スケール大きく)

- 大掴みで、相場を見る
- ヘタをすると、相場の一局面ばかりを気にして全体を見ていないことがある
- わからなくなったら、長いチャートを見る

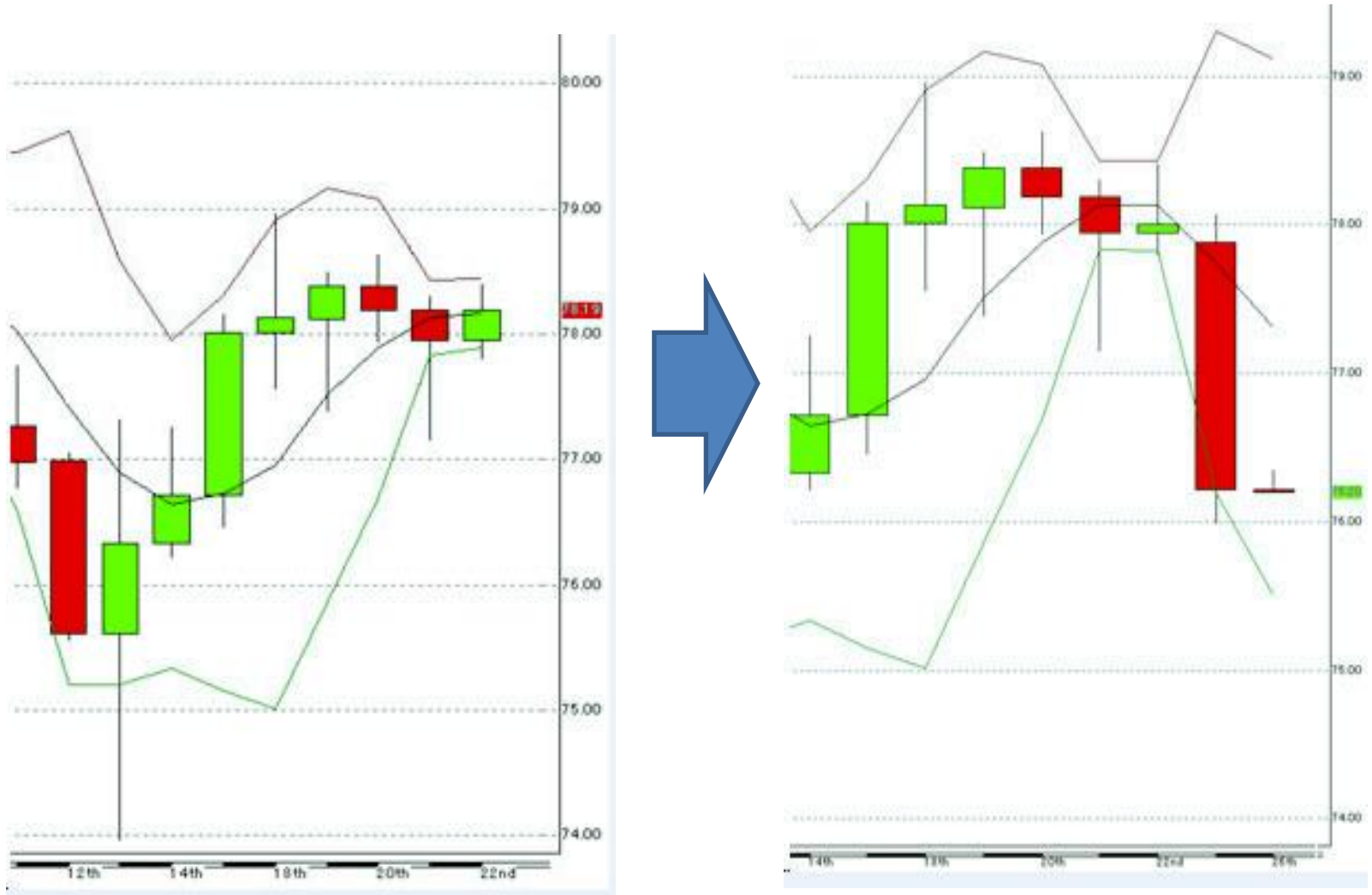
焦り、悔しさを冷ます時間を持つ

- 損失を出した早く取り戻したいという焦り
- 損じたことへの悔しさ
- こうしたものが、心中にまだ沸々と湧いてくる時は、決して良い結果は生まない
- 頭を冷やす時間、気分転換になることをやった方が、ずーっと建設的

ひらめきと現実化には時間差

- 相場観をひらめいてから、それが現実化するまでには、想像以上に時間がかかる
- 多くの場合、待ちきれずに途中でエントリーしてしまって、時期尚早でやられる
- 正しいタイミングが来たかは、ほぼわかる方法がある

ボリンジャーバンド5日間 (期間:5、偏差:2)



自分だけ馬鹿を見たくない

- 自分だけ利食いが早くて儲け損なう
- 自分だけ損切ったのに、皆は損していない
- これに囚われていると、行動がどうしても遅れる
- 馬鹿を見ても良いから、自分の判断に従う

勝っても負けても、不満は残るもの

- 勝てば、どうしてもっと儲からなかったのか、
- 負ければ、どうしてもっと、損失を最小限にできなかったのか
- いろいろ不満は残るもの
- そうしたストレスは残るものだと割り切る

良いレートと感じたら、利食う

- 良いレートと思えば、素直に利食う
- 自分に我慢を強いらない
- 素直な対応が必要
- 目標まで何が何でも到達するというような、無理をすることはない

「儲けてラッキー」という気軽さが必要

- いろいろなリスクを掻い潜りながら儲けたのだから、ラッキー
- 気軽に利食うことが大事
- また、チャンスは来る

勝った相場は、それ程不利にならない

- 負けた相場は、結構アゲンスト(不利)になる
- 勝った相場は、それ程アゲンストにならない
- 余りにアゲンストになるようだったら、自分の見方が誤っているか、早過ぎるか→撤退
- 私の場合、そのアゲンスト幅は45pipsがメド

次のトレードのための体力は残す

- 今の勝負で、すべての**体力(お金)**を使ってしまったら、次のトレードができなくなる
- 次回の分は、必ず残しておく
- 言い換えれば、ひとつのトレードで足腰が立たなくなるような無茶はしない

相場はこれ1回限りではない

- 負ければ、悔しくもあり、取り返したいとは思
うものだが、焦ってはダメ
- 相場には、決してこれ一回限りではないので、
いったん負けたら、頭を冷やすことが大事
- 次の相場のチャンスは、いくらでもくる

手仕舞ったら、相場から離れる

- その後の相場展開を見ていると、焦りや悔しさにさいなまれる
- スクリーンから離れ、スマホを見ない
- スポーツをするなり、気分転換することが大事

自分を信じる

- スポーツ選手が良く言う言葉
- やるべきことをやったら、あとは、自分を信じる
- 自分自身のことだけに、信じて上げましょう

気配を信じる

- なにか気になったら、気のせいにしない
- 自分の五感を信じる
- 全方位に身構えておくことが大切
- プロフェッショナルにはなくてはならないこと

＜リスク開示＞

このセミナーは、情報提供を目的としており、FX取引の勧誘を目的としたものではありません。また、実際の市場動向とは異なる可能性があり、断定的判断を提供するものでもありません。当該セミナーの内容を予告なく変更する場合もあります。

当該セミナーの内容および資料のご利用によりお客様に損失が生じた場合であっても、当社および当該セミナーの講師(所属会社を含む。)は一切の責任を負いません。お取引につきましては、お客様ご自身の判断と責任において行っていただきますようお願い申し上げます。

なお、セミナーに関する著作権は、当社および作成者に属します。お客様の私的使用目的以外での使用、他人への譲渡や販売または再配信等を行うことはできません。

＜注意喚起＞

店頭外国為替証拠金取引は、元本や利益を保証した金融商品ではなく、為替レートの変動等による損失発生可能性があります。さらに、レバレッジ効果(想定元本と比較して少額の資金で大きな取引ができる仕組み)や為替レートの変動等によって注文(ロスカット注文を含む)が約定しない場合等、元本を上回る損失発生可能性があります。特に、マイナー通貨(流動性の低い通貨)の取引をされる場合、元本以上の損失発生の高くなります。加えて、スワップポイント(通貨間の金利差調整額)においては通貨ペアやポジションの状態(売りまたは買い)によっては、受け取れる場合もあれば、支払わなければならない場合もあります。

当社は、インターネットを通じて店頭外国為替証拠金取引サービスをご提供しておりますので、お客様のパソコン・インターネット環境や当社のシステムに不具合が生じた場合等、取引ができなくなる可能性があります。また、お客様の取引の相手方は当社(相対取引)となっており、取引所取引とは異なりますので、契約締結前交付書面をよくお読みいただき、内容をご理解の上、ご自身の判断により取引を行っていただきますようお願いいたします。

商号:ヒロセ通商株式会社

業務内容:第一種金融商品取引業

登録番号:近畿財務局長(金商)第41号

加入協会:金融先物取引業協会会員番号1562