

散戶病歷表 · 12 種病自我檢查表

每題勾選後,看底部計分
@jsongsong_xauusd

扛單

No.01

- ☐ 虧的單不停損,等它「回來」
- ☐ 開始跟 K 線講道理
- ☐ 價格回來了,帳戶沒了

醫囑 先認錯,再等行情。

抄底

No.02

- ☐ 「跌這麼多,一定到底了」
- ☐ 最低點再往下,還是賠光
- ☐ 先決定買多少,沒想過賠多少

醫囑 先決定錯了賠多少,再決定買多少。

梭哈

No.03

- ☐ 「勝率九成,不押滿太可惜」
- ☐ 連贏幾次後,倉位越開越大
- ☐ 一次輸,前面全吐回去

醫囑 先確定輸一次能活下來,再決定押多少。

復仇單

No.04

- ☐ 「才虧一點,馬上拿回來」
- ☐ 一晚越下越多單
- ☐ 在跟上一單吵架,不是在看盤

醫囑 當日虧損到上限,關機。

追漲殺跌

No.05

- ☐ 「再不上車就來不及了」
- ☐ 看群組才下單,不是看市場
- ☐ 買在最熱,賣在最冷

醫囑 進場前先關掉群組。

跟單

No.06

- ☐ 「我不用懂,老師懂就好」
- ☐ 押得比老師還多
- ☐ 老師錯一次,你的本金沒了

醫囑 跟單也要自己設上限。

小賺就跑

No.07

- ☐ 賺一點就「落袋為安」
- ☐ 虧的單反而放著等
- ☐ 賺的太怕,虧的太敢

醫囑 先定止損,再談勝率。

止損不止

No.08

- ☐ 設了止損,快到就往外移
- ☐ 「再給它一點空間」
- ☐ 捨不得被打到,最後被打更大

醫囑 止損設了就別碰。

換策略

No.09

- ☐ 連虧三單就說「這套過時了」
- ☐ 每個月都在學新方法
- ☐ 沒有一套用滿一個完整週期

醫囑 一套策略,至少用滿一個完整週期。

指標收集癖

No.10

- ☐ 「資訊越多,越準」
- ☐ 畫面上五個以上指標
- ☐ 只聽同意你的那幾個

醫囑 指標最多三個,參數不准改。

過度交易

No.11

- ☐ 「市場有開,就是錢」
- ☐ 每一單都不知道自己是哪一種
- ☐ 手續費比獲利還多

醫囑 每天先算手續費,再決定按幾次。

翻身癮

急診 02

- ☐ 歸零就借,借了開更大倍數
- ☐ 只想用更大的倍數贏回來
- ☐ 翻身變成目的,不是結果

醫囑 翻身不是策略,倍數不是本金。

計分 勾 0-3 個:門診觀察,保持紀律。 勾 4-8 個:掛號,先把當日虧損上限寫下來。

勾 9 個以上:急診,這個月只用模擬帳戶。

想說你自己的故事?IG 留言「掛號」,可能成為下一集病歷。

市場觀點整理,非投資建議,盈虧自負。
散戶病歷表 © jsongsong_xauusd