



**CO TO JEST SZKLANY SUFIT ZYSKÓW
NA RYNKACH**

Disclaimer

Treści przedstawione w niniejszym dokumencie są prywatnymi opiniami autorów i nie stanowią rekomendacji inwestycyjnych w rozumieniu Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 19 października 2005 roku w sprawie informacji stanowiących rekomendacje dotyczące instrumentów finansowych, ich emitentów lub wystawców (Dz. U. z 2005 roku, Nr 206, poz. 1715).

Prezentowane rozwiązania mają charakter edukacyjny i nie są jednakowo skuteczne dla wszystkich. Udostępniane informacje powinny być szczegółowo analizowane, porównywane z własnym przypadkiem, ewentualnie konfrontowane z innymi podobnymi publikacjami i dopiero, gdy będą one przedstawiały się jako odpowiednie w danym przypadku, wprowadzane w życie.

Wszelkie prezentowane rozwiązania mają charakter edukacyjny i nie stanowią doradztwa. Są to jedynie opinie oparte na posiadanej wiedzy, która również może się zmienić w zakresie ogólnym jak i szczegółowym pod wpływem nowych danych. Wiedza ogólna może nie być odpowiednia do Twojej sytuacji, a jej zastosowanie w konkretnym przypadku może wywołać nawet efekt przeciwny. Jednym z powodów (nie jedynym) jest trudność prawidłowej autodiagnozy własnego problemu, mówiąc wprost – większość osób nie jest specjalistami w danej dziedzinie i może im się wydawać, że ich problemem jest „x”, podczas gdy jest to coś innego. Stąd zastosowane rozwiązania na błędnie zdiagnozowany problem mogą wywołać efekt odwrotny do oczekiwanego.

Również z tego powodu zastrzegamy, że prezentujemy wiedzę ogólną i ma ona charakter wyłącznie edukacyjny, a nie doradczy. Jeśli szukasz doradztwa skontaktuj się ze specjalistą, który dokładnie pozna Twoją sytuację i zaproponuje rozwiązanie adekwatne do Twoich potrzeb. Autorzy niniejszego dokumentu, serwisu www, materiałów, kursów online i szkoleń oraz materiałów promocyjnych, a także osoby je promujące nie ponoszą odpowiedzialności za decyzje, jakie podejmiesz wskutek zapoznania się z materiałami (wiedza podana na wszelkich nośnikach i polach eksploatacji, w formie elektronicznej, cyfrowej, pisanej, drukowanej, audio, wideo, etc.) oraz za ich konsekwencje.

expert training

Jeśli znasz kogoś, komu może przydać się ta wiedza – prześlij mu ten wartościowy raport.

Licencja CC BY-NC-ND

Możesz: pobierać niniejszy plik, kopiować, przesyłać klientom i znajomym, dystrybuować za pomocą Internetu, pod warunkami: bez wprowadzania zmian w treści lub pliku, niepobierania opłat na plik, uznania autorstwa. Inne użycie wymaga odrębnej zgody. Napisz do nas: kontakt@forexinstitute.pl

CO TO JEST SZKLANY SUFT ZYSKÓW NA RYNKACH?

*Materiał przygotowany na podstawie fragmentu szkolenia
“Top Investor”*

WPROWADZENIE

Dziś porozmawiamy o szklanym suficie jako o problemie w tradingu. Do poradzenia sobie z nim sięgniemy do arsenału narzędzi tzw. „tradingu mentalnego”. Ich działanie opiera się na obserwacji, że mózg nasz słabo odróżnia obrazy w wyobraźni od rzeczywistości. Stąd do wielu spraw natury psychologicznej możemy się przygotować używając narzędzi mentalnych.

TECHNIKI TRADINGU MENTALNEGO:

- stabilizują psychikę,
- oswajają z nieznanymi sytuacjami,
- zmniejszają stres na rynku,
- powiększają komfort tradingu,

- w efekcie ulepszają wyniki i je przyspieszają.

Różne formy treningu mentalnego stosują elitarne jednostki wojskowe przygotowując się do realizacji najtrudniejszych misji. Stosuje je z powodzeniem także świat służb specjalnych.

TROCHĘ HISTORII - JAK ODKRYŁEM "SZKLANY SUFIT"

Na to, że taki problem istnieje i jest poważny naprowadziły mnie cztery rzeczy.

Pierwszą były relacje traderów, którzy opowiadali mi, że na pewnym poziomie mają kłopoty z bardzo silnym stresem, pojawiającym się „znikąd”. Występowało to praktycznie u każdego tradera, który systematycznie zarabiał. Systematycznie – do pewnego poziomu, potem zaczynały się problemy. Ponieważ od początku interesowała mnie systematyczność i stabilizacja zysków uznałem, że to jest problem, jakim należy się zająć. Nie znalazłem go wcześniej w żadnej książce na temat tradingu.

Drugą wskazówką była rozmowa z wybitnym traderem z USA, który powiedział coś, czego na początku nie mogłem zrozumieć: że trader powinien trzymać się swojego poziomu gotówki do którego jest przyzwyczajony. Na początku tylko to zarejestrowałem to, jako coś, czego nie rozumiem, ale jeszcze nie wiedziałem gdzie to pasuje.

Trzecią – rozmowa z floor traderem z giełdy z Chicago. Powiedział on coś takiego: który system zarządzania kapitałem jest najlepszy dla początkujących? Sprawdź ile zarabiałeś dziennie w poprzedniej pracy i ustaw to, jako swoje parametry początkowe. Do tego poziomu zarobków jest przyzwyczajone Twoje ciało.

Czwarta wskazówka przyszła od kolegi tradera, podczas jednego ze szkoleń. Wszedłem z sali, a za mną wyszedł kolega, multimilioner operujący na co dzień dużą gotówką. Spojrzał na początkujących traderów i powiedział, że będą mieli kłopot, bo dla nich stracić tysiąc to problem, podczas gdy on może stracić dziennie trzydzieści i nadal będzie spał spokojnie. I, że nie wpłynie to negatywnie na następne zlecenia. Ta uwaga sprawiła, że spłynęło na mnie olśnienie.

Zrozumiałem przyczynę pojawiającego się stresu. Młodzi nie byli przyzwyczajeni do operowania dziesiątkami i setkami tysięcy na co dzień a on był. U nich stres pojawiał się przy tysiącach na pozycje – u niego dopiero przy wielu dziesiątkach. Po prostu wcześniej w biznesie miał do czynienia z takim poziomem gotówki i czuł się na nim swobodnie. Poza tym miał środki takie, że 30 tysięcy na stratę nie znaczyło dla niego zbyt wiele.

Wtedy zrozumiałem, że musimy znaleźć metody pracy z poziomem szklanego sufitu u każdego tradera – bo u każdego on występuje.

I u jednego może być na poziomie kilku tysięcy a u innego na poziomie kilkuset. W każdym razie na pewno przeszkadza w osiągnięciu systematycznych, długofalowych zysków.

CZYM JEST SZKLANY SUFIT W TRADINGU?

Szklany sufit to poziom gotówki, przy którym nagle i niespodziewanie rośnie poziom stresu. Myśląc o konkretnej sumie, która „powoduje” ten efekt w psychice wskażemy wielkość pozycji wystawionej na ryzyko. Zdarza się także, że traderzy mówią o „szklanym suficie” określając wielkość konta jakie mają u brokera, jednak i tak u podłoża pozostaje problem wielkości pojedynczej pozycji, ponieważ najczęściej jest ona odnoszona jako procent całości konta.

Dla przykładu – przy koncie 100 000 Złoty, wielkość 2% konta to dokładnie 2 000 PLN. Wchodzimy na rynek pozycją takiej wielkości, zostaje zamknięta na SL i tracimy stawkę. Mówimy wtedy, że taką właśnie pozycję wystawiliśmy na straty. Zdarza się, że takie odczucia budzi wielkość pozycji wyrażona w lotach.

Pilnowanie właściwego stosunku zysku do ryzyka daje nam bezpieczeństwo „matematyczne” ale nie psychologiczne.

Wielu doświadczonych traderów mówi, że nie powinno się wystawiać np. więcej niż 2% konta na ryzyko na pojedynczą pozycję i nie więcej niż 6-8% konta na kilka pozycji jednocześnie. Te 2% ma bardziej uzasadnienie matematyczne, a mniej psychologiczne. Zauważ, że

dzieląc konto 100 000 na części każda po 2000 (czyli 2%) teoretycznie, żeby stracić je całe, musiałbyś mieć 50 strat pod rząd. Mając przyzwoity system oraz pilnując trzymancia się zasad systemu jest to mało prawdopodobne, nieprawdaż?

Wybór pozycji z zyskiem do ryzyka 3:1 daje nam bezpieczeństwo „matematyczne”. Upraszczając - używając systemów ze stosunkiem zysku do ryzyka powyżej trzech do jednego, już przy 30% zyskowych transakcji (czyli około co trzecia) uzyskamy niezły zysk.

Symulacja 30% zyskowych zamkniętych na 3:1 i 70% stratnych na SL

Przy 30% zyskowych transakcji na 100 transakcjach „zarobimy” $30 \times 3 \times 2000 = 30 \times 6000 = 180\,000$. Tutaj 30 oznacza ilość pozycji na sto, część 3×2000 oznacza pozycje zamkniętą na zysku 3:1.

W tych samych 100 transakcjach straty wyniosą: $70 \times 2\,000 = 140\,000$. Tutaj mamy 70 pozycji każda po 2 000 zamkniętych ze stratą. Zysk = $180\,000 - 140\,000 = 40\,000$

Wniosek – nawet jeśli tylko co trzecia transakcja daje zysk a pozostałe stratę – wychodzimy z zyskiem. Procentowo – z bardzo dobrym zyskiem, jako, że w trakcie 100 transakcji „zarobiliśmy”:
Kapitał początkowy = 100 000. Kapitał końcowy = 140 000. Zysk procentowy = 40%

Nauka myślenia w kategoriach wielu transakcji (wspominaliśmy o tym jako o jednej z cech najbardziej doświadczonych traderów) pozwala zachować zdrowy dystans do każdego z pojedynczych wejść. Myślenie „seriami transakcji” uwalnia psychikę od konieczności skupienia się na ważności pojedynczego wyniku, sprawia, że trader łatwiej przechodzi do porządku dziennego nad pojedynczym „zyskiem” lub „stratą” a przez to jego trading jest obciążony mniejszym stresem.

Warto o tym przypomnieć, ponieważ jest to jeden z niezbędnych elementów dojrzewania do poziomu najlepszych. Jednak okazuje się, że takie obliczenia mają mniejsze znaczenie dla naszej psychiki, która bardziej zwraca uwagę na wielkość rzeczywistego kapitału.

W tej kwestii poziom szklanego sufitu zaczyna mieć krytyczne znaczenie psychologiczne.

Znów dla przypomnienia – w lekcji poświęconej sposobom najlepszych na radzenie sobie ze stratami mówiliśmy o technice wyświetlania wyników transakcji na platformie w pipsach nie w pieniądzech oraz o ustalaniu celów w pipsach: miesięcznych, kwartalnych i rocznych. Miało to na celu odwrócenie uwagi o wielkości sum jakie stoją za liczbami (ilością pips), które są dla naszej psychiki raczej obojętne, gdy tymczasem wielkości sum wywołują często bardzo silne reakcje.

BEZPIECZEŃSTWO PSYCHOLOGICZNE TO OPEROWANIE PONIŻEJ POZIOMU NASZEGO BÓLU STRATY

Powyższe wyliczenia procentów i serii transakcji wyglądają „w porządku” jednak w czasie działań rynkowych w psychice zachodzą inne procesy. Wygląda na to, że świadomość tego, że operujemy np. 2% konta przestaje mieć takie znaczenie jak sama absolutna wielkość kapitału wystawionego na ryzyko. Innymi słowy nasza psychika widzi nie 2%, bo to jest dla niej dość abstrakcyjne ale „całe” 2 000.

Stąd zabiegi psychologiczne aby ukryć te sumy za pipsami. Poziom 2 tysięcy został tutaj wybrany umownie – tak aby łatwo można było zobaczyć ile to jest 2% z całości konta. Okazuje się, że niektórych traderów taka suma na stratę niemalże sparaliżuje. Inni mają ten poziom dużo wyżej – np. zaczynają się denerwować gdy na ryzyko w pojedynczej transakcji mają wystawione np. 40-50 tys. dolarów (2% od dwu i pół milionowego konta).

ĆWICZENIE

Przyjrzyj się swoim reakcjom na sytuacje jakie mogą nastąpić.

1. Wyobraź sobie, że zgubiłeś 5 złotych. Jak myślisz jak długo będziesz o tym myślał? Większość ludzi jakich pytam – odpowiada że wcale.

Kiedyś raz jeden student odpowiedział mi, że cały dzień. Po minie podejrzewam, że nie żartował.

2. Wyobraź sobie, że zgubiłeś 50 złotych, np. wypadło Ci przez dziurę w kieszeni. Ile czasu będziesz o tym myślał? Większość ludzi powie, że może minutę, do kilku minut.

3. Wyobraź sobie, że zgubiłeś 500 złotych. Pomyśl jaką reakcję wywoła u Ciebie ta strata.

4. Wyobraź sobie, że zgubiłeś 5000 złotych. Pomyśl tak samo jak wyżej jaką reakcję wywoła u Ciebie ta strata.

5. Tym razem pomyśl, że zgubiłeś 50 000 złotych. Jaka byłaby Twoja reakcja?

6. A jaka byłaby Twoja reakcja, gdybyś np. sprzedał mieszkanie za 500 000 a następnie włożył te pieniądze do aktówki i ją zgubił? Czy bardzo byś się zdenerwował? Długo byś pamiętał taką sytuację?

Podsumujmy – to ćwiczenie miało Ci pokazać kilka rzeczy. Po pierwsze, że przy do pewnej sumy w ogóle nie odczuwasz dolegliwości psychicznej związanej ze zgubieniem czy stratą pieniędzy. Po drugie, że przy pewnej sumie pojawia się „pewien dyskomfort” ale da się z tym żyć. Po trzecie, że przy pewnej („dużej”) sumie może pojawić się dojmujące poczucie straty, żalu, wyrzucanie sobie „jak mogłem zrobić coś tak głupiego”.

Gdy robimy to ćwiczenie „krok po kroku” możemy namierzyć chwilę, w której zaczyna się pojawiać ból psychiczny. W tych okolicach, lekko przed tą sumą jest Twój aktualny poziom „szklanego sufitu”. W sytuacji na rynku, jeśli będziesz systematycznie operował takimi sumami możesz zacząć odczuwać silny dyskomfort i stres.

Doświadczeni traderzy w takiej sytuacji zaczynają zmniejszać pozycje (to naturalne, rozsądne działanie). Jeśli mają systemy, które dobrze zarabiają – zdarza się, że wypłacają pieniądze z konta do poziomu na jakim czują się dobrze i zaczynają trading od nowa. W ten sposób operują stale w swojej strefie komfortu a ich konto przyrasta – tyle, że w banku a nie u brokera. Rekordzista, którego

znam wypłacał pieniądze ze swego konta raz w tygodniu, w piątek, wszystko co ugrał przez tydzień. Gdy miał serie bardzo dobrych transakcji – wypłacał pieniądze nawet co dwa dni

Bardzo doświadczeni traderzy - u nich ciekawy jest nie sam poziom szklanego sufitu ale sposób jaki znaleźli aby go podwyższyć. Okazuje się, że z czasem przyzwyczajamy się do operowania coraz większym poziomem gotówki – i coraz większe straty mniej boją. Traderzy powoli i stopniowo przyzwyczajają się do coraz większego dopływu pieniędzy, coraz większych wydatków, zaczynają czuć się komfortowo z operowaniem, wydatkami i stratą coraz większych sum. Widzą, że stopniowo mogą sobie pozwolić na coraz więcej i pieniędzy wcale nie ubywa. To oswaja psychikę z coraz większą gotówką. Tyle, że taki proces może trwać latami. Później obserwuję, że stabilizuje się na jakimś poziomie – miesięczne zarobki są na tyle duże że swobodnie wystarczają na życie.

Traderzy instytucjonalni - najtrudniejsze są początki, jeden z senior traderów bardzo dużego banku inwestycyjnego z Singapuru opowiadał o szkoleniu młodych traderów jakie prowadził. Uczył ich min. piramidowania pozycji (o ile dobrze go zrozumiałem chodziło mu o strategię martyngałową, czyli powiększania wejść, dodawania do pozycji, gdy rynek idzie przeciwko nam). Stres był tak duży, że młodzi traderzy wchodząc z milionowymi pozycjami i jeszcze dodając do strat – wymiotowali na terminale. To była jedna z pierwszych faz szkoleń, dalej przechodzili tylko ci, którzy potrafili sobie poradzić ze stresem.

Mało doświadczeni traderzy - poziom szklanego sufitu jest kwestią indywidualną. U niedoświadczonych traderów może być różnie. Jakimś punktem odniesienia do uświadomienia i znalezienia poziomu na którym przypada szklany sufit może być wielkość sumy, którą uznajemy dziś za „dużą” Inną wielkością może być, jedna trzecia miesięcznych przychodów (z etatu), połowa tych przychodów, lub miesięczne przychody. Poziom szklanego sufitu u mniej doświadczonych traderów może przypadać na sumę wystawianą na ryzyko równą wielkości pieniędzy jaką trader uznaje za „dużą”.

Samo wystawienie takiej sumy na ryzyko czyli wejście z nią na rynek wywoła stres oraz może wywołać kilka innych negatywnych zjawisk:

- osłabienie samokontroli,
- przesuwanie SL, żeby „nie stracić dużej sumy pieniędzy”
- gra poza systemem,
- chęć „odegrania się,
- chaotyczne wejścia, odwracanie zleceń, zmiana shortów na longi, podwajanie pozycji.

Inne oszacowanie poziomu „szklanego sufitu”

Pewnym oszacowaniem poziomu „szklanego sufitu” są Twoje miesięczne zarobki. U różnych ludzi może być różnie, jeśli masz doświadczenie z etatu – ta suma może się wahać od jednej trzeciej, połowy do np. podwójnej wielkości miesięcznych stałych dochodów. Jeśli prowadziłeś firmę – tutaj mamy poziom średnich miesięcznych przychodów zamiast pensji z poprzedniego przykładu. Po prostu do takich sum jest przyzwyczajona Twoja psychika i nie wywołują w niej silniejszych reakcji.

JEZCZE KILKA UWAG NA TEMAT SZKLANEGO SUFITU

Szklany sufit to pozytywne działanie psychiki. Nie myśl, że ten poziom jest czymś negatywnym. Zazwyczaj nasza psychika działa bardzo dobrze i tak jest również w tym przypadku. Stopniowy wzrost stresu powoduje, że czujemy coraz większy dyskomfort. To w pewnym stopniu chroni nas w normalnym życiu przed zrobieniem czegoś głupiego – skłaniając nas do wycofania się w porę.

W związku z tym mamy kilka bardzo, bardzo ważnych uwag. Po pierwsze szanuj swoją psychikę i jej zawartość, szanuj jej reakcje. Naucz się traktować ją jako coś wartościowego, czego nie możesz w żadnym wypadku zepsuć. Po drugie przystąp do pracy ze „szklanym sufitem” w twoim wypadku dopiero wtedy gdy dojdiesz do tego poziomu. Nie wcześniej, bo nie ma takiej potrzeby.

Argument jaki stoi za takim postępowaniem jest następujący: przyjmij, że Twoja dzisiejsza tolerancja na ryzyko i związany z nimi stres oraz dyskomfort jest dziś na dobrym poziomie, który na dzisiejszym etapie życia jest dla Ciebie odpowiedni. Chroni Cię przed nieprzemyślanymi decyzjami, nieostrożnością oraz brawurą.

Jeśli zmienisz ten poziom i znajdzie się dziś w innym miejscu, wyżej – możesz wpędzić się w kłopoty w tym sensie, że nie będziesz odczuwał dyskomfortu tracąc większe pieniądze, niż Cię dziś na to stać.

Twoja percepcja tego co oznacza „dużo” się zmieni, może to mieć niekorzystny wpływ na:

- Twoje aktualne zadowolenie z pracy (właściwie niezadowolenie bo możesz postrzegać obecne zarobki jako „małe”),
- lekkomyślność w wydawaniu pieniędzy,
- większe wydatki, ponieważ możesz czuć się komfortowo wydając większe sumy niż do tej pory,
- uczucie „to za drogo” – może być dla Ciebie w innym miejscu, na innym, wyższym poziomie wydatków,
- w związku z tym możesz wydawać więcej na życie, na zakupy, na prezenty itp.

Nie wiadomo co pojawi się w Twoim przypadku i jak może zareagować Twoja psychika. Stąd racjonalne jest uważniejsze przyglądanie się swojemu stosunkowi do pieniędzy. Naucz się zarządzać finansami, gdy systematycznie zarabiasz. Sensowne jest odbycie szkolenia z zarządzania własnymi finansami, alternatywnych metod lokowania gotówki i inwestowania itp.

Widziałem sytuację, gdy „coś się dzieje” z traderem i nagle zostaje z domem do spłaty oraz dwoma kredytami na drogie samochody – swoim i dziewczyny. Taka sytuacja to przykład niewłaściwych decyzji finansowych, nie tylko w kwestii wystawnego życia na kredyt ale

i w aspekcie powiększania presji na psychikę wskutek konieczności osiągnięcia określonego miesięcznego wyniku.

W większości przypadków – to się nie może skończyć dobrze. Wprowadzaj zmiany dopiero gdy są potrzebne.

POMOŻEMY CI BYĆ **LEPSZYM** **TRADEREM!**

Jeśli jesteś zainteresowany **profesjonalnym rozwojem**, jako trader - sprawdź kurs [Top Investor](#).

PROFESJONALNE SZKOLENIE NA KLUCZOWE DLA TRADINGU TEMATY:

- **SYSTEM:** Jak najszybciej nauczysz się dobrego systemu?
- **STRES:** Techniki Pokonywania Stresu Używane Przez Najlepszych Traderów a Także Żołnierzy Elitarnych Jednostek Navy Seals
- **DYSCYPLINA:** W Jaki Sposób Szybko Zbudujesz Żelazną Dyscyplinę?
- **STRATY:** Mistrzowie Stali się Najlepsi Dzięki Kontroli Strat. Naucz się Tego Jak Najszybciej!
- **EMOCJE i STRACH:** Jak Skutecznie Przejmiesz Kontrolę Nad Strachem i Najsilniejszymi Emocjami?
- **ODPOWIEDZI:** Ponad 100 Odpowiedzi na Najbardziej Palące Pytania

- **SZKLANY SUFIT TRADERA:** Na Pewno Stanie Na Twojej Drodze Do Zysków

- **ŚCIEŻKA PRZYŚPIESZONEGO ROZWOJU TRADERA**

Kurs „Top Investor” to efekt tysięcy godzin rozmów z Najlepszymi oraz mniej zaawansowanymi, aspirującymi do najwyższego poziomu traderami. Efekt tysięcy stron notatek, setek godzin nagrań, lat pracy w rozwiązywaniu problemów.

Poznanie rozwiązań, jakie stosują mistrzowie jest jednym z najlepszych sposobów na rozwiązanie każdego problem. Ten kurs poprowadzi cię aż do poziomu Championów.

SPRAWDŹ SZCZEGÓŁY:

www.TopInvestor.pl

PS. Być może właśnie teraz trwa coroczna duża promocja. Sprawdź!

expert training

W **Forex Institute** znajdziesz najlepsze przetestowane praktyki na temat sukcesu w tradingu. Oparte o doświadczenie wybitnych traderów na Świecie, z którymi mieliśmy przyjemność pracować (ponad 100!) przez ostatnie kilkanaście lat. #Top5%. To tutaj uczysz się od najlepszych! www.ForexInstitute.pl

New City Trader to magazyn o nowoczesnym inwestowaniu i tradingu. Tradycyjny handel stają na głowie, a traderzy narzekają na duże zmiany, w których coraz trudniej się odnaleźć. AI, dane alternatywne, automaty, systemy hybrydowe...

W tym magazynie chcemy pomóc Ci zrozumieć to 'nowe', które nadchodzi. Chcemy wskazać, co będzie odbierało pieniądze traderom i funduszom. A z drugiej strony, co może przynieść nowe zyski. Korzystaj! www.NewCityTrader.com

WSPÓŁPRACA:

- Kontakt@ForexInstitute.pl
- Digital@NewCityTrader.com
- lfta.lftc@gmail.com

expert
training



WWW.FOREXINSTITUTE.PL
KONTAKT@FOREXINSTITUTE.PL



forex
institute.pl