

## 炒股票心态不好一跌就心慌怎么办--面对股市大跌股民应保持怎样的心态？-股识吧

### 一、我炒股亏了，想放弃又不甘心，就这样心里总是放不下，就引起了失眠。不知道成都有哪些方法可以缓解呢？

每一个十年以上股龄的股民都是这样走过来的。

看了楼主的帖子，说实话，我很难受。

楼主在没有找到自己的交易方法之前，盲目加大投资金额，结果却越亏越多，心理压力加大，是导致失眠的主要原因。

股市中有一句话：留得青山在，何愁没柴烧。

钱财乃身外之物，如果因为炒股亏钱而失眠，我认为大可不必。

炒股是一个漫长的探索过程，需要从心理、交易系统、交易纪律入手，一个一个彻底解决了才有可能赚钱。

这些都是自己写的，不妨我们交流交流，我也一直在股市探索：

先说系统：系统的建立主要用均线，MACD作为辅助。

牛市、熊市、震荡市采用三种操作不同的策略。

记住：月K线定牛熊。

这是决定你炒股成败的第一步，需要你去反复研究，翻看指数与所选个股反复验证，分析成功、失败原因。

选股和选时也很重要，但大盘趋势我认为最重要。

选股次之。

如果大方向都不对，迟早玩完。

这一层是基石。

就是会看大盘趋势。

没有这一步就没有第二步。

再说心态：心理的变化与仓位有关，在买卖中一定要作好资金的管理，才可以让心态放松。

具体方法是：1、控制好自己的仓位，熊市中最高仓位永远不能超过50%，如果你的仓位过重，大盘一有风吹草动就玩完，你心理紧张，频繁买卖，失手就会多；

2、客观明了的交易方法。

前面已经说过，就是交易方法。

这个方法经得起检验，能够从容应对震荡，即使看错了，由于你及时止损，亏损也是可控的。

有了这两个基础，好心态会逐渐建立。

这个过程一般需要两年才能毕业。

也就是说，系统建立后还要两年。

再说说纪律：从2009年10月自己的方法形成后，总体胜率还不错。但今年8、10月操作依然失误，仓位没有控制好，感觉自己还有很多东西需要总结。

失误主要在于仓位及熊市快进快出这个特点，自己还没有很好掌握。纪律才是交易的核心，我现在也还是个门外汉，呵呵。晚安，愿炒股大哥心态轻松起来，身体比钱重要！

## 二、炒股亏了好多，心态不行了，怎么办

炒股亏损了，不要想着快速翻本，应该休息一下，空仓一段时间，好好总结经验。心态不好主要是有压力，压力来自于哪里，是技术和操作系统没有自信，还是亏损不起，股价一波动就紧张。分析自己心态不好的原因。

## 三、玩股票我总是因为本来就能到手的利润最终却消失了感到好心烦好难过心事重重

很正常每个人对期望得到又即将得到的东西非常期待突然的消失是一个正常人都会感到失落和心烦股票这东西本来就有涨有跌一直赢太慢了所以要放平心态输了不难过赢了不沾沾自喜要么就是别玩

## 四、股票，渐渐跌，让我\_新手更加把握不好心态？

炒股成功的秘诀就是要有好的心态你炒股弄得失眠建议你退出股市不然赔了夫人又折兵到时候亏钱了更加别想睡觉了

## 五、为什么一买进股票就恐惧，一下跌就害怕的要命

心态好的前提是自己选股正确，而选股正确的前提又是眼光技术好。如果这两者都谈不上的话，那么心态确实很难好了，因为心态也是建立在信心上的

，没有信心何来的好的心态。  
当然，买进股票后只要对自己的眼光有信心，那么自然就不存在恐惧的问题了。  
股价下跌，如果选的股确实是好股的话，那么就应该认为这只是上涨途中的正常调整而已，这样想也就不怕了。  
所有的前提都是一个，对自己选股的信心。

## 六、面对股市大跌股民应保持怎样的心态？

平常心，平常心！

## 七、在股市大跌的时候如何保持好心态

这个看个人的心理承受能力了,为了股票跌跳楼的也有,要坚信一点股票不会只跌不涨,也不会只涨不跌,急跌必有暴涨!

## 参考文档

[下载：炒股票心态不好一跌就心慌怎么办.pdf](#)

[《股票交易最快多久可以卖出》](#)

[《股票打折的大宗交易多久能卖》](#)

[《股票委托多久才买成功》](#)

[《股票放多久才能过期》](#)

[《高管离职多久可以转让股票》](#)

[下载：炒股票心态不好一跌就心慌怎么办.doc](#)

[更多关于《炒股票心态不好一跌就心慌怎么办》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/book/64170001.html>