

炒股票压力大睡不着觉怎么办-我该不该休息一下？  
我上个月每天都是炒股 平均一天赚1%左右 但是  
精神压力一天比一天大 虽然赚钱了 但是  
不是很兴奋的那种 反而有一种恐高的感觉 因为赚多了  
怕陪了 真的想休息一段时间 但是 现在 正是行情时期  
好烦。。。-股识吧

一、我该不该休息一下？我上个月每天都是炒股  
平均一天赚1%左右 但是 精神压力一天比一天大 虽然赚钱了  
但是 不是很兴奋的那种 反而有一种恐高的感觉 因为赚多了  
怕陪了 真的想休息一段时间 但是 现在 正是行情时期  
好烦。。。

平常心对待。  
买了该做什么还是做什么。  
不要一直盯着。

## 二、有很大的工作压力导致失眠如何解决？

我最近 工作压力也很大但是我的一位叔叔告诉我的一个方法很不错，帮我避免了很多压力的产生宏基的老板桌子上有条座右铭：在工作中我们要分清什么是困难什么是麻烦，困难就是你现在或者短时间内自己解决不了的问题，遇到困难你首先想到的是求助别人完成，事情国画再学会自己如何完成。  
麻烦是自己能完成但是复杂的事情，是自己力所能及的事情，遇到麻烦就不要怕花时间，一步一步解决就行。  
分清了困难和麻烦你就可以更正确顺利的完成工作。  
大概意思是这样的了。  
不要怕麻烦，也不要被困难吓倒。  
理清下思绪，想想自己真的不能完成吗？如果真的时间不够你努力了也无憾了。  
老兄，积极点：)

### 三、怎样可以给自己解压，最近事多刚学的会计做了三四个月的账，晚上有时总想睡不着压力大

1. 提醒自己在进入新工作时压力巨大是必然的，会慢慢减轻并习惯。
2. 压力特别大时作深呼吸几次，长长地呼吸。  
同时告诉自己一切都会好的。
3. 把你的问题用笔或电脑记事本写出来，然后自己解答。  
比如说，“总想”，也许你可以写：一开始想这事就打断自己，立刻想想别的事，比如最近看过的电视剧。  
熬过这一段就会好的。  
适当注意运动。

### 四、请问有经验的人,如何改善因为焦虑或压力大而造成的失眠?

你有去看过医生吗?是身体缺什么矿物质 还是只单纯的是压力过大?如果找过西医那也去看看中医调整一下身体多接触阳光 多运动 饮食调整 慢慢多少会有作用的

### 五、做股票业务员好难压力好大啊，引导不了客户，哎！

现在的都是存量资金客户，资金量一般都在百万千万级别比较多的老股民，10万以下的很少很少，对老股民有自己的一套成熟技术，你要引导他们可以，你的技术水平必须比他们还要高，最关键的是你必须实际买卖过程中你让他们相信你的方法能让他们赚钱，如果只是理论劝你不要多想了，老股民技术理论都很成熟了，你引导他们除非你的实战技术经验足以说服老股民的技术理论，等你坐庄几年你就能驾驭老股民了。  
希望你好运吧，给分吧，给分教你更好方法

### 六、压力大了为什么睡觉不起来？

因为你心烦了。

## 七、[讨论] 买股你还睡得着觉吗？

.....这是摩根说的？偶只知道，如果凡事必有因果，睡不着基本上可以归集为以下几大因素：1、仓位过重，全仓了或者重仓，差不多也就是老摩的说法2、就基本面而言，存在一定的不良而且干扰因素3、技术形态在你买入后开始走弱4、买入价位高于日的成交价或一定期间的均价=====对于1，对让你担心的个股进行减仓处理，减到你可以安心而又不失关注度为止（注意保留一定压力的关注度，否则这项投资是失败的），如果觉得资金没有得到合理运用，那就把减仓空出来的资金投到其他的个股上；

2、防狗查这家公司的资料，落实存在干扰面的主要因素，分析干扰的实质，而这些因素是否对大多数投资者的干扰，干扰是单边的（利好或者利空）还是多边的（也就是操作题材，既可以做多也可以做空）；

3、这个只能做健忘者，买入之后技术形态走弱，而且破了止损价马上立场，留得x在哪怕没柴烧。

4、做波段买入，不要一次性投入，分散在高点买入的风险。

## 八、a睡不着觉怎么办啊

听一些轻柔的音乐

## 九、[讨论] 买股你还睡得着觉吗？

我最近 工作压力也很大但是我的一位叔叔告诉我的一个方法很不错，帮我避免了很多压力的产生宏基的老板桌子上有条座右铭：在工作中我们要分清什么是困难什么是麻烦，困难就是你现在或者短时间内自己解决不了的问题，遇到困难你首先想到的是求助别人完成，事情国画再学会自己如何完成。

麻烦是自己能完成但是复杂的事情，是自己力所能及的事情，遇到麻烦就不要怕花时间，一步一步解决就行。

分清了困难和麻烦你就可以更正确顺利的完成工作。

大概意思是这样的了。

不要怕麻烦，也不要被困难吓倒。

理清下思绪，想想自己真的不能完成吗？如果真的时间不够你努力了也无撼了。

老兄，积极点：)

## 参考文档

[下载：炒股票压力大睡不着觉怎么办.pdf](#)

[《蜻蜓点睛股票卖出后多久能取出》](#)

[《混合性股票提现要多久到账》](#)

[《农业银行股票一般持有多久分红》](#)

[《启动股票一般多久到账》](#)

[《一只股票停牌多久》](#)

[下载：炒股票压力大睡不着觉怎么办.doc](#)

[更多关于《炒股票压力大睡不着觉怎么办》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/store/8923534.html>