

【22_032/思考系メルマガ】トレードに必要なのは メンタル じゃなく『マインド』

〇〇さん

こんにちは、クロガキ(クロ)です。

昨日は月末、それに加えて新型コロナ感染疑いによる自宅待機の要請に従うという事で

集中力も削がれている気がしたので

トレードは出来る場所があれば、、、程度に無理なくやるつもりでしたが

1か所いい所があったので共有しておきたいと思います。

▼GBPAUD(S) 結果:20pips▼

<https://twitter.com/fxrealtradelive/status/1488021469804507138?s=20&t=NiajIUHXG5udEtl5F96jKw>

～～

週レジ(1番ライン、直近高値)上抜け失敗を背にしてのエントリー。

日足の状況も見ると、前日までの上昇の勢いからショートは難しそうに見えますが

H1足の20SMA G1に伴う、M15足の下げ①波を確認してから、プルバック終了を待った結果、きれいに落ちてくれる形に。

これは、乖離MAが平均値に回帰する動きを狙うやや応用的な逆張りエントリーなので、握りすぎないのがポイント

～～

┌
└─┬─
■ メンタル と マインド の違い

先日ツイートしたこととも関連するのですが

▼元ツイート▼

https://twitter.com/fxrealtradelive/status/1488009981857529858?s=20&t=NRbc_Fq3vgVtvyutanVoRw

僕の中では『メンタル』と『マインド』の意味合いは明確に区別をしています。

辞書的意味で分類すると

メンタル:精神面、心の状態に関する事

マインド:物事に対する 意識

となります。(辞書によって表現は多少違う)

僕の中でどのように区別しているのかというと

『メンタル』は、自分の ”心(精神)の状態” そのものをさすので、自分の中で制御するのが難しい要素です。

一方『マインド』は “物事に対する意識=『考え方』” なので、自分の中であるべき姿を規定することができる。

即ちそれは、『自分の中で制御できる』ことを意味します。

以前のメルマガでトレードとは『決める』ことである、という話もテーマとして扱いましたが(24~26通目あたり参照)

これも一種の『意識(マインド)』で括することができます。

メンタルに頼ったトレードでは、その日の調子の良し悪しや、(とくに根拠のない)自信によってロットを変えてトレードしたり

変にいつもと違う利確・損切の引っ張り方をしてしまったりと

常に一貫性のないトレードを行って、崩れてしまいがちです。

ですが、『一貫した決めごと』を意識する事(マインド)でトレードをし続けることで

『仕組み(昨日のメルマガ参照)』から、自分のトレードの一貫性を保てます。

この技術を突き詰めていけば、最終的に「メンタル」に左右される余地などは無くなってきます。

それこそ、何事も無かったかのように、当たり前『利確・損切』を行い

その試行回数を積み上げていけば、気が付いたら資金は増えて終わっている。

自分はただ、一貫して同じ意識下のトレードを行い続けつつ、時々一貫性のブレを

『振り返って確認・修正』してやればいいだけです。

「1発のトレードで大きな利益を上げたい」

「誰もがうらやむカッコいい・スマートなトレードをしたい」

そんなふう考えていた時期が僕にもありましたが、そういう他人の目を気にしたトレードや

思い込みが先行したトレードは大抵碌な結果を生まないものです。

継続的に稼ぎ続けるトレードを実践するには、自分のなかで一貫性のある『マインド』を

しっかり固めるための技術が必要であることは、常に念頭に置いておきたいですね。