

# 交易日记-2025-05-15

## 一。四大规则

### 进场规则：

顺大做小；趋势背驰或极端乖离；多级别共振。

### 出场规则：

达到技术面出场目标；达到盈利或止损目标；有疑惑或不安时；没出现自己进场条件下应该发生的走势时（无关是否盈亏）。

### 仓位规则：

操作级别和风险级别决定仓位大小。

### 情绪规则：

时刻检查是否情绪在主导交易。必要时停下来，等一等。

## 二。当天交易行为

### 走势和交易图示



SPX走势图（截止2025/05/15）

## 交易描述

### 一。交易时的市场情况

继昨天震荡走低走势，今天大盘低开，震荡走高，下半场盘更大级别中枢。

### 二。交易行为以及决策过程（技术面逻辑和心理逻辑）

1. 在1处开put spread纯属赌缠图的蓝上中（非本图中带箭头的蓝色）的黄上出中枢不成功。本单荣获【当日最差单】称号！
2. 在2处加空仓put spread，缠图黄上可视为标准趋势背驰。
3. 在3处平仓2处开的仓。已回到最后一个中枢波动空间。另外“降低第一单错误成本”的思想也起到影响作用。
4. 在4处加开空单put spread，图中带蓝色箭头的走势内部无背驰，认为走势不完美还有新低。心理层面今天陷入到“不服输”的无理情绪中，第一单空单的情绪因素仍然在影响自己的交易行为。
5. 尾盘出新低无望，止损平仓今早第一单。
6. 尾盘紫上无望反转回4处的高点，止损平仓4处的空单。

### 三。认知，情感或行为模式所产生的结果

1. 在1处开单完全受到个人主观偏见的影响，无视缠论视角下的无背驰无转折的原理，也没看当时技术指标是无背离的事实。赌徒的幻想心理在这一单中体现的淋漓尽致。逻辑，规则和理性荡然无存！！
2. 在3处的平仓有受到平摊降低第一单成本的心理因素。
3. 在4处的开单，技术上已经很勉强，且可保证的只有一个可以不创新低的下。特别是已临近尾盘，而且MACD已有背离信号。但受到“不承认”第一单错误的无理情绪影响，还有今日盘中高点后的蓝箭头下没有最大程度地吃到的懊悔情绪的影响。
4. 在5处和6处的平仓时，还在幻想出比最后那个蓝色箭头下低点更低的新低。好在最后市场仁慈，尾盘短线出现大阴线，降低了些损失。而市场的仁慈是不可把控也不可持续的。
5. 在5和6处的平仓，赌博心态依然存在，甚至在市场仁慈给机会的时候还有些犹豫是否赌到最后。忘记了到市场来是为了“少亏多赚”的宗旨。
6. 今天还有个争取达到某个盈利目标的心理在作祟。

### 当天最差交易分析

在1处开的空单，是今天最无厘头的一单，逻辑不清，没有任何指标支持交易。缠论角度，早盘一小时构建的浅蓝色中枢离开段完全没有背驰，不支持开空单。且从上面今日走势图可看到，走势突破长期均线后均线组呈多头排列，MACD随着股价新高而新高，技术指标无背离，仅仅因为心中有不会再创新高的偏见而开单。主观情绪完全主导交易。更有甚者，虽然意识到这单很糟糕，在途中第三段紫色上结束后的回踩，也没采取平仓动作，“期待”因第三段紫色和第二段紫色有盘

整背驰而引发反转，违背了立刻纠正错误和有疑惑及时平仓的交易规则。“为证明自己正确”的情绪使得交易失去理性，也没有按照情绪规则中的要求静下来检查当时的情绪。

在第三第四段紫上结束后的回撤低位，第三段蓝箭头下的位置（打到长期均线），以及第四段蓝箭头下的位置，都是很好的平掉错误仓的机会，市场给了4次很好的改正错误的机会，被“侥幸心理”蒙蔽了理性。

第一单的错误开单和随后的不纠正错误，导致了全天交易的失控。至少影响了2处空单的持有心态，和4处开单是否有必要。如及时纠错后，从继续做空角度，有很多机会重新开更合适的单，完全有机会弥补损失并能有不错的收益。甚至考虑走势和自己预期不一样应该转换多空思维。这是一单毫无进场逻辑，且完全没遵守出场规则的完全被五毒掌控一单！无论如何不应再发生！

## 三。总结

### 肯定的部分

在2处的空单从缠论视角是针对最近的中枢初3买后从早盘低点上来的走势以趋势背驰结束，且得到指标背离的支持。

### 改进的方面

1. 在1处开的错误单，表明每次下单的规则必须要得到技术面的理性支持。原则上要得到以下几个技术分析角度中的一种以上支持：1. 缠论结构（走势结构的尾端且有背驰）；2. 指标背离；3. 量能出现异常。
2. 在3处平在2处开的空单，如果超过一个contract，可以选择先止盈一半锁利，让另一半继续。因为缠论结构黄上是以趋势上结束，最低标准回最后一个中枢波动区间，另外还有两种分类：更大级别盘整和更大级别反趋势。因为当时只走出一个黄色的次级别，至少还有另外一个黄色的次级别走势。
3. 在4处开的空单从缠论角度可保证的部分只是开单后的那个短短的下跌。技术角度，走势掉头向上就要平仓，而不是等到尾盘那里完全靠市场赏赐的运气去平仓。这单技术上理由勉强且临近收盘，不应该做。
4. 在5和6处市场给了最后的机会，不能再有任何犹豫和侥幸心理，要果断平仓。理论上在1和4处开的单不应该等到最后才平。其中第1单市场给了无数的机会。第一单如能第一时间及时纠错后，后面2处开的单，心态会完全不同。