

# 交易日记-2025-06-02

## 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：

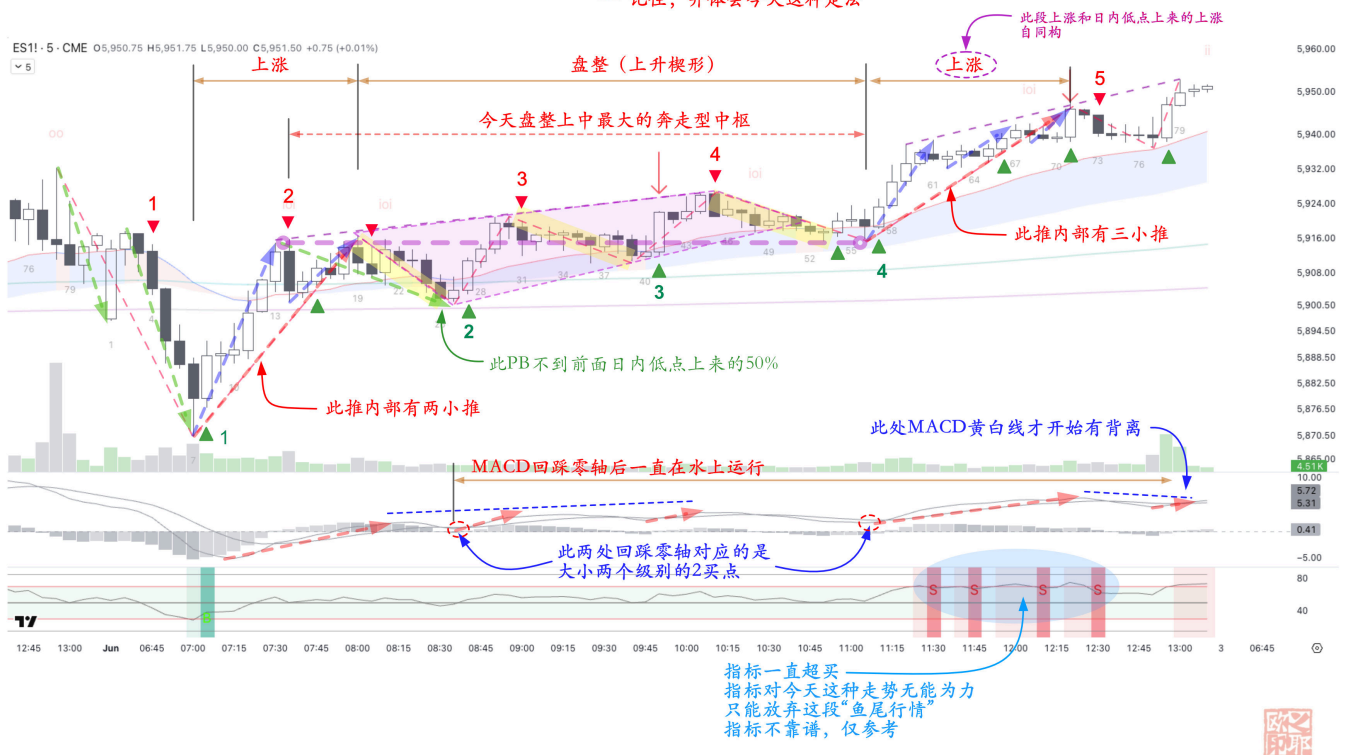
时刻检查是否情绪在主导交易。必要时停下来，等一等。

## 二。当天交易行为

### 走势和交易图示

★今天早盘探底回升越过EMA20后一直沿着EMA震荡上行，低点不断抬高，上台阶走法

记住，并体会今天这种走法



ES走势图（截止2025/06/02）

## 交易描述

### 一。交易时的市场情况

开盘下探日内低点后震荡盘升，直尾盘。

### 二。交易行为以及决策过程（技术面逻辑和心理逻辑）

1. 早上9点半出门，判断今日后面走势是中枢震荡，埋一个空单于9点54分成交。
2. 12点24分看是盘整上内部小级别盘整上，具备结束条件，开了一空单

### 三。认知，情感或行为模式所产生的结果

1. 在有心理预判的前提下开了第一个空单。
2. 第二个空单是基于结构和形态

## 当天最差交易分析

略

## 三。总结

1. 违背了出门不草率开单的规则。
2. 第二单回到最后中枢，且打到今天一直支撑有效的EMA21均线，因为使用的是期权，已有超过50%收益，内心在平仓和赌尾盘下跌中徘徊，最终赌博心态战胜技术分析。老毛病，差评！

### 肯定的部分

略

### 需要改进的方面

1. 在不能看清楚走势全貌的情况下不轻易开单！比如出门在外，不能关注走势。
2. 当赌博心态和技术分析相冲突时，选择站在技术本身。宁可不赚。