对于职业交易者来说,做交易必须要有职业规划

,必须要有交易计划。闷头交易只会浪费青春,浪费时间,职业交易者做的是长久的打算,是以职业交易为生,必须要以5年10年的目标来对当前的交易操作进行规划。期货市场

是不缺一夜暴富的交易者的,缺的是长寿的交易者。合格的交易者必须是长寿的交易者,自你打算成为职业交易者的那一天起,就应该做好长期交易的打算。期货市场属于风险交易市场,到处都是风险,想要在这里生存,而且是长期的生存,必须要早做打算,一开始的方向必须要选对,选择大于努力。



想要在期货市场中长期地存活下来,方法必须要做对。不管你之前是赚钱还是亏钱了。一旦你明确成为职业教育者,那就必须要找对方法。先找方法,然后再做,否则做了10年8年,也只是徒然浪费时间。

如果你在生活中不能自律,那么,很难想象你在期货交易中能自律

期货交易,不管是技术还是基本面

,做到最后,方法上殊途同归,考验的只是心态和执行能力。这个心态和执行能力 怎样去保证呢?那就是你的生活首先要过得好,这个好,指的是生活得足够有规律



我们知道国内期货交易的开盘时间是早上9点。如果你是一个职业交易者,每天都睡懒觉到八九点才起床。那么起床之后还要吃早饭,如果不吃早饭长此以往身体也会受不了,直接造成的影响就是精神状态,交易状态不好。交易状态不好,在交易的时候百分百会对执行力有影响。早上起床起得太晚,精神状态朦朦胧胧的,这个时候去看盘,那对于操作来说是非常不利的,容易出现情绪引导交易的情况。



国内很多品种都有夜盘,但是我个人是不建议咱们职业期货交易者去做夜盘的,夜盘一直持续到晚上11:00,有些还要到夜里的3:00才结束。如果你熬夜看盘,长期下来,身体肯定是要出问题的,而且对于第2天的日盘也会有影响。一天处于睡眠不足的状态下,大脑的思维就不够清晰,容易做出错的决断。

除了吃饭睡觉之外,其次强烈建议交易者要做的事情就是锻炼身体,职业交易者必须要有一个锻炼身体的计划,而且每天都必须要执行。职业交易是一个非常消耗脑力的劳动,相对来说体力劳动就比较缺乏。长期久坐,身体就容易出现各种各样的毛病,期货交易的第1个因素就是必须要身体健康,有一个好身体才能去谈去做好交易。

这个锻炼计划,尽可能地去到外面锻炼,到室外锻炼,因为期货交易整天面对着电脑,是在屋子里面交易的,不接触外界,时间长了人容易压抑,情绪释放不出来就会对交易操作产生影响。