Торговый журнал для отслеживания вашей эффективности

В сегодняшнем уроке я хочу обсудить с вами одну из самых важных частей профессиональной торговли на Форексе: создание и заполнение торгового журнала. Я также собираюсь предоставить вам пример торгового журнала, для регистрации всех ваших сделок. Я гарантирую, что это поможет вашей торговле и мышлению.

Если вы не терпеливы и не будете читать всю статью, вот вам ссылка на мой торговый журнал.
http://tradethemarket.net/uploads/images-2013-01/trading-journal.zip
Я отслеживаю все свои сделки, используя эту таблицу.

Сначала я хочу объяснить вам, почему ведение журнала необходимо для становления профессиональным трейдером, а затем я покажу вам, как выглядит мой журнал, чтобы вы получили представление о том, как заполнять свой собственный. К концу этой статьи вы уже будете знать, как создать свой собственный торговый журнал, и это большой шаг в направлении профессиональной торговли.

Зачем нужен торговый журнал?

Прежде всего, торговый журнал необходим для того, чтобы вы могли остслеживать свою торговую производительность с течением времени. Многие начинающие трейдеры могут «зависнуть» на результатах отдельной торговой сделки, в то время как профессиональные трейдеры знают что их торговая эффективность измеряется по результатам ряда сделок, а не по одной или двум. Поэтому очень важно иметь возможность отслеживать свои результаты так, чтобы видеть, что вы делаете на большом количестве сделок, это позволит вам не зацикливаться на отдельных сделках. Вы должны думать о журнале как о постоянном и ощутимом напоминании о том, что ваша производительность должна измеряться на длительном периоде. Иметь в наличии такое напоминание очень важно, особенно в начале вашей карьеры, это позволит вам быть сконцентрированным и не позволять эмоциям от одной сделки вас волновать.

Следующее, что я хочу сказать, это то, что вы должны получать удовольствие и гордиться от заполнения торгового журнала. Если у вас есть реальный опыт, который показывает, что вы можете быть дисциплинированным, последовательным, у вас будет желание его не испортить, например, становясь эмоциональным и допуская глупые торговые ошибки. Таким образом, торговый журнал будет поддерживать в вас ответственность, ведь необходимо что-то чему вы будете отчитываться за свою торговлю, потому что над вами нет боса, угрожающего вас уволить, если вы делаете что-то не так. Если у вас нет много денег для торговли, создание послужного списка, который показывает стабильные результаты в течении длительного периода времени будет доказательством того, что вы можете торговать, и если у вас будут доказательства, вы сможете найти инвесторов, согласных вложить в вашу торговлю деньги. Как вы видите, создание и поддержание торгового журнала, это ключевой элемент для любого эффективного торгового плана.

Наконец, как я рассказывал в статье об одном дне из жизни трейдера, ваша торговля должна быть шаблонной. Создание и поддержание торгового журнала, предоставит вам структуру, необходимую для планирования вашего торгового дня, также поможет вам изучить и сосредоточиться на отдельных элементах торговли, которые обсудим ниже. По сути, торговый успех является результатом того, что вы будете делать много вещей правильным образом,

каждый раз соприкасаясь с рынком, а торговый журнал поможет вам делать все правильно, каждый раз, когда вы торгуете.

Что должен включать торговый журнал, и как мне его создать?

На рисунке ниже снимок моего торгового журнала. Я ввел пример торговой сделки только для демонстрации журнала, это не реальная сделка, открытая мною, хотя это был хороший сетап прайс экшн. Тем не менее, такой журнал я использую в своей работе, если вам нравиться то можете его использовать, или настроить его под себя.

	A	B	C	D	E
1	Entry Date	Security/Fx Pair	Entry B / S (buy or sell)	Planned Stop	Planned Target
2	4/19/2011	AUDUSD	Buy @ 1.0530	1.0440	1.0800
3					
4					
5					

- Entry date (Дата входа): тут все понятно, это дата открытия сделки. Дата, когда вы размещаете сделку и дата открытия может отличаться, но здесь пишем только дату открытия сделки.

-Security / FX pair (Инструмент): конкретно указываете чем торгуете, это будут валютные пары или золото/серебро для большинства из нас. Если вы не уверены чем лучше торговать, прочитайте мою статью о том, какие пары лучше выбрать для торговли.

- Entry B / S (вход покупка/продажа): здесь указываете цену открытия и куда открыта сделка (покупка или продажа).

- Planned Stop and Planned Target (запланированный стоп и цель): здесь указываете ваши предустановленные цены стоп-лоса и цели. Очень важно заранее определить стоп и цель. Если вы собираетесь тралить стоп, то можете это указать, например такое «передвигать стоп-лосс каждый раз когда сделка идет в мою сторону на 1R».

F	G	H	I
Possible Risk	Possible Reward	Position size (lots)	Exit Price
$90.00	$270.00	1 mini-lot	1.0800

- Possible $ Risk (возможный риск): какую сумму вы можете потерять в сделке?

- Possible $ Reward (возможная прибыль): какую сумму вы стремитесь получить в сделке?

- Position size (lots)(размер позиции, лотов): ваш размер позиции в сделке, другими словами количество лотов/минилотов, которыми вы торгуете. Чтобы узнать больше о расчете размера позиции, прочтите мою статью об этом.

- Exit Price (цена закрытия): цена по которой закрылась ваша сделка.

J	K	L	M	N	O
Pips +/-	Total P/L	Planned R:R	Actual R:R	Exit Date	Setup
270	$270.00	1:3	1:3	4/27/2011	Bullish pin bar in uptrending market.
					Showing rejection of the dynamic 8 day EMA support level.

- Pips +/- (пункты +/-): сколько пунктов вы заработали или потеряли в сделке.

- Total P/L (сумма прибыли/потерь): какую сумму денег вы заработали или потеряли в сделке.

- Planned R:R (запланированное соотношение риска к прибыли): какое соотношение риска к прибыли вы планировали получить в сделке?

- Actual R:R (фактическое соотношение риска к прибыли): какое соотношение риска к прибыли вы получили в конечном итоге? Это очень важно, если вы не можете достигнуть соотношения риска к прибыли 1:2, то увидите, что зарабатывать будет все труднее. Также вы можете проследить за собой, не забираете ли вы прибыль слишком рано, что снижает ваше общее соотношение риска к прибыли, или вы принимаете больший риск чем запланировали, что также случается у трейдеров.

- Exit date (дата закрытия сделки): дата, когда сделка была закрыта.

- Setup (сетап): описываете сетап по которому вы открыли сделку и почему.

Заключительные мысли

Документирование ваших торговых результатов является необходимым компонентом становления профессиональным трейдером. Когда ваш торговый журнал будет прогрессировать на протяжении ряда сделок, вы начнете понимать его важность более четко. Сила соотношения риска к прибыли и управления капиталом станет явным доказательством для вас, когда вы посмотрите свой торговый журнал после нескольких месяцев или больше. Имея такие материальные доказательства, вы можете явно увидеть как дисциплина и терпение окупаются с течением времени, что в свою очередь является важным элементом поддержания правильного торгового мышления. Реальность торговли такова, что в определенный момент времени вашего обучения трейдингу, вы обязательно должны понять как вам стать дисциплинированным и организованным трейдером, в противном случае вы никогда не станете успешным на рынке. Создание и тщательное поддержание вашего торгового журнала, это самый быстрый и наиболее эффективный путь становления дисциплинированным и прибыльным трейдером.