

# 炒股亏钱失眠怎么办：炒股精神压力大，失眠怎么办-股识吧

## 一、炒股精神压力大，失眠怎么办

炒股成功的秘诀就是要有好的心态你炒股弄得失眠建议你退出股市不然赔了夫人又折兵到时候亏钱了更加别想睡觉了

## 二、买基金亏了好多钱怎么办？

只能说花钱买教训了，下次再做决定时一定要考虑周全，在投资时一定要考虑自己风险承受能力。

我也买了基金，现在亏了2000多，不过还没赎回，一直放着呗。

## 三、进入股市感觉很累，改怎么解决？

平常心。

买股票要有心理抗压能力。

有风险意识，不要用生活必须资金来炒股，不能有患得患失的心理。

见好就收，没有后悔，更没有前悔。

保持平常心，保证操作的准确性。

刚入市，切勿投机。

## 四、睡不着觉

大多数好赌之人都有失眠，心态最重要了，放开点，把钱财视为身外之物就好了！

## 五、做股票为什么那么容易失眠？

主要是技术水平差所导致的，建议努力提高技术水平，另外可以服用一点安眠药来解决！

## 六、我炒股亏了，想放弃又不甘心，就这样心里总是放不下，就引起了失眠。不知道成都有哪些方法可以缓解呢？

每一个十年以上股龄的股民都是这样走过来的。

看了楼主的帖子，说实话，我很难受。

楼主在没有找到自己的交易方法之前，盲目加大投资金额，结果却越亏越多，心理压力加大，是导致失眠的主要原因。

股市中有一句话：留得青山在，何愁没柴烧。

钱财乃身外之物，如果因为炒股亏钱而失眠，我认为大可不必。

炒股是一个漫长的探索过程，需要从心理、交易系统、交易纪律入手，一个一个彻底解决了才有可能赚钱。

这些都是自己写的，不妨我们交流交流，我也一直在股市探索：

先说系统：系统的建立主要用均线，MACD作为辅助。

牛市、熊市、震荡市采用三种操作不同的策略。

记住：月K线定牛熊。

这是决定你炒股成败的第一步，需要你去反复研究，翻看指数与所选个股反复验证，分析成功、失败原因。

选股和选时也很重要，但大盘趋势我认为最重要。

选股次之。

如果大方向都不对，迟早玩完。

这一层是基石。

就是会看大盘趋势。

没有这一步就没有第二步。

再说心态：心理的变化与仓位有关，在买卖中一定要作好资金的管理，才可以让心态放松。

具体方法是：1、控制好自已的仓位，熊市中最高仓位永远不能超过50%，如果你的仓位过重，大盘一有风吹草动就玩完，你心理紧张，频繁买卖，失手就会多；

2、客观明了的交易方法。

前面已经说过，就是交易方法。

这个方法经得起检验，能够从容应对震荡，即使看错了，由于你及时止损，亏损也是可控的。

有了这两个基础，好心态会逐渐建立。

这个过程一般需要两年才能毕业。

也就是说，系统建立后还要两年。

再说说纪律：从2009年10月自己的方法形成后，总体胜率还不错。

但今年8、10月操作依然失误，仓位没有控制好，感觉自己还有很多东西需要总结。

失误主要在于仓位及熊市快进快出这个特点，自己还没有很好掌握。

纪律才是交易的核心，我现在也还是个门外汉，呵呵。

晚安，愿炒股大哥心态轻松起来，身体比钱重要！

## 七、做股票为什么那么容易失眠？

炒股的危害：1. 精神压力大，容易引起家庭冲突。

2. 股市跌宕起伏，容易影响日常工作。

3. 影响日常生活，影响身体健康。

4. 容易引起引起失眠、焦虑、抑郁、自卑、自闭、嫉妒、疲劳、情绪失常等精神问题。

5. 股市有风险，入市需谨慎。

## 八、我炒股亏了，想放弃又不甘心，就这样心里总是放不下，就引起了失眠。不知道成都有哪些方法可以缓解呢？

每一个十年以上股龄的股民都是这样走过来的。

看了楼主的帖子，说实话，我很难受。

楼主在没有找到自己的交易方法之前，盲目加大投资金额，结果却越亏越多，心理压力加大，是导致失眠的主要原因。

股市中有一句话：留得青山在，何愁没柴烧。

钱财乃身外之物，如果因为炒股亏钱而失眠，我认为大可不必。

炒股是一个漫长的探索过程，需要从心理、交易系统、交易纪律入手，一个一个彻底解决了才有可能赚钱。

这些都是自己写的，不妨我们交流交流，我也一直在股市探索：

先说系统：系统的建立主要用均线，MACD作为辅助。

牛市、熊市、震荡市采用三种操作不同的策略。

记住：月K线定牛熊。

这是决定你炒股成败的第一步，需要你去反复研究，翻看指数与所选个股反复验证

，分析成功、失败原因。  
选股和选时也很重要，但大盘趋势我认为最重要。  
选股次之。  
如果大方向都不对，迟早玩完。  
这一层是基石。  
就是会看大盘趋势。  
没有这一步就没有第二步。  
再说心态：心理的变化与仓位有关，在买卖中一定要作好资金的管理，才可以让心态放松。  
具体方法是：1、控制好自己的仓位，熊市中最高仓位永远不能超过50%，如果你的仓位过重，大盘一有风吹草动就玩完，你心理紧张，频繁买卖，失手就会多；  
2、客观明了的交易方法。  
前面已经说过，就是交易方法。  
这个方法经得起检验，能够从容应对震荡，即使看错了，由于你及时止损，亏损也是可控的。  
有了这两个基础，好心态会逐渐建立。  
这个过程一般需要两年才能毕业。  
也就是说，系统建立后还要两年。  
再说说纪律：从2009年10月自己的方法形成后，总体胜率还不错。  
但今年8、10月操作依然失误，仓位没有控制好，感觉自己还有很多东西需要总结。  
失误主要在于仓位及熊市快进快出这个特点，自己还没有很好掌握。  
纪律才是交易的核心，我现在也还是个门外汉，呵呵。  
晚安，愿炒股大哥心态轻松起来，身体比钱重要！

## 参考文档

[下载：炒股亏钱失眠怎么办.pdf](#)  
[《拿一只股票拿多久》](#)  
[《股票你们多久看一次》](#)  
[《股票增发预案到实施多久》](#)  
[《msci中国股票多久调》](#)  
[下载：炒股亏钱失眠怎么办.doc](#)  
[更多关于《炒股亏钱失眠怎么办》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/book/24287289.html>