

炒股亏钱心情压抑怎么办！股票市场亏本如何自我调节心情？-股识吧

一、我心爱的人炒股亏了几万块，他心情不好怎么办？

其实最重要的是放松心情，趁着十一出去旅游调整下心态。

在资本市场就一句话，有钱就有机会，钱没有啦再好的机会都不是机会啦。

而且机会是需要耐心等出来的，不是你想要的时候就有的，做好前期准备工作，在关键时候发挥作用。

1、制定适应自己的标准你首先制定的是一个适应自己的对错标准，而不是适应市场的对错标准，因为在任何时候市场都不可能给你一个明确而肯定的对错标准。如你做一把卖单，从图形来看，你既可以认为上涨30点后市就可能要涨，但换个角度，你可能又会认为突破盘区才可能上涨，而突破盘区就要承担50点的亏损，但再看远一点，你也可以认为创新高才能确认上涨，而此时你需要承担80点的亏损。那么，从市场角度来说，你到底该用哪个标准来判断你的对与错？确实，市场不会主动给你一个判断标准，对与错的判断标准只能以适应自己的承受能力来确定，以适应自己为主。

进场交易，结果被套，是否就错了呢？笔者认为只要不到止损点交易就仍然处于正确状态。

若你一次交易获利10点，是否就对了？这得看此次行情规模有多大，若行情达到100点，则笔者认为此次交易仍然是错的。

对与错不能由盈亏来判断，而应由盈亏的质量来判断，做错了只有小亏损、做对了有大赢利才是对，否则则是错。

对与错的评判标准其实就是止损点如何设、是否严格执行的问题，止损点如何设立是一个因人而异的问题，但严格执行则是应普遍遵守的纪律。

2、允许犯错在交易中如果你不允许自己犯错，则你的交易要么非常小心，高度紧张，心态难以平衡，要么一旦做错就不认错而铸成大错，这都是交易大忌。

出现亏损在交易中是非常正常的事，你应当把适当的亏损看成是获利所必须付出的代价和成本，机会都是寻找出来的，不是一眼就能看出来的，不付出代价就想成功那是幻想。

只有允许自己犯错，你才能有更多的交易机会，才会消除对市场的恐惧，你才能真正抓住获利机会，才能真正留住能长期获利的头寸。

交易犯错并不可怕，可怕的是对了不坚持，这才是最可怕的。

3、遵守纪律，执行标准遵守纪律，严格执行自己制定的对错标准是改正错误和交易获利的前提条件。

进场之后，你惟一需要做的就是用你的评判标准去判断该出还是持有，一旦触及止损点惟一可做的就是出场，否则就应该一直持有，直到评判标准给你发出离场信号

。

二、我现在心情好差好烦，股票大跌，亏损不少，怎么办

股票，只要持有，除非退市，否则怎么都还在的。

你不是银行贷款付利息，那就拿着，就当是十年期的定期存款。

会有解套走人的机会。

如果你觉得耐不住寂寞，那就把每个月工资的2000投入买入，总有一天会把利息和本金全收回。

股票，本质就是庄家和散户比耐心，谁耐不住寂寞，就会先倒台。

希望采纳。

三、炒股巨亏，心情颓废，怎么办？

在那里跌到 就在那里爬起来 学好技术 沉淀自己 多思考 从头再来！！！！

四、如何在炒股赔钱时调整自己的心态

一、不要过于急躁。

在跌市中，有些新股民中容易出现自暴自弃，甚至是破罐破摔的赌气式操作。

投资者无论在什么情况下，都不能拿自己的资金账户出气。

二、不要急于挽回损失。

跌市中投资者往往套牢严重，账面损失巨大，有的投资者急于挽回损失，随意的增加操作频率或投入更多的资金。

这种做法不仅是徒劳无功的，还会造成亏损程度的加重。

三、不要盲目杀跌。

在股市暴跌中不计成本的盲目斩仓，是不明智的。

四、不要过于恐慌。

惊慌失措不仅于事无补，反而会进一步扩大损失。

在股市中，有涨就有跌，有慢就有快，其实这是很自然的规律，只要股市始终存在，它就不会永远跌下去，最终毕竟会有上涨的时候。

五、不要过于懊悔。

后悔心理常常会使投资者陷入一种连续操作失误的恶性循环中，所以投资者要尽快摆脱懊悔心理的枷锁，才能在失败中吸取教训，提高自己的操作水平，争取在以后操作中不犯错误或少犯错误。

六、不要急于抢反弹。

特别是在跌势未尽的行情里，抢反弹如同是“火中取栗”，稍有不慎，就有可能引火上身。

七、不要过分看跌。

跌市中投资者要运用辩证思维看待股市的涨跌，股市中未来的行情不可能就是当前行情的翻版，根据当前市...一、不要过于急躁。

在跌市中，有些新股民中容易出现自暴自弃，甚至是破罐破摔的赌气式操作。

投资者无论在什么情况下，都不能拿自己的资金账户出气。

二、不要急于挽回损失。

跌市中投资者往往套牢严重，账面损失巨大，有的投资者急于挽回损失，随意的增加操作频率或投入更多的资金。

这种做法不仅是徒劳无功的，还会造成亏损程度的加重。

三、不要盲目杀跌。

在股市暴跌中不计成本的盲目斩仓，是不明智的。

四、不要过于恐慌。

惊慌失措不仅于事无补，反而会进一步扩大损失。

在股市中，有涨就有跌，有慢就有快，其实这是很自然的规律，只要股市始终存在，它就不会永远跌下去，最终毕竟会有上涨的时候。

五、不要过于懊悔。

后悔心理常常会使投资者陷入一种连续操作失误的恶性循环中，所以投资者要尽快摆脱懊悔心理的枷锁，才能在失败中吸取教训，提高自己的操作水平，争取在以后操作中不犯错误或少犯错误。

六、不要急于抢反弹。

特别是在跌势未尽的行情里，抢反弹如同是“火中取栗”，稍有不慎，就有可能引火上身。

七、不要过分看跌。

跌市中投资者要运用辩证思维看待股市的涨跌，股市中未来的行情不可能就是当前行情的翻版，根据当前市场运行特征直接的推测未来行情，未免过于单纯。

八、要顺应趋势。

在跌市中不要逆市做多。

九、调整仓位结构。

跌市中是调整仓位结构，留强汰弱的有利时机，可以将一些股性不活跃，盘子较大，缺乏题材和想像空间的个股卖出，选择一些未来有可能演化成主流的板块和领头羊的个股逢低吸纳。

十、等待行情临界点。

跌市中，投资者必须通过技术分析和基本分析手段，了解市场的调整力度的轻重和演化规律，选择调整力度即将衰竭到临界点时，再重新介入，短线参与波段行情。

五、炒股亏了心情不好怎么办

我也有此经历。
就是不去想这事，想也没用

六、炒股巨亏，心情颓废，怎么办？

在那里跌到 就在那里爬起来 学好技术 沉淀自己 多思考 从头再来！！！！

七、股票市场亏本如何自我调节心情？

如果你承受不了股市50%的下降！那你不适合炒股！

参考文档

[下载：炒股亏钱心情压抑怎么办.pdf](#)

[《一般股票持有多久才能赚钱》](#)

[《股票重组多久停牌》](#)

[《股票打折的大宗交易多久能卖》](#)

[下载：炒股亏钱心情压抑怎么办.doc](#)

[更多关于《炒股亏钱心情压抑怎么办》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/read/72892210.html>