
WYSPA · PIOTR CHUCHRAK

Psychologia Tradingu

dla początkujących

Zimna krew na gorącym rynku

DARMOWY FRAGMENT

Wstęp i rozdział 1 – o przeciwniku,
którego widzisz codziennie w lustrze.



WYSPA

wyspatrader.pl

A decorative horizontal line at the bottom of the page consisting of a series of small, stylized candlestick patterns in a light yellow/gold color.

Zimna krew na gorącym rynku



Piotr Chuchrak

„WYSPA”

Prawie 50 lat. Etat w UK. Trader, który stracił pieniądze i wiarę w siebie – zanim zrozumiał, że problem nigdy nie siedział w wykresie.

Wstęp

Cześć. Nazywam się Piotr Chuchrak, ale w świecie tradingu wielu zna mnie jako WYSPA.

Mam prawie 50 lat. Mieszkam w UK. Pracuję na etacie – tak jak Ty. Codziennie wstaję, jadę do roboty, wracam zmęczony i myślę: Czy tak będzie już do końca?

Wciąż tam pracuję. Ale nie chcę pracować tam za 5 lat.

To jest moja największa motywacja. To jest mój cel.

Przez lata marzyłem o tym, żeby zakończyć ten wyścig szczurów. Marzyłem o wolności finansowej. O tym, żeby nie musieć prosić szefa o urlop. O tym, żeby w końcu żyć na swoich zasadach. I zdecydowałem: trading będzie moją drogą.

Szukający swojej drogi, tracący kasę, kupiłem pierwszy kurs. Potem drugi. I trzeci. Czytałem książki, oglądałem YouTube’a, zapisywałem się na webinary guru, którzy obiecywali miliony w rok. Każdy twierdził, że ma „tę jedyną prawdziwą strategię”, że wystarczy kupić jego system za 500 funtów i już jestem ustawiony. Byłem naiwny i zdesperowany – idealny cel dla sprzedawców marzeń. Byłem coraz bardziej sfrustrowanym gościem, który tracił kasę. Czasem wygrywałem, ale potem wszystko oddawałem – i więcej. Siedziałem przed ekranem do 2 w nocy, klikając jak opętany, próbując odrobić straty.

Szukałem błędu w strategiach, w platformach, wszędzie. Ale problem był zawsze ten sam – siedział między moimi uszami.

W pewnym momencie pomyślałem: Może to po prostu nie dla mnie? Może jestem za głupi? Za stary? Za przeciętny?

Czułem się jak samotna wyspa – zdany tylko na siebie, bez kompasu, bez mapy, dryftujący po oceanie obietnic i rozczarowań.

Pewnie Ty też czasem tak się czujesz.

Punkt przełomu

Pewnego dnia trafiłem na materiał, który tłumaczył, jak naprawdę działa dźwignia i dlaczego sama w sobie nie jest głównym problemem. Byłem sceptyczny – przecież tyle już straciłem właśnie na dźwigni – ale okazało się, że autor miał rację. Postanowiłem dołączyć do społeczności traderów, która skupiała się na szczerych rozmowach o błędach, a nie na obietnicach szybkiego wzbogacenia się.

Wreszcie znalazłem ludzi, którzy mówili prawdę. Zamiast obiecywać nieziemskie zyski, pokazywali realne problemy. Analizowali moje transakcje, moje decyzje, moje błędy – i pokazywali dokładnie, gdzie zawałęm.

Po raz pierwszy ktoś wskazał mnie palcem i powiedział: „To nie jest wina rynku. To Ty. Twoja psychika. Twoje emocje. Twój paraliż decyzyjny.”

Bolało. Ale był to ten ból, który coś zmieniał.

Ta społeczność nauczyła mnie patrzeć na siebie bez iluzji. Nie na stratę, ale na to, co do straty doprowadziło. Nie na zysk, ale na to, czemu go nie zmaksymalizowałem. Nie na plan, ale na to, czemu go nie dotrzymałem.

Wreszcie zobaczyłem problem.

Moment, który wszystko zmienił

Pewnego dnia, przeanalizowawszy dziesiątki moich transakcji, usiadłem i zadałem sobie brutalne pytanie: „Co ja, do cholery, robię źle?”

I tym razem znałem odpowiedź.

Nie chodziło o strategię. Nie o wskaźniki. Nie o „tę jedną tajemnicę”, której mi brakowało.

Chodziło o mnie. O to, co dzieje się w mojej głowie, kiedy patrzę na wykres.

Strach. Chciwość. FOMO. Ego. Pycha. Desperacja. Zemsta na rynku.

To wszystko były moje emocje. Moje błędy. Moja niezdyscyplinowana głowa.

Rynek był sprawiedliwy. Pokazywał mi wszystko – ale ja nie byłem gotów tego zobaczyć.

I w tym momencie dotarło do mnie coś, czego żaden guru mi nie powiedział: „Rynek nie musi się zmieniać. To ja muszę się zmienić.”

Nie mówię, że jestem milionerem. Nie mówię, że już wygrałem. Wręcz przeciwnie – jestem na początku drogi. Ale po raz pierwszy czuję, że ta droga prowadzi gdzieś konkretnie. Że mogę nad tym zapanować. Że to się da.

I to uczucie – ta pewność siebie, ta kontrola nad własnymi decyzjami – jest warte więcej niż wszystkie kursy, które kupiłem.

Dlaczego piszę ten e-book?

Bo chcę się z Wami podzielić tym, czego się nauczyłem.

Nie dlatego, że jestem guru. Nie dlatego, że osiągnąłem jakiś mega sukces i teraz bogacę się na kursach.

Ale dlatego, że jestem tam, gdzie jesteś Ty teraz. I wiem, jak to jest.

Wiem, jak to jest tracić pieniądze i nie rozumieć dlaczego. Wiem, jak to jest siedzieć przed ekranem do 2 w nocy, sparaliżowanym strachem lub desperacją. Wiem, jak to jest czuć się jak nieudacznik, bo „wszyscy wokół zarabiają, a ja tracę”.

Ale wiem też, że da się z tego wyjść. I że klucz nie leży w kolejnej strategii – leży w Twojej głowie.

Co znajdziesz w tym e-booku?

Ten e-book to nie teoria. To surowa prawda o tym, co dzieje się w głowie tradera, kiedy pojawiają się presja, pokusa, strata, duma i zemsta.

Każdy rozdział rozkłada na czynniki pierwsze konkretny problem – i daje Ci narzędzia, jak sobie z nim poradzić.

Bez lania wody. Bez motywacyjnych frazesów rodem z Instagrama. Tylko czysta praktyka oparta na moim własnym doświadczeniu, błędach i lekcjach, za które zapłaciłem własnym kapitałem.

Bo wiesz co? „Nowicjusz szuka świętego Graala strategii. Doświadczony wie, że prawdziwa przewaga tkwi w psychice.”

Czy osiągnę cel? Zobaczymy

Nie wiem, czy za 5 lat będę już wolny od etatu. Nie wiem, czy zarobię tyle, żeby się uwolnić. Może tak, może nie.

Ale wiem jedno: po raz pierwszy w życiu czuję się pewniej ze swoimi decyzjami. Po raz pierwszy kontroluję siebie, zamiast pozwalać emocjom kontrolować mnie.

I chcę, żebyś Ty też to poczuł.

Bo nie chodzi o to, czy wygrasz każdy trade. Chodzi o to, żebyś w końcu przestał walczyć sam ze sobą.

Każdy z nas może to osiągnąć. Każdy z nas może czuć się lepiej i pewniej.

Nawet zwykły facet pracujący na etacie, który chce się z niego uwolnić w ciągu 5 lat, a przez lata szukał swojej drogi, tracąc kasę i wiarę w siebie.

Jeśli ja mogę – Ty też możesz.

Gotowy?

To nie będzie łatwa droga. Ale obiecuję Ci jedno: jeśli przejdiesz przez ten e-book i zastosujesz to, co tu jest – Twoja głowa nigdy już nie będzie Twoim największym wrogiem.

Może zostanie Twoją największą przewagą.

Witaj w podróży. Witaj na wyspie, która stała się twierdzą.

– WYSPA (Piotr Chuchrak) Facet taki jak Ty, który postanowił wygrać ze sobą – zanim pokonał rynek.

P.S. Każdy początkujący trader prędzej czy później przekonuje się, że jego najtrudniejszym przeciwnikiem nie są wykresy ani rynkowe zawirowania, ale własne emocje. Strach przed stratą potrafi zamrozić w miejscu, a chciwość pchać do ryzykownych zagrań bez opamiętania. Nie ważne, czy grasz na krypto, Forexie, akcjach czy indeksach – Twoja psychika reaguje tak samo. I to właśnie ona rozdziela tych, którzy przetrwają, od tych, którzy zgasną w trzy dni.

Ten e-book to Twoja mapa. Reszta zależy od Ciebie.



01

ROZ-
DZIAŁ

Emocje: Twój najtrudniejszy przeciwnik

Twój najtrudniejszy przeciwnik patrzy na Ciebie z lustra.

Powiem wprost: najtrudniejszym przeciwnikiem w tradingu nie jest rynek, ani inni gracze, ani brak wiedzy. Twój najgroźniejszy rywal siedzi w Twojej własnej głowie. Nazywa się strach, chciwość i czasem przybiera postać FOMO. Piszę to z własnego doświadczenia – jako trader, który nieraz dał się podejść własnym emocjom. Ten rozdział to wprowadzenie do trzech emocji, które najczęściej niszczą konta początkujących traderów. W kolejnych rozdziałach każdej z nich poświęcę osobną, pełną historię z mojego życia – tutaj tylko zarysowuję, z czym się mierzymy.

Zanim przejdę dalej, jedno wyjaśnienie: wszystko, co tu opisuję, przeżyłem na własnej skórze. Jeśli brzmi to znajomo, to dlatego, że każdy inwestor prędzej czy później przechodzi tę samą szkołę emocji. Różnica między tymi, którzy z czasem osiągają sukces, a całą resztą, polega na tym, jak radzą sobie z tym wewnętrznym przeciwnikiem.

„Rynek nigdy nie jest w błędzie – to tylko my nim być możemy.” — *Jesse Livermore*

Chciwość to głos, który szepcze: „jeszcze więcej, możesz zarobić dwa razy tyle”. To ona każe przedłużać wygraną transakcję ponad plan, dokładać kapitał na fali euforii i wierzyć we własną nieomyślność – dopóki rynek brutalnie nie zweryfikuje tej pewności. W rozdziale „Chciwość: gdy apetyt rośnie, a rozsądek maleje” opowiem, jak pasmo sukcesów niemal doprowadziło mnie do katastrofy.

Strach to najgorszy doradca, jakiego może mieć trader. Każe zwlekać z cięciem strat w nadziei na cudowne odbicie, a czasem – odwrotnie – każe wychodzić z dobrej pozycji za wcześnie, w panice. W rozdziale „Strach: paraliż, który drogo kosztuje” pokażę, jak strach potrafi całkowicie sparaliżować decyzje.

FOMO, strach przed przegapieniem okazji, to mieszanka chciwości i strachu w jednym. Popycha do wejścia na rynek bez planu i analizy, byle tylko „nie zostać z tyłu”, zwykle dokładnie w najgorszym możliwym momencie. W rozdziale „FOMO: strach przed utratą okazji” opiszę własną wpadkę z tym związaną.

Refleksje – jak okiełznać własne emocje

Historia, którą opisałem, mogłaby się pewnie rozwinąć w jeszcze dłuższy ciąg nieszczęść, ale zatrzymajmy się tutaj. Co tak naprawdę z tego wynika? Przede wszystkim to, że największe zagrożenie dla tradera pochodzi z jego wnętrza. Chciwość kusi wizją łatwych i wielkich pieniędzy, strach paraliżuje i każe uciekać w najgorszym momencie, a FOMO wypycha nas z planu i rzuca prosto pod pędzący pociąg rynku.

Nie zrozum mnie źle – emocje są naturalne. Nie da się ich wyłączyć jak przełącznika. Nawet najbardziej doświadczeni inwestorzy je odczuwają. Różnica polega na tym, że ci doświadczeni nauczyli się rozpoznawać je i reagować z dyscypliną, a nie impulsywnie. Początkujący często dają się ponieść. Ja dałem się ponieść wiele razy i zapłaciłem za to pieniędzmi oraz stresem.

Co mogę Ci poradzić na podstawie własnych przeżyć? Po pierwsze, zawsze miej plan – zanim klikniesz „kup”, wiedz, gdzie wyjdiesz z zyskiem, a gdzie utniesz stratę. Gdy przyjdzie moment decyzji, emocje już będą buzować, więc plan musi być przygotowany na chłodno zawnasu. Po drugie, zaakceptuj ryzyko. Jeśli perspektywa straty sprawia, że nie możesz spać, to znaczy, że stawka jest za duża. Zmniejsz pozycję do takiej, przy której nie dostaniesz palpacji serca przy byle wahaniach kursu. Po trzecie, ucz się na błędach – swoich i cudzych. Opowiedziałem Ci swoją historię po to, byś mógł wyciągnąć z niej wnioski dla siebie, zanim życie dopisze Ci podobny rozdział.

Na koniec szczerza prawda: w tradingu nie pokonasz rynku, jeśli najpierw nie pokonasz własnych słabości. Emocje będą zawsze – strach, chciwość, ekscytacja, euforia, panika – cały ten rollercoaster. Twoim zadaniem jest nie pozwolić im kierować Twoimi decyzjami. Gdy nauczysz się trzymać emocje na smyczy (bo wyeliminować się ich nie da), zrozumiesz, że to Ty masz kontrolę. A jeśli tego nie zrobisz, rynek prędzej czy później nauczy Cię pokory, tak jak nauczył mnie. Lepiej więc wyciągać wnioski zawnasu niż płacić za nie każdym kolejnym błędem.

Pamiętaj: Twój najtrudniejszy przeciwnik patrzy na Ciebie z lustra. Jeśli nauczysz się z nim współpracować i go dyscyplinować, zamiast z nim walczyć, masz o wiele większe szanse przeżyć i zwyciężyć w grze zwanej tradingiem. To dopiero początek naszej drogi przez psychologię tradingu, ale już teraz wiesz, gdzie leży prawdziwe wyzwanie. Teraz czas nauczyć się nad nim panować – krok po kroku, rozdział po rozdziale. Powodzenia!

KLUCZOWA LEKCJA · ROZDZIAŁ 01

„Twój najtrudniejszy przeciwnik patrzy na Ciebie z lustra.”

ZASTOSUJ TO DZIŚ

To był jeden rozdział z trzynastu.

Najtrudniejszą część masz jeszcze przed sobą.

Poznałeś przeciwnika. Pełna wersja pokazuje, jak go pokonać – rozdział po rozdziale, na moich własnych błędach i lekcjach, za które zapłaciłem własnym kapitałem.

- Brak planu to plan porażki – jak zbudować własny
- Żelazna dyscyplina i rutyna zamiast hazardu
- Strach, chciwość i FOMO – rozłożone na czynniki pierwsze
- Overtrading i odgrywanie strat – jak przerwać spiralę
- Ego, pycha i powrót do gry po bolesnej stracie
- 13 kluczowych lekcji i miejsce na Twoje własne wnioski

Pełna wersja, kolejne materiały i informacje o tym, co przygotowuję dalej:

wyspatrader.pl

– WYSPA (Piotr Chuchrak)

Facet taki jak Ty, który postanowił wygrać ze sobą – zanim pokonał rynek.

