



为什么股市赢家大多是懂哲学和历史的人？

股市心理战

一位资深股民的投资哲学

外行人看得懂，零基础学得会

朱沙沙◎著

你以为炒股是经济学，其实是心理学；
你以为炒股是投资学，其实是性格学；
你以为炒股是金融学，其实它是哲学。



中国华侨出版社

股市心理战

一位资深股民的投资哲学

外行人看得懂，零基础学得会

朱沙沙◎著

图书在版编目 (CIP) 数据

股市心理战：一位资深股民的投资哲学 / 朱沙沙著 .—北京：
中国华侨出版社，2016.7

ISBN 978-7-5113-6154-7

I . ①股… II . ①朱… III . ①股票投资 - 经验
IV . ① F830.91

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 167448 号

股市心理战：一位资深股民的投资哲学

著 者 / 朱沙沙

责任编辑 / 文 喆

责任校对 / 王京燕

经 销 / 新华书店

开 本 / 670 毫米 × 960 毫米 1/16 印张 / 17 字数 / 197 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2016 年 9 月第 1 版 2016 年 9 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-6154-7

定 价 / 32.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦 3 层 邮编：100028

法律顾问：陈鹰律师事务所

编辑部：(010) 64443056 64443979

发行部：(010) 64443051 传真：(010) 64439708

网 址：www.oveaschin.com

E-mail：oveaschin@sina.com

前言

很多人认为炒股很简单，初入股市的人都隐隐地把发财致富作为直接目标，觉得成为富豪简直就是分分钟的事情，功利性非常强。带着这样的心理入市，恐怕难以有所作为。那些高手们，没有哪一个是对炒股天生异禀的，大家都是在摸爬滚打中，在伤得体无完肤的痛苦中，逐渐吸取教训，总结经验，不断地修正自己的心态，不断学习，从而一步步成长起来的。

在这里，必须强调一下心态的重要性。不论是新手和老手，心态是第一位的。新手具备了良好的心态，只要掌握一些技术分析，也可以在股市中细水长流般地获利。而对于老手，心态稳了，虽说不上能呼风唤雨，但起码可以

在股市风云中不轻易折戟。相反，即使是老手，如果心态不行，技术再高明，也会不断摔跟头，摔得头破血流，甚至倾家荡产。

当然，在股市中心理的成熟不是一两天就能形成的，它跟人的性格、习惯有关系，更与长时间的摸爬滚打的阅历分不开。

虽说炒股时的心理反应大同小异，但是不同持股方式还是在心态上略有不同的，比如长线持股要有足够的耐心，不为短时间内的价格波动而喜忧悲欢；短线持股则讲究快进快出，这时大讲耐心，则可能出现“扭赢为亏”的现象。因此，本书从长、中、短线三个方面来逐一探求不同持股方式所应保持的心理状态，并结合技术分析，配上通俗易懂的故事案例，全方位来把握股市的脉搏，使外行人都能看得懂，零基础的人也可以轻松炒股。

股市盈利其实说复杂也复杂，说简单也简单。股市对人性的考验非常大，人都是有弱点的，胆小、懦弱、恐惧、贪婪、自负等，这些弱点全都在股市里表现得淋漓尽致，如果能成功地战胜这些弱点，调整自我，适应市场，从容面对股市风云，我们就会从失利中走出来，走出一片灿烂的晴空。记得有位金融学者说过这样的话：炒股要有哲学思维，要懂心理学，要了解人性，当然，最重要的是性格：静若处子，动若脱兔。

笔者极认同这话，在此也希望与股民们共勉。

C 目 录

ontents

第一篇 长线

甘于守望，必有厚报

先选中一只股·····	003
做长线应何时介入·····	006
守得住寂寞·····	009
不为其他“妖股”所惑·····	012
偶尔看一眼·····	014
为自己定一个期限·····	017
新闻有选择性地看·····	020
不要道听途说·····	023
股吧就当是消遣的地方·····	026
人恐惧我兴奋，人兴奋我恐惧·····	028
有节制地控制仓位·····	031
注意大盘的趋势·····	033
为自己设立止损点·····	036

让利润奔跑·····	039
技术指标仅作参考·····	042
同样的错误不要犯两次·····	044
盲目崇拜要不得·····	046
敢于低位重仓·····	049
有韧性才有收获·····	052
少动多看多思考·····	054
市场变化一切皆有可能·····	056
少安毋躁·····	058
别受上次经历的影响·····	061
常怀空杯心态·····	064
在否定与自我否定中适应市场·····	067
别用中短线思维炒长线·····	070
没必要哪里跌倒哪里爬起来·····	072
牛市持股，熊市持金·····	075
炒股需具备必要知识·····	078
用储蓄心态炒股·····	081
专心做一只股·····	084

第二篇 中线

说话算话，少赔多赚

选择成长中的股票·····	089
中线投资误区·····	092
会卖比会买更重要·····	094
做波段行情·····	098
技术指标必须看·····	101
洗盘还是出货·····	104
学会管理自己的期望·····	107
不求大赚，只求稳赚·····	110
求人不如求己·····	113
炒股不是赌博·····	115
养成良好的交易习惯·····	118
高手对待赔钱的态度·····	121
给追高一个理由·····	124
攀比容易失去判断力·····	126
该观望时且观望·····	129

股市不相信眼泪·····	133
不要离股票市场太近·····	135
原则重于技巧·····	138
中线潜力股的最佳介入机会·····	141
不求涨停只求不停涨·····	144
短期波动无关紧要·····	146
不要过于迷恋一只股·····	148
忘记进仓成本·····	151
有时要学会放弃·····	153
不要把中线变长线·····	156
高位放量需小心·····	159
不要好了伤疤忘了疼·····	162
一年只做一波行情·····	164
别倒在黎明前的黑暗中·····	166
中线需要持股多久·····	169
适可而止，见好就收·····	172

第三篇 短线

不悲不贪，股海不翻

基本面可忽略不计·····	177
谁也不可能卖在最高点·····	179
该出手时就出手·····	182
为自己设立止盈点·····	184
哪类股票可追涨·····	187
判断错误坚决卖出·····	189
贪婪是大忌·····	191
少抱怨多反思·····	193
熊市适合几日游·····	196
专找热门股·····	198
不买磨叽股·····	201
要集中不要分散·····	204
防止被套无法抽身·····	207
遵守自己定下的规矩·····	210

茫茫股海只信自己·····	213
不要奢望买到涨停板·····	215
不做只赚指数不赚钱的傻瓜·····	217
短线获利技巧·····	220
强者恒强，弱者恒弱·····	223
怎样追涨停板·····	226
炒短线看什么·····	229
熊市里只玩高抛低吸·····	234
凭感觉买卖要不得·····	236
瞅准龙头股·····	239
要有豹子的速度·····	242
暴跌是机会·····	244
要学会空仓·····	247
你是否陷入了止损误区·····	249
短线收盘前买入技巧·····	252
自作多情必遭无情打击·····	255
超级短线怎样玩·····	257
不要让获利变成危险的事·····	260



第一篇 长线

甘于守望，必有厚报



先选中一只股

很多人都梦想通过炒股实现一夜暴富，首先在心态上就已经败了，这样的人即便去炒，也不可能如愿以偿，就像买彩票期望有朝一日能变成百万富翁一样，概率很低。但从概率上来说，炒股比买彩票要靠谱得多。只要用心，摆正了心态，积极学习，不断摸索，从菜鸟变成高手还是有可能的，高手就可以源源不断地从股市获得自己想要的利润了。

我们都知道，炒股有三种方式可以操作，即长线、中线和短线，不同的人喜欢选择不同的操作，也有的人几种方式同时进行。实际上，要想真正赚到钱，最好选择一种方式进行。很多人尤其是刚开户入市的新手，迫不及待地想把利润最大化，由此而选择短线或中线。这样急切的心理反而会干扰到自己的情绪，不利于赚到钱。有过炒股经验的人，或者炒股手段不高明的人，经过一定时期的磨砺，终会发现，那些真正赚到钱，赢得丰厚利润的，往往是长线带来的。特别是遇到了牛市，你的股票会成倍增长，资金会在原基础上翻上几番，不知不觉间就跨入了富人的行列。不过，在此之前，你必须选好一只股。

选怎样的股很重要，垃圾股自然不在考虑范围内。通常，我们都愿意选择一只具有发展潜力的绩优股。哪类股票属于绩优股呢？那些业绩优良且相对比较稳定的公司股票即绩优股。这样的股票即使在行业不景气

时也有能力赚到利润，风险相对也较小。如何从茫茫股海中找到这样的股票呢？

当然方式很多，通过很多渠道都能获知，最快也最便捷的方式就是利用炒股软件，上面提供的绩优股可以作为参考，至于要选哪一只还要自己经过长期观察、考察和分析来决定。不过，在众多绩优股中，如果能选择一只自己熟悉的或者多少听说过的来进行分析是个不错的想法。很多高手，就是把资金投入在这样的股票上，放心持有，从而获得丰厚利润的。就连股神巴菲特也是这么做的，他从来不把资金投放在自己不熟悉的领域或行业，即使微软电脑等高科技领域前途无量，他也因不懂、不了解而从不涉及。多年前笔者的一个河北朋友，在对股市一无所知的情况下懵懵懂懂开了户，面对上千只股票，他起初无所适从，只听人说选绩优股好，打开绩优股，也有近百种，看得他头都大了，突然，他眼前一亮，发现了“承德露露”，这个牌子他再熟悉不过了。在他还上学那会儿，就在市里的小姨家喝过这东西，那种特殊的香甜的味道给他留下了很深的印象。此后他爱上了这种饮料，逢年过节就给亲朋好友送上一箱，而且这价格也是越来越贵，但即使这样，他依然对它情有独钟。能经营这么多年，这个公司应该不错，他这样想，就欣然买下了，而且全仓介入。后来，他忙于其他事情，无暇顾及股票，两年后，他突然想起来自己还持有这么一只股，这时再打开，吃了一惊，他没想到自己辛苦工作多年，挣得的第一桶金居然来自早被自己抛到了九霄云外的股票。也许有人觉得他是运气好，其实也不完全如此，因为他也有过分析，而且他买的是自己熟悉的产品，只要这种产品在日常生活中还经常出现，并且价格保持稳定或者持续上涨，就说明它是有投资价值的。

因此对于广大投资者来说，与其买一只不熟悉的股长期持有，还不

如买一只熟悉的来得更放心。

如果你进一步做一下功课，就会懂得，炒长线在一般情况下，看股票的基本面、业绩面和成长性就可以了。如果一只股票具备这三个方面，你就可以考虑拥有，在这只股票价格处于较低位置时，就可以考虑进入了。但是，我们在选股时一定不要贪多，贪多嚼不烂，选一两只最熟悉的进行跟踪，时机成熟时，选择其中一只介入就可以了。如果一时拿不定主意，也可以同时买两只股，再观察它们之后的走势，股性活跃的、走得好的就继续持有，股性不好的、走势差的可以卖掉，把资金在合适的时候注入另外一只里面。



做长线应何时介入

选好了自己想投身进去的股票，接下来就是选择一个合适的机会介入了。也许有的人会说，这是个技术性的活儿，没有两把刷子，根本无法掌握这个时机。这样说虽然也有一定道理，但是却并不完全正确。人人都希望自己的股票能买在最低点，以便尽可能大地扩大自己的利润，但是除非神仙，没有人能够精确掌握你所想要持有的股票的最低点在何时出现，那些自称为高手的人，也不能保证自己在最低点成功建仓。所以当有些人神乎其神地向你推销他拥有判断某只股票当年最低点何时出现的能力时，你就要小心了。

既然无法选择最低点，那是否可以选择相对较低的点呢？当然可以。不过，在看准了一只股票后，千万不要激动，更不要不假思索地冲动进入，如果这只股票正在下跌，而且连续跌了好长时间，一两个月甚至半年，或者说已经创出了历史新低，这个时候千万不要认为低点已经到来了，这个便宜不捡白不捡。这个时候若跑步进入，很可能会被套住，没有任何人可以保证这只股票不会一直跌下去，更没有任何人可以保证这只股票不会一而再，再而三地创出历史新低来。同样，当一只股票创出新高后，也需谨慎，这类股票很可能随时会掉转头，直线急下。如果想做长线，建议远离这样高风险的股票。