

2019

Lundi 10 Décembre	Levé : 7H	Nbs d'heures de sommeil : 7H
	État psychologique : 15/ 20 → Motivé et prudent sur la faible volatilité du mois de décembre	
	État de fatigue : 10/ 20 → bien dormis	
	Travail des cartes : 10/ 20 → pas de GMT	
SL Journalier 10 points	Rituel matinale/d'avant trading respecté : oui	
TP Journalier 30 points	Relecture de ses règles de trading : oui	
00H		
01H		
02H		
03H		
04H		
05H		
06H		
07H		
08H	Je relis le livre et refait certain chapitre de « devenez trader pro », je me dit que la veille j'ai peut-être manqué d'agressivité sur l'ouverture de 9h, je vais tenter ce matin de corriger ça	
09H	Plus haut de la veille et niveau symbolique franchis après impulsion à l'ouverture, trop nerveux je suis rester « out of market » second niveau intéressant mon stop serais à 15, trop loin j'entre pas et les notifications m'empêche de rentrer aussi, J'aurai pu rentré à - 8 du support qui m'aurai permis de baissé mon stop à - 10 mais je considérais le premier passage déjà fait sur le support au dessus, une minute après les prix rebondisse après un beau doji sous le support.	
10H	Trade de tendance, cela fait 1h que les prix chute, le PP mensuel et hebdo qui viens de lacher montre la force des vendeurs ce matin, je décide d'entré dans la tendance suite à doji + Q plat dans le sens M5, néanmoins les prix hésite, j'ai peut-être été trop agressif le rebond du PP n'est peut-être pas encore acté. Finalement je me rend compte que prendre le trade de tendance est ma façon d'essayer « d'en être » c'est une méthode avec laquel je ne suis pas à l'aise, alors pourquoi la faire, la perte du Précédent rebond fait parti des stats, je me reprend et reviens sur mes trade de rebond	
11H	Mon prochain niveau de trade potentiel est 30 point plus bas, je décide de lancer un jeux vidéo pour m'occuper et ne pas retomber de nouveau dans le trade de tendance (que j'assimile plus à un trade de « vengeance ») ? La news de 11h soulève les prix pour retourner au PP mensuel précédemment cassé, je n'ai plus de plan proche, mes alertes sont placé je reviendrai plus tard	
12H		
14H		
15H		
16H		
17H		
18H		
19H		
20H		
21H		
22H		

Niveaux du jour :	Notes
<p style="text-align: center;">12,5 sur 20</p> <p>10H10 Trade 1 : Moins 8 points</p>	<p style="text-align: center;">15 sur 20</p>
<p>10H13 Trade 2 : 1 point</p>	<p style="text-align: center;">10 sur 20</p>
<p>__H__ Trade __ :</p>	
<p>Conclusion :</p>	

Manque d'agressivité flagrant sur l'ouverture de 9h j'avais la condition d'entrée avec un stop -10 comme je le souhaitais et je ne suis pas rentré pour autant les prix on rebondit magnifiquement, pas de frustration car je n'ai pas perdu d'argent, mais il est clair à présent que je suis pas assez agressif . LE trade de tendance (Doji + Q plat) ...je semble le prendre comme par vengeance lorsqu'un trade de rebond n'a pas été aussi concluant qu'attendu. petit à petit je prohibe le trade de tendance . La perte encourue ce matin rentre dans les

23H

25/11/2019 : de 9h a 11h = 2h (7 trade) M1
26/11/2019 : de 9h à 11h = 2h (10 trade) M1
27/11/2019 : de 9h à 12h = 3h (4 trade) M5 [Passage du QCM de Validation résultat 14/20]
28/11/2019 : de 9h à 10h = 1h (3trade) M1 et M5 (premier trade "Reflex")
29/11/2019 : de 9h à 10h = 1h (3 trade tous vert)
02/12/2019 : de 9h à 11h = 2h (11 trade correction des démons impulsif) + "minute man" l'aprem
03/12/2019 : de 9h à 11h = 2h (1 Trade vert) application de règles plus stricte à mon trading
04/12/2019 : de 9h à 11h = 2h (2 Trade vert)
05/12/2019 : de 9h à 10h = 1h (4 trade 3 rouge) déconcentration sur la fil du jour entré nawak
06/12/2019: de 9h à 10h = 1h (2 trade 2 vert) Suite analyse, concentration optimum
09/12/2019 : de 9h à 11h = 2h (1 trade 1 vert) marché mou
10/12/2019 : de 9h à 11h = 2h (1 trade rouge) marché mou

qu'attendu, petit à petit je prends le trade de tendance... La perte s'accroît et main tenue dans les statistiques de la méthode, je suis sortie sur hésitation (doji) c'est très bien néanmoins j'ai déplacé mon SL pour ne pas sortir à -10 point durant le trade.