



本版漫画 严勇杰

坚持写股票日记、坚持记账 “财女”教你 跨出理财第一步

编者按：坚持写股票日记、坚持记账，是提高理财获利能力的有效手段。如果只记不思考，当个“账房先生”，那还不如不记。记账和写股票日记的目的是分析总结，警示自己下次不犯同样的错误。这期理财周刊我们将为您分享裴女士和孙女士的经验和心得，送给理财初学者或已经在路上的你们。

人物：裴女士，44岁，白领

裴女士是一位股龄超过20年的老股民。从2014年起，她投资股票的年均收益为40%。昨日，她向记者分享了她的炒股心得。她说，能取得这样的成绩，源于自己坚持写股票日记，不断警示自己。20年来，她边写边翻看前面的日记，把做错的改掉，把做对的复制。一点点积累，一点点提高，不知不觉，犯错的几率少多了，获利能力大大提高。

她

“写”出了股市人生

小试牛刀身陷迷茫

1997年5月19日，裴女士在第一篇股票日记中写道：“今天我入市了。股市刚经历了一个波段高点1510点。我是一个能接受挑战而不拘泥于常规思维的人。所以我相信自己会成为股市赢输二八分线里的那个‘二’。”

刚开始，裴女士做的几个股都赚钱了。她总结道：“自己小试牛刀就得手的秘诀是：因为自己是大，学生，理性，懂金融知识，精通计算机操作，会看股评，懂得分析。”谁知好景不长，裴女士不光赔光了刚开始赚的钱，还将自己大半年的工资搭进去了。裴女士为此茫然了好一阵，她在股票日记中对这笔操作做了总结：“这也许是大部分股民的必经之路。在毫无技能基础的情况下，杀进股市。我还是要理智地来做这件事。”

接下来，裴女士根据股票日记中的警示不再盲目操作了，并不再把资金集中在一只所谓有消息来源的个股上进行

博弈，但却走向了另一个极端。她四处打听所谓股票的内幕消息后，把资金分散到更多的个股上。2000年A股只有几百只个股，而裴女士持有的个股就有上百只。在那段时间的股票日记中，裴女士写的最多的是“今天被套了，出仓太急，没踩好点”“今天解套了，依然出手太急，没稳住”“手里的个股太散，我都没法顾及个股股性，只能快进快出，结果被套”……翻看前面的股票日记，她看到的除了赤裸裸的侥幸、贪心外，还有不学无术。她的心态也在股市沉浮中变得浮躁，脾气也随着股市的涨跌变得喜怒无常。有时候因为股市亏钱，会莫名其妙地跟家人发火。这时候，裴女士从股票日记中看到了自己的缺陷，一笔一笔清清楚楚，她无法抵赖，决定调整心态，跳出小散盲目、没有技术支撑的陋习。于是，裴女士决定从技术面入手。

抛弃盲进努力学习

裴女士开始认真学习股票技术，但是光靠书本，还是无法掌握股市技术核心的东西。于是她开始加群、交会费听课。一段时间后，她感觉还是学不到如何操作的技术性东西。这段时间的股票日记，她写的最多的是学习心得，甚至“忘记”了自己的股票账户。

她曾去上海等地专业的证券投资班脱产学习，积累了大量

的理论和专业知识，掌握了技术操作、资金配置等专业技能。2011年，裴女士重新进入股市操作。她慢慢地调整投资节奏，清理了许多个股，集中投资了两只股。到2014年上半年，她不但捞回了本金，还赚了40%多。之后，裴女士在股票日记中写道：“我要将股市赚钱的经历变得平稳，变得可控，我不期待暴涨，也不能容忍暴

跌，我要像享受人生一样享受股市的快乐。”

此后，裴女士将资金分成两份，八成用于投资一些蓝筹股和白马股，打算做三五年的长线；两成用于一些快进快出的短线投资，满足自己理性中偶尔蹦发的激情。她加仓的原则是三次制，也就是根据个股品相进行三次分断式加仓，而且出仓时也同样

三次出仓。她说，对许多股民来说她这种资金配置法和三段式进出仓法是缺乏耐心的，甚至是没有意义的。因为在他们看来，没有博弈的股市就是穿着旗袍跑步，纯粹是矫揉造作。但她追求的不是大欲大求，而是平稳淡定，将看似不可控的局面变得可控。

上周五股指大跌，她股票账户的市值几乎没有损失。

得到财富还有幸福

炒股，与其说是一种投资，不如说是一种修炼人性的过程。她说，是股市让她学会了：无论在何种境遇之下都要保持理性，尽量克服贪婪和侥幸。2017年元旦，她在股票日记中写道：“投资是一种修行，目的是遇见未来的自己，成为更好的人。得到的不仅仅是财富，还有幸福。”

为了警示自己，摒弃人性的弱点，她在股票日记中写道：

“在股市中，学到理论后，就要到实战中练习、感悟，不断积累经验，总结教训，并且需要时间和毅力磨砺你的心态，克服人性中的弱点。严格执行交易原则，遵守纪律。”

今年3月开始，裴女士除了每天坚持写股票日记外，还对股票盘面的情况做记录和分析，分析自己当天所有个股的交易记录和买卖的理由和原则所在。她说这样做的目的是方便日后

跟踪和观察，用于判断自己交易方式的成功率。并且不断总结经验教训，时刻提醒自己不要犯同样的错误。裴女士认为，股市犹如战场，是每个人战胜自己人性弱点的战斗，在股市中要“懂得等，学会忍”。从长线来看，要有价值投资的理念；短线来看，要慢慢形成一套适合自己的交易思路 and 方式。

裴女士说，如果这些年她没有写股票日记，也许这些经历随着岁月的流逝就没有这样刻骨铭心了，也不会有自己一步步的成长。

昨日，股市虽然休市，裴女士仍然不忘写股票日记，她写道：“如果说股市是一个狼群聚集地，我偶尔也能扮一下‘狼’，但是我更喜欢做一只‘小绵羊’，吃好属于我的那一片草。”

记者 王元卓