

# UN JOURNAL DE TRADING - C'EST QUOI ?

UN JOURNAL DE TRADING EST UN OUTIL PUISSANT QUI VOUS MONTRE OBJECTIVEMENT LES POINTS FORTS ET LES POINTS FAIBLES DE VOTRE TRADING



## CONTENU

Un journal de trading regroupe de **nombreuses informations concernant votre trading** : conditions de marché, actif tradé, taille et direction des positions, résultat net, levier utilisé, niveaux d'entrée et de sortie, types d'ordres utilisés, logique derrière chacun de vos mouvements, émotions ressenties pendant que vous tradez...



## POURQUOI TENIR UN JOURNAL ?

1# Analyser ses performances historiques et avoir de nombreuses informations disponibles sur votre trading.

2# Identifier vos erreurs récurrentes.

3# Répertorier les émotions auxquelles vous faites face pendant votre trading.

4# Tester la rentabilité de votre stratégie.

5# Améliorer votre technique de trading.

6# Garder une trace de vos progrès.

## COMMENT TENIR UN JOURNAL DE TRADING ?

1# Vous pouvez écrire manuellement toutes les informations concernant votre trading.

2# Vous pouvez aussi utiliser Excel pour faciliter certains calculs.

3# Vous pouvez également utiliser un logiciel spécial qui fait automatiquement tous les calculs et analyses de votre trading.