**Kinh nghiệm giúp "tâm lý" vững vàng**

Trong những năm gần đây thị trường chứng khoán ngày càng bùng nổ với số tài khoản đăng ký ngày một tăng, trở thành trào lưu đầu tư mới của giới trẻ. Và không tránh khỏi có những người luôn cảm thấy mệt mỏi, tuyệt vọng khi thị trường đi xuống và rồi mỗi khi thị trường đi lên, lại cảm thấy hưng phấn, nóng vội thái quá.

Trạng thái tâm lý này rất phổ biến với các nhà đầu tư mới tham gia vào thị trường chứng khoán. Đại đa số mọi người đều cho rằng điều đó hoàn toàn bình thường.

Nhưng…

Bạn không nhận ra rằng mình đang bị mất kiểm soát tâm lý và nó sẽ dẫn bạn đến một loạt các quyết định đầu tư sai lầm trên thị trường chứng khoán.

Rõ ràng ở đây ta thấy có một mối liên hệ giữa tâm lý, cảm xúc và các quyết định trong cuộc sống nói chung và đầu tư chứng khoán nói riêng. Tôi đã từng trải qua nhiều cung bậc cảm xúc và trải qua nó đến nỗi khi vướng phải chỉ bình thản mỉm cười với nó mà không còn vướng bận nữa. Vì vậy, qua bài viết này tôi muốn bạn hiểu và biết cách kiểm soát tâm lý, để đầu tư chứng khoán hiệu quả hơn.

Để kiểm soát tâm lý, tinh thần trạng thái lý trí vững vàng quả thật không phải dễ. Cần có một tinh thần thép, sự kiên trì nghiêm túc.

Vậy những bẫy tâm lý nhà đầu tư thường gặp là gì?



Đó là ta dễ xu hướng đầu tư theo đám đông, hóng hớt các diễn đàn, group chat thấy họ đầu tư vào đâu cứ lao đầu vào đó. Cho đến khi cổ phiếu bắt đầu giảm, mới quay sang đọc báo cáo tài chính, và lục lại lịch sử thông tin về doanh nghiệp.

Những bất đối xứng trong tâm lý nhà đầu tư, giữa sự kỳ vọng của bạn vào giá trị các khoản lợi nhuận và thua lỗ. Đó chính là tâm lý ghét rủi ro, sợ thua lỗ. Liệu bạn còn nhớ cảm giá lo lắng sợ hãi khi cổ phiếu mình nắm giữ liên tục giảm 5%, 10% nhưng không dám bán ra và hy vọng cổ phiếu sẽ sớm tăng giá trở lại. Nhưng trớ trêu thay nó lại tiếp tục giảm khiến bạn lỗ sâu hơn nữa. Và nhiều nghiên cứu chỉ ra rằng những tình huống thua lỗ thường mang đến trạng thái tâm lý nặng nề hơn gấp nhiều lần so với tình huống mang đến lợi nhuận.

Bạn tự tin thái quá, tự cho rằng bản thân tốt hơn những người khác, và phóng đại những hiểu biết của mình. Trạng thái quá tự tin có thể làm tăng tần suất giao dịch của bạn. Bởi nó khiến bạn hoàn toàn tự tin về quan điểm của mình mà bỏ qua việc tham khảo thêm từ những nhà đầu tư khác. Hay bỏ qua những thông tin cần thiết, ỷ y với quyết định của mình mà không rà soát lại.

Có lúc đầu tư tôi thường đánh giá khả năng xuất hiện các sự kiện trong tương lai, dựa trên sự tương đồng với các tình huống điển hình nào đó gặp trong quá khứ. Tôi thường sử dụng những mẫu hình nến trong giao dịch làm cơ sở ra quyết định. Điều này, vô hình chung khiến tôi dự đoán về thị trường chứng khoán theo những khuôn mẫu sẵn có mà quên đi yếu tố nội tại doanh nghiệp đã thay đổi. Vô tình dẫn đến những thất bại đáng tiếc.

Nếu bạn quá tin tưởng vào các quy tắc, kinh nghiệm trong quá khứ đôi khi lại dẫn đến sai lầm, khi mà các điều kiện thị trường thực tế thường xuyên thay đổi.

Vậy để vượt qua những cái bẫy tâm lý ấy, giúp tâm lý vững vàng bạn cần phải làm gì?

Đặt kỳ vọng hợp lý về lợi nhuận để tự giảm rủi ro của mình xuống. Việc hạ kỳ vọng lợi nhuận sẽ giúp bạn lựa chọn những cổ phiếu chất lượng tài chính ổn định hơn, an toàn hơn, ít biến động hơn và giúp tâm lý của bạn thêm vững vàng.

Bạn phải có một nguyên tắc của riêng mình khi ấy tâm lý của bạn sẽ rất vững vàng vì bạn hành động trên cơ sở những nguyên tắc đúng đắn mà bạn đã thiết lập từ trước. Bạn sẽ nhìn đám đông và nghĩ rằng: Họ hành động thế nào là việc của họ, mình sẽ luôn tuân thủ nguyên tắc của mình và mình sẽ chiến thắng.

Bài học kinh nghiệm khi "chơi" chứng khoán dành cho người trẻ là không nên hưng phấn quá mức khi nhìn thấy khoản lời, càng không quá hoang mang khi thị trường đỏ.

Và hơn hết yếu tố quan trọng nhất để bạn có thể kiểm soát tâm lý và hành vi của mình là điều dưới đây.

Bạn phải thực sự hiểu về doanh nghiệp mà bạn đang đầu tư vào. Đây là bước quan trọng nhất quyết định đến sự thành công của khoản đầu tư. Bạn không thể mua cổ phiếu mà không biết mình đang bỏ tiền vào đâu.

Việc hiểu rõ về doanh nghiệp mà bạn đầu tư sẽ giúp bạn có 1 tâm lý ổn định dựa trên sự hiểu biết vào hoạt động kinh doanh của doanh nghiệp. Còn gì an tâm hơn khi bạn đã hiểu rõ một thứ gì đó, sự lo âu, chột dạ của bạn sẽ biến mất.

"Chơi" chứng khoán thực sự không dễ ăn như nhiều người suy nghĩ khi mới nhập môn. Đối với người mới, cần có kiến thức kỹ càng, đọc nhiều về các số liệu báo cáo, phân tích biểu đồ cơ bản. Nhất là đừng để cảm xúc, thời gian đầu tư chứng khoán làm ảnh hưởng đến công việc chính của mình.