

Forex แนวตั้งรับ

เทรดอย่างอยู่รอด สร้างรายได้ระยะยาว

คำนำ

ตลาด Forex เป็นตลาดการเงินที่ใหญ่ที่สุดในโลก มีมูลค่าการซื้อขายต่อวันหลายล้านล้านดอลลาร์ เปิดโอกาสให้คนธรรมดาเข้าถึงการลงทุนระดับสากลได้จากคอมพิวเตอร์หรือมือถือเพียงเครื่องเดียว

แต่ในอีกมุมหนึ่ง Forex ก็เป็นตลาดที่ทำให้คนจำนวนมากสูญเสียเงินอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะมือใหม่ที่เข้ามาด้วยความหวังว่าจะรวยเร็ว

ปัญหาไม่ได้อยู่ที่ตลาด Forex แต่อยู่ที่ **วิธีคิด วิธีตั้งเป้าหมาย และพฤติกรรมในการเทรด**

คนส่วนใหญ่ - โฟกัสกำไร มากกว่าความเสี่ยง - อยากได้ผลลัพธ์เร็วเกินจริง - เทรดตามอารมณ์ มากกว่าระบบ

E-book เล่มนี้เขียนขึ้นเพื่อคนที่ - ไม่อยากรวยเร็ว - ไม่อยากล้างพอร์ต - อยากมีรายได้เสริมจาก Forex อย่างยั่งยืน

แนวคิด "Forex แนวตั้งรับ" คือการมองการเทรดเป็น **ธุรกิจระยะยาว** ไม่ใช่การพนัน และให้ความสำคัญกับการอยู่รอดก่อนกำไร

ถ้าคุณอ่านเล่มนี้จบ คุณอาจยังไม่เก่งที่สุด แต่คุณจะมีกรอบความคิดที่ถูกต้อง และมีโอกาสอยู่ในตลาดได้นานพอจนกำไรเกิดขึ้นเอง

บทที่ 1 : Forex คืออะไร (แบบไม่ขายฝัน)

Forex หรือ Foreign Exchange คือการซื้อขายแลกเปลี่ยนสกุลเงิน เช่น EUR/USD, GBP/USD, USD/JPY โดยนักเทรดจะทำกำไรจากการเปลี่ยนแปลงของอัตราแลกเปลี่ยน

ตัวอย่างง่าย ๆ - คุณซื้อ EUR/USD ที่ราคา 1.1000 - ราคาขึ้นไป 1.1050 - ส่วนต่างคือกำไรของคุณ

สิ่งสำคัญที่มือใหม่ต้องเข้าใจคือ - Forex ไม่ใช่การลงทุนแบบฝากเงินแล้วได้ดอกเบี้ย - กำไรและขาดทุนเกิดขึ้นได้ทุกวินาที - ไม่มีใครควบคุมตลาดได้

หลายคนเข้าสู่ตลาดด้วยภาพโฆษณากำไรแรง แต่ความจริงคือ

คนที่อยู่รอดในตลาด ไม่ใช่คนที่กำไรแรงที่สุด แต่คือคนที่ขาดทุนน้อยที่สุด

Forex เป็นเกมของความน่าจะเป็น ไม่ใช่ความแม่นยำ 100%

บทที่ 2 : ทำไม 90% ของคนแพ้ตลาด

สถิติในอุตสาหกรรมการเงินชี้ชัดว่า เทรดเดอร์ส่วนใหญ่ขาดทุนในระยะยาว ไม่ใช่เพราะตลาดโหดเกินไป แต่เพราะพฤติกรรมเทรดที่ผิดพลาด

สาเหตุหลัก ได้แก่

1) ใช้ Lot ใหญ่เกินไป

มือใหม่มักอยากเห็นกำไรเร็ว จึงเปิด Lot ใหญ่โดยไม่คำนึงถึงความเสี่ยง ทำให้พอร์ตเสียหายหนักเมื่อผิดทาง

2) Overtrade

เข้าเทรดบ่อยเกินไป เพราะกลัวพลาดโอกาส สุดท้ายเสียค่าคอมและเสียสมาธิ

3) ไม่มีแผนที่ชัดเจน

เข้าไม้เพราะ "คิดว่าใช่" ไม่ใช่เพราะระบบบอกให้เข้า

4) เทรดตามอารมณ์

พอแพ้ก็อยากเอาคืน พอกำไรก็โลภ สิ่งเหล่านี้ทำลายวินัยทั้งหมด

คนที่ล้างพอร์ต ไม่ได้แพ้ในไม้เดียว แต่แพ้จากการตัดสินใจซ้ำ ๆ ที่ผิดพลาด

บทที่ 3 : แนวคิดธุรกิจตั้งรับกับการเทรด

ถ้าคุณเปิดร้านค้า สิ่งแรกที่คุณคิดคืออะไร? คำตอบไม่ใช่กำไรสูงสุด แต่คือ **ไม่ขาดทุนจนต้องปิดร้าน**

การเทรดก็เช่นเดียวกัน

แนวคิดธุรกิจตั้งรับ คือ - ควบคุมต้นทุน (Risk) - รักษาเงินทุน (Capital) - เติบโตอย่างสม่ำเสมอ

เทรดเดอร์ที่ดีจะถามตัวเองเสมอว่า

ถ้าแพ้ติดกัน 10 ไม้ พอร์ตรับไหวไหม?

ถ้าคำตอบคือไม่ไหว แสดงว่าคุณยังไม่ได้เทรดแบบตั้งรับ

บทที่ 4 : กฎเหล็กการเทรดแนวตั้งรับ 5 ข้อ

กฎเหล็กเหล่านี้ไม่ใช่สูตรลับ แต่เป็นหลักการที่เทรดเดอร์สายอยู่รอดใช้เหมือนกันทั่วโลก

กฎข้อที่ 1 : เสี่ยงไม่เกิน 1-2% ต่อไม้

ถ้าคุณมีทุน 1,000 USD ความเสี่ยงต่อไม้ไม่ควรเกิน 10-20 USD

ข้อดีคือ - แพ้ติดกันหลายไม้ พอร์ตก็ยังอยู่ - จิตใจไม่กดดัน

กฎข้อที่ 2 : เทรดเฉพาะตลาดที่ชัดเจน

ไม่ใช่ทุกช่วงเวลาที่เหมาะเทรด ตลาด Sideway หรือผันผวนแรงเกินไปควรหลีกเลี่ยง

กฎข้อที่ 3 : ไม่จำเป็นต้องเทรดทุกวัน

การไม่เทรด คือการตัดสินใจหนึ่งที่ถูกต้อง

กฎข้อที่ 4 : ขาดทุนได้ แต่ห้ามพอร์ตพัง

ขาดทุนคือค่าใช้จ่ายทางธุรกิจ แต่พอร์ตพังคือการเลิกกิจการ

กฎข้อที่ 5 : มีแผนก่อนเข้าไม้ทุกครั้ง

ถ้าคุณไม่รู้ว่าจะออกเมื่อไร อย่าเข้า

บทที่ 5 : พื้นฐานกราฟที่จำเป็น (รู้แค่นี้พอ)

คุณไม่จำเป็นต้องเป็นสายเทคนิคขั้นสูง

สิ่งที่ควรรู้อย่างไรก็ได้

Timeframe

- มือใหม่ควรใช้ H1-H4
- TF ใหญ่ = สัญญาณนิ่งกว่า

Trend

- Higher High / Higher Low = ขาขึ้น
- Lower High / Lower Low = ขาลง

Support & Resistance

คือโซนราคาที่ตลาดมักหยุดหรือกลับตัว

เข้าใจ 3 อย่างนี้ ก็เพียงพอสำหรับระบบตั้งรับ

บทที่ 6 : ระบบเทรดแนวตั้งรับ (Trend + ATR)

ระบบนี้ไม่ได้ออกแบบมาเพื่อกำไรแรง แต่เพื่อความสม่ำเสมอ

ATR คืออะไร

ATR (Average True Range) ใช้วัดความผันผวนของตลาด

ทำไมต้องใช้ ATR

- ช่วยตั้ง Stop Loss ตามสภาพตลาด
- ไม่ตั้ง SL แคบหรือกว้างเกินไป

แนวคิดระบบ

1) ดู Trend จาก TF ใหญ่ 2) รอจังหวะย่อ 3) ใช้ ATR กำหนด SL

ระบบที่ดีไม่จำเป็นต้องชนะบ่อย แต่ต้องแพ้ไม่หนัก

บทที่ 7 : ตัวอย่างการเข้าไม้แบบปลอดภัย

ก่อนเข้าไม้ ให้ใช้ Checklist ต่อไปนี้

- เทรดตาม Trend หรือไม่
- Risk ไม่เกิน 2% หรือไม่
- SL อยู่ตำแหน่งสมเหตุสมผลหรือไม่

ตัวอย่าง

- เทรดตาม Trend H4
- เข้าไม้ที่ H1
- $SL = 1.5 \times ATR$

ถ้าเงื่อนไขไม่ครบ ให้ข้าม

บทที่ 8 : Money Management หัวใจของการอยู่รอด

ต่อให้ระบบดีแค่ไหน ถ้า Money Management แย่ คุณก็แพ้

ตัวอย่างการคำนวณ

- ทุน 1,000 USD
- Risk 1% = 10 USD

แม้แพ้ 20 ไม่ติด พอร์ตก็ยังไม่พัง

คนที่อยู่รอดระยะยาว ไม่ได้ชนะบ่อยกว่า แต่ขาดทุนน้อยกว่า

บทที่ 9 : แผนเทรดสำหรับคนทำงานประจำ

คุณไม่จำเป็นต้องลาออกจากงานเพื่อเทรด

แนะนำ

- เทรดวันละ 15-30 นาที
- ใช้ TF H1-H4
- ใช้ Alert / EA ช่วย

Forex ควรเสริมชีวิต ไม่ใช่ทำลายมัน

บทที่ 10 : สิ่งที่ไม่ควรทำเด็ดขาด (ถ้าอยากอยู่รอด)

บทนี้คือสิ่งที่ทำให้เทรดเดอร์ส่วนใหญ่ล้มเหลว แม้จะมีระบบที่ดี

1) Martingale / Grid

การเพิ่ม Lot เพื่อแก้ขาดทุนอาจทำให้กำไรเร็วในช่วงสั้น แต่ในระยะยาวคือระเบิดเวลาที่จะทำลายพอร์ต

2) เพิ่ม Lot แก้มือ

การขาดทุนไม่ใช่สัญญาณว่าคุณต้อง "เอาคืน" ตลาดไม่รู้ว่าคุณแพ้อะไรมา

3) Revenge Trade

การเทรดด้วยอารมณ์โกรธ หงุดหงิด หรืออยากเอาชนะ คือศัตรูอันดับหนึ่งของวินัย

4) เทรดข่าวแรงโดยไม่เข้าใจ

ข่าวแรงทำให้ตลาดผันผวนสูง SL ไม่ทำงานตามปกติ มือใหม่ควรหลีกเลี่ยง

ถ้าคุณเสี่ยง 4 ข้อนี้ได้ โอกาสอยู่รอดของคุณจะสูงกว่าคนส่วนใหญ่ทันที

บทที่ 11 : Roadmap 90 วัน (แผนอยู่รอดก่อนกำไร)

Roadmap นี้ออกแบบมาสำหรับคนที่อยากเทรดจริงจัง แต่ไม่เร่งรวย

เดือนที่ 1 : วางรากฐาน

- เทรด Demo
- ฝึกทำตามกฎ 1-2%
- จดบันทึกผลการเทรด

เดือนที่ 2 : เริ่มเงินจริงอย่างปลอดภัย

- ใช้ Lot เล็กมาก
- โฟกัสวินัย ไม่ใช่กำไร
- เทรดไม่เกินวันละ 1-2 ไม่

เดือนที่ 3 : สร้างความสม่ำเสมอ

- ปรับระบบให้เข้ากับตัวเอง
- เริ่มดูสถิติการเทรด
- ลดความผิดพลาดซ้ำ ๆ

ถ้าผ่าน 90 วันนี้ได้ คุณอยู่เหนือมือใหม่ส่วนใหญ่แล้ว

บทที่ 12 : เครื่องมือช่วยเทรด (ใช้ให้ถูก ไม่ใช่ทางลัด)

เครื่องมือไม่ได้ทำให้คุณรวย แต่ช่วยให้คุณผิดพลาดน้อยลง

EA แนวตั้งรับ

- ช่วยจัดการ SL / TP
- ลดอารมณ์ในการตัดสินใจ

Dashboard / Alert

- มองภาพรวมตลาดเร็วขึ้น
- ไม่ต้องเฝ้าจอตลอดวัน

เครื่องมือที่ดีต้องช่วย "คุณ" ไม่ใช่ควบคุมคุณ

บทที่ 13 : คำถามที่พบบ่อย (FAQ)

ถาม: ต้องใช้เงินเท่าไรถึงเริ่มได้? **ตอบ:** เริ่มได้ตั้งแต่ 300-500 USD แต่ควรเริ่มเล็กเพื่อฝึกวินัย

ถาม: ขาดทุนติดกันกี่ปกติ? **ตอบ:** แพ้ 40-50% ของไม้ ถือว่าปกติสำหรับระบบที่ดี

ถาม: มือใหม่ควรเทรดข่าวไหม? **ตอบ:** ไม่แนะนำ ควรโฟกัสตลาดปกติก่อน

บทที่ 14 : สรุปแนวคิดสำคัญ

Forex ไม่ใช่เกมวัดดวง การอยู่รอดสำคัญกว่ากำไรแรง วินัยชนะทุกกลยุทธ์

บทสุดท้าย : ก้าวต่อไปของคุณ

ถ้าคุณอ่าน e-book เล่มนี้จบ แสดงว่าคุณเป็นคนส่วนน้อยที่จริงจังกับการเทรด

ก้าวต่อไปที่สำคัญที่สุด ไม่ใช่การหาอินดิเคเตอร์ใหม่ แต่คือการอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ถูกต้อง



รับเครื่องมือช่วยเทรดฟรี (สำหรับผู้อ่านเล่มนี้)

ผมได้เตรียม **Tool / EA แนวตั้งรับ** สำหรับช่วยจัดการความเสี่ยงและมองภาพรวมตลาด



วิธีรับ: 1) แอด LINE OA (ลิงก์อยู่หน้าปก/ท้ายเล่ม) 2) พิมพ์คำว่า **FOREXตั้งรับ** 3) รับ Tool + ความรู้ต่อยอดฟรี

Forex ไม่ได้ทำให้คุณรวยเร็ว แต่ถ้าคุณเลือกทางที่ถูกต้อง มันสามารถทำให้คุณมั่นคงได้

ขอให้คุณอยู่รอด และเติบโตอย่างมีวินัยในตลาดนี้