2023年观展经验教训心得体会(优质10篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

观展经验教训心得体会篇一

引言：

人生是一场充满了各种磨砺与挑战的旅程，每一个人都会在不同的阶段中积累心得体会和经验教训。这些心得和教训，既是我们在成长过程中的宝贵财富，也是我们展望未来的智慧导航。通过总结和分享，我们能够更好地认识自己，提高自己，为自己的未来打下坚实的基础。

一、体验并珍视失败的意义

失败是人生的常态之一，但很多人总是视失败为坎坷的终点，甚至感到绝望。然而，我却逐渐意识到失败本身也是成功的一部分。失败并非真正的失败，而是一种学习的机会，是我们锻炼自己、改进自己的机会。我曾在一次竞选班长的过程中落败，事后我深思自己的不足之处，积极主动地向成功的同学请教，并在下一次的竞选中取得了成功。这次经历让我明白了失败的重要性，它让我们不断成长，教会了我坚持和勇敢面对困难的态度。

二、学会适应和调整

在人生的道路上，我们时常会遭遇意料之外的挫折和困难。

这时候，学会适应和调整是非常重要的，它可以帮助我们快速地从困境中摆脱出来。我曾有一段时间专注于追求完美，对任何一点的缺陷和挫败都感到难以接受。然而，在一次团队合作的项目中，我和队友产生了分歧，我无法准确地把握团队的方向。这次经历让我意识到，生活是多变的，我们需要不断调整自己的步伐，适应环境的变化。于是，我开始学会接受别人的意见和建议，懂得倾听他人的声音，并灵活调整自己的思维和行动。

三、珍惜那些看似微不足道的点滴

在追求成功的过程中，我们往往忽略了身边那些看似微不足道的点滴，而只关注于那些具有影响力和重要性的事情。然而，这些微小的细节却是支撑我们成长和成功的基石。我曾在大学的学习过程中一味地追求高分，忽略了课外活动的参与。而后，我遇到了一个寒暑假的实习机会，导师问我是否参与过社团、社交活动等，我才发现我在这一方面的经历极度匮乏。这个经历让我明白，点滴积累才能铸就非凡，我们需要重视每一个平凡的瞬间，经历并总结它们，然后赋予它们更大的意义。

四、倾听他人的声音并保持谦逊

在成长的过程中，我们需要学会倾听他人的声音，尤其是那些比我们经验更为丰富的人。他们的建议和指导可以帮助我们规避许多陷阱和错误，帮助我们更好地成长。我曾在学习上遇到困难，一度陷入迷茫。然而，在一次学习小组的讨论中，我的同学给了我很多宝贵的建议，我打开了新的思路并取得了进步。通过这次经历，我认识到倾听和谦逊是非常重要的美德，我们应该帮助别人以及愿意向他人学习。

五、坚持追求梦想并勇敢挑战自我

人生的意义在于追求梦想，并勇敢面对挑战。我曾经有一个

梦想，想要成为一名作家，但是由于自己的怀疑和对困难的恐惧，我一度放弃了这个梦想。然而，我的一位朋友鼓励我重新捡起梦想并勇敢追求。面对困难时，我更加坚定地选择了信心和勇气。如今，我虽然还没有取得巨大的成就，但我相信只要坚持努力，我一定能够实现我的梦想。

结语：

在人生的旅程中，我们每个人都会不断积累心得体会和经验教训。失败教会我们成长和勇敢面对困难，适应和调整能够帮助我们摆脱困境，珍惜微小的点滴才能封就成功的大事，倾听他人的声音和保持谦逊能让我们更加明智地前行，而坚持追求梦想并勇敢挑战自我则是成就人生的关键。通过总结和分享这些心得体会和经验教训，我们能够更好地认识自己，提高自己，为自己的未来打下坚实的基础。每一次磨砺、每一个经验都是我们成长的阶梯，让我们怀揣着智慧和希望，勇敢地向前迈进！

观展经验教训心得体会篇二

“心得体会 经验教训”

第一段：引言（约200字）

生活中有很多时候我们会遇到各种各样的问题和挑战，这些经历中所获得的心得体会和经验教训，是我们成长和进步的重要催化剂。无论是在学习、工作、人际关系还是家庭生活中，这些心得体会和经验教训都是我们宝贵的财富。下面将通过我的亲身经历，分享我的心得体会和经验教训。

第二段：学习心得（约200字）

作为一名学生，我的学习心得主要来自于对自我管理和学习方法的反思和总结。首先，我意识到制定明确的学习目标和

计划是必不可少的。每天设立小目标并坚持完成，让我感受到了成就感和动力。其次，我认识到合理安排时间和有效利用碎片时间的重要性。我开始制定时间表，并自律地按照计划完成任务。最后，我体会到保持积极的学习态度和主动探索新知识的重要性。这样不仅能提高学习效果，还培养了我的学习兴趣和思维能力。

第三段：工作心得（约200字）

在工作中，我也积累了许多宝贵的心得体会。首先，我明白了交流和沟通的重要性。良好的沟通技巧可以加强团队协作，提高工作效率。其次，我认识到要主动学习和不断提升自己的职业技能。随着科技的不断进步，我意识到只有不断学习和适应变化，才能在竞争激烈的职场中立于不败之地。最后，我明白了团队合作的意义。一个高效的团队可以将个人才能最大化，在共同合作中实现更大的价值。

第四段：人际关系心得（约200字）

人际关系是人生中重要的一环，我从中也学到了很多。首先，我认识到待人真诚和善意的重要性。对待他人的真诚和友善，能赢得他们的信任和支持。其次，我体会到倾听和尊重他人的重要性。在和他人交往时，要积极倾听他们的声音，并尊重他们的观点和意见。最后，我明白了处理冲突和解决问题的重要性。冲突不可避免，但如何以积极的态度去处理和解决它们，将成为我们成长和提升的机会。

第五段：家庭生活心得（约200字）

在家庭生活中，我也有一些感悟和教训。首先，我认识到家庭的重要性和价值。无论在何时何地，家人始终是我最坚强的后盾和支持者。其次，我明白了家庭成员之间的相互理解和关爱的重要性。我学会了关心和照顾他人的感受，以及在困难时共同面对问题。最后，我意识到时间的宝贵和有限性。

我明白了珍惜与家人在一起的每一分钟，用心去陪伴和关爱他们。

结尾（约100字）

总结起来，生活中的每一次经历都可以给予我们宝贵的心得体会和经验教训。通过对学习、工作、人际关系和家庭生活的总结，我明白了自己的不足和需要改进的地方。在今后的生活中，我将继续保持学习的态度，不断积累更多的心得体会和经验教训，以成为更好的自己。

观展经验教训心得体会篇三

总结经验教训，应对更严峻的安全管理工作 通过学习“群众路线教育实践活动”，结合安全工作实际情况，回顾半年来的安全工作，总结起来、分析起来，我们感到自己肩上的担子很重。

一、安全状况：

2013年1-7月份全矿共发生各类事故24起。其中死亡事故1起5人，轻伤事故13起21人，瓦斯超限事故10起。

其中：

轻伤事故与去年同期相比下降了32.3%（18起10人），六月份无轻伤事故。

2013年7月份全矿共发生1起轻伤事故：2013年7月13日3时30分掘二区9202队李汉岭在场子迎头片帮砸伤左腿。

今年7月份与去年同期其他事故下降7起，同比下降100%。从最近6月、7月的安全状况来看，我矿安全形势较好，如何发扬这样的成绩，这就是摆在安全管理者面前的重要任务。

二、只有总结才能看到不足，才能知道问题出在何方，才能应对严峻的安全管理工作。

安全生产是永恒的主题，是一切工作的基础。回顾过去的安全生产工作，我们清楚地看到，在工作中虽然施工措施写了很多，但是做到的却很少，不得不引起警惕。综一区冲击地压就是一个很好的案例，我们必须引以为戒。所以做好安全工作，就要看如 1 何保证安全管理措施到位，如何完善安全生产管理规章制度并有效实施，如何将安全工作的重点放在一线，是我矿当前认真对待的主题，既要完成上级交给的安全生产任务，还要在实际工作中把安全工作中的措施落实到位。

“安全第一、预防为主”的方针虽然早已家喻户晓，但实际上是喊得多、落实得少，叫得响、行动迟缓。安全工作不是一朝一夕的事情，也不是一个人的能力所能解决的，它受到多种因素的制约。只有加强安全生产过程监督，下大力度规范现场安全措施，加强对人员违章现场处理，不断规范现场作业行为，推行标准化作业，将安全工作真正从事后分析转移到过程监督中，才是扭转不安全局面的有效措施。在此，我就如何抓好下半年安全工作，谈几点意见和看法，不当之处请提出批评指正。

1、加强对安全生产工作的领导是实现安全生产的根本保证。要搞好安全生产工作，必须加强对安全生产工作的领导。安全工作管理既强调管到底，又强调理到位。调理到位就是要理出头序，理顺关系；就是要不断完善安全工作行为准则，检查制度和标准，考核奖惩办法。管到底，就是要使“安全第一，预防为主”的方针深入人心，要严抓细管，刚性考核，绝不姑息任何违章行为。比如有的职工蹬车，只要抓住就严厉处罚等等一些违章现象，始终坚持把安全生产摆在重要位置，不断健全安全生产保证体系和安全生产监督体系，以全面落实安全生产责任制为核心，以完善安全生产法规、制度和责任制为基础，以落实措施、反违章、推行质量标准化建

设为原则，做到组织落实、措施落实、检查落实、考核落实，使安全生产管理的基础工作进一步加强。

2、安全管理制度化，安全措施规范化，作业行为标准化是安全生产管理的基本要求

“不以规矩，不成方圆”，没有合理而规范的管理制度和安全措施，何以能做好安全生产工作，所以不断完善、细化安全管理制度，制定具体的实施细则和办法，完善安全管理规章制度是我们做好安全生产工作的最基本要求。不能只重效益，不重安全，我们安监检查人员在检查过程中发现有的单位根本不重视上级下发的各种制度，不落实到位，比如小班安全质量评估，没有从这些规范中真正做细做好。在事故发生后才追悔莫及，才体会到安全生产管理工作的重要性，因此，在我们的安全生产工作中，每个人要规范的遵守安全生产工作制度和措施，而且要坚持做到贯彻落实，保障这些安全生产工作制度得以执行和落实。有了有效的制度，我们的安全生产工作才可能规范开展，收到应有效果，使安全管理制度化，安全措施规范化。比如：小班安全质量评估制度的落实，每个班都要认真对待，现场把隐患交代清楚，按标准按措施要求去施工，那么事故就会大大减少甚至会消灭事故。所以要求各单位严格按小班安全质量评估做起，从每个环节中落实到位，那么每个单位的质量标准提高了，再抓每个单位系统的存在的问题，把问题处理在萌芽之中，从队长、班组长、瓦检员在现场认真验收工程质量，认真检查施工过程的每个细小环节的安全状况，那么每个班组都会掌握到每个细节的安全状况，施工起来就不会出现质量问题，因此施工中的事故自然就会减少。

3、做好安全生产宣传，抓安全生产教育，提升职工安全意识是前提条件。安全生产与职工日常生活紧密相关，做好安全生 产工作，做好安全生产宣传，抓安全教育，提升职工安全意识是前提，职工安全意识的提高，职工自我保护能力的增强这些是抓好安全生产工作的基础，使职工真正做到从“要

我安全”到“我要安全”本质改变。充分利用每日一题，每周一案的学习，让职工掌握技术知识、从“每周一案”中体会到事故教训，使安全生产工作家喻户晓、人人皆知，提升职工的安全意识，使安全生产工作深入人心，做到人人重安全，人人懂安全。安监处经常组织突击检查活动，一是宣传、教育，抓住蹬车违章人员向全矿通报、罚款，二是警示那些违章人员不要违章。另外下半年要求各单位认真做班前安全讲课活动，就本班要做的工作由工程师分析那里有安全隐患，应该注意的问题，贯彻到每名职工思想中，那么工作起来就会有所警示。今后下半年安监系统将不定期的进行突击检查活动，并对各单位的安全大课进行检查。

4、安全生产工作重在管理监督到位，安全管理监督是确保安全生产的重要环节

今年全矿1—7月份工程质量定级共检查394次，合格率为99.24%，优良品率25.12%，等外品率0.76%，其中：

采煤系统检查47次，合格率为97.88%，优良品44.68%，等外率2.12%，掘进系统检查151次，合格率为99.34%，优良品23.17%，等外率0.66%，开拓系统检查196次，合格率99.49%，优良品21.94%，等外品0.51%，从定级和日常检查来看抓好质量标准化是加强安全生产的重要环节，场子质量低劣，环境就会不好，那么自然影响到安全生产。所以要加强质量的安全管理工作。

安全工作重在管理监督到位，这是确保安全生产的重要环节。作为安监工作的监察工作者要根据生产不断发展的需求，及时发现和消除隐患，及时纠正和查处违章，实现安全监督由事后监督向事前监督、过程监督的转变，积极将安全隐患消灭在萌芽状态。安监系统对那些工程质量“偷工减料”现象，进行严厉罚款，并在全矿通报批评，扣发工程质量工资，将会促进安全状况的好转。

5、全面建设队班、组长建设工程。

我矿已下发峻煤发„2013“19号文件，关于龙煤股份公司鹤 岗分公司峻德煤矿关于对跟班队长、班组长现场安全管理暂行规定（试行）的通知，按照文件规定下半年加强现场安全生产管理，明确跟班队长、班、组长是当班安全、生产第一责任者，在生产中，一定要摆正安全与生产的关系，真正做到不安全不生产。

班组建设培养全体职工的良好安全心态，让班组长强化安全意识，规范操作行为，提高安全技能，从而达到充分利用人的安全意识指导安全行为，用安全行为有效控制生产事故。作业现场施工是由班组完成，因此班组这个小的团体组成了整个的整体，如果在这个小团体中发挥好的积极作用，那么全矿的安全状况就会好转。并制定相应的规章制度，好的班组奖励，出事故的班组进行处罚。

6、“以人为本”是核心，坚持以人为本，树立人本理念是创建安全文化的核心。

在今后的安全工作中要坚持以人为本。安全文化建设是预防事故的“人因工程”，以提高劳动者安全素质为主要任务。井下作业现场点多线长，环境复杂，因此心态安全文化是安全文化建设的基础和前提，最能体现人本思想。无论是管理者还是操作者，只有心态安全，才会有行为安全；只有行为安全，才能保证安全制度落到实处。追求健康是人皆有之的基本需求，但为什么还存在“三违”现象屡禁不止的情况呢？关键问题就是没有树立正确的安全理念！比如说，有的单位管理者为追求生产任务，在安全管理的行为导向上，迫使或诱发本单位职工拼任务、拼体力，违章冒险蛮干；再比如，“我要安全”本来应是职工的内在需要，可现在却变成了管理者强迫被管理者必须完成的一项硬性指标……错误观念不破除，正确安全理念不树立，安全文化建设就是竹篮打水。以往的安全教育大多是“我说你听”，不是大道理满堂

灌，就是家长式的训斥。解决安全教育入心入脑的问题，一定要注重情感投入，“于细微之处见真情”。如采取为职工过生日、送警句、交心谈心等亲情教育法，不失时机、潜移默化地向职工宣传安全思想；充分发挥亲情的感染作用，筑牢安全第二道防线，那么安全状况就会有很好的转变。

总之安全工作要自我净化、自我完善、自我革新、自我提高，一切从实际出发系统学习孙成坤、吕新华关于“群众路线教育实践活动”的讲话精神，贯彻到安全工作中去，坚决贯彻执行矿党委的矿行政的决定，认真查找存在的突出问题，深入分析原因，总结经验教训，提出解决问题的思路举措和办法；进一步转变工 作作风，提高工作效率。认真开展隐患排查治理，做到排查隐患治理隐患不留后患，对存在重大安全隐患的队组，明确监管责任人，做到挂牌督办，确保隐患治理工作的落实。建立安全隐患排查治理台帐，把排查的安全隐患逐一建档，做到安全隐患有登记，落实整改有措施，检查督导有记录，隐患销号有验收，做到安全隐患治理不留盲区，不留死角，形成安全隐患排查治理长效机制。各单位要以隐患排查治理为契机，规范安全管理，实现隐患登记、整改、回查、销号的全过程管理，分析近年来事故安全，吸取教训，举一反三，提高发现问题及解决矛盾和问题的能力，提升安全管理水平，使安全生产长效机制落到实处，把下半年的工作做好。

2013-8-17

观展经验教训心得体会篇四

在人的一生中，我们总是不断地经历各种各样的事情，遭遇各种各样的困难和挫折。而这些困难和挫折，给我们的生活带来了许多痛苦和压力。然而，我们从这些困难和挫折中学到的经验和教训，却是我们成长和进步的重要因素，也是我们获得成功的关键。在这篇文章中，我将分享我在生活中所得到的一些心得体会和经验教训。

第二段：勇于追求梦想

追求梦想是一个人一生中最重要的事情之一，也是每个人都应该追求的。在我年轻的时候，我对自己的未来有很高的期望，但是我却没有去积极地追求。我觉得自己还年轻，可以有很多机会等待我。然而，随着时间的推移，我渐渐发现，机会并不会主动来找我，而是需要我自己主动去寻找和争取。于是，我开始积极地追求自己的梦想，不断努力学习和努力工作。通过自己的努力，我终于实现了自己的梦想，并获得了成功。这个经历告诉我，我们应该勇敢地追求自己的梦想，不要怕失败和挑战，只有这样才能获得真正的幸福和成功。

第三段：珍惜时间与人

时间是我们生活中最宝贵的资本。但是，我们常常在琐事中浪费时间，忽视了时间的珍贵。我曾经有一段时间，整天忙于工作，没有时间陪伴家人和朋友。然而，当我最后发现，我失去的不仅是我和家人、朋友的交流和互动，更是我无法弥补的遗憾和后悔。于是，我开始重新审视自己的生活，重新分配时间。我把更多的时间留给了家人和朋友，与他们分享快乐和忧愁。在这个过程中，我也意识到，时间的珍贵是不能把握住的，我们唯有珍惜时间，才能更好地把握生活，创造更多的幸福和成功。

第四段：迈出舒适区

在人的一生中，我们经常会遇到各种各样的机会和挑战。然而，我们往往因为害怕失败或者舒适区的牵制而错过这些机会和挑战。我曾经有一次机会可以到国外去工作，但是我却因为舒适于现有的工作和生活而放弃了这个机会。然而，当我回过头来看，我才意识到，如果我勇敢地迈出舒适区，去面对新的挑战和机遇，我也许会有更大的成长和进步。于是，从那以后，我开始敢于挑战自己，不断尝试新的事物和领域，并取得了意想不到的成功。这个经历告诉我，我们应该勇于

迈出舒适区，去迎接新的挑战和机遇，并相信自己的能力，只有这样我们才能不断成长和进步。

第五段：结语

总结我在生活中所得到的心得体会和经验教训，我认识到追求梦想、珍惜时间与人、迈出舒适区是我们获得幸福和成功的关键。只有勇敢地追求自己的梦想，珍惜时间与人的交流，以及迈出舒适区去接受新的挑战，我们才能不断成长和进步。在未来的生活中，我将继续努力，用心去体会，不断改进自己的做事方法和处世态度，从而实现自己更多的梦想和目标。无论遇到什么困难和挫折，我都会坚持不放弃，勇往直前，相信只要努力，我们一定能够获得成功！

观展经验教训心得体会篇五

雷曼光电 当日放量涨停突破 怕高而没敢追 形态正好符合我的买点40%到手的利润没抓到 当时听信了股评家说欧洲债务危机没钱搞光电设备，而光电设备的买家主要是欧洲 可见，股评家的言论不可信。

濮耐股份 当时没有突破就买了不符合自己的买股标准的股票，买入后没有耐心而过早卖出，导致亏损。

鑫富药业 涨停板追入，当天上涨有些急促，又不是短期热点，难免第二天的调整。

该股既非热点也没有向上攻击形态，只是听股评家说买超跌反弹品种而买入，受了他的影响

短线操作原则:

1.忍不要太心急，不惧调整

2. 狠果断买进 卖出

3. 稳坚定持股

4. 快

5. 细细心分析

6. 股价经过急跌后涨停的股票要谨慎，做好买底部经过吸货后洗盘完毕的股票，除非形

态走势很完美，买经过蓄势的股票，准备向上攻击

7. 经过急跌的股票，一定要经过一个吸筹的过程才可能向上攻击。以后未经过震荡蓄势的股票要少买。大黑马一般都是突破前期高点的股票。

观展经验教训心得体会篇六

股市下跌趋势中, 做做反弹是可以的。股市从五千多点跌下来, 我做了三次反弹, 效果还是不错的, 甚至可以说收益比牛市也不差。

下跌趋势中的反弹机会, 都是跌出来的, 暴跌一般会有暴涨。但是有一点要注意, 下跌趋势的特点就是新低不断, 每一次反弹的低点, 都是下一次反弹的高点。因此, 当股市创出新低且跌出反弹空间才有参与反弹的价值。

新年之后, 股市继续暴跌, 今天创出了下跌以来的新低。但是, 我不想参与反弹。原因在于反弹空间不够, 往上充其量不足百分之十的空间, 很有可能是下跌中继, 股市在这里稍作挣扎, 修复一下超卖的技术指标, 然后继续探底。

下跌趋势中, 不断新低应该说是确定性的;而反弹是不确定的。

在确定性下跌中, 去把握不确定的反弹, 难度极大, 风险极高, 是需要极其谨慎的, 是要有宁可不做不可做错的心理准备的。因此, 反弹必须有足够的空间, 才能增加参与反弹的的胜算。

反弹的空间, 是跌出来的, 必须创出新低, 跌出足够大的空间, 才能参与。这是我给自己定的硬性条件。现在股市的下跌, 显然达不到我参与反弹的条件。

做反弹还有一个重要的依据：就是技术指标。但是技术指标挺有意思的, 在上升趋势中, 也是上上下下的, 可是股市低点是不断上移的, 而在下跌趋势中, 技术指标也是上上下下, 却是新低不断。因此, 做反弹不能单纯看技术指标, 还要看空间, 二者结合起来, 我感觉抢反弹成功的把握要大得多。

下跌趋势中, 反弹具有越来越弱的特点。目前, 随着成交量萎缩, 市场已经快进入低迷期了, 抢反弹更应该小心了。这也是我不想抢反弹的一个重要原因。

大跌给我血的教训

历史会重复, 生活在继续, 血带来的教训一定记录, 铭记终身：

第一、我们不过是股票市场里的弱势, 没有能力与趋势作对, 趋势的力量具有毁灭性, 上升趋势不可阻挡, 下降趋势不可阻挡, 市场自身的调节才是最重要的。趋势也只有市场之手才能调节, 其他的手段能够短期影响, 但不能改变趋势。

第二、我们是一群股市里的弱者, 一群小散。信心和资金是这个市场最重要的东西, 没有信心, 不会让人疯狂, 不疯狂怎么能够去干傻事, 不疯狂怎么把牛皮吹上天, 没有信心何谈疯狂, 没有疯狂, 何谈赚钱。信心破没, 市场也就破没了!

资金非常重要, 资金是信心的表现, 对开始杀杠杆资金, 我表现的麻木, 没有考虑此次的效果竟然会这么大, 蝴蝶效应如此剧

烈。资金是市场能够上涨的唯一力量,是唯一的力量。监管层对资金的触碰,是碰到了市场的最深处,以前对央行的降息降准都非常敏感的算算能给市场带来多少信心,多少资金。但这次却表现麻木,没有去研究这轮杠杆资金的威力,也没有去问问身边的朋友,侧面了解杠杆资金的对他们的影响和重要性。资金是市场最根本的东西,最根本的东西,在以后的市场中,必须要严阵以待。每逢有对市场资金的动作,都应该用最大的精力却研究。

第三、股市是概率市场,我永远这样认为,既然是概率市场,就会预测出错,每个都会预测出错,那么如果真的错了,就应该严格按照止损位去执行。这次的股灾开始我躲过了,心里高兴也得意。但是猜中了开头却没猜中结尾,去抢反弹却别市场给绞杀。这里给我的教训是,在跑赢市场的时候请敬畏市场,在跑输市场的时候请敬畏市场。得意的心态使得自己的信心高涨,敢去拼去闯,自然在市场不好的情况下就容易犯错,让自己后悔。失意的时候自己的信心会受损,害怕自己会再次受伤,容易让自己畏手畏脚,不敢前行。有句话叫做无可奈何就是现在的市场。

而面对自己的心态波段,一套严格的操作规则必须要有,并且必须严格执行,我自己也有操作规则,但这个却没有严重执行,让自己也卷进了这次股灾之中,这就是市场血的教训!

第四、牛市会掩盖很多问题,因为大多是人都赚钱了。但问题却被忽略掉。比如开户数据,开户数说明市场的新增血液,股市是由资金推动而来,没有资金就没有上涨力量。实际上在股灾之前,开户人数就降低了,但由于牛市继续疯狂,遮蔽了我们的眼睛!

第五、我们是第一次经历杠杆牛市,杠杆的力量也是前所未有的发挥出来,助涨助跌的作用更是一览无遗。涨的快速,跌得更快速,这就是杠杆牛市的极致表现,一切皆有可能,再多年以后股灾可能还会出现,谨记本轮股灾带来的伤痛,谨记这几天

心情的失落,谨记20xx年6月、7月发生过的一切,避免再次经历这样的痛苦。

第六、在股灾里不要相信一直唱多的人。因为他们大多是人被闷,没有资金再去做多,不要相信一直唱空的人,因为他们有很多资金,说不定正准备着冲杀。最应该相信的是市场,最应该遵守的是纪律,最应该做的是平常心。

第七、政府救市?!可以奢望,但第一次没救到,就应该怀疑,不去抢反弹,第二次没救到,就应该谨慎,多去观察市场,是否真的该割肉出去,第三次没救到,就不要奢望政府,他们已经尽力了!或者说他们也无能为力!!

观展经验教训心得体会篇七

第一段：介绍学习交警经验教训心得体会的重要性以及学习的动机和目的。

学习交警经验教训心得体会，是每个驾驶员和行人都应该重视的事情。学习交警的经验教训能够让我们更好地了解交通法规和驾驶技巧，避免违法和出现交通事故，保障自己和他人的安全。本文的主旨是通过学习从交警的角度出发，总结自己在驾车生涯中的经验教训，以便更好地提高驾驶素质。

第二段：交警经验教训体会的具体内容，包括遵守交通规则和注意交通安全。

交警的经验教训主要集中在两个方面。第一，遵守交通规则。这意味着我们不仅需了解这些规则的具体内容，更需要在行动中做到严格遵守。例如，无论是在行人路，还是汽车道上，都需要消除人车冲突，按照交通指挥信号行驶，避免乱穿马路、逆行等违法行为；第二，注意交通安全。这是我们行动中最重视的方面。主要包括行车安全，行人安全和交通工具安全等。

第三段：个人学习交警经验教训心得体会，并总结学习中的经验教训。

作为一名经验尚浅的驾驶员，学习交警的经验教训让我深切体会到遵守交通规则的必要性，并且引起我去学习驾驶技巧和避免交通事故的方法。在我自己进行日常学习中，我了解到缺乏车辆检查会导致许多安全问题。例如，轮胎气压，发动机油液位，制动器的磨损和其他设备缺陷等。我还清楚明白地意识到了，使用手机和开小差会分散驾驶员注意力，从而引起车祸。

第四段：交警经验教训带来的实际效益和提高驾驶素质的意义。

通过学习交警的经验教训，我认为可以显著提高驾驶素质，从而成为一个更好的驾驶员。在遵守交通规则和制定行车计划等方面，我有更多的信心和能力，从而更加放心地驾驶。在驾车过程中，我能更加清晰地认识到自身的局限性，并做好预防思维，采取更为稳健的驾驶行为。总之，学习交警经验教训，可以提高我们驾车技能和理解交通时代，确保我们的行车安全，保护我们和他人的生命安全。

第五段：评价学习交警经验教训的重要性，以及不断学习的重要性和必要性。

学习交警经验教训是非常重要的，需要我们认真对待，从而把知识融入实际操作中。同时，我们也需要不断自我检查，确保自己养成了良好的日常行车习惯，并且利用反思和总结来进一步改进自己的驾驶技能。这样才能把我们的驾车水平留在较高的水平。总的来说，学习交警经验教训需要不断地坚持，提高思考能力，从而逐步提高驾车和行人素质，并成为更为安全的交通行为的践行者。

观展经验教训心得体会篇八

从报名到最终考出，我大约被拖了将近一年吧，而真正学车的时间，加起来也就差不多一星期吧，想想就心酸。。

我是在学校报的名，本以为学校会便宜点，可实际上比家里这边贵多了，为此一些经验教训想与大家分享一下，特别是给那些打算报名学车但是还没有报的同学。

1.在选择哪个驾校之前，可以问问身边的已经在学车的人，这些人可以告诉你很多有用的信息，例如哪个驾校名声比较好，哪个教练比较好，特别是教练，得多问问，不要问驾校里工作的人，因为有些人会因为收了某个教练的好处而让这些人帮忙介绍学员，为此，问那些亲身学过车的人是最可靠的。

2.不要光看它的报名费用低，其实这只是驾校引诱你的诱饵吧了，除了报名费也许还会让

你付很多额外的费用。为此，你在报名的时候一定要问清楚一下两点

（1）如果补考，是不是只要付80元得补考费就行了，其他的钱是不是不用付的，也就是

我们经常听到的包过，如果不是，可要慎重了。

（2）问教练是否会接送，只要口头承认还不可以，要写下书面文字，省得他们否认，要

知道现在有些驾校很阴。毕竟交通费加起来也算一笔不小的数目。

3.学车到一定阶段之后，肯定到了去考场考试的日子，此时，

教练一定会安排好住宿，其

实教练安排的住宿一般都是偏贵的，他们应该会收点回扣，所以建议大家可以自己先到附近找住宿的，还是可以省不少钱的。

最后想提醒大家的是：报驾校要慎重，特别对于一些学生而言，在学校报的学生，应该多多考虑，相信在事前多考虑清楚肯定会让你少吃很多亏的。

观展经验教训心得体会篇九

学习经验和教训是不断提高自己的重要途径，而更深入地反思所学所做，可以带来更多的体验和启示。作为一名交警，我深知学习经验和教训的价值，以及这对于我的职业生涯所带来的重大影响。在这篇文章中，我将分享一些我在交通执法工作中所学到的经验教训心得体会，希望这对正在从事此行业的人们有所帮助。

第二段：经验

在执勤中，我们经常会遇到各种各样的情况，如果没有实践经验的支撑，我们就很难妥善处理这些情况。我记得有一次，我在巡逻路上突然遇到一辆大货车失控撞上路旁的护栏，形成严重的交通拥堵。我的第一反应是封锁路段并寻求支援，同时安排相关人员处理现场秩序，并及时将交通状况汇报给领导。这个经历让我认识到，在实践中，我们需要快速判断形势，并采取正确的行动。而这种判断力和行动力，只有在实践经验中才能得到充分锻炼和提高。

第三段：教训

执法工作中，错误和教训也屡见不鲜。在处理一些特殊案件时，我们可能会因过于顾及现实情况而放过一些违法行为，

或是因为过于冒进，而做出错误决策。最近一次教训，就是在一次抓捕毒品案件的过程中。由于我们没有做好充分的情报调研和周密的作战计划，致使我们在抓捕行动中失误，导致几名嫌疑人逃脱。这次失败让我意识到，在工作中要充分利用各种资源，不留遗漏地收集信息，制定详细的策略和方案，才能尽可能的降低失误和风险。

第四段：心得

在工作中，我认为最重要的心得体会就是：坚守职业责任和道德底线。交警是公共安全和社会稳定的守护者，我们的职责是保障交通秩序，维护社会和谐，而这一切都需要依靠我们的良心、责任和勇气。作为一名交警，我们要做到耐心细致、公正严明、敢于担当，不为任何利益和声誉所左右。只有这样，我们才能真正为社会做出贡献。

第五段：总结

学习经验和教训需要不断地反思和总结，而这种反思和总结可以带来更多的启示和成长。在交通执法工作中，我们不仅需要不断积累经验和教训，更需要从中悟出深刻的体会和心得，这才能让我们更好地服务于社会、更好地实现自我的价值。希望这些经验教训心得体会对正在从事此行业的人们有所启示，让我们一起走向更高更远的职业道路！

观展经验教训心得体会篇十

股市的不可预测性，要细心选择，多总结经验教训。下面就由本站小编为大家推荐炒股经验教训的范文，欢迎阅读。

我自认为是一个不算笨,但也算不上聪明的普通小散□20xx年初受朋友影响开始炒股,买第一支股票到现在还记得是粤高速,时间是20xx年1月15日上午。到现在连头带尾已经9年了。

先说说我的学习过程：

学习技术分析

跟其他散户一样，开始看一些股票入门书，学炒股技术。闹懂基本的软件操作、常用的指标等等。最初，基本分析和技术分析两方面都看，时间一长，觉得自己对基本分析不感兴趣，而且似乎从书上看到了自己也这么认为——基本分析在中国股市中总感觉不太对。因为我觉得，股票的基本面不可能在一两个月，甚至一两周，甚至一两天之内发生变化，但价格却总是这么波动。

所以，我最终选择了技术分析这条路。中间也看过一些基本分析的理论和传记，但后来自己强制自己不许碰基本分析，以便把所有精力放到技术分析上。

学技术分析的过程，也跟绝大部分人一样，但自己花的时间精力是超过绝大部分股民的。那时候，经常学到夜里十一二点有时候搞凌晨两三点。

学技术分析最头痛的事是要测试。每学一点新知识，总认为自己找到了制胜方法，然后就会卖出原来的股票，然后按新方法重新买一支。结果，买进去一支股票，第二天往往失跌，真是见鬼了。不断学习，就不断买进卖出，不断换股，亏损就不断增加。过度交易导致的亏损，其亏损速度真的很惊人。

指标、形态、切线□k线、江恩、波浪、筹码、跟庄等等方面的理论，不断学，也就不断亏。

在学技术分析的过程中，总想找到一种必胜的方法。试了多少种方法，我也不记得了，估计不下百来种吧。

记得有一次学习布林带指标，印象特别深，当时发觉，凡是布林带收口的股票，往往会大涨。那也是试过很多种其他方法之后

才发现的。结果前面有那么一两次买进去之后确实大涨,但更多的不是大跌,就是横盘不动。

至于原因,谁知道呢,反正我一直没搞懂。

学交易系统

学习技术分析,让我感觉股价波动的背后,似乎遵循着一种不为人知的规律。江恩也好,波浪也好,切线也好,k线也好,都只是看到了表象。真正的内在规律到底是什么样的呢?不知道。

不过,不知道内在规律不要紧,赚钱才是炒股的根本目的。于是我开始着手建立自己的交易体系。

各种各样的交易系统学了多少种,我也不知道,几十种总有吧,其中有些还是直接看英文翻译过来的。记得有一种叫gimmiebar的交易策略,当时自己翻译过来后,也很是兴奋,有时候也确实有点效果,但更多情况下是无效的。各种古古怪怪的止损方法前前后后就学了不下20种,也没见有什么用。

好在,学过的技术分析知识越多,建立交易体系就越容易。在我看来,交易体系就是把各种各样的技术分析模块,组合在一起就成了。趋势判断一个模块,选股一个模块,交易策略一个模块,心理控制一个模块。每个模块下面又包含多个子模块□20xx年9月底,我的第一个交易系统终于成型了,其中趋势判断模块一直延用至今。

2年9个月,我估计时间应该算快的吧。但是,如果你以为我就此开始赚钱了,那就大错特错了。还是继续亏,一直亏。亏损的原因一方面是因为追求暴利,另一方面是因为追求确定性。

思考交易哲学

交易系统建立之后,自己就会开始思考一些交易哲学问题。于

是乎, 西方各大哲学流派都大致了解了一下, 最后居然还看圣经。中国股民许多都看佛经, 但我一直学的是西方的炒股技术, 所以更倾向于圣经。但看了也白看。到头来, 哲学也好, 圣经也罢, 都没啥用。如果一定要说有什么用的话, 就是暂时解决了自己的思维障碍。

现在说说我是怎么把50万炒到7800元的

我把技术分析派股民分成两类, 一类是系统交易型, 一类是一招鲜型。系统交易类的股民, 须博采众长, 几乎涉猎所有技术分析理论, 然后从各种理论中抽取极少极少的一部分, 为自己所用, 然后组合成交易系统, 集各家理论以大成, 所以, 系统交易型股民, 往往亏损非常厉害, 因为他要不断测试不断测试, 过度交易就难免。但在我的理解中, 一旦真正做到集而大成, 就会无往而不利, 其赢利速度也会跟之前的亏损速度一样快。而一招鲜型股民, 学起来很简单, 就学那么一两招, 于是测试次数就很少, 亏损也就很少, 但赢利速度也会很慢。当然, 这只是我的想像, 也不知道对不对。

或许是追求暴利的心理在作怪, 也或许是因为个性原因, 自己总想成为集大成者, 总想获取暴利。于是亏损起来就十分惊人。过度交易, 真的很可怕。从我炒股开始, 陆陆续续投入总共50万元, 最低的时候亏到只剩7800元, 这还是陆陆续续加钱进去的。有时候自己想想都觉得很不可思议, 怎么能亏成这样?痛定思痛, 总结出了以下原因。

失败原因之一---急躁

当时开好户之后, 自己就让帮我开户的证券公司经理当场买了这支股票。当时一看到股票稍微涨一下, 心里就急不可耐地抢着买进去, 好像错过了就会错过一笔横财。现在想来, 这种心态一直伴随着我炒股这么多年, 也是自己持续亏损的最主要原因－－急躁。

失败原因之二--追求暴利

跟绝大部分股民一样,我总是希望买进去就涨停。现在想来,炒股九年,我一直抱着这种想法在炒股。

追求暴利,是导致自己亏损的另一个重要原因。那时候还有权证,其涨跌停板会比股票本身放大三倍左右,一般约在30%,而且是t+0□记得有一次,自己买了一支股票的权证,看着权证价格越跌越快,一直跌到跌停板,到收盘时,自己紧张的满身大汗,衣服都浸湿了。尽管暴亏的经历如此惨痛,但还是改不了追求暴利的心态。

真的是个极其惨痛的教训。过度交易,不论是为了测试技术,还是因为心理因素,都非常致命。这里还有一个问题,就是止损。牛市里,最好不要止损。但我从炒股开始,一直学的是老外炒股的理论,严格执行止损,过度交易加上严格止损,亏损速度就更加惊人。说到这个就觉得心痛。无语。

正是因为过度交易和不断止损,从20xx年初入市开始,整个牛市结束,在我印象中就从来没赚过钱,除了一次。那一次是在530之后了,买了支煤炭股,好像是兰花科创吧,当时使用了相对强度指标(是rs,不是rsi),选中之后,就强迫自己不让动,持有了一个多月吧,最后盈利35%左右。除此之外,好像真的没有赚钱的印象了,再也没有了。

中间还有过几件事印象很深,其中一次就是530暴利前一天,我用dmi指标很精确地判断出了530大跌;还有一次是选中了一支股票氯碱化工,买进去第二天就有点小涨,但当天就卖掉了,当时好像是因为判断大盘不稳,结果第三天开始氯碱化工连拉三个涨停。郁闷死了。

还有关于止损,自己一直很严格止损,结果兰花科创之后,我想法有点变了,觉得不要随便止损,结果从6124开始,一直就扛着。在我印象中,这好像是唯一一次不止损,结果从最高点一直套

到1664前夕。这段时间,因为被套钱越来越少,自己后来连股票账户都不敢看了,真的不敢看。这期间,大概有将近1年时间没有研究股票,天天打麻将。所以,自己建立第一个交易系统的实际时间大概是1年9个月左右。

等到1664前夕上次指数涨停那两天,自己才重新学习股票。但同样,继续学习测试,继续亏损。就这么回事,只要我炒股就一直亏,一直亏,从20xx年初涨到6124没赚钱,从1664涨到3478也没赚钱。

建立交易系统后,我曾经统计过自己的历史交易记录,大概是平均每不到1.5天就会买入或卖出一次。好恐怖!那时候手续费还比现在贵很多。

失败原因之四--追求确定性

在思考的诸多交易哲学问题中,不确定性和确定性之辩是最大的难题。这也是我后期持续亏损的最主要原因,后期的持续亏损与追求暴利已经没有多大关系了。

股市的本质就是个混沌系统,不确定性是混沌系统与生俱来的特征,但自己偏偏想找到一种确定性。对于我而言,确定性就是买进去之后,就一定涨,甚至一定大涨。我不知道这种确定性是否存在,但我一直在寻找,我一直认为,涨的股票以及大涨的股票都有其内在的共性规律,只不过我们不知道罢了。要是能找到这样的内在规律,那岂不是发财了?于是乎,就要不断研究,还得不断测试。

我曾经无数次回头看自己的炒股经历,事实上,如果心不要太贪,不追求暴利,那我从20xx年10月起就可以持续稳定赢利,尽管赢利速度不会太快,但也不会很慢。因为最初的选股模块已经初步了一些具备了暴利的因子。当时我固执地认为,炒股之所以受情绪因素影响,是因为技术不到家,技术一旦到家,情绪对赢利来说是极为次要的因素。

正是因为这一观念,我总是想找到一种确定性,一种买进去就涨,甚至买进去就大涨的确定性。今年前些时候,我曾总结了一下自己的交易行为模式,想分析一下自己为什么会如此暴亏。总结出来的结论是自己的交易行为模式有几个特点：全仓,从头到尾都是全仓;集中持股,每次都把所有资金压在一支股票上;追求暴利,寄希望于买入当天或者第二天上午就大涨甚至涨停,否则第二天下午就会忍不住要换股。

这也是我最近的一点体会,交易系统固然是炒股的关键,但如果不能跟自己的交易行为模式匹配,再好的交易系统也没用。

这里捎带提一下,我前面提到的所有具体技术,事后都被无数次证明,这些技术或指标只是偶尔管用,大部分时候是不管用的。至于什么时候管用,什么时候不管用,我也不知道。反正上面这些技术和指标,我现在都没在用了。

失败原因之五--替人炒股

这里还要说一个很荒唐的事□20xx年10月交易系统建成后,自己不断搞进搞出,搞了有一年左右,系统的四个模块中,趋势判断模块已经比较精准了,也就是实现了自己一直追求的大致的确定性。但一个模块的确定性,对于整个系统来说,照样没用。这还导致了一个很致命的问题——总想在其他模块实现同样的确定性,特别是选股模块。

正是因为感觉自己有点水平了,其实狗屁都不是,自己居然主动帮朋友炒股。现在想来,后面这个问题没解决,其实也可以实现持续稳定赢利,但是整个行情处于熊市,亏损是必然的。最后连朋友的钱也暴亏。当然,亏的钱都是我承担的,这也算在了50万总亏损额里面。

现在想来,帮别人炒股,就算赚了也只是小钱,要是真有水平,那就应该有胆量卖房、借钱,甚至借高利贷,干他一票,用得着帮别人炒股赚点零头吗?如果没这个胆量,就证明你还没这个

水平和实力。

曾经有个人跟我说过一句话,这个人是做阳光私募的,也很狂,但他说的一句话,对我还是很有震撼的：如果你不是百分之百的肯定将来会怎么走,那有什么用?止损?狗屁。后来我想想也是,不论是机构还是私募,数以十亿甚至百亿计的资金,怎么止损?必须百分之百地肯定未来一定会怎么样走。后来,我一直把这个当做目标,尽管我不知道能不能实现。

失败原因之六--急于扳本

炒股九年,最大的感受就是如果心态不好,再好的技术、再好的交易系统也赚不到钱,只会亏钱。有时候想想自己技术也学了不少,交易系统也有,为什么还是一直亏钱呢?即使是牛市也赚不到,根本原因还是心态问题。急于扳本,就是一个很致命的心理问题。

不管是总体亏损急于扳本,还是一两次交易赚了钱之后,又吐回去了的急于扳本,都是很致命的。一急,人就乱搞了,过度交易、重仓、追涨杀跌等等不良习惯就来了。也真见鬼了,越急越乱,越乱越亏,越亏就更急。前面好不容易赚个百分之十啊二十啊,一旦心急乱搞作,不用多,只要两三次一搞,就打回原形。我曾经大概统计了一下,一般股票一天波动3%算是最小了,波动5%算是正常,7-8%也常有,更不要说一天波动20%了。人一急之后,常常是卖在最低点,卖在最高点,这也真见鬼了。就按正常算,一天波动5%,心急之后连续三次乱搞,加上手续费之类的,回吐会有将近20%。要是追涨停碰到回马枪之类杀跌,三次乱搞回吐肯定超过30%,这已经相当于前面一个月赚的钱全还回去了。这个真要不得。

怎么克服急于扳本的心理,我也想不出什么好办法,有一个不一定好的办法,亏了我就不断往里面加钱。打个比方2万块亏了50%,那我再加1万进去,只要50%就回本,如果加2万进去的话,只要33%就回本了,如果加9万进去的话,那岂不是一个涨停就

回本了?问题是要是不能赚钱,加的越多,就亏的越多。咋办呢?又还是那个老问题,提高水平争取能够持续稳定赢利。

听说高手能够超越牛熊,我也能够超越牛市,不过人家是超越牛熊不断赚钱,而我则是超越牛熊不断亏钱,只不过,牛市里亏的钱很快能扳回来再接着亏,熊市里亏了以后再加钱接着亏。

失败原因之七--眼红别人

持续的亏损,其中一个很重要原因就是急于扳本,在牛市的时候,则是因为眼红别人赚钱而自己不赚钱。

牛市的时候,一听说明人赚了多少多少,感觉真不是滋味,即使没亏钱,也觉得自己亏大了。自然而然,也就老想着暴利。暴利哪有那么好搞的?那些连续涨停的,都是等来的,咱们小散又没什么内幕信息,哪有那么容易碰到连续涨停。所以,最好不要跟别人聊股票。在我的印象中,跟别人聊股票,一说起来,这个赚了多少,那个翻了几倍,自己能不急吗?其实,别人亏钱的时候,没说罢了。

就拿这波牛市来说,自己身边有亲戚朋友也在炒股。今天说吃到一个涨停,明天又说赚了多少钱,还有买了苹果6plus之类的事。结果呢,这段时间杀跌振荡,没有一个人说股票了。

不过,这回我学乖了一点,跟别人说的时候,都说自己不炒股票了。这样省得别人在自己面前炫耀,自己受到的影响也小一点。别人推荐股票也好,说大盘走势也好,一概不听,只相信自己的判断。对也好,错也好,盈亏都是自己的。要是听别人的,亏了该怪谁啊?自己当然不好意思怪人家,但总觉得不是味道。

避免受别人影响最好的办法就是说自己不炒股了,你们赚你们的钱,总之我就是不搞。这是我的经验。

失败原因之八--逆势交易

炒股亏钱,其实最直接的原因,就是逆势交易。顺势的话,多多少少总能赚点,就算过度交易,也只是赚得少点而已。但逆势交易,必定亏钱,如果再加上过度交易,那就必定暴亏。

失败原因之九--过于自信

时间很漫长,但也似乎过得很快。从进步股市到去年5月,不知不觉已经连头带尾8年了,此时新一轮牛市悄然而至。我早早就感觉到牛市要来了,但真心不希望它这么快来,因为此时我的问题还是没解决,尽管已经有方向而且有眉目了。

从去年5月牛市启动一直到今年年初,我还是跟以前一样在不断试错试错试错。赚钱是不可能了,不过亏倒也没亏,毕竟是牛市,亏一点又会扳回来。今年年初,好像运气突然来了,短短1个月盈利200%,基本以超短线交易为主,也就是今天买明天卖。我现在回头来看,还是稀里糊涂的,这个钱赚得莫名其妙,因为我知道尽管选股问题已经临近尾声,但还是没根本解决,所以到现在为止,我也没搞懂这个钱是怎么赚的。我想,当时肯定也有一些技术依据,而且是这些技术依据是我最终定型的交易系统的技术的基础,尽管只有几个月时间,但我已经完全不记得这些技术依据是什么样了,因为被后面最终的技术把记印冲刷掉了。

尽管这个盈利因本金太少而微不足道,但这个盈利过程还是给了我很大信心。一段时间后,我开始追加资金,因为追加了资金自己交易也谨慎了点,1个月盈利60%,但这个钱赚的还是稀里糊涂的,不知道为什么,但因为时间更近、技术也更接近于最终定型的技术,已经有点印象了,大概知道可能是基于什么技术原理。

股市下跌趋势中,做做反弹是可以的。股市从五千多点跌下来,我做了三次反弹,效果还是不错的,甚至可以说收益比牛市也不差。

下跌趋势中的反弹机会, 都是跌出来的, 暴跌一般会有暴涨。但是有一点要注意, 下跌趋势的特点就是新低不断, 每一次反弹的低点, 都是下一次反弹的高点。因此, 当股市创出新低且跌出反弹空间才有参与反弹的价值。

新年之后, 股市继续暴跌, 今天创出了下跌以来的新低。但是, 我不想参与反弹。原因在于反弹空间不够, 往上充其量不足百分之十的空间, 很有可能是下跌中继, 股市在这里稍作挣扎, 修复一下超卖的技术指标, 然后继续探底。

下跌趋势中, 不断新低应该说是确定性的;而反弹是不确定的。在确定性下跌中, 去把握不确定的反弹, 难度极大, 风险极高, 是需要极其谨慎的, 是要有宁可不做不可做错的心理准备的。因此, 反弹必须有足够的空间, 才能增加参与反弹的的胜算。

反弹的空间, 是跌出来的, 必须创出新低, 跌出足够大的空间, 才能参与。这是我给自己定的硬性条件。现在股市的下跌, 显然达不到我参与反弹的条件。

做反弹还有一个重要的依据：就是技术指标。但是技术指标挺有意思的, 在上升趋势中, 也是上上下下的, 可是股市低点是不断上移的, 而在下跌趋势中, 技术指标也是上上下下, 却是新低不断。因此, 做反弹不能单纯看技术指标, 还要看空间, 二者结合起来, 我感觉抢反弹成功的把握要大得多。

下跌趋势中, 反弹具有越来越弱的特点。目前, 随着成交量萎缩, 市场已经快进入低迷期了, 抢反弹更应该小心了。这也是我不想抢反弹的一个重要原因。

大跌给我血的教训

历史会重复, 生活在继续, 血带来的教训一定记录, 铭记终身：

第一、我们不过是股票市场里的弱势, 没有能力与趋势作对,

趋势的力量具有毁灭性, 上升趋势不可阻挡, 下降趋势不可阻挡, 市场自身的调节才是最重要的。趋势也只有市场之手才能调节, 其他的手段能够短期影响, 但不能改变趋势。

第二、我们是一群股市里的弱者, 一群小散。信心和资金是这个市场最重要的东西, 没有信心, 不会让人疯狂, 不疯狂怎么能够去干傻事, 不疯狂怎么把牛皮吹上天, 没有信心何谈疯狂, 没有疯狂, 何谈赚钱。信心破没, 市场也就破没了!

资金非常重要, 资金是信心的表现, 对开始杀杠杆资金, 我表现的麻木, 没有考虑此次的效果竟然会这么大, 蝴蝶效应如此剧烈。资金是市场能够上涨的唯一力量, 是唯一的力量。监管层对资金的触碰, 是碰到了市场的最深处, 以前对央行的降息降准都非常敏感的算算能给市场带来多少信心, 多少资金。但这次却表现麻木, 没有去研究这轮杠杆资金的威力, 也没有去问问身边的朋友, 侧面了解杠杆资金的对他们的影响和重要性。资金是市场最根本的东西, 最根本的东西, 在以后的市场中, 必须要严阵以待。每逢有对市场资金的动作, 都应该用最大的精力却研究。

第三、股市是概率市场, 我永远这样认为, 既然是概率市场, 就会预测出错, 每个都会预测出错, 那么如果真的错了, 就应该严格按照止损位去执行。这次的股灾开始我躲过了, 心里高兴也得意。但是猜中了开头却没猜中结尾, 去抢反弹却别市场给绞杀。这里给我的教训是, 在跑赢市场的时候请敬畏市场, 在跑输市场的时候请敬畏市场。得意的心态使得自己的信心高涨, 敢去拼去闯, 自然在市场不好的情况下就容易犯错, 让自己后悔。失意的时候自己的信心会受损, 害怕自己会再次受伤, 容易让自己畏手畏脚, 不敢前行。有句话叫做无可奈何就是现在的市场。

而面对自己的心态波段, 一套严格的操作规则必须要有, 并且必须严格执行, 我自己也有操作规则, 但这个却没有严重执行, 让自己也卷进了这次股灾之中, 这就是市场血的教训!

第四、牛市会掩盖很多问题,因为大多是人都赚钱了。但问题却被忽略掉。比如开户数据,开户数说明市场的新增血液,股市是由资金推动而来,没有资金就没有上涨力量。实际上在股灾之前,开户人数就降低了,但由于牛市继续疯狂,遮蔽了我们的眼睛!

第五、我们是第一次经历杠杆牛市,杠杆的力量也是前所未有的发挥出来,助涨助跌的作用更是一览无遗。涨的快速,跌得更快速,这就是杠杆牛市的极致表现,一切皆有可能,再多年以后股灾可能还会出现,谨记本轮股灾带来的伤痛,谨记这几天心情的失落,谨记20xx年6月、7月发生过的一切,避免再次经历这样的痛苦。

第六、在股灾里不要相信一直唱多的人。因为他们大多是人被闷,没有资金再去做多,不要相信一直唱空的人,因为他们有很多资金,说不定正准备着冲杀。最应该相信的是市场,最应该遵守的是纪律,最应该做的是平常心。

第七、政府救市?!可以奢望,但第一次没救到,就应该怀疑,不去抢反弹,第二次没救到,就应该谨慎,多去观察市场,是否真的该割肉出去,第三次没救到,就不要奢望政府,他们已经尽力了!或者说他们也无能为力!!

许多股友好吹，只讲自己怎么过五关斩六将的，好像自己能预测一切，是股市常胜将军，这是虚荣作怪。我在此却愿意自揭伤疤，愿意讲老实话。但愿我的经验教训，能对执迷不悟的股民朋友有所启示。

我早在1992年就买了股票。那时不懂股票，买了就忘了，不看也不关心了。

到1996年，突然想起自己还有股票。于是到交易所去抛。结果让我大吃一惊，不仅股票数量变多了，而且金额从原来的3万多，一下变成了10多万。我这才知道，原来股票可以翻倍

地赚钱。也因此走上了输钱的不归路。

从1996年至今，我累计投入股市一百多万，输了百分之七十多。可以说，股市至今让我悔痛不已。

我悟出的教训是：

股市的不可预测性，是本质。不要以为自己技术好，经验丰富，看准了，结果会教训你的。

因为股市的不可预测，所以切不可做短线，多做多错。不信，你尝试总结一下。

总结一下吧：兔子总在不停地吃，可兔子不是强者。老鹰总在天空翱翔，俯视一切，只在看准了才猛扑上去，志在必得。