

投资理财遇难题速拨热线 82888000

假如您在投资理财方面遇到难题,与相关金融机构产生纠纷,或者遭遇理财骗局等闹心事,均可拨打**早报热线电话 82888000**投诉,早报记者将尽力帮您协调解决难题。您也可来电讲述理财故事,提供线索。



扫码
互动
交流



古语云:财不入急门。早报前天邀请研究投资多年的资深心理咨询师刘忠和(化名)做客理财课堂,线上为大家讲解建立良好投资心态的方法。他建议投资者需要10000小时磨炼功夫,当你有情绪时不要决策。

首先应克服赌徒心态

刘忠和是60后,职业是心理咨询师,他利用业余时间研究投资心理学,早在青啤上市时就与家人一起关注股市,经历了资本市场的风风雨雨,好在跑过了CPI,获得正收益。

刘忠和表示,投资者入市是用真金白银为国家发展经济作贡献,大家入市的初心是获得投资回报,不过几十年来,在股市中散户赔钱的很多,究其原因心态算是个很重要的因素。“实事求是地讲,很多散户抱有赌徒心态。而赌博的特点包括对于未来可能结果的不确定性不在乎;在时间上要求短期内见到巨大的收益,没有耐心思考长期效益;在面对未来的可能出现的不同结果时,只想到最有利的结果,因此投入大量的精力、时间、金钱,而当不利结果出现时,远远超出承受能力。”刘忠和分析说,“我们要时刻觉察自身是否具有赌徒心态,比如对于股市的不确定性认识不到,把家里全部现金投入股市,有的人甚至借贷加杠杆炒股票,今天买了明天就想赚钱,明天赚不了就割肉卖掉换股。作为投资者,首先要克服赌徒心态,按投资规律办事。”

10000小时磨炼功夫

付出才有回报 ,投资股市想有所收

获,不下功夫肯定不行。刘忠和指出,现在有个理论,一个人想成为某领域的高手,需要10000小时的磨炼。如果专职做股票的话,一般每天看盘6小时和复盘1小时,每年约250个交易日,这样大约需要磨炼5年到6年,才能积攒10000小时功力。也就是说,一个成熟的投资者至少应有5年股龄,而且还得是一位勤学者,耐心复盘者。

刘忠和提醒说,这10000小时磨炼可是慢功夫,急了不行,财不入急门。除非你悟性很高,否则没有这个功力,在市场里亏钱是大概率事件。建议没有10000小时功力的新手,账户投资额不宜超过5万元。可以先用5万以下资金试试手,看看有没有赚钱的悟性。当你达到10000小时磨炼功夫后,一般就会积累出自己的盘感,即胜算比较高的直觉。

有情绪时不要急于决策

刘忠和认为,人在压力之下会失常,比如散户在剧烈震荡行情中,往往会心态失衡,很容易出错亏损。

到底如何在压力事件面前管理好心态呢?刘忠和与大家分享了STOP(暂停)情绪管理法,STOP四个字母各有深意:S=STOP,表示“暂停”。在面对压力时,你可能非常烦躁甚至恼怒。此时应先停下来,给自己一点时间和空间,在你决定采取行动之前,冷静一下。T=TAKE A BREATH,表示“深呼吸”。停下之后,建议做三次深呼吸,情绪一般会缓和些,不会那么冲动了。O=OBSERVE,表示“觉察”。把自己和身体感觉(情绪)分开,试着用一种客观的态度提醒自己:是身体的感觉不舒服,不是我

财不入急门

资深心理咨询师刘忠和建议投资者有情绪时不决策

很糟糕。感觉不完全等于你,它只是一个变化的过程。作为一个旁观者去觉察、接受这个情绪的存在。尝试把自己与职业角色分开。P=PROCEED,表示“继续”。当你完成以上几个步骤之后,你会惊讶地发现,刚才糟糕的情绪好多了。

刘忠和坦言,STOP情绪管理法是个好方法,建议投资者多多琢磨练习,一旦有情绪时不要急于决策,这样会减少许多失误。

牛市散户更容易赔钱

对于牛市行情散户反而更容易赔钱的问题,刘忠和解释称,主要原因在于恐惧和贪婪。牛市中大盘和个股不会直线上涨,而是螺旋式上涨。不少散户喜欢上涨时跟风买进,而不是在底部耐心低吸建仓,因此很容易追高入套站在山顶上,这种事例比比皆是。同时,牛市行情一来,散户的操作频率越高,出错的机会就越多。牛股往往是慢涨快跌,而许多散户一涨就追、一跌就卖,总是在这个过程当中不断地亏钱。多数没有耐心的投资者,往往还没等到股票走出主升浪就卖出了;或者在机构震仓或洗盘时,没有耐心守住而赔钱清仓。这其实也是财不入急门的表现。

在操作方面,刘忠和建议,仓位中至少六成仓做长线,三成到四成仓位做短线,长线股应看月K线,月K线在底部时可逐渐建仓,不能买月K线在头部的股票。大家一般在银行存款3年期都能拿住,为何股票拿不住三年呢?大多数股票不用三年时间就会反转。可以查查交易记录,割肉卖出的票大部分都能涨回来。对于后市走向,刘忠和表示看好医药板块和农业板块。

观海新闻/青岛早报记者 杨忠升



财富资讯

政银合作机制 缓解获贷难题

早报12月8日讯 为深入学习贯彻“青岛企业家日”宣传月的工作部署,11月30日,人民银行青岛市中心支行联合市民营经济发展局设立青岛市民营和小微企业首贷信用贷服务中心。

记者了解到,青岛市民营和小微企业首贷信用贷服务中心在市民大厅4楼设立线下服务窗口,在融资通微信小程序同步线上服务。同时,在全市38家银行设立商业银行服务中心,并选择144家银行基层支行设立服务分中心,实现对全市140个乡镇(街道)的全部覆盖。各服务中心及分中心将围绕宣传国家金融政策、推广银行特色产品、征集企业融资需求并组织银行走访对接等方面展开工作。随着服务中心的设立,市乡镇(街道)层面将建立起常态化政银合作机制,积极缓解民营和小微企业获贷难题,引导更多金融资源向基层市场主体倾斜。

近年来,人民银行青岛市中心支行聚焦全市民营和小微企业纾困发展目标,有力支持全市民营和小微企业高质量发展。10月末,全市普惠小微贷款余额2137.7亿元,同比增长26.3%,高于各项贷款增速14.9个百分点,累计支持1.7万家中小微企业延期还本付息577.5亿元。

下阶段,人民银行青岛市中心支行将不断探索多元化金融服务形式,创新政银合作模式,深入推进全市民营和小微企业首贷信用贷服务中心建设,推动形成全市银行民营和小微企业金融服务百花齐放新局面。(观海新闻/青岛早报记者 邹忠昊)

两家青岛企业 喜获IPO批文

早报12月8日讯 青岛资本市场喜讯频传,两家青企获得IPO批文!三祥科技股份有限公司于11月28日获得证监会核发的IPO批文,雷神科技于11月24日获证监会IPO批文。这两家公司将在北交所发行上市,在北交所上市的青岛企业将增至5家。

据北交所官网公告显示,三祥科技IPO申报材料于6月27日获受理,11月17日过会,11月22日提交注册,11月28日获证监会IPO批文。雷神科技IPO申报材料于6月28日获受理,10月28日过会,11月18日提交注册,11月24日获证监会IPO批文。上述两家公司将在北交所发行上市。

截至目前,在北交所上市的青岛企业已有3家,另有2家企业已拿到批文,至少8家企业在审核和辅导期,还有众多企业在上市培育中。今年以来,青岛一共新增12家上市及过会企业,北交所占到了四分之一。显然,开市仅一年的北交所已经成为青企资本上市的重要通道。

此外,上市青企板块近期整体表现尚可,百元股目前有两只,分别是海泰新光 and 青岛啤酒,部分次新股表现抢眼,比如惠城环保、青岛食品、征和工业、日辰股份等个股值得关注。(观海新闻/青岛早报记者 杨忠升)

青岛中行：持续助力外贸保稳提质

对外贸易是我国国民经济的重要组成部分,对推动经济增长发挥着重要作用。一直以来,中国银行青岛市分行(以下简称“青岛中行”)充分发挥外汇外贸专业优势,秉承国有大行责任担当,多措并举强化金融支持“稳外贸”,为岛城外贸发展保稳提质贡献金融力量。

发挥国际化优势 服务实体经济

青岛中行始终秉承“融通世界、造福社会”的使命,充分发挥跨境金融服务主渠道作用,为支持实体经济发展提供全球化、综合化金融服务。今年以来,青岛中行联合商务局、上合示范区管委、自贸区管委等组织开展助企纾困、支持贸易高质量发展客户宣讲系列活动,为企业提供政策解读、汇率保值、结算及融资等服务,共同助力外贸企业拓市场、控成本、避风险。截至10月末,青岛中行累计为全市1.2万余户外贸进出口企业提供贸易融资超760亿元,办理国际结算超600亿美元,跨境

人民币业务超500亿元,市场份额稳居同业首位。

金融科技赋能 提升客户体验

当前,客户对银行跨境结算线上化有了更高的需求。中国银行始终积极运用金融科技赋能贸易金融,将数字化综合服务融于各类贸易场景,于今年创新推出“中银跨境汇款直通车”系列跨境结算线上产品,包括跨境汇出汇款、汇入汇款直入账、汇入汇款性质确认与申报等,使企业实现“无接触”“无纸化”高效收付款,进一步缩短资金到账时长,有力护航外贸企业稳健经营发展。此外,青岛中行抢抓数字贸易机遇,全力推动外贸新业态创新发展,针对市场采购贸易客群,推出“易采通”线上化系统,实现与“即墨市场采购贸易联网信息平台”对接,为市场采购贸易主体提供账户订阅、申请收汇、结汇等功能,极大地便利了市场采购贸易主体收汇、结汇的线上一体化操作。

融入区域发展 助力对外开放

青岛中行积极把握国内国际双循环新发展格局,按照建设自贸区主力银行和领军银行的定位,积极发挥全球化、综合化优势,在贸易新业态、跨境收支便利化、跨境资金池以及数字线上渠道等领域积极开展创新实践,为自贸区发展贡献金融力量。今年以来,已成功落地自贸区首笔“人民币资本项下输出、贸易项下回流”“向境外企业投放人民币贷款”以及“本外币一体化资金池”等金融试点任务;成功办理首笔NRA账户大额结汇和外汇衍生品交易、“惠如愿·自贸贷”、非金融机构的QFLP等业务。

下一步,青岛中行将深入贯彻落实党的二十大精神,发挥跨境金融传统优势,踔厉奋发、勇毅前行,为青岛加快建设国际门户枢纽城市注入金融“活水”,以实际行动助力外贸发展保稳提质。

观海新闻/青岛早报记者