



ژورنال و چک لیست حرفه‌ای معاملات فارکس (ویژه گروه D)

آکادمی مهدوی صدر

شماره: [] تاریخ: [] / [] جفت ارز: [] نوع: ☐ خرید | ☐ فروش حجم: [] ریسک: % [] بالانس: \$ []

☒ چک لیست طلایی قبل از ورود

1. ساختار بازار (تایم فریم بزرگتر): ☒ صعودی | ☒ نزولی
2. شاخص DXY: ☒ صعودی | ☒ نزولی
3. همبستگی (Correlation): ☒ تایید | ☐ عدم تایید

4. اخبار (Forex Factory): ☒ خبر قرمز نیست! ☒
5. استراتژی: ☒ سیگنال ورود دارم! ☒
6. حد سود و ضرر: تعیین شده ☒

⚖ مدیریت ریسک و پوزیشن

نقطه ورود (EP): [] ریسک \$: []
حد سود (TP): [] پروفیت \$: []

حد ضرر (SL): [] پیپ: []
ریسک به ریوارد (RR): [] : []

🧠 ژورنال احساسات (سه مرحله)

احساس قبل: 😊 آرام | 😟 نگران | 😡 خشمگین
احساس حین: 😐 خنثی | 😨 با استرس | 😄 حریص
احساس بعد: 😎 راضی | 😴 ناراحت | 😡 انتقام جو

🔄 خلاصه معامله و خروج

زمان معامله (ساعت): [] تا []

💡 درس اصلی و بهبود

- ☐ درس اصلی این معامله (یک جمله کوتاه):
☐ چه کاری می کردم بهتر بود؟

زمان معامله و خروج

نحوه خروج: ☒ TP | ☐ SL | ☐ دستی
پیپ نهایی: [] دلار نهایی: []
بالانس بعد: []
Overtrading؟ (معامله بیش از حد؟)
☐ خیر | ☐ بله