

TRADING.md

— GHIDURILE TRADING.MD —

15 greșeli ale începătorilor

Cele mai costisitoare capcane din primele luni
și ce faci în locul lor



Versiunea 2.0 · august 2026

trading.md

Despre acest ghid

Trading-ul nu te ruinează pentru că e complex. Te ruinează pentru că ești convins că ești excepția — mai disciplinat, mai atent sau mai norocos decât ceilalți. Disciplina și luciditatea se construiesc în timp, prin recunoașterea greșelilor: întâi ale altora, apoi ale tale.

Ghidul acesta adună cincisprezece capcane care golesc cel mai des conturile de început. Citește-le acum. Recitește-le după prima lună pe cont real. Și încă o dată după prima pierdere care te doare — acolo e diferența dintre cei care rămân în joc și cei care nu.

Cum e construit fiecare capitol: Capcana (cum arată), De ce o faci (mecanismul din spate), Costul real (ce se întâmplă în realitate) și Antidotul (ce faci în loc).

Materialul este parte din seria Ghidurilor Trading.md și însoțește pagina trading.md/ce-este-trading.

Cuprins

- 01 Pregătirea
- 02 Banii și riscul
- 03 Deciziile sub emoție
- 04 Metoda și evidența
- 05 Ce urmează

01 Pregătirea

1. Trading fără plan scris

GREȘEALĂ

Capcana	Deschizi platforma, vezi că EUR/USD a coborât, simți că „trebuie să se întoarcă” și apeși cumpărare. Fără plan, fără țintă, fără stop. „O să văd pe parcurs.”
De ce o faci	Creierul caută acțiune și recompensă rapidă. Un plan e plictisitor — îți cere să aștepti setup-ul exact. Improvizația dă iluzia de control activ.
Costul real	Fără reguli scrise dinainte, deciziile se iau sub emoție: ieși prea târziu din pierderi, pentru că sperii, și prea devreme din câștiguri, pentru că te temi să nu le pierzi. Aceeași asimetrie o descriu Alexander Elder și Mark Douglas în lucrările lor despre disciplina traderului.
Antidotul	Înainte de orice poziție, scrie: de ce intri (setup clar), unde pui stop-loss-ul, unde pui take-profit și care e raportul risc/recompensă. Dacă unul dintre ele lipsește, nu intri. → Planul de trading

2. Fără studiu aprofundat, general și pe strategie

GREȘEALĂ

Capcana	Citești o săptămână câteva articole, te uiți la două-trei filmulețe, te simți pregătit. Deschizi cont real cu ideea că „învăț pe parcurs, cu bani reali”.
De ce o faci	Trading-ul pare simplu vizual: prețul urcă sau coboară. Asta creează iluzia că știi destul. În realitate, fiecare strategie e o lume separată, cu reguli, contexte și capcane proprii.
Costul real	Fără înțelegerea contextului de piață și a specificului strategiei alese, aplici reguli pe care nu le înțelegi. Urmarea e previzibilă: confuzie după prima serie de pierderi, abandonarea strategiei, reluarea ciclului cu alta.
Antidotul	Studiu structurat pe două niveluri: general — cum funcționează piețele, ce mișcă prețurile, psihologia mulțimii; și pe strategia aleasă — toate setup-urile, condițiile în care funcționează și cele în care eșuează. Câteva luni de studiu activ înainte de contul real sunt investiția cu cel mai bun raport din tot parcursul.

3. Alegerea greșită a companiei de brokeraj

GREȘEALĂ

Capcana	Alegi după reclama de pe rețelele sociale, după bonusul de bun-venit sau după promisiunea unor spread-uri zero. Nu verifici reglementarea, separarea fondurilor clienților, istoricul retragerilor.
De ce o faci	Marketingul firmelor nereserioase e agresiv, iar bonusurile sunt momeala. Verificarea reglementării cere efort, așa că mulți o sar.
Costul real	O firmă nereglementată poate executa ordinele la prețuri proaste, lărgi spread-urile în momente-cheie sau tergiversa retragerile. Aici pierderea nu vine din piață, ci din alegerea partenerului.
Antidotul	Alege doar companii reglementate de autorități serioase: FCA (Marea Britanie), CySEC și BaFin (UE), FINMA (Elveția), ASIC (Australia), FSA (Japonia). Verifică licența pe site-ul autorității, nu pe cel al firmei. Confirmă separarea fondurilor clienților și testează o retragere mică înainte de depuneri mari. → Brokerii parteneri

02 Banii și riscul

4. Mărime nepotrivită de cont

GREȘEALĂ

Capcana	Deschizi cont cu suma minimă acceptată și încerci să o multiplici rapid. Sau invers: pui o sumă mult prea mare față de experiența și disciplina de acum.
De ce o faci	Sub-capitalizare: vrei să intri „cu ce ai” și presupui că poți crește contul repede. Supra-capitalizare: ai bani disponibili și crezi că mai mulți bani înseamnă mai multă siguranță. Ambele abordări greșesc.
Costul real	Cu un cont prea mic, mișcările normale par dezastruoase, nu poți respecta regula de 1–2% risc și ajungi forțat să riști mai mult. Cu un cont prea mare, stresul sumelor mari distruge disciplina exact când ai cea mai mare nevoie de ea.
Antidotul	Suma potrivită diferă de la om la om — depinde de apetitul de risc, de posibilități și de experiență. Întrebarea bună nu e „cât e minimul”, ci „cât îmi permite să tranzacționez fără presiune emoțională, respectând regula de 1–2% risc”. La consultație analizăm situația individual.

5. Risc per tranzacție prea mare

GREȘEALĂ

Capcana	Riști 10%, 20%, uneori jumătate din cont pe o singură poziție. „Sunt sigur de asta.” Sau, mai des: „trebuie să recuperez pierderea de ieri.”
De ce o faci	Matematica pierderilor nu e intuitivă. Crezi că, dacă riști mult și câștigi, ai dublat contul repede. În realitate ai nevoie de o serie lungă de câștiguri consecutive, pe care nimeni nu o produce sistematic.
Costul real	Asimetria e brutală și se poate calcula exact: dacă pierzi 50% din cont, ai nevoie de +100% ca să revii de unde ai plecat. Dacă pierzi 90%, ai nevoie de +900%. Fiecare procent pierdut cere un procent mai mare ca să fie recuperat.
Antidotul	Regula 1–2%: nu riști niciodată peste 1–2% din capitalul total pe o singură tranzacție. Calculezi mărimea poziției pornind de la distanța până la stop-loss, nu invers. → Managementul riscului

6. Lipsa stop-loss-ului sau mutarea lui în panică

GREȘEALĂ

Capcana	Pui stop-loss la deschidere. Prețul se apropie de el. Te convingi că „piața exagerează, se va întoarce” și îl muți mai jos. Sau îl ștergi. „Doar până se calmează.”
De ce o faci	Stop-loss-ul îți confirmă oficial că ai greșit. Mutarea lui amână durerea recunoașterii — pe termen scurt. Pe termen lung, transformă o pierdere mică într-una care contează.
Costul real	Nick Leeson a prăbușit Barings Bank exact așa: mutând limitele în loc să le respecte. Pierdere finală: 827 de milioane de lire, aproximativ 1,3 miliarde de dolari — mai mult decât dublul capitalului băncii, care avea 233 de ani de istorie. Tu nu administrezi o bancă, dar mecanismul e identic la scara contului tău.
Antidotul	Stop-loss-ul se setează la deschiderea poziției și nu se mută niciodată în direcția mai permisivă. Îl poți doar strânge, pe măsură ce profitul crește. Dacă simți nevoia să-l muți, închide platforma și pleacă de la calculator.

7. Folosirea levierului fără să înțelegi mecanica

GREȘEALĂ

Capcana	Firma îți oferă levier 1:30, 1:100, 1:500. Tu vezi „pot tranzacționa mai mult”. Nu vezi „pot pierde mai repede”. La levier 1:100, o mișcare de 1% împotriva ta îți șterge tot capitalul angajat.
De ce o faci	Marketingul pune accent pe „levier mare, oportunitate mare”. Adevărul e că levierul amplifică simetric și câștigul, și pierderea. Pentru un începător e o unealtă ascuțită primită fără instrucțiuni.
Costul real	ESMA a limitat în 2018 levierul maxim la 1:30 pentru investitorii non-profesioniști din UE tocmai pentru că datele arătau că între 74% și 89% din conturile acestora pierd bani la CFD-uri.
Antidotul	În primele luni, folosește levier mic. Asigură-te că poți explica în cuvinte simple ce înseamnă levierul pentru poziția ta: „la 1:10 pe EUR/USD, o mișcare de 1% îmi schimbă contul cu 10%”. Dacă nu poți face calculul în câteva secunde, nu deschizi poziția.

03 Deciziile sub emoție

8. Adăugare pe poziții pierzătoare (average down)

GREȘEALĂ

Capcana	Ai cumpărat la 180. Prețul a coborât la 170. „E o ocazie, mai cumpăr.” La 160, „și mai bună ocazie”. Construiești o piramidă răsturnată pe presupunerea că piața va face exact ce vrei tu.
De ce o faci	Mental, transformi o pierdere recunoscută într-o „medie de cumpărare mai bună”. Sună rațional. În practică, dublezi expunerea pe o ipoteză care s-a dovedit deja greșită.
Costul real	Jesse Livermore, unul dintre cei mai cunoscuți speculatori ai secolului XX, avea o regulă absolută: nu adăuga niciodată pe poziții pierzătoare. A încălcat-o el însuși, în mai multe rânduri, și și-a pierdut averea de fiecare dată.
Antidotul	Se adaugă pe poziții care merg în direcția ta și confirmă teza, nu pe cele care o infirmă. Pe poziții pierzătoare respecti stop-loss-ul și ieși.

9. Răzbunarea pe piață (revenge trading)

GREȘEALĂ

Capcana	Ai pierdut dimineața. Deschizi imediat o poziție dublă, „ca să recuperezi”. Pierzi și acolo. Deschizi una și mai mare. La sfârșitul zilei pierderea e de câteva ori mai mare decât cea de la care ai pornit.
De ce o faci	Pierderea e resimțită de creier ca o amenințare. Sub stres, raționamentul se închide, iar „trebuie să acționez” devine „trebuie să recuperez acum”. Asta nu mai e tranzacționare, e reacție emoțională.
Costul real	Cercetările lui Kahneman și Tversky asupra aversiunii la pierdere arată că durerea unei pierderi e resimțită de aproximativ două ori mai intens decât bucuria unui câștig egal. După o pierdere, creierul e dispus să facă orice ca să oprească durerea.
Antidotul	Regulă strictă: după o pierdere, pauză de cel puțin treizeci de minute. După două pierderi consecutive în aceeași zi, pauză până a doua zi. Mulți traderi cu experiență se opresc după trei pierderi la rând, indiferent de oră. → Psihologia traderului

10. Așteptări prea mari față de mărimea contului

GREȘEALĂ

Capcana	Pornești cu o sumă mică și vrei să o înzecești în prima lună. Sau vrei independență financiară într-un an. Îți fixezi ținte care cer randamente lunare pe care nimeni nu le produce constant.
De ce o faci	Rețelele sociale arată „traderi cu mașini de lux la douăzeci de ani”. Vrei să fii excepția. În realitate, cei din reclame fie exagerează, fie câștigă din vânzarea cursurilor, nu din tranzacționare.
Costul real	Cu așteptări nerealiste ajungi să iei riscuri matematic imposibil de susținut. Pierzi repede, apoi cauți strategii tot mai agresive care să recupereze, apoi pierzi restul. Ambiția disproporționată produce, invariabil, rezultate proaste.
Antidotul	Așteptări realiste: la început, obiectivul nu e profitul, ci să nu pierzi capitalul cât timp înveți. Profitul vine după ce disciplina e dovedită pe o serie lungă de tranzacții, nu înainte.

11. Copierea semnalelor de la „guru” de pe rețele

GREȘEALĂ

Capcana	Cineva promite „semnale câștigătoare în 90% din cazuri” contra unui abonament lunar. Sau „mentorat exclusiv” cu rezultate care nu se pot verifica. Pui ordine după cum îți spune, fără să înțelegi de ce.
De ce o faci	Vrei scurtătura: rezultate fără studiu. Pari să rezolvi problema disciplinei delegând decizia altcuiva. Numai că cine câștigă consistent din piață nu are motiv să-și vândă semnalele la abonament.
Costul real	Capcana clasică e selecția: se publică zece prognoze, se confirmă public doar cele câștigătoare, restul dispar. Tu vezi o rată aparentă de reușită care nu a existat niciodată.
Antidotul	Educație în locul semnalelor. Cărți, cursuri verificabile, mentori cu parcurs real. Învață să-ți construiești propriul sistem. Dacă cineva îți promite garanții sau îți cere plata în criptomonede pentru „acces VIP”, pleacă. CNPF a publicat avertizări despre astfel de scheme.

04 Metoda și evidența

12. Schimbarea strategiei după una-două pierderi

GREȘEALĂ

Capcana	Ai învățat o strategie. Faci două tranzacții pierzătoare. „Nu merge.” Cauți alta. Încă două pierderi. Iar alta. La sfârșitul lunii ai încercat cinci strategii, niciuna pe mai mult de zece tranzacții, și ai pierdut cu toate.
De ce o faci	Așteptarea statistică e greșită. Crezi că o strategie bună câștigă în majoritatea covârșitoare a cazurilor. În realitate, multe sisteme profitabile au o rată de reușită apropiată de jumătate; profitul vine din raportul risc/recompensă, nu din procentul de tranzacții câștigate.
Costul real	O strategie nu poate fi evaluată pe câteva tranzacții — rezultatul e zgomot, nu semnal. Schimbând-o după două pierderi, nu vei ști niciodată dacă funcționa.
Antidotul	Alege o strategie. Testează-o pe date istorice, pe un număr de tranzacții suficient de mare cât rezultatul să însemne ceva. Apoi testează-o înainte, pe cont demo. Dacă speranța matematică e pozitivă, respect-o o perioadă suficientă înainte de a decide că nu merge. → Testerul de strategii

13. Tranzacționarea fără jurnal

GREȘEALĂ

Capcana	Faci zeci de tranzacții într-o lună. La sfârșit nu mai ții minte de ce ai deschis majoritatea, ce a mers și ce nu. Te uiți la rezultatul net și tragi o concluzie vagă: „luna asta a mers slab”.
De ce o faci	Jurnalul cere disciplină și câteva minute în plus la fiecare poziție. Pare birocratie și îți spui că îți amintești tu. Nu îți amintești. Nimeni nu ține minte cincizeci de decizii rapide la sfârșit de lună.
Costul real	Fără jurnal nu ai date. Nu știi care setup-uri funcționează pentru tine și care nu, și repeți aceleași greșeli fiindcă nu le identifici. Mark Douglas o spune direct: un trader fără jurnal nu învață, oricâți ani ar avea pe piață.
Antidotul	Notează la fiecare tranzacție: setup-ul folosit, raționamentul intrării, nivelurile de stop și de profit, raportul risc/recompensă planificat, emoția dominantă, rezultatul și ce ai învățat. Săptămânal faci analiza, lunar ajustările. → Jurnalul traderului

14. Tranzacționarea cu bani de care ai nevoie

GREȘEALĂ

Capcana	Pui în cont chiria, banii de mâncare ai familiei sau bani împrumutați. Logica: „dacă fac 50% într-o lună, rezolv tot”. Realitatea: teama de a pierde bani vitali îți distruge orice judecată.
De ce o faci	Disperarea financiară amplifică toate celelalte greșeli — riscuri prea mari, răzbunare pe piață, refuzul de a accepta pierderi. Pierderea devine existențială, iar deciziile devin imposibil de luat la rece.
Costul real	Presiunea unei sume de care depinzi schimbă complet comportamentul: închizi devreme din frică, ții pierderile din disperare, mărești pozițiile ca să recuperezi. Nu piața te scoate din joc, ci propria stare.
Antidotul	Regulă de bază: tranzacționezi doar cu bani a căror pierdere nu îți afectează viața. Dacă pierderea contului ar atinge chiria, mâncarea sau ratele, capitalul e prea mare pentru situația ta. Îl reduci sau te oprești până construiești o rezervă de siguranță.

15. Confuzia dintre disciplină și noroc

GREȘEALĂ

Capcana	Ai avut cinci tranzacții câștigătoare la rând. Te simți invincibil. „Am talent.” Crești mărimea pozițiilor și pierzi tot în următoarele trei, plus banii adăugați între timp.
De ce o faci	Creierul caută tipare chiar și unde nu există. Cinci câștiguri la rând într-o piață care urcă nu înseamnă strategie, ci o secvență scurtă și favorabilă. Dar mintea îți spune „ești bun”, nu „ai avut o serie bună”.
Costul real	Mark Douglas, autorul „Trading in the Zone”, formulează diferența simplu: începătorul confundă norocul cu abilitatea, iar profesionistul știe distincția și se poartă la fel în ambele situații.
Antidotul	Ține jurnal detaliat. După un număr suficient de tranzacții analizezi statistic rata de câștig, câștigul mediu, pierderea medie și speranța matematică. Abia atunci știi dacă ai metodă sau doar o serie favorabilă. Mărimea pozițiilor crește după o perioadă lungă de consecvență, nu după câteva tranzacții bune.

05 Ce urmează

Ai citit cele cincisprezece greșeli. Lectura singură nu construiește însă disciplină — ea vine din practică structurată, din îndrumare și din exercițiu repetat.

Ce faci mai departe

Analizăm împreună situația ta — obiective, capital, timp disponibil, profil de risc — și stabilim pașii potriviți. Fără promisiuni de profit, fără presiune.

→ [Consultație gratuită de introducere](https://trading.md/consultatii/introductere) trading.md/consultatii/introductere

→ [Cursuri de trading și investiții](https://trading.md/cursuri) trading.md/cursuri

→ [Trading Club — comunitatea traderilor din Moldova](https://club.trading.md) club.trading.md

CFD-urile sunt instrumente complexe și au un risc ridicat de a pierde rapid bani din cauza efectului de levier. Între 74% și 89% din conturile investitorilor non-profesioniști pierd bani la tranzacționarea CFD-urilor. Evaluează dacă înțelegi cum funcționează CFD-urile și dacă îți poți permite riscul ridicat de a-ți pierde banii.

Cei mai buni traderi nu sunt cei care nu greșesc, ci cei care greșesc repede, recunosc repede și nu repetă. · Material cu scop educativ; nu constituie recomandare de investiție sau consultanță financiară personalizată. Tranzacționarea implică riscuri, inclusiv pierderea capitalului investit. Performanțele trecute nu garantează rezultate viitoare. Trading.md (Royal Consulting S.R.L.) acționează ca intermediar către companii de brokeraj internaționale reglementate și nu este broker. © Trading.md — Royal Consulting S.R.L., Chișinău.