

Elementi del diario emotivo del trader

Fonte: Tecniche di rilassamento per trader: gestisci lo stress nel trading
Pubblicato il 01/08/2026

Guida agli elementi da registrare nel diario emotivo durante le operazioni di trading per monitorare stati d'animo e decisioni.

AUTORE



Redazione di Binaryoptioneurope
Redattore

Elementi del diario emotivo del trader

Elemento	Descrizione
Stato emotivo pre-operazione	Calmo, ansioso, euforico, frustrato
Motivazione dell'entrata	Analisi tecnica, impulso, FOMO
Stato emotivo durante	Tensione, fiducia, paura
Stato emotivo post-operazione	Sollievo, rimpianto, soddisfazione
Lezione appresa	Cosa avreste fatto diversamente

Leggi l'articolo completo ?

<https://www.binaryoptioneurope.com/tecniche-rilassamento-trader-gestisci-stress-trading/>