

# 期货交易技术及心得 期货交易心得体会(优秀5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 期货交易技术及心得篇一

期货实训，收获颇丰。不光掌握了基本的交易知识，更多的是学会一种新的人生态度。

小博大的代名词便是投机，一想到投机，大多数人对它的印象是负面的，甚至是鄙夷、看不上的；而在目前的市场经济大潮中，几乎百分之百的人都想赚钱。想归想，努力归努力，但事实是有的人确实赚了钱，有的反倒赔了钱。从客观上讲，这是很正常的事，人民银行印刷的钞票就那么多嘛。我们仔细分析一下，赚钱的人是怎么赚的呢？是上帝的恩赐？赔钱的人是怎样赔的？是上帝的惩罚？我想不是，其实道理很简单：大多数赔钱的人没有学会以小博大。所以小小的投机也不是所有人一下子可以做到、能掌握的。

期货交易是最后一个这样的领域。在这里，通过适度投资，一个人能够大量增加财富。毫不奇怪的是，虽然很多人失败了，但是还是有很多人去试。毫不奇怪的是，很多失败者责备这种挑战，而不是责备自己的错误。毫不奇怪的是，成功者常为风险所困。同时毫不奇怪的是，仅有极少数人了解期货。同任何其他新领域一样，无知是可怕的、棘手的和令人恐惧的。同大多数新领域一样，从事期货交易所面临的挑战是难以克服的并且充满了风险。由于这些原因，关于期货交易出现了很多的教条：你必须是非凡的；你必须幸运的；

你必须是很专业的；你必须是一个赌徒；对于期货交易没有任何原因可以解释。这些教条是错误的。但这些教条常常被期货交易中因各种原因失败的人当作借口和托词，其中的一些原因并非个人的原因。也许这些人缺乏专注力或缺乏足够的分析能力；也许他们缺乏容易调节的个性、一个成熟的性情或一些商务训练。另一些人失败，是因为他们缺乏足够的资本；虽然资本是重要的，但是并不是个人交易失败的根本原因。

期货交易的成功取决于个人辨别和分析显著事实和统计资料的能力，这样才能得出给定产品中间价格或最终价格的一个理性观点。简言之，它取决于正确地衡量供给和需求的能力。因为只有花费多年的时间学习和实践，才能完全熟悉成功地进行期货交易的全部原理、规则、变量和例外，因此，很深入地探讨这些问题是不可能的。

然而，以下三点是最突出的原则。

第一是花费时间了解你计划进行交易的产品的有关情况。这里包括各种统计数据，其他影响供需关系的因素以及产品的价格。这里隐含的一个要求是，你必须推导出结果而不是仅仅依靠别人的观点。例如，如果你使用一位经纪人，那你永远都不要把他的话当作真理。而你必须听他不得不说的话，因为他是一位专家，但如果你仅依靠他的信息或他对事实的解释，那么你就是愚蠢的。这也要求你完全理解经纪人的行话，又要求自己接受过一些个人教育。

第二是不要过度交易。这里的过度交易不能用每周、每月、或每年成交的金额或成交量来衡量。它将决定你对市场的接近程度，即你对价格运动监察的密切程度、你花费于研究产品的的时间以及你计划交易的对象。过度交易，除了花费不必要的佣金外，还使你过分地承担风险和危害。因此，必须接受这样的一种观点：不能参与每一次市场变动，你也不应该想这样做。

第三个原则是按照事先决定的交易计划进行交易；不管这些规则是什么，一旦你选择好交易规则，你就要坚持这些规则。这就需要训练并且考验你的情感素质。如果你不坚持一套合理交易习惯做法，那么，你可能成为某一时刻压力的牺牲品。

从期货交易中我学到了顺势而为的重要性。所以，不论是股市还是期货市场，有一点是相同的那就是“顺势而为”。很简单的一句话，够我们用一辈子的交易去体会。

## 期货交易技术及心得篇二

五段式文章一般包括引言段、主体段1、主体段2、主体段3和结论段。下面是一篇关于“期货交易方法和心得体会”的1200字五段式文章：

引言段：

期货交易作为金融市场的一种重要交易方式，具有高风险和高回报的特点，是众多投资者青睐的对象。在实践中，我积累了一些期货交易方法和心得体会，希望通过这篇文章分享给大家。

主体段1：了解市场和行业动态

首先，了解市场和行业动态是期货交易成功的重要前提。投资者应经常关注市场和行业的政策、新闻、数据等方面的变动，及时把握市场趋势，避免盲目投资。比如，在石油期货交易中，密切关注原油供需情况，国际油价走势等因素，能够更好地指导交易策略，减少风险。

主体段2：制定科学交易计划

其次，制定科学的交易计划是期货交易中不可或缺的一步。交易计划应明确投资者的交易目标、交易时间、交易品种、

仓位管理等方面的内容。在交易过程中要严格执行计划，不盲目追求暴利，不被情绪所左右。只有有条不紊地实施计划，才能提高交易成功的概率。

### 主体段3：灵活运用交易策略和风控手段

第三，灵活运用交易策略和风控手段是期货交易中的关键。不同的市场环境和品种，需要采用不同的交易策略。比如，在股指期货交易中，可以运用套利、趋势跟随等多种策略。同时，风险控制也是至关重要的。合理设置止损点，控制仓位，选择适合自己的保证金水平，都是有效的风控手段，能够保护投资者的利益。

结论段：

总之，期货交易是一项高风险和高回报的投资活动，因此，投资者在进行期货交易时需要掌握一定的交易方法和心得体会。了解市场和行业动态、制定科学交易计划以及灵活运用交易策略和风控手段，都对提高交易成功的概率具有重要作用。希望通过这些经验和体会，能够对广大投资者在期货交易有所帮助。

## 期货交易技术及心得篇三

经过两个多月的期货操作实验，毕竟是初学者，我做了很多这方面的准备：了解了很多期货操作入门的知识。也体验到了期货操作的风险。随行就市，也就是随着行情的趋势下单，简单来讲就是期货涨的时候会一路猛涨，也就是通常所说的牛市；跌的时候会是一点的惨绝人寰——熊市，它是操盘手们在任何时候的敌人。当你认为某种期货看涨时买，才会有收益可能，否则很可能亏得片甲不留。

在实验课上，我操作大多以高卖低买开局，当价格开始下跌的时候我会找时机抛出，当价格上涨的时候，我会根据自己

的判断进行止损或平均买高。我第一个买的是金属。金属是当今世界期货市场中比较成熟的期货品种之一。我发现金属期货的价格变动非常快，当我在看其他期货价格和k线图进行分析的时候，价格已经变动的很大了。所以，做期货时要眼疾手快。课后，我大概了解了一些其他也像期货一样有趣的东东，就像开心网上的“模拟股市”。

虽然老师给了100万元的模拟资金，但最开始下单后，眼睛始终紧盯着持仓明细的界面，时不时的刷新，看着各项交易盈亏的起落，心都悬着，也有些明白了电视剧中股票投资者的心理。赚了高兴，亏了心急。也许是菜鸟的关系吧，和其他同学一样，我在心目中根本就没有什么“见好就收”的概念。买了金属亏了，亏得很惨，但我总想着它一定能起来。现在自己实践的时候总算明白了期货交易的一些原理。要占自己资金总量的一定比例，开仓不要太多。由于我的亏损量太多，舍不得平仓，想象股票那样通过持仓几天来减少亏损，但是适得其反，几天后进行平仓时发现亏损不仅没有减少，反而越发大了，所以只得及时平仓了。所以我明白了，初入门的人在刚开始的时候应该少操作以保证盈利，因为期货的手续费还是蛮高的。期货尽量不要持续持仓，尽量当日平仓！这样会降低期货价格波动的风险。还有没有行情的时候不要急于入场，一定要判断好时机在建仓，如果盲目开仓，只会造成亏损。

因此，我认为，现在我们毕竟对期货认识还不够深刻，做“长线”还不如做“短线”。当时的感觉就是期货市场的水太混了，今天收盘很高，明天开盘就跌到底了，瞬息万变的，谁也说不准明天的行情会是什么样的，对未来行情没有充分把握的情况下，切记不可留仓过夜，我认为短线操作利于像我们这样刚入门的人和一些中小投资者获利。短线交易没有太多时间思考，一开仓单入市后，马上就要执行平仓指令，所以执行交易指令一定要坚决。在普通的趋势交易中，犹豫几分钟可能不会影响交易的结果，但短线交易几秒钟的犹豫就会错过平仓的机会，短线交易的平仓指令是跟随市场

的下一个波动做出的，在开仓的同时就已经决定了必须在市场下一个跳动价位平仓，短线交易赚取也正是价格随机波动带来的利润，一旦没有及时跟随市场的节奏平仓，哪怕只有一次犹豫，这一天就可能全盘皆输。市场永远是在无序的波动之中，炒手对于买入卖出的方向性选择不是靠对长期趋势的判断，而是靠自己对于价位下一次波动的预期。短线炒手赚取的是当天交易的波动利润，绝对不能隔夜持仓。短线交易一但亏损立即止损出局，每笔交易的亏损尽量不要超过一个波动价位，必须把短线炒作和普通趋势投资严格区别开来。只有把握了市场的方向，顺势做，盈利的可能性才更大。把握好止损。即使没有交易经验，做好止损也可以控制住风险。

还是空头市场。只有确保日内赢利，才能很好的在这个市场里操作好。日内的好处在于：你有主动权控制，你有权利选择参与或不参与交易，你可以安稳地休息，你可以明确的止损。

以上是我进行期货实验两个月的心得，毕竟是初学者，感悟还是比较浅薄。我想说一点由期货引起的生活感悟：在炒期货的时候要学会适可而止，要及时止损和止盈，在期货操作的时候，不要因为一次的盈利而满足骄傲，也不要因为造成了亏损而灰心丧气，我们都要学会知足，我们心里都希望再高一点，再多一点，再好一点，这是一道深不见底的沟渠，学会适可而止，如同牛市它也会不堪重负坍塌，与其那时候的悔恨不如现在珍惜、满足。

## 期货交易技术及心得篇四

我在大学之前，对于“期货交易”这个词闻所未闻，更不用说对期货交易原理的掌握和运用了。上大学之后，第一次学习接触期货交易是在国际金融这门课上，那时潘权富老师着重讲了包括“看跌期权”、“看涨期权”等期权的种类，但这只是一次非常浅显的学习，真正系统的学习则是在这学期的期货与期权交易课上，而且还安排有实验课。在实验课上，

不仅学到了期货交易的操作知识，还有交易过程中的体会和感想，以下将从交易情况、亏损原因、投资心得体会等方面对期货投资进行总结。

## （一）交易情况

### 交易结果

由此可以看出，最后的交易结果为亏损。

## （二）亏损原因分析

1. 缺少对交易品种的深入分析，没有充分利用已有的信息；
2. 不能很好地进行技术面分析，凭感觉盲目进行交易；
3. 有投机心理，不能正确把握盈利和亏损的“度”；
4. 偶然因素，有一节实验课，交易系统无法进行正常交易。

在实验课上，既有亏也有赚，既感受到了期货交易中的乐趣，也体会到了期货市场的变幻莫测，以下是我的心得体会。

## （一）把握好交易时间

家才明白原来是不到交易时间，下午13:30才能开始进行交易，此时距离开盘时间还差一点点，所以交易不了。通过这次实验课我才知道国内期货交易所的交易时间：上交所9点至10点15，10点半至11点半，下午1点半至2点20，2点半至3点。大商所与郑商所：9点至10点15，10点半至11点半，下午1点半至3点。中金所：9点15至11点半，下午1点至3点15，最后交易日下午1点至3点。这些常识，对于我们这些初次进行期货交易的学生来说，恐怕大多数人都不清楚，甚至是不知道。

有了这次的经历，我想我们至少了解到了期货交易的起止时

间，以后再同别人进行交流时不至于出笑话，而且还增加了自己的常识。我们应该反思自己，尤其是将来要考公务员的，不断地学习，不断地拓宽自己的知识面就显得尤为重要。

## （二）真正做好技术面分析

在起初进行交易时，我只是凭感觉买卖期货：比如产品走势处于下跌走势时，我就买入，因为我认为一定会上涨，只要上涨我就会赚钱。几笔交易下来，我发现赚的次数远远少于亏钱的次数。通过多次观察后，原来有的产品正处于下跌趋势，但是在以后的时间里又进一步下跌。后来孙老师给同学们讲解了关于均线、K线图、分时走势图相关的知识，这才恍然大悟，我一直都是在凭感觉进行交易。忽视技术面分析，后来我试着去分析时，发现依旧亏损，这无疑证明我的分析有误，的确我对技术面分析有欠缺，甚至不能正确区分各均线。所以我认为做好技术面分析才是最重要的。

通过这次实验课，可以看出专业知识的重要性。作为财务管理专业，我们大多数人都要从事财务工作，财务是一项非常严谨工作，而且还存在很大的风险，如果我们没有扎实的专业理论知识，在做工作时完全凭感觉，到最后不仅自己会丢掉饭碗，更重要的是还可能会给企业、国家带来巨大的损失。

## （三）适可而止，及时平仓

我曾买过151手的连豆油1401，开始时赚了1万多，虽然很少。后来发现连豆油1401的走势不断下跌，并且开始亏损。陈桢说：“赶紧平仓吧，一会亏了”。我坚持要把亏得赚回来，就这样一直持有，结果亏了6万多，只能平仓了。我想到了专题课上的两个人：里森和陈久霖，如果当时这两个人果断止损，而不是一味想着把亏损的钱赚回来，也就不会有二人后来的入狱。通过实验课上的学习，明显感觉到期货和股票不一样，股票不需要支付保证金，并且可以长期持有，而期货不仅需要支付保证金，当保证金不足时还要追加，如果判断

失误还会导致亏损的越来越多，需要不断追加保证金，直至被强行平仓，因此期货不适合长期持有。

古代的老子说：“事物过于壮盛就会变衰老，再好的果实熟过了就会走向腐烂，再好的事情做过了头就会起反面的作用，所以说凡事都要适可而止。”

做到适可而止，才是正确的为人处世之道。

#### (四) 未雨绸缪，防患于未然

在一次实验课中，系统出现了不能进行交易的现象，而且此前陈楨也出现过这种情况，既不能买入也不能卖出，只能任其盈亏，连我这个模拟操作的都感到焦虑，更不用说那些真正交易的人了。虽然我们只是模拟交易，而非实盘操作，但通过这次交易，也能深深体会到交易过程中诸多偶然因素。猫头鹰经常会趁着天还没有下雨的时候，用桑根的皮把鸟巢的空隙缠紧，只有把巢坚固了，才不怕人的侵害。现如今绝大多数人在做事情之前都缺少事先的准备，最后弄得手忙脚乱。里森之所以会失败，这与他的固执固然有关系，但是与他不懂未雨绸缪也有联系，第一、应该经常对交易系统进行维护，确保交易正常进行；第二、里森在交易日经指数225时，应该考虑一下不确定因素的出现，比如日本是一个多地震的国家。

未雨绸缪的道理对人生也适用，现在很多学生都热衷于考研，几乎把所有的时间都投入到了英语、数学中，甚至不上课，不参加任何活动，有的同学说：“上课耽误考研”。我认为：谁也不能保证自己一定能考上研究生，如果真没有考上，还得去找工作，这时在能力上就会与其他人有相当的差距。所以要学会防患于未然，预计可能发生的情况，及时想出对策。

#### (五) 不要固执加仓，学会“舍”

在第一次进行交易时，我买了金属期货，但是一直处于亏损状态，我肯定的认为持仓时间越长，上涨的可能性越大，于是我又不断加仓，等下次实验课再看的时候，亏得更多了，只能平仓。这充分说明，当你做的相反时，绝对不能固持己见，更不能继续加仓，要及时止损。事实证明，在交易过程中，有时价格波动与操作方向完全一致，这是期货交易中最理想的交易，这时我们就可以继续加仓，大赚一笔。但是，也有相反的情况发生，那就是价格波动方向与我们的操作方向相反，市场都在做空头，只有自己在做多头，做的相反并不可怕，可怕的是还幻想有朝一日能扭亏为盈，或者自己操控整个市场，于是继续加仓，不断持有，甚至还展期持仓，有的投资者还盲目地认为自己可以操控市场。老师经常讲如果市场上只有你一个人做多头或者空头，其他的大投机商就会合力围剿你，比如里森、陈久霖、刘其兵这些人，最后都只能是血本无归。

在现实生活中，我们时常会遇到这样的人：不撞南墙不回头，更有甚者，把南墙推倒后接着走。有一本心理健康书说固执是病，一种心理上的疾病，一个人不光要有身体的健康，更要有心理健康。退一步海阔天空，正是有了破釜沉舟，才会有后来的百二秦关终属楚。舍是种勇气，得之于态度。那天孙老师说大学生的任务是什么？是学习。那我们是不是就应该舍弃点什么？比如网游、逃课等。万事万物都遵循能量守恒定律，这是经过科学证明的，。

我想这个世界始终处于一种平衡中，有舍就会有得，舍弃整天浑浑噩噩的网游生活，安安静静的坐在教室里上课学习，四年后你必将会得到一个满意的自己。

哲学上讲，世界始终处在因果关系中。我想学习也一样，通过对这学期期货交易课程的学习，主要有以下两方面的收获：

### （一）收获知识

在学这门课之前，我总感觉期货交易这种事情总是让人琢磨不透，给人一种神秘感。后来经过前后九周课程的学习和实验室的模拟操作，我感觉期货交易的了解比以前更丰富了，尤其是在实验室里面的模拟操作，能让我们更好的掌握知识，真正做到学以致用。

## (二) 人生感悟

课程即将结束，我想在孙老师的课堂上学到的不仅是知识，还有乐观开阔的心态，豁然大度的胸怀，淡然处世的态度，孙老师说的两句话让我记忆深刻：“人不能总是活在别人的看法中”、“念念不忘，必有回响”。

## 期货交易技术及心得篇五

随着全球经济的发展和金融市场的日益成熟，期货交易作为金融工具逐渐受到人们的关注和参与。为了更好地了解期货交易的运作和规则，我们学校开设了期货交易模拟实训课程。在这门课程中，我深入学习了期货交易的相关知识，并进行了一系列模拟交易操作。下面通过对这次实训的回顾与思考，我将总结我在期货交易模拟实训中的心得体会。

首先，期货交易实训课程让我深刻认识到期货交易的复杂性和风险性。在实训中，我们每个人都拥有一个虚拟账户，可以用虚拟资金进行交易。虽然没有真实的风险，但市场的波动和操作的实时性让我感受到了期货交易的紧张和快节奏。一旦掌握的信息有误，或者操作失误，很可能导致巨大的损失。因此，期货交易需要深入了解市场和行情，同时也需要谨慎和冷静的操作，才能够有效降低风险。

其次，在实训中，我感受到了团队合作的重要性。虽然每个人都有自己的虚拟账户，但我们可以在团队中相互交流和分享信息。每个人都有自己的优势和不足，通过团队合作，我们可以互相学习和补充，提高整个团队的竞争力。在实训中，

我与队友们密切配合，及时分享市场情报和交易策略，取得了不错的成绩。这让我深刻认识到，只有团结协作，才能在激烈的市场竞争中获得更多的机会和成功。

再次，期货交易实训课程让我切身体会到了市场的不确定性和变化多端。在实训中，我们每天都需要关注市场的行情和动向，及时作出相应的调整和判断。但是，市场是非常复杂的，受到众多因素的影响，如政策变化、经济数据、国际形势等等。这些因素常常使得市场价格波动剧烈，无法完全预测和掌握。在实训中，我遇到过许多预期外的情况，从而导致交易计划的偏离和损失的产生。这让我意识到，在期货交易中，应该保持谦虚和警觉，随时应对市场的变化，并制定灵活的应对策略。

最后，在实训中，我深刻认识到自己的不足和需要提高的地方。期货交易需要掌握大量的知识和技巧，而我在某些方面还有很大的不足。比如，对于市场的判断和分析能力，我还需要更多的训练和实践。此外，及时调整和纠正错误的决策也是我需要提高的地方。通过实训，我对自己有了更清晰的认识，并确定了自己的不足之处，这对于我今后的学习和发展非常重要。

综上所述，期货交易模拟实训课程让我深刻认识到了期货交易的复杂性和风险性。通过实践操作，我体会到了团队合作的重要性的市场的不确定性。同时，我也认识到了自身的不足和需要进一步提高的地方。通过这次实训，我更加明确了自己在期货交易中的定位和努力方向，为今后的学习和发展奠定了基础。期货交易是一个需要经验和技巧的领域，我相信通过不断学习和实践，我一定会逐渐掌握并且取得更好的成绩。