

青牛式トレードマスター講座

明確な基準・絶対的なフォームの重要性と身につけ方

このコンテンツの内容は、実は個別コンサルでしか公開しないいつもの内容でした。なぜなら、私自身が鉄板パターンを身につけた効果実証済みの方法だからです。それほど、効果絶大の方法という認識で読み進めてください。

まず、自分の手法を信じて相場で戦っていくためには、地道な検証作業によって統計値を算出し、手法の是非を客観的に把握することが重要です。

ただ、検証作業をやる上で非常に重要な前提があって、私が知る限り、このコンテンツのような内容を今まで見たことはありません。

今回は、実務レベルでは最も武器となる自分自身の武器・手法を作り上げるための練習方法について解説していきます。

では、始めましょう。

青牛式トレードマスター講座

どんなスポーツでも、一連の土台・大原則となる動き方のことを「**フォーム**」といいますね。

そして、このフォームは同じ動作を繰り返し練習することによって無意識レベルで実行可能な動きとなります。

スポーツ選手の場合、どれほど優れた身体能力を持っていたとしても、そのスポーツ特有・固有のフォームを身につけていなければ、一定水準を超えた存在にはなれません。

野球やゴルフ選手がいつまでも素振りを行い、力士がしこを踏み、空手家が型を打つ。それほどに、**あらゆる技術の根幹となす「基本の動き方という軸」**は普遍的に存在するのです。



青牛式トレードマスター講座

度々、引き合いに出しているイチローが現役時代にどれほどフォームの洗練に注力していたのかは有名な話です。

日々、身体の変化、コンディションの変化に対応するために「明確な軸」となるフォームの調整をしていたのです。

繰り返しますが、全てのスポーツにおいて、**スキルベースで根底となっているのは、まさにこのフォーム**なのです。

「1にフォーム、2にフォーム、3、4がフォームで、5もフォーム」

要は、それだけフォームが重要だということ。

話をトレードに戻しますが、つまりトレーダーにとってフォームとは、変動相場と対峙するための「明確な基準」という意味を持ちます。

青牛式トレードマスター講座

そして、マルチタイムフレーム分析によって、その明確な基準が今の相場環境に当てはまるのかどうかを照らし合わせるのです。

では、あなたが検証作業を行う大前提として、明確な基準を持っていますか？



この明確な基準が定まっていない状態で検証作業を行なってしまうと、むしろ変な癖がついてしまったり、導き出した数値でさえ全く意味をなしません。

青牛式トレードマスター講座

つまり、自分の手法を確立するための順番としては、検証作業に取り掛かる前に、まず明確な基準となるフォームを固める必要があるのです。

『フォーム構築 → 検証作業 → 実践 ⇄ フォーム調整』

が最も合理的な流れだと考えます。



基本動作となるフォーム習得の重要性については前段でお話しましたが、スポーツの世界におけるそれらは基本的な動作が故に一見して単純、単調なものであると捉えがちですが、あなたもこれまでの講義で理解しているとおり、単

青牛式トレードマスター講座

純・単調なものこそ無限の組み合わせやあらゆる可能性を導き出すため、マスターしようとする難易度は極めて高いのです。

そして、それら基本となる動作を習得するためには一つ一つの動作を丁寧に反復し、仮説→実践→検証→改善の PDCA サイクルを継続し、無意識レベルで身体が反応する状態にまで高める必要があります。

また、書籍「才能を伸ばすシンプルな本」に非常に興味深いことが記されており、コンテンツのテーマと合わせながら参照していきます。

技術を習得する前に覚えておくべき概念があり、「全ての技術は、ハードスキルかソフトスキルかのどちらかに該当する」というもの。

ハードスキルとは、いつも出来るだけ正確に行われる行為を指し、理想的な結果を得るための唯一のスキル。ハードスキルはロボットのように正確な技術で、特に運動の専門化した行為に該当する。そして、ハードスキルの絶対条件は、「常に一貫している」ことである。

青牛式トレードマスター講座

ソフトスキルとは、理想的な結果を得るために様々なやり方があるスキルで、いつも完璧に行われるのではなく、状況に柔軟に対処するスキルを指す。それは、すぐに的確な判断を下し、賢明な選択をタイミングよく行うことである。

ハードスキルとソフトスキルは全く異なるもので、脳の神経回路の異なる構造を活用しており、この概念をトレーディングに当てはめると、

ハードスキル＝一貫したフォーム（手法）

ソフトスキル＝リアルトレードでの状況判断など

ということになりますよね。

つまり、相場から利益を引き出すためには、一貫したフォームを持っていることが大前提であり、そのフォームが使える場面か、また今の状況にアジャストさせるには、という状況判断においてソフトスキルが必要になってくるのです。

青牛式トレードマスター講座

また、安定したハードスキルを身につけるためには、脳の中に正しい神経回路を作る必要があり、注意深く、ゆっくりと、丁寧にミスを修正することがポイントになってきます。実際にトップアスリートなどを養成する教育機関では、どんな地味に見えても重要性の高い正確なスキルについてはマスターするまで何度も叩き込まれ、「重要な部分ほど入念な繰り返し」によって作り上げられることで知られています。

ハードスキルを学ぶ時は、**正確に記録しながら行い、1回に一つの単純な動作を行い、繰り返しによって完璧に仕上げてから次に進むことが大切**だと言われており、これが「トレードジャーナルによるパターンの蓄積」と「まずは一つのフォームを徹底的に身につける」というこの講座でのスキームになっています。

ハードスキルが正確さをもとに身につけられるのに対し、ソフトスキルは絶えず変化する厳しい環境で磨かれ、異なる障害に遭遇して何度もそれに反応し、繊細な神経回路を作って状況を分析反応する過程で育まれていきます。

青牛式トレードマスター講座

ソフトスキルを練習する時は、変化に飛んだ繰り返しを何度も行い、明確なフィードバックを得ることが重要で、つまり、実際の相場に身を置き、環境認識を積み重ねながら技術を磨いていく過程が必要であり、明確なフィードバックとは正しい判断をできたのかということ自体が損益と直結しているので、それを一つの評価基準としていけばいいでしょう。

そして、「技術・能力」とは、ハードスキルとソフトスキルに二分されるわけではなく、むしろその2つの組み合わせによって構成されています。

バイオリン奏者が一連の音符を奏でる時の正確な指の動きはハードスキルだが、その曲の感情を解釈する能力はソフトスキル。

サッカー選手が正確なパスを蹴るのはハードスキルだが、ディフェンスの動きを瞬間的に読むのはソフトスキル。

要は、優れたパフォーマンスを発揮するためには、**確かなハードスキルの構築が大前提**だということ。

青牛式トレードマスター講座

なぜなら、長期的に捉えた時に才能を開発する上でハードスキルの方がより重要だからであり、世界のトップアスリート達は、日頃からハードスキルを磨いて維持することに専念しており、その理由はハードスキルこそが全ての基盤になると考えているからである。

では、これらの前提を踏まえて、トレーディングにおいて自身の明確な基準であるフォームをどのように習得していけばいいのかということをこれからお話していきます。

何を隠そう、これから解説していく内容というのは、私自身が鉄板パターンを身につけ、結果としても明白にその効果を確認することができた方法なので手法を身につける段階の人、手法に迷いがあるという人は是非取り入れてください。

青牛式トレードマスター講座

使用するソフトは何でもいいのですが、私は「裁量トレード練習君」というソフトを使いました。



FT4 は使ったことがないので機能はよく分からないのですが、この裁量トレード練習君の優れている点は、「実際のチャート設定で検証できる」ということ。

つまり私でいうと、8つの時間足を表示し、いつものインディケーターを使ってチャート設定した状態、リアルトレードと全く同じ環境で操作できる

青牛式トレードマスター講座

ということが、何よりも実践に限りなく近い状態に取り組めるという優位性だと感じました。（現在は、同時に7つまでしか表示できないようです）

これまでのメンバー達からの情報共有によると、現在、「フォレックスステスター（FT4、5）」、「裁量トレード練習君」、「Forex Simulator」の3つがありますが、どれを使うのかは各自で判断してください。

※メンバー達の各ツールの使用感については、別添「フォームトレーニングに使用するツールへの使用感等について」を参照ください。

メンバーにそれぞれを選択した理由を聞いてみたところ、当然、メリット、デメリットがあるわけですが、総体的には「Forex Simulator」が最も使いやす
うだなという印象を受けました。

選択の基準は、あくまで「本番と同じ環境でトレーニングできること」なので、その絶対基準を妥協することなくトレーニング環境を整えましょう。

青牛式トレードマスター講座

次に、具体的な方法を説明します。

まずポイントとなることは、「**フォームの習得には、同じ環境で同じ動作を何回も繰り返す**」ということが絶対条件なわけですが、これは新たなスキルを脳の神経系が効率良く学習するために極力、構成要素を除外するということを狙いとしています。

この概念をトレーダーのフォーム習得に当てはめて表現すると、

「検証期間を限定し、同じ相場環境の中で同じパターンでのエントリー、イグジットを徹底して反復する」

ということになります。

これをチャート上で再現するために次のような方法で実践していきます。

① 通貨ペアはお好みで OK

青牛式トレードマスター講座

② 期間を限定する

→ 採用する時間軸によって各自設定

スキャルなら1年

デイなら3年

スイングなら5年 が一つの目安で私は3年という期間にしました。



青牛式トレードマスター講座

③ 環境を同じにする

買いなら上位足が UTRD

売りなら上位足が DTRD

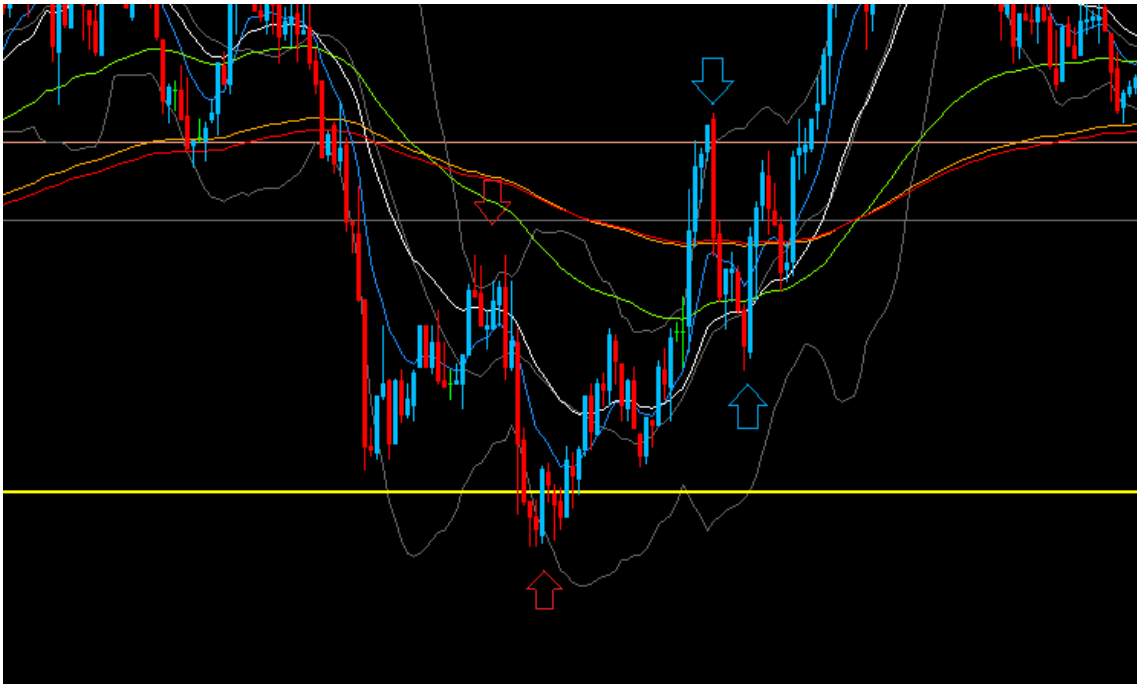
→ この環境については、設定した期間にもよりますが、3年くらい設ければ概ね一通りの相場環境になると思いますし、各自で調整してください。



青牛式トレードマスター講座

④ 一つのパターン認識を一つの時間足のみで行う

→ 設定した1つの時間足とマルチタイムフレームでの上位足、下位足との関連性を把握する。私の場合は、H1、M30でのセットアップをメインのパターン認識とし、それが機能する環境条件として、上位足・下位足を見極めていました。



例) メインのタイムフレームでのこのセットアップが、③のそれぞれの環境下でどのような値動きになるのかを徹底的に反復する。

青牛式トレードマスター講座

これを何度も何度も反復し、そのパターンを見ると身体が勝手に反射してしまいうレベルにまで細胞に染み込ませるのです。

当然、何度も反復していれば、「あ、次はこうなるな」ということが先読みできてくるわけですが、そういう判断ができるプロセスが重要であって、全体の流れからのパターン認識に慣れてきたら、今度は同じ場面でも更に細部を観察し「一定の規則性・類似性」を見極めていきます。

そして、同じセットアップやパターン認識であっても上位足の条件によってそれが機能する場面としない場面を何度も繰り返すことで感覚値に落として込んでいきます。

この方法を実践する上で、最も注意しなければいけない点は、「ただの慣れ、惰性で取り組むこと」です。

これをやってしまうと、貴重な時間をただ捨てているだけの真の時間の無駄になりますから絶対に「常に新鮮な気持ち」で毎回取り組むようにしてください。

青牛式トレードマスター講座

いずれにしても、脳が反射的に「このパターンは何度も見ているから知っている」となる状態にまで仕上げてください。

私は、たまたまこの方法に行き着いたのですが、トレードを始めてからすぐにこの方法を実践していればどれほど効果的であっただろうと思います。

そして、この練習方法によって選択した手法が身体に染み付いた時点で検証作業に入ることが、最も合理的で正当な道筋であると考えます。



青牛式トレードマスター講座

「手法なんて何でもいい」という言葉はここにも繋がっていて、どんな手法であっても相場環境によって機能するかしらないかが決まるわけで、**この練習方法によってパターン認識と環境条件の関係を理解することができさえすれば、手法は何でもいいということが実感できる**はずです。

ここで、「一貫した手法を採用する重要性」のコンテンツを再度読み直し、どのように手法を構築していくかを考えてみてください。

そして、あなた自身の鉄板パターンを生み出してください。

あをうし