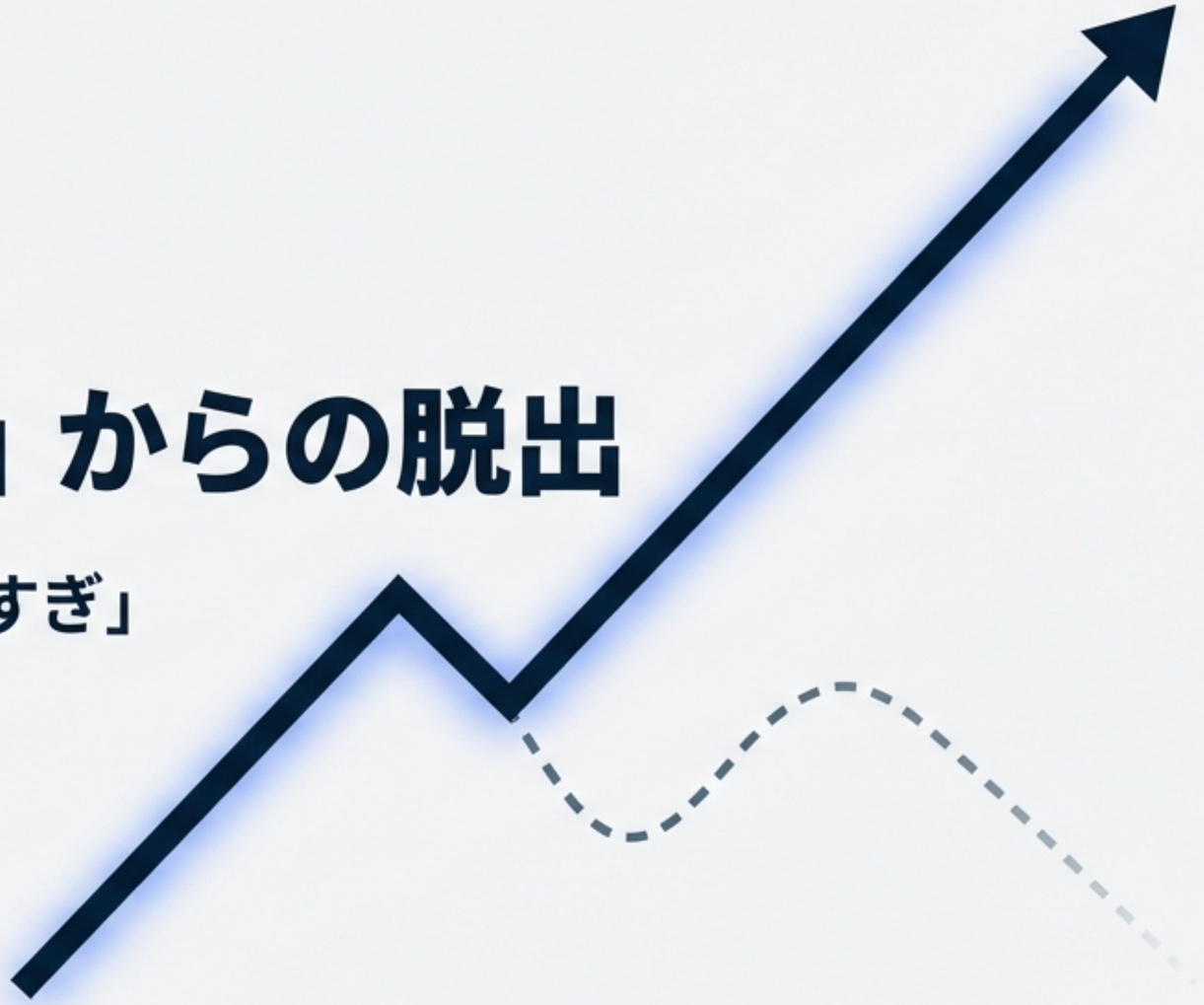
FXトレードの罠：「押し目待ち地獄」からの脱出

強いトレンドに乗れない「待ちすぎ」の心理と、3つの判断基準



TRADING STRATEGY SERIES

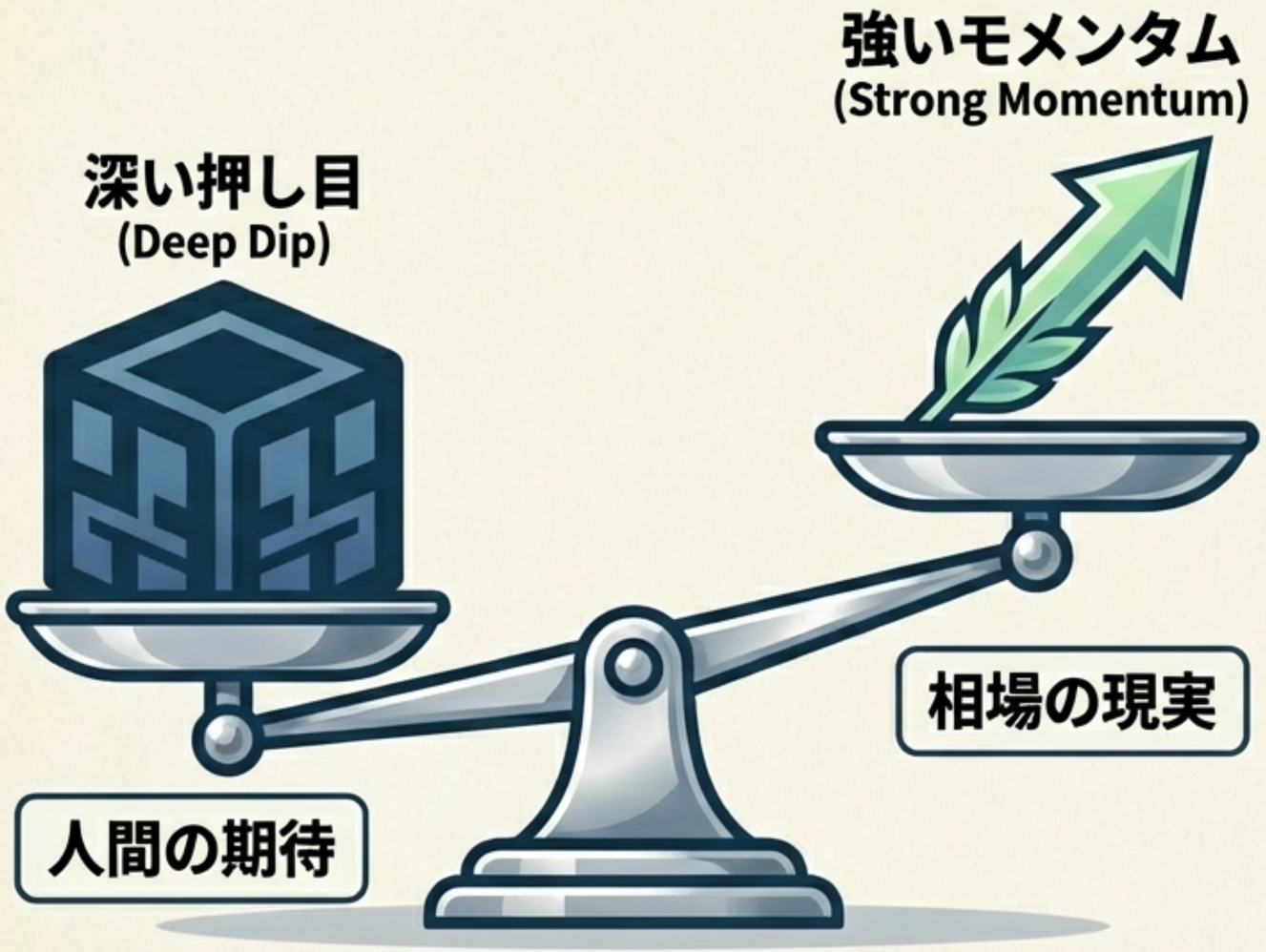
NotebookLM

「押し目待ち地獄」の正体

重要：多くの人がこの状態を「まだ待てばいい」「そのうち深い押しが来る」と正当化してしまう。しかし、それは機会損失の始まりです。

NotebookLM

相場が悪いのではない。「トレンドが強すぎる」のだ



誤解 (Misconception):

「トレンドが弱いから乗れない」

真実 (Reality):

「人間側の期待」がズレている。
強いトレンド相場は、深い押し目（ディスカウント）を用意してくれない。

事例： ドル円が140円から155円まで上昇する過程で、一度も「期待した押し目」が来なかった。

NotebookLM

「押しが浅い」相場の定義

定義：

トレンド方向への値動きに対して、
逆行（調整）の値幅・時間が
極端に小さい状態。

特徴：

見た目が「ほぼ一直線」

「給水所 (押し目) で追いつこう」としても、
スルーして加速していく

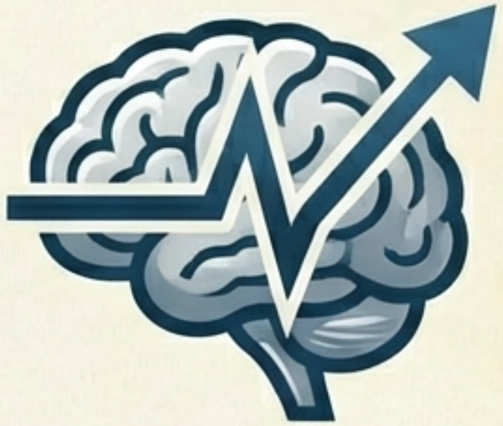
NotebookLM

強いトレンドを見分ける3つの基準

以下の3つが揃ったら、通常の「押し目待ち」は機能しない。

1. 値幅 (Price)
戻りが極端に少ない

2. 時間 (Time)
調整が一瞬で終わる



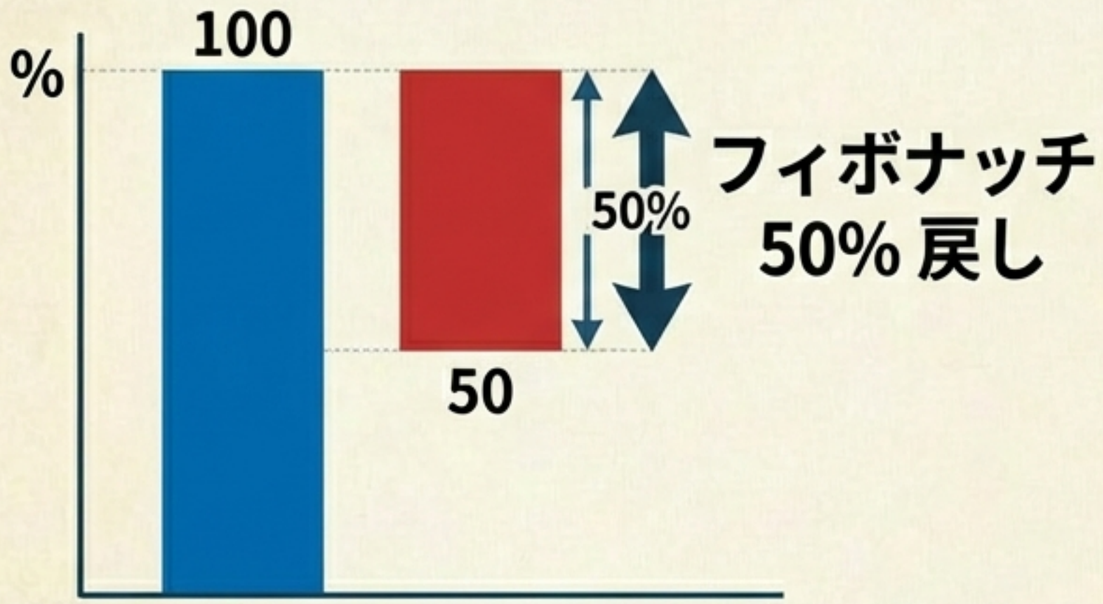
3. 心理 (Psychology)
押しても買いが入らない

強力なトレンドシグナル (Strong Trend Signal)

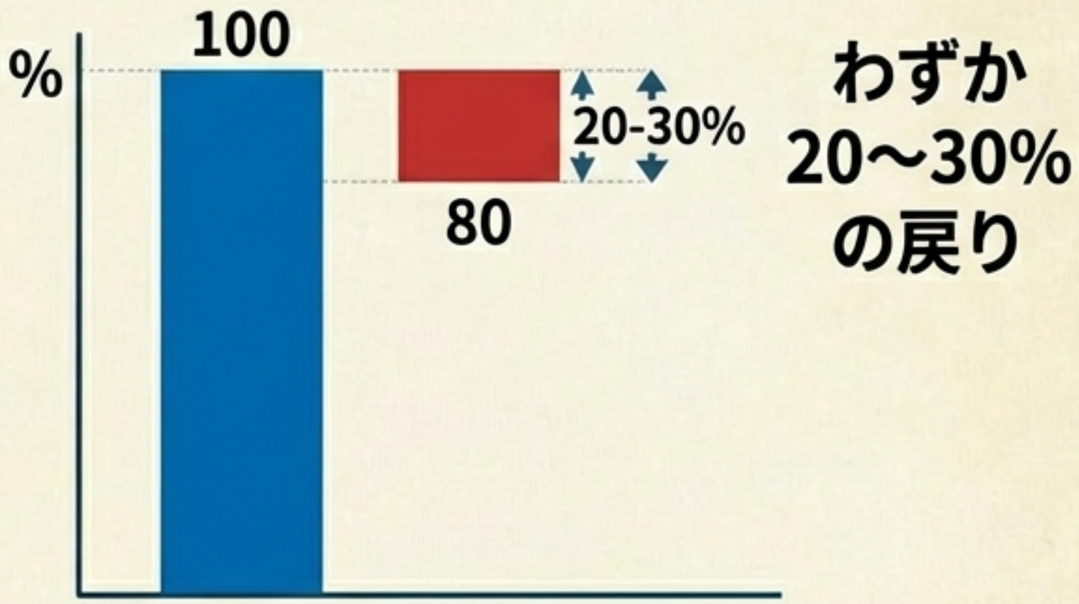
NotebookLM

基準①　値幅の浅さ

教科書（Textbook）



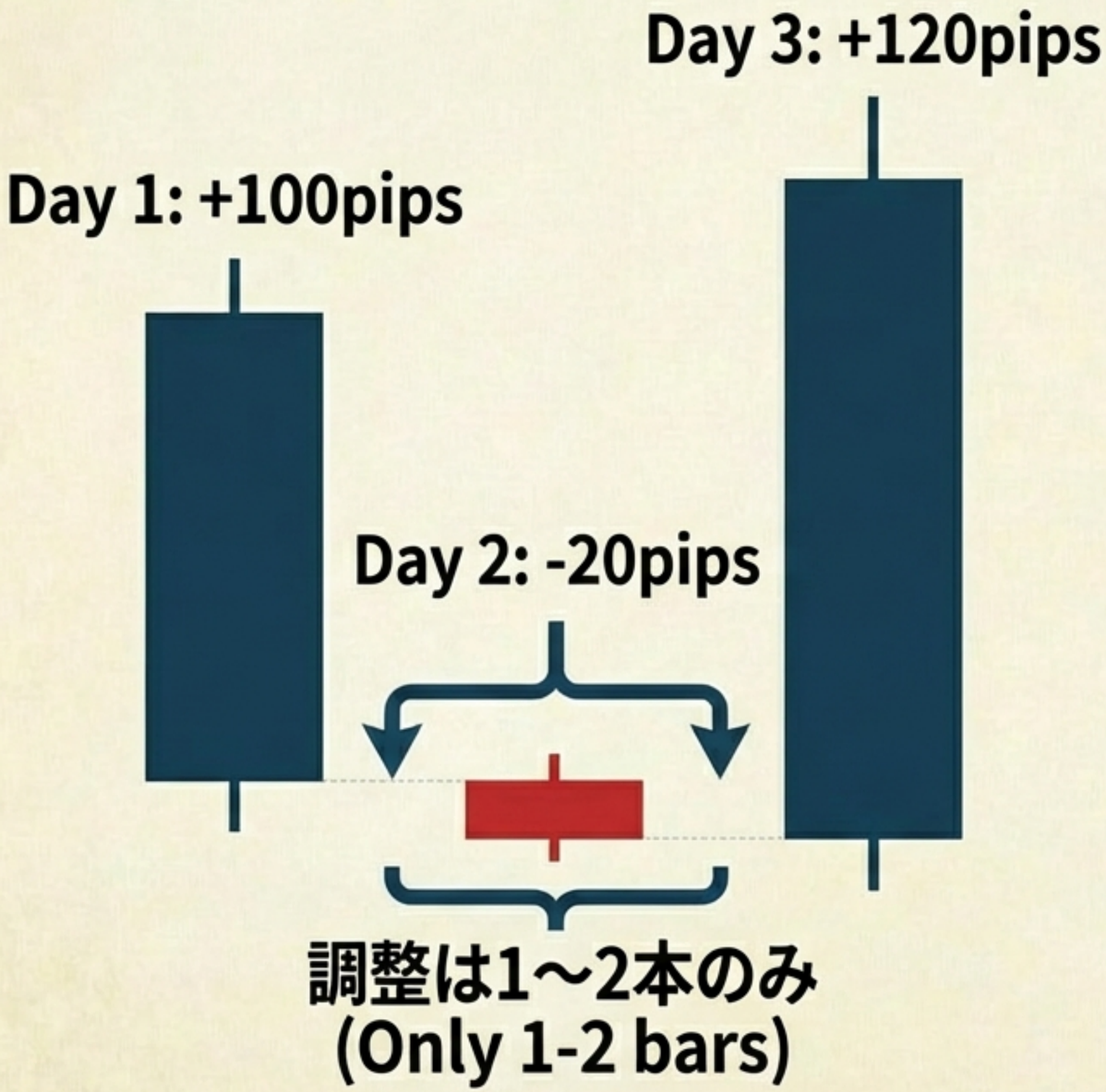
現実（Reality）- 強いトレンド



- **ルール：**
  直近のトレンド波に対して押しが 20〜30%程度 しかない。
- **1万通貨で狙うトレーダー心理：**
  「2000円分しか戻ってない！まだ高い」と感じて参加できない。

NotebookLM

基準②　時間の浅さ



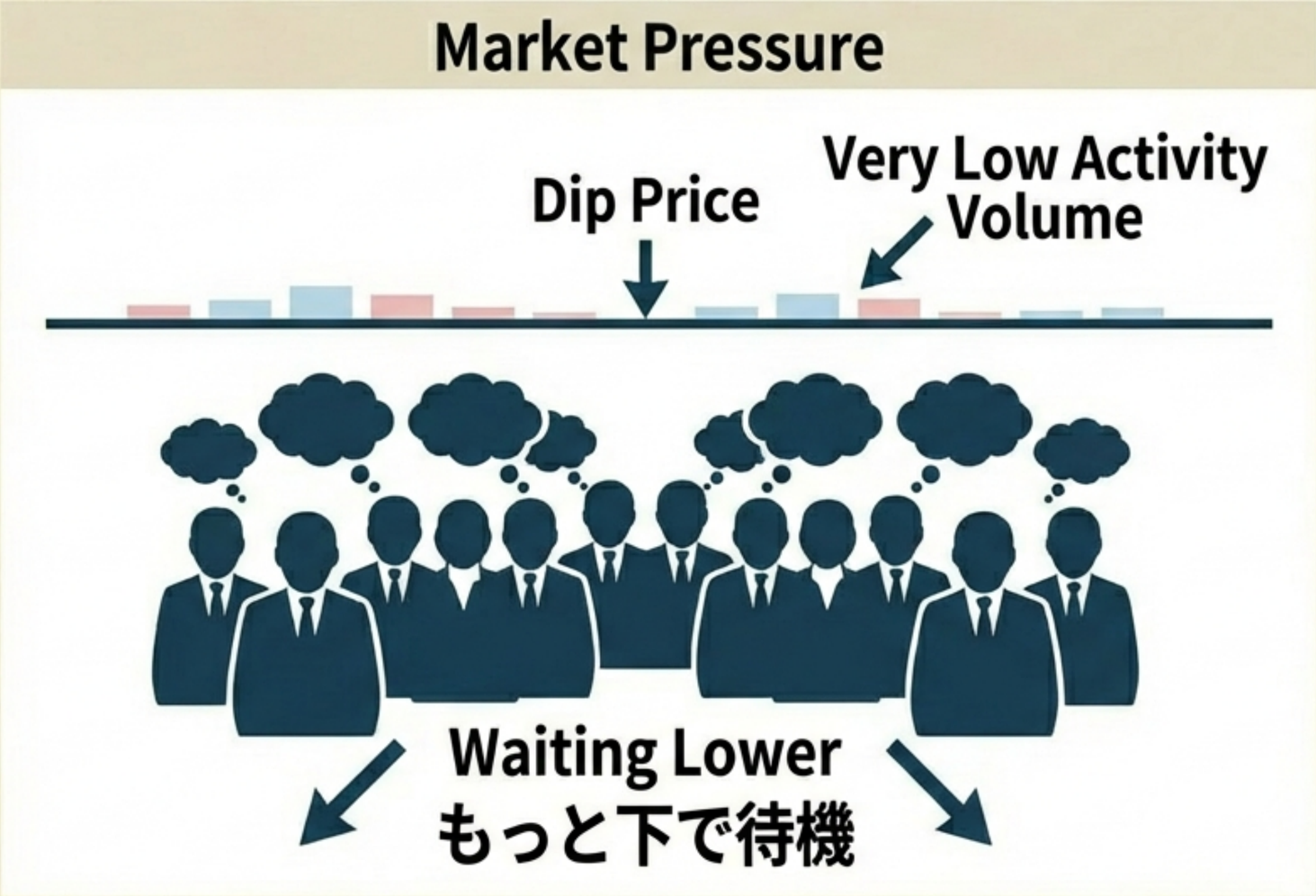
ロジック：

- 時間調整すら許されていない＝売り圧力が全然ない。
- 調整が一瞬で終わるため、迷っている暇がない。

NotebookLM

基準③　心理の浅さ

押したのに「ここだ！」と動く人がいない。



- なぜ？
  - 参加者全員が「もっと下で」と待っているため、買い支えが入らない。
- 判断サイン：
  - 押した後の反発が弱い（陽線が小さい）
  - 出来高が増えない
  - すぐまた横ばい・下落気味になる

NotebookLM

なぜ相場は止まらないのか？

初動ミス：トレンド発生時に乗れない

↓

集団心理：「次の押しで入ろう」と全員が思う

↓

拮抗：誰も買わないから、明確な反発が起きない

↓

結果：売りが枯れ、少しの買いで価格がまた上がり始める

パラドックス：「教科書通りの正しい行動（待つこと）」を取る人ほど置いていかれる。

NotebookLM

メンタルブロック：「高値掴み」の恐怖

トレーダーの心理

「高いところで買うのは怖い…
安くなるのを待とう」

市場の現実

相場はあなたの恐怖を
気にしてくれない。

みんなが待つ → 誰も買わない → 相場は押さない → さらに上昇する

NotebookLM

戦略の転換：「押さない前提」で動く

OLD: 待つ
(Wait)

NEW: ブレイク
(Breakout)

3つの基準（浅い値幅、短い時間、弱い反発）が
が揃ったら、戦略を切り替える。

× 捨てる戦略：

- 指値注文（押し目待ち）

◎ 新しい戦略：

- 逆指値注文（ブレイクアウト）

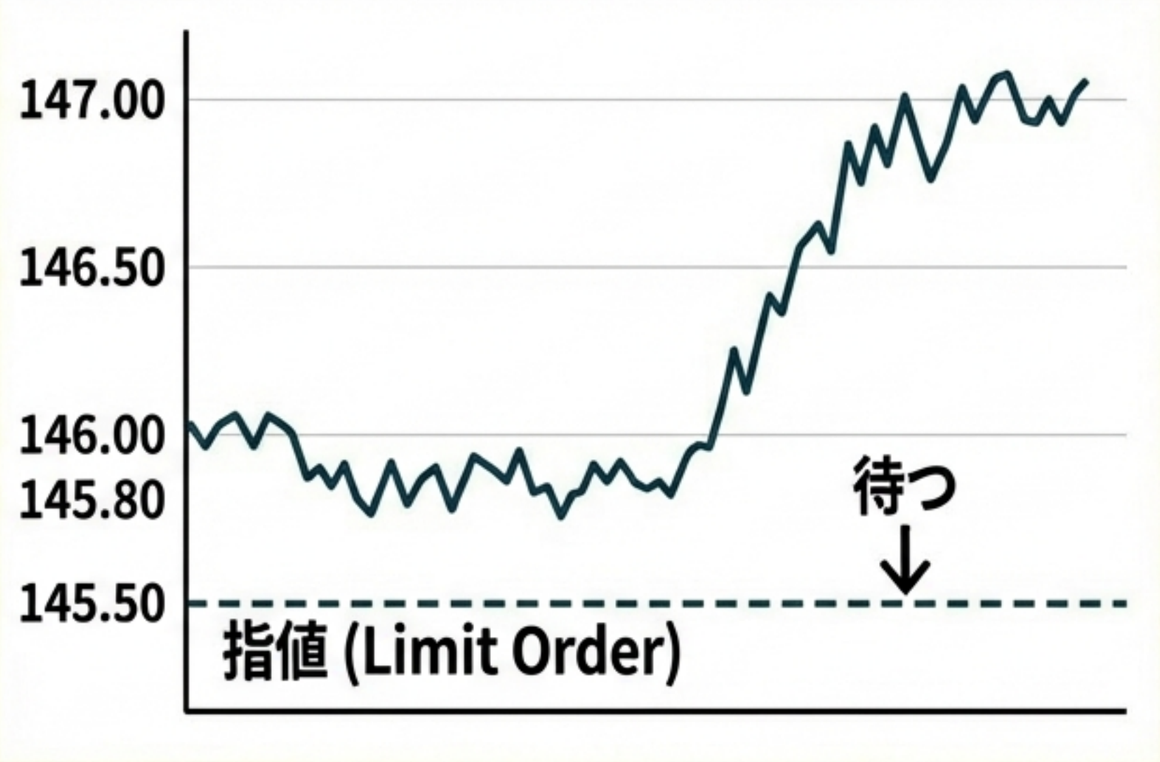
モットー：永遠に待ち続けない。高値更新のタイミングで入る。

NotebookLM

具体的なエントリー例

シナリオ：ドル円 146.00円まで上昇 → 145.80円（-20pips）まで調整

待ち続ける人 (The Waiter)



約定せず、利益ゼロ

切り替えた人 (The Adapter)

ブレイクで約定、利益獲得

NotebookLM

忙しい会社員こそ、この手法が合う理由

含み損が少ない

押しが浅いので、エントリー直後に利益方向に動きやすい。

放置できる

明確なブレイクポイントに逆指値を置くだけ。

精神的に楽

「いつ下がるか」とチャートを監視する必要がない。

NotebookLM

まとめ：押し目待ち地獄の回避リスト

- □ 値幅：押しは20〜30%以下か？
- □ 時間：調整は1〜2本で終わったか？
- □ 心理：買い支え（強い反発）が不在か？

全部YESなら
→「待つ」のをやめ、「ブレイク」を狙う

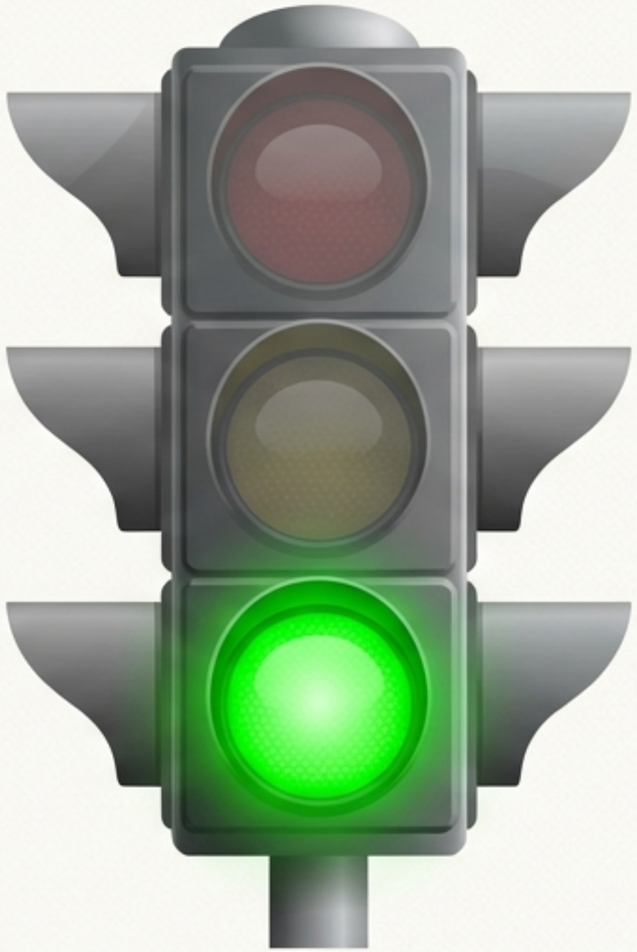
NotebookLM

相場のサインを見逃さないで

「待つ」ことは美徳ですが、「待ちすぎ」はただの損失です。

相場が「押さないよ」と教えてくれているサイン（浅さ）を定義できる人だけが、次のステージに進めます。

さあ、次の強いトレンドを捕まえに行きましょう。



NotebookLM