FORMATION PROFESSIONNELLE PREMIUM

YOSTINA KELLER

Maîtriser le Price Action Institutionnel

Les stratégies des traders professionnels pour lire le marché comme les institutions financières — XAUUSD, Forex, Indices & Matières Premières.



L'APPROCHE PROFESSIONNELLE DU XAUUSD

Avertissement

Le trading comporte un risque élevé de perte en capital, en particulier avec effet de levier. Cet ouvrage est un support pédagogique : il ne constitue ni un conseil en investissement, ni une recommandation personnalisée, ni une promesse de résultat. Les exemples chiffrés sont des scénarios construits à des fins d'illustration et non des performances réelles.

Aucune méthode ne garantit des gains. La rentabilité dépend de la qualité de l'exécution, de la gestion du risque, de la discipline et d'un entraînement suivi dans le temps. Entraînez-vous en simulation avant d'engager du capital réel, et ne risquez jamais plus que ce que vous pouvez vous permettre de perdre.

Sommaire

Partie 1 — COMPRENDRE LES MARCHÉS FINANCIERS

1.1 — Qu'est-ce que le trading ?

1.2 — Comment fonctionne un marché ?

1.3 — Les différents acteurs

1.4 — Pourquoi le prix bouge

1.5 — L'offre et la demande

1.6 — Les différents marchés financiers

1.7 — Les unités de temps

1.8 — Ouvrir son compte et préparer son poste de trading

Partie 2 — LES BASES DU PRICE ACTION

2.1 — Qu'est-ce que le Price Action ?

2.2 — Lire le langage du marché

2.3 — Les impulsions

2.4 — Les corrections

2.5 — Les tendances

2.6 — Les ranges et consolidations

Partie 3 — LES CHANDELIERS JAPONAIS

3.1 — Le Doji

3.2 — Le Marteau (Hammer)

3.3 — Le Marteau inversé (Inverted Hammer)

3.4 — L'Étoile filante (Shooting Star)

3.5 — L'Englobante haussière (Bullish Engulfing)

3.6 — L'Englobante baissière (Bearish Engulfing)

3.7 — Le Harami

3.8 — Le Morning Star (étoile du matin)

3.9 — L'Evening Star (étoile du soir)

3.10 — Le Marubozu

3.11 — L'Inside Bar

3.12 — L'Outside Bar

Partie 4 — SUPPORTS ET RÉSISTANCES

4.1 — Identifier un support
4.2 — Identifier une résistance
4.3 — Les zones plutôt que les lignes
4.4 — Les faux cassages
4.5 — Les cassures valides
4.6 — Les retournements

Partie 5 — LES TENDANCES

5.1 — Tendance haussière
5.2 — Tendance baissière
5.3 — Marché neutre
5.4 — HH, HL, LH, LL
5.5 — Changement de tendance
5.6 — Confirmation

Partie 6 — LES FIGURES CHARTISTES

6.1 — Double Top
6.2 — Double Bottom
6.3 — Triple Top
6.4 — Triple Bottom
6.5 — Tête-Épaules (Head and Shoulders)
6.6 — Tête-Épaules inversée
6.7 — Triangle ascendant
6.8 — Triangle descendant
6.9 — Triangle symétrique
6.10 — Rectangle
6.11 — Drapeau (Flag)
6.12 — Fanion (Pennant)
6.13 — Biseau ascendant (Rising Wedge)
6.14 — Biseau descendant (Falling Wedge)
6.15 — Canal haussier
6.16 — Canal baissier

Partie 7 — LES CASSURES

7.1 — Breakout

7.2 — Faux Breakout

7.3 — Pullback

7.4 — Retest

7.5 — Confirmation

7.6 — Pièges

Partie 8 — LE CONTEXTE DU MARCHÉ

8.1 — Horaires de marché

8.2 — Session asiatique

8.3 — Session de Londres

8.4 — Session de New York

8.5 — Volatilité

8.6 — Liquidité

8.7 — Quand trader

8.8 — Quand ne pas trader

Partie 9 — ANALYSE FONDAMENTALE SIMPLIFIÉE

9.1 — Les annonces économiques : vue d'ensemble

9.2 — La FED

9.3 — La BCE et les banques centrales

9.4 — L'inflation : CPI et PPI

9.5 — Le NFP et le marché de l'emploi

9.6 — Le taux de chômage

9.7 — Le PIB

9.8 — Intégrer les annonces sans complexifier le Price Action

Partie 10 — TRADER LE XAUUSD

10.1 — Les spécificités de l'or

10.2 — Les meilleurs horaires

10.3 — Les niveaux psychologiques

10.4 — Les réactions aux annonces

10.5 — Les erreurs les plus fréquentes

10.6 — Les configurations à forte probabilité

Partie 11 — CONSTRUIRE UNE STRATÉGIE PRICE ACTION

11.1 — Choisir son unité de temps

11.2 — Identifier la tendance

11.3 — Tracer les niveaux

11.4 — Attendre les confirmations

11.5 — Définir l'entrée

11.6 — Définir le Stop Loss

11.7 — Définir les Take Profit

11.8 — Créer une méthode simple, reproductible et objective

Partie 12 — GESTION DU RISQUE

12.1 — Money Management

12.2 — Position Sizing

12.3 — Ratio Risque/Rendement

12.4 — Drawdown

12.5 — Espérance mathématique

12.6 — Plan de gestion du capital

Partie 13 — PSYCHOLOGIE DU TRADER

13.1 — Discipline

13.2 — Patience

13.3 — Gestion des émotions

13.4 — FOMO

13.5 — Overtrading

13.6 — Revanche

13.7 — Confiance

13.8 — Routine quotidienne

Partie 14 — JOURNAL DE TRADING

14.1 — Comment tenir un journal

14.2 — Les statistiques importantes

14.3 — Les erreurs à analyser

14.4 — Les performances à suivre

Partie 15 — 30 ÉTUDES DE CAS SUR XAUUSD

15.1 — Rebond sur support majeur en session de Londres

15.2 — Cassure d'une résistance avec retest

15.3 — Piège : faux breakout sous un triple bottom
15.4 — Renversement en Morning Star après baisse prolongée
15.5 — Pullback dans un canal ascendant
15.6 — Épaule-tête-épaule en fin de tendance haussière
15.7 — Range serré avant NFP et réaction après annonce
15.8 — Triangle ascendant et cassure haussière
15.9 — Doji au sommet d'une résistance psychologique
15.10 — Harami baissier après une extension excessive
15.11 — Drapeau haussier après impulsion forte
15.12 — Faux signal en session asiatique
15.13 — Réaction de l'or à une annonce de la Fed
15.14 — Niveau rond et rejet net
15.15 — Double top avec cassure du support intermédiaire
15.16 — Inside bar puis expansion directionnelle
15.17 — Englobante haussière sur support dynamique
15.18 — Biseau descendant et retournement haussier
15.19 — Rectangle de range et cassure avec retest à New York
15.20 — Outside bar de retournement en fin de séance
15.21 — Marteau au support majeur après plusieurs tests
15.22 — Étoile filante au sommet d'un canal
15.23 — Erreur de FOMO sur une impulsion déjà avancée
15.24 — Erreur d'overtrading en semaine sans configuration
15.25 — Erreur de revenge trading après une perte
15.26 — Configuration A+ alignant trois facteurs
15.27 — Cassure de canal descendant et continuation baissière
15.28 — Triangle symétrique juste avant le CPI
15.29 — Rejet net sur une zone de liquidité
15.30 — Trade complet appliquant toute la méthode
15.31 — Bilan des 30 cas

Partie 16 — CARNET D'ORDRES (DOM) & ORDER FLOW

16.1 — Le carnet d'ordres (DOM)
16.2 — Bid, Ask, spread et types d'ordres
16.3 — Liquidité, profondeur et murs d'ordres
16.4 — Où trouver un DOM : plateformes, données et coûts

16.5 — Lire et configurer un DOM

16.6 — Trader avec le DOM en temps réel : les situations types

16.7 — Une séance complète au DOM, de la préparation au journal

16.8 — Volume, Time & Sales et lecture du tape

16.9 — Delta et footprint

16.10 — Absorption et épuisement

16.11 — Or au comptant (XAUUSD) ou futures GC : où lire l'order flow ?

16.12 — Intégrer l'order flow au Price Action

Partie 17 — ANNEXES

17.1 — Glossaire complet

17.2 — Les erreurs des débutants

17.3 — Les 50 règles d'or du Price Action

17.4 — Les checklists avant chaque trade

17.5 — La routine quotidienne

17.6 — La routine hebdomadaire

17.7 — Les meilleurs livres

17.8 — Les meilleurs outils

17.9 — Calendrier économique

17.10 — Plan de progression sur 12 mois

17.11 — Fiche de méthode en une page

01

PARTIE 1

COMPRENDRE LES MARCHÉS FINANCIERS

MAÎTRISER LE PRICE ACTION INSTITUTIONNEL

> *Avant de lire un graphique, il faut comprendre ce qu'il représente. Cette première partie pose les fondations : ce qu'est le trading, comment fonctionne un marché, qui y participe, pourquoi le prix bouge, ce que veulent dire offre et demande, quels marchés existent, comment choisir un courtier et comment le levier fonctionne. Tout est expliqué simplement, avec des exemples chiffrés. Si vous êtes déjà familier de ces notions, lisez quand même les chapitres 1.6 et 1.8 : ils contiennent les points qui coûtent le plus cher aux débutants.*

CHAPITRE 1.1

Qu'est-ce que le trading ?

L'ESSENTIEL EN 30 SECONDES

Le trading consiste à acheter ou vendre un actif pour profiter de la variation de son prix sur une courte période. Ce n'est ni un jeu de hasard ni un revenu garanti : c'est une activité statistique qui demande une méthode, une gestion du risque et de la discipline.

EXPLICATION DÉTAILLÉE

Trader, c'est acheter un actif (de l'or, une devise, un indice) dans l'espoir de le revendre plus cher, ou le vendre (« vendre à découvert ») dans l'espoir de le racheter moins cher. Le gain ou la perte est la différence entre le prix d'entrée et le prix de sortie, multipliée par la taille de la position.

Le trading se distingue de l'investissement par l'horizon de temps. L'investisseur garde un actif des années pour profiter de sa croissance. Le trader reste de quelques minutes à quelques semaines : il exploite les mouvements de prix, quelle que soit leur direction.

Les principaux styles :

- **Scalping** : positions de quelques minutes, nombreux trades, frais élevés.
- **Day trading** : positions ouvertes et fermées dans la journée.
- **Swing trading** : positions de quelques jours à quelques semaines.
- **Position trading** : positions de plusieurs semaines à plusieurs mois.

Ce livre se concentre sur le day trading et le swing trading : ce sont les horizons où la lecture du prix est la plus fiable et où un trader indépendant peut rivaliser.

Ce que le trading n'est pas. Ce n'est pas un moyen rapide de s'enrichir. Les études sur les traders particuliers montrent qu'une majorité perd de l'argent, surtout ceux qui utilisent un fort levier, tradent trop souvent et n'ont pas de plan. La différence entre ceux qui gagnent et ceux qui perdent n'est pas l'intelligence : c'est la discipline, la gestion du risque et le nombre d'heures de pratique avec feedback (journal).

Ce que le trading est, en pratique. Un métier de probabilités : vous ne savez jamais si le prochain trade gagnera, mais vous savez qu'avec un avantage statistique (une espérance positive) et un risque contrôlé, la répétition produit un résultat. C'est la logique d'un casino… dans le rôle de la maison.

RÈGLES PRATIQUES

1. Considérez le trading comme une activité statistique, pas comme des paris.

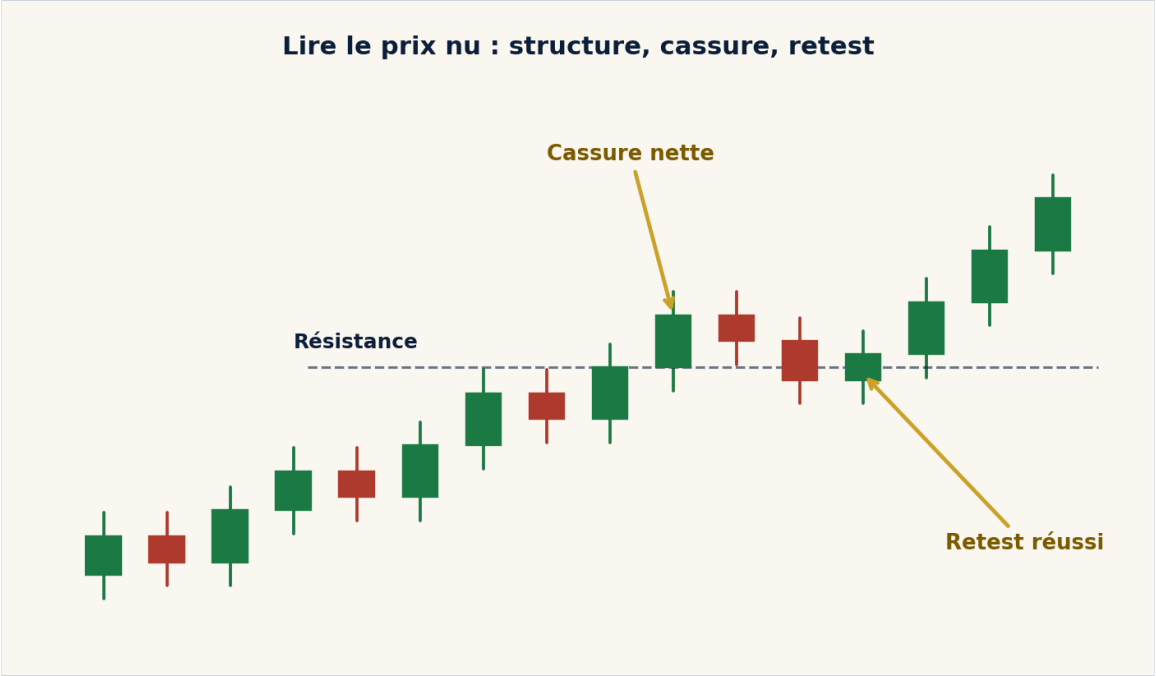
2. Commencez par la simulation, jamais par le capital réel.
3. Choisissez un style adapté à votre emploi du temps.
4. Ne misez que de l'argent que vous pouvez perdre.
5. Fixez-vous un horizon de 12 mois pour juger de vos progrès.

EXEMPLE CONCRET

Un trader repère que le prix de l'or vient de casser une résistance testée trois fois. Il achète à 2 361,00, place un stop à 2 356,00 (5 $) et un objectif à 2 374,00 (13 $). R:R = 2,6. Il ne sait pas si ce trade gagnera ; il sait que si cette même décision est répétée sur 100 situations équivalentes avec 40 % de réussite, il gagne en moyenne : 40 × 13 – 60 × 5 = 220 $ par once sur 100 trades, soit +2,20 $ par once et par trade en moyenne (avant frais).

GRAPHIQUE À REPRODUIRE

Reproduisez un graphique nu (sans annotation) de l'or sur H1, avec une entrée, un stop et un objectif.



ÉTUDE DE CAS

Deux débutants ouvrent un compte de 2 000 $. L'un risque 20 % par trade sans méthode, l'autre 1 % avec un plan. Au bout de trois mois, le premier a perdu 70 % de son capital ; le second, avec un résultat plat, a appris sa méthode et conserve 95 % de son compte. Le second est en position de progresser.

ERREURS FRÉQUENTES

- Croire qu'on peut devenir rentable en quelques semaines.
- Utiliser un levier élevé pour « aller plus vite ».
- Copier des signaux sans comprendre.
- Tout apprendre en réel.

CONSEIL DE TRADER PROFESSIONNEL

Votre premier objectif n'est pas de gagner de l'argent mais de ne pas en perdre pendant la première année. Celui qui survit apprend, celui qui apprend finit par gagner.

SYNTHÈSE

Le trading est une activité statistique fondée sur l'exploitation des variations de prix à court terme. Il n'est pas un jeu de hasard mais n'est pas non plus un revenu garanti. La réussite repose sur une méthode, un risque contrôlé et de la discipline.

QUIZ

1. Que fait un trader ? (Réponse : Achète ou vend un actif pour profiter des variations de prix à court terme.)
2. Quel est le style le plus rapide ? (Réponse : Le scalping.)
3. Pourquoi commencer en simulation ? (Réponse : Pour apprendre sans risquer de capital.)
4. Qu'est-ce qui fait la différence entre gagnants et perdants ? (Réponse : Discipline, gestion du risque, pratique avec journal.)
5. Le trading est-il un revenu garanti ? (Réponse : Non.)

EXERCICES PRATIQUES

Écrivez en une page vos objectifs de première année : style, horizon, capital de départ, temps disponible, risque par trade.

CHECKLIST D'APPLICATION

- ☐ J'ai choisi un style de trading.
- ☐ Je commence en simulation.
- ☐ Je ne risque que de l'argent que je peux perdre.
- ☐ J'ai fixé un horizon de 12 mois.

CHAPITRE 1.2

Comment fonctionne un marché ?

L'ESSENTIEL EN 30 SECONDES

Un marché est un lieu (aujourd'hui électronique) où acheteurs et vendeurs se rencontrent. Le prix est celui auquel une transaction a eu lieu : il résulte de la confrontation des ordres d'achat et de vente.

EXPLICATION DÉTAILLÉE

Un marché financier met en relation ceux qui veulent acheter et ceux qui veulent vendre. Chaque transaction fixe un prix. Le « prix » que vous voyez sur un graphique est celui de la dernière transaction.

Le carnet d'ordres. Sur les marchés centralisés, les ordres sont enregistrés dans un carnet : côté acheteurs (**Bid**), les prix auxquels des acheteurs sont prêts à acheter ; côté vendeurs (**Ask**), les prix auxquels des vendeurs sont prêts à vendre. L'écart entre le meilleur Bid et le meilleur Ask s'appelle le **spread**.

Types d'ordres. Un ordre **au marché** s'exécute immédiatement au meilleur prix disponible ; un ordre **limite** s'exécute seulement à un prix donné ou mieux ; un ordre **stop** se déclenche quand le prix atteint un niveau (utilisé pour les stops loss et pour entrer sur une cassure).

Marchés centralisés et de gré à gré. Les futures (contrats à terme) se négocient sur des bourses centralisées (par exemple le COMEX pour l'or) : il y a un carnet d'ordres unique et un volume réel. Le forex et l'or au comptant (XAUUSD) se négocient de gré à gré (OTC) : les banques et courtiers échangent entre eux ; il n'y a pas de carnet unique. Votre courtier vous donne son propre prix, qui suit de très près celui du marché interbancaire.

Les horaires. Le marché de l'or au comptant est ouvert presque 24 heures sur 24, du dimanche soir au vendredi soir. Les sessions de Tokyo, Londres et New York se succèdent (voir Partie 8).

Pourquoi ce fonctionnement vous intéresse. Comprendre que le prix résulte d'un rapport de force explique la logique des zones : les niveaux où beaucoup d'ordres ont été exécutés laissent des traces.

RÈGLES PRATIQUES

1. Distinguez ordre au marché, limite et stop.
2. Notez le spread avant d'entrer.

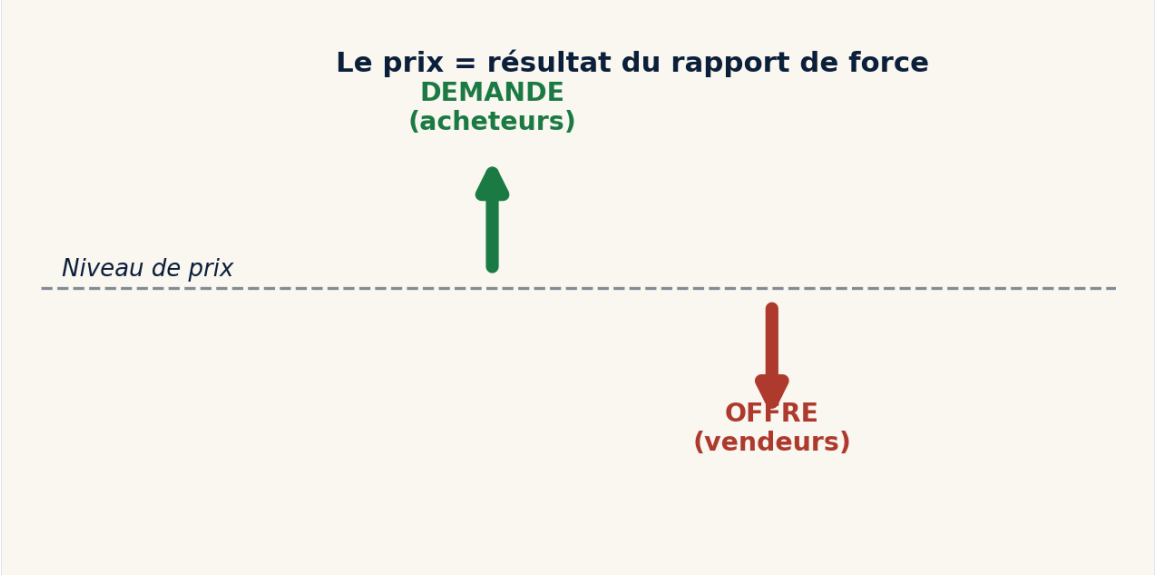
3. Sachez si votre actif est coté en marché centralisé ou OTC.
4. Connaissez les horaires d'ouverture de l'actif.
5. Utilisez les ordres limites quand l'exécution immédiate n'est pas nécessaire.

EXEMPLE CONCRET

Spread de l'or chez un courtier : 0,30 $. Bid 2 355,20, Ask 2 355,50. Un acheteur au marché paie 2 355,50 ; un vendeur au marché obtient 2 355,20. Un trader qui achète puis vend immédiatement perd 0,30 $ par once : sur 0,10 lot (10 onces), 3 $.

GRAPHIQUE À REPRODUIRE

Reproduisez le schéma Bid / Ask / spread avec un acheteur et un vendeur au marché.



ÉTUDE DE CAS

Un trader scalpe avec 40 trades par semaine sur 0,50 lot. Le spread de 0,30 $ représente 15 $ par trade, soit 600 $ par semaine de frais, quel que soit le résultat. En passant à 8 trades par semaine, il divise ses frais par cinq.

ERREURS FRÉQUENTES

- Ignorer le spread.
- Entrer en pleine annonce quand le spread s'élargit.
- Confondre prix Bid et Ask.
- Utiliser un ordre au marché sur un marché peu liquide.

CONSEIL DE TRADER PROFESSIONNEL

Le spread est la première dépense de chaque trade. Moins vous tradez, moins vous payez.

SYNTHÈSE

Le prix naît de la confrontation entre ordres d'achat et de vente. Bid et Ask définissent le spread. Les ordres au marché consomment la liquidité, les ordres limites la fournissent. L'or au comptant est un marché OTC, le futures est centralisé.

QUIZ

1. Qu'est-ce que le spread ? (Réponse : L'écart entre le meilleur Bid et le meilleur Ask.)
2. À quel prix achète un acheteur au marché ? (Réponse : À l'Ask.)
3. Quelle différence entre OTC et centralisé ? (Réponse : L'OTC n'a pas de carnet unique ; le centralisé en a un.)
4. Quel ordre fournit la liquidité ? (Réponse : L'ordre limite.)
5. Quand le marché de l'or est-il ouvert ? (Réponse : Presque 24h sur 24, du dimanche soir au vendredi soir.)

EXERCICES PRATIQUES

Relevez le spread de l'or à trois moments de la journée. Calculez son coût pour 0,10 lot.

CHECKLIST D'APPLICATION

- ☐ Je connais le spread de mon actif.
- ☐ Je distingue les types d'ordres.
- ☐ Je sais si mon marché est OTC ou centralisé.
- ☐ Je connais les horaires.

CHAPITRE 1.3

Les différents acteurs

L'ESSENTIEL EN 30 SECONDES

Le marché est composé d'acteurs de tailles très différentes : banques centrales, banques et fonds, entreprises, traders particuliers. Les gros acteurs déplacent le prix ; leurs ordres laissent des traces sur le graphique.

EXPLICATION DÉTAILLÉE

Les banques centrales fixent les taux d'intérêt et détiennent des réserves (d'or, de devises). Leurs décisions influencent tout le marché. Les banques centrales sont aussi des acheteuses d'or sur le long terme.

Les banques et institutions (banques d'investissement, fonds de pension, assureurs) traitent d'énormes volumes. Elles exécutent des ordres de clients et gèrent leur propre risque. Pour ne pas déplacer le prix, elles fractionnent leurs ordres sur plusieurs niveaux et plusieurs heures.

Les fonds spéculatifs (hedge funds) prennent des paris directionnels, souvent avec du levier, et peuvent déplacer le prix à court terme.

Les entreprises achètent ou vendent des devises ou matières premières pour leurs besoins (importation, couverture).

Les traders particuliers (vous) sont minuscules en volume : individuellement, vous ne déplacez rien. Votre avantage est d'être **flexible** : vous pouvez attendre le bon moment, choisir vos trades, n'agir que quand la probabilité est favorable.

La pyramide. Le volume est essentiellement concentré dans les grandes institutions. Une grande institution qui veut acheter 500 millions ne peut pas le faire d'un coup : elle accumule sur une zone de prix, ce qui crée les supports ; elle distribue sur une autre zone, ce qui crée les résistances. Vous n'avez pas besoin de connaître leurs ordres : vous voyez leurs traces dans les zones.

Conséquence pratique. Les zones sur lesquelles le prix a fortement réagi sont celles où les grands acteurs ont laissé des ordres. Les réactions répétées sont la signature de leur présence.

RÈGLES PRATIQUES

1. Respectez la logique des zones : elles reflètent des ordres institutionnels.
2. Ne luttez pas contre un mouvement soutenu par de gros volumes.
3. Utilisez votre flexibilité : attendez la bonne configuration.

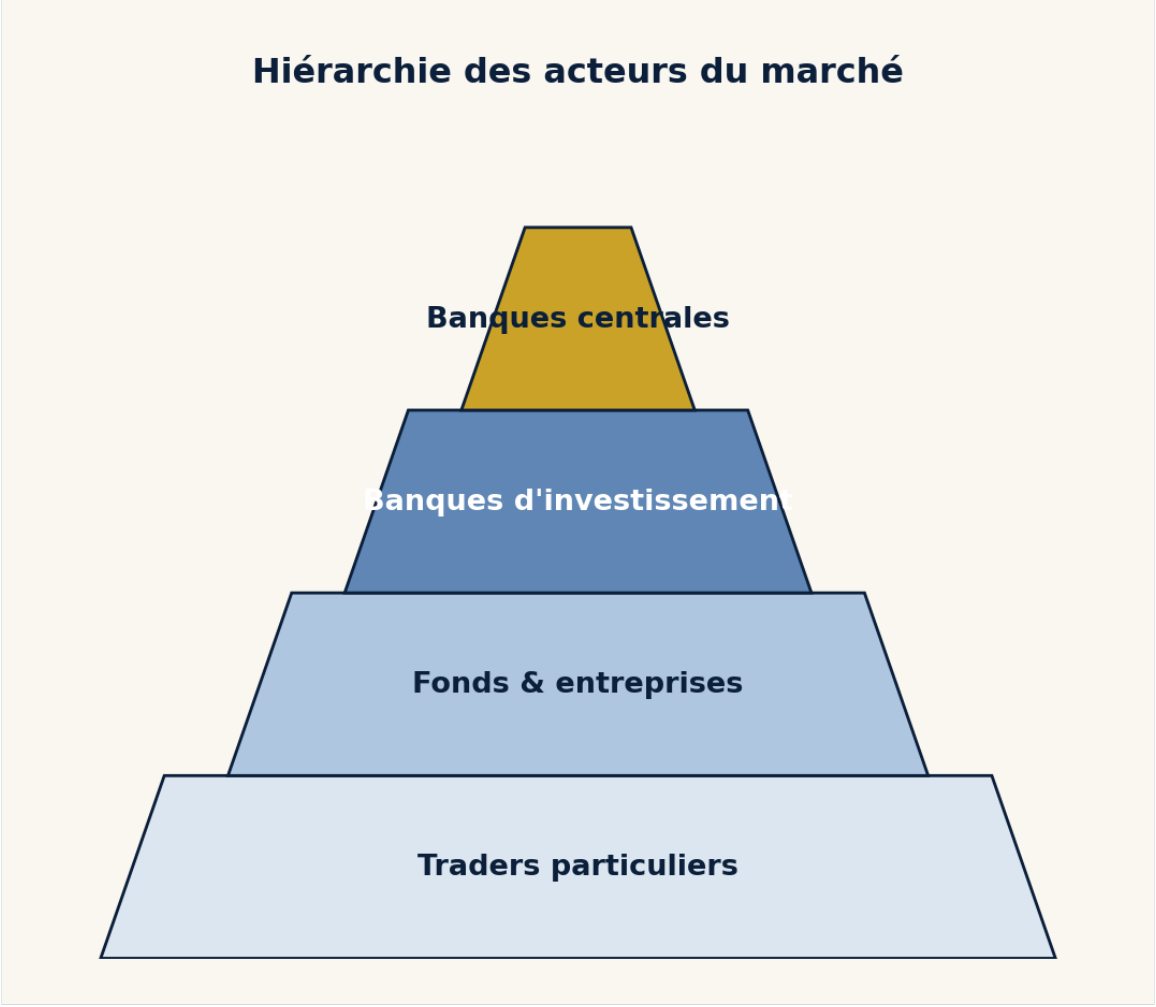
4. Suivez le calendrier des banques centrales.
5. Évitez de trader quand les institutions sont absentes (nuit, fêtes).

EXEMPLE CONCRET

L'or rebondit trois fois sur 2 340. Chaque fois, un mouvement de 12 à 15 $ suit. Le trader en déduit que des acteurs importants ont des ordres d'achat dans cette zone. Il choisit d'y acheter avec confirmation, plutôt que de deviner un sommet.

GRAPHIQUE À REPRODUIRE

Reproduisez la pyramide des acteurs (banques centrales, institutions, fonds, particuliers) et les zones créées par accumulation.



ÉTUDE DE CAS

Un trader particulier tente de vendre contre un rebond soutenu par des achats importants à un support : 4 pertes sur 5. Il change d'approche : il achète le support avec confirmation et se contente d'un objectif modéré.

ERREURS FRÉQUENTES

- Croire pouvoir « battre » les institutions.
- Ignorer les zones comme traces des gros ordres.
- Trader pendant les périodes où les acteurs sont absents.
- Ne pas suivre les décisions des banques centrales.

CONSEIL DE TRADER PROFESSIONNEL

Ne cherchez pas à deviner ce que font les institutions : lisez ce qu'elles ont laissé sur le graphique.

SYNTHÈSE

Les grands acteurs déplacent le prix et laissent des zones de réaction. Le trader particulier dispose de la flexibilité : attendre, choisir, agir seulement quand les probabilités sont bonnes.

QUIZ

1. Qui fixe les taux d'intérêt ? (Réponse : Les banques centrales.)
2. Pourquoi les institutions fractionnent-elles leurs ordres ? (Réponse : Pour ne pas déplacer le prix.)
3. Quel avantage a le trader particulier ? (Réponse : La flexibilité.)
4. Que révèlent les réactions répétées sur une zone ? (Réponse : La présence d'ordres importants.)
5. Peut-on lutter contre un mouvement soutenu ? (Réponse : Non.)

EXERCICES PRATIQUES

Sur le H4, repérez trois zones de réaction répétée et écrivez ce qu'elles suggèrent.

CHECKLIST D'APPLICATION

- ☐ Je comprends qui influence le prix.
- ☐ Je respecte les zones.

- [ ] Je sais où est le calendrier des banques centrales.
- [ ] Je profite de ma flexibilité.

CHAPITRE 1.4

Pourquoi le prix bouge

L'ESSENTIEL EN 30 SECONDES

Le prix bouge parce que, à un instant donné, un camp (acheteurs ou vendeurs) est plus pressé que l'autre. Les causes peuvent être fondamentales (annonces, taux, géopolitique) ou techniques (niveaux, ordres).

EXPLICATION DÉTAILLÉE

Le prix d'un actif est un compromis momentané. Il monte quand les acheteurs acceptent de payer plus cher pour obtenir ce qu'ils veulent ; il baisse quand les vendeurs acceptent de céder moins cher.

Les causes principales :

1. **Les nouvelles économiques** : inflation, emploi, croissance. Elles modifient les anticipations de taux d'intérêt.
2. **Les décisions de banques centrales** : hausse ou baisse de taux, communication.
3. **Le dollar américain** : l'or étant coté en dollars, un dollar plus fort tend à peser sur l'or.
4. **La géopolitique et la peur** : l'or est une valeur refuge, recherchée en période d'incertitude.
5. **Les flux** : achats ou ventes massifs de fonds, rééquilibrages de fin de mois.
6. **Les facteurs techniques** : niveaux, déclenchement de stops, cassures.

Ce qui compte pour le trader de Price Action. Il n'a pas besoin de prédire les causes : le prix les contient déjà. Un mouvement soutenu après une nouvelle montre que le marché la juge importante. Votre travail consiste à lire la réaction du prix, pas à deviner la nouvelle.

Distinction utile : mouvement et bruit. La majorité des petits mouvements est du bruit (ordres aléatoires). Les mouvements significatifs surviennent aux zones, après des compressions ou autour d'événements.

Les anticipations comptent plus que les faits. Un chiffre « bon » peut faire baisser le prix s'il était attendu meilleur. Ce qui compte est l'écart par rapport aux attentes.

RÈGLES PRATIQUES

1. Consultez le calendrier économique chaque jour.
2. Observez la réaction du prix plutôt que d'interpréter la nouvelle.

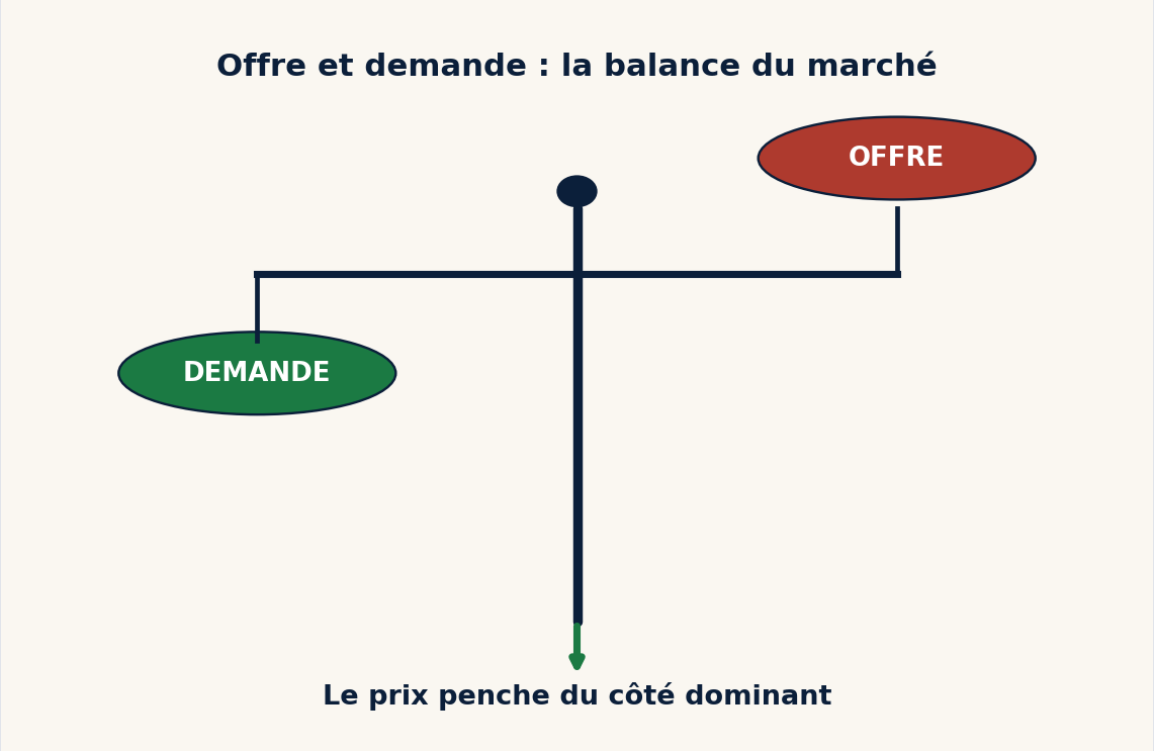
3. Distinguez bruit et mouvement significatif.
4. Gardez en tête le rôle du dollar pour l'or.
5. Évitez de trader l'annonce elle-même.

EXEMPLE CONCRET

Le prix est stable à 2 350. À 14h30, un chiffre d'inflation plus faible que prévu est publié. L'or monte de 12 $ en dix minutes puis se stabilise. Le trader attend : il tracera une zone sur le sommet du mouvement et cherchera un pullback, plutôt que de poursuivre.

GRAPHIQUE À REPRODUIRE

Reproduisez un schéma avec les causes (économie, banques centrales, dollar, géopolitique, flux, technique) pointant vers le prix.



ÉTUDE DE CAS

Un trader achète à chaque mauvaise nouvelle économique en pensant que « l'or monte quand ça va mal ». Il perd régulièrement car la réaction dépend des attentes. En se concentrant sur la réaction du prix après l'annonce, il améliore ses résultats.

ERREURS FRÉQUENTES

- Chercher à deviner la direction après une annonce.

- Croire qu'une bonne nouvelle fait toujours monter le prix.
- Négliger le dollar.
- Trader l'annonce.

CONSEIL DE TRADER PROFESSIONNEL

Le prix est le juge final. Peu importe ce que vous pensez d'une nouvelle : si le prix ne bouge pas, elle n'a pas d'importance.

SYNTHÈSE

Le prix bouge sous l'effet des nouvelles, des banques centrales, du dollar, de la géopolitique, des flux et des facteurs techniques. Le trader de Price Action lit la réaction du prix plutôt que la nouvelle.

QUIZ

1. Pourquoi le dollar compte-t-il pour l'or ? (Réponse : L'or est coté en dollars.)
2. Qu'est-ce qui compte le plus : le chiffre ou l'écart aux attentes ? (Réponse : L'écart aux attentes.)
3. Quel rôle pour l'or en période d'incertitude ? (Réponse : Valeur refuge.)
4. Que lit le trader de Price Action ? (Réponse : La réaction du prix.)
5. Faut-il trader l'annonce ? (Réponse : Non.)

EXERCICES PRATIQUES

Prenez trois annonces passées. Notez le chiffre, l'attente, et la réaction de l'or dans l'heure suivante.

CHECKLIST D'APPLICATION

- ☐ J'ai consulté le calendrier.
- ☐ J'observe la réaction du prix.
- ☐ Je ne trade pas l'annonce.
- ☐ Je tiens compte du dollar.

CHAPITRE 1.5

L'offre et la demande

L'ESSENTIEL EN 30 SECONDES

Quand la demande dépasse l'offre, le prix monte ; quand l'offre dépasse la demande, il baisse. Les zones où le déséquilibre a été fort laissent des traces : ce sont les zones de support et de résistance.

EXPLICATION DÉTAILLÉE

C'est le principe fondamental de tout marché. À un prix donné, il y a une quantité d'acheteurs et une quantité de vendeurs. Si les acheteurs sont plus nombreux, ils doivent payer plus cher pour obtenir ce qu'ils veulent : le prix monte jusqu'à ce que de nouveaux vendeurs apparaissent. Et inversement.

Comment cela se voit sur un graphique.

- Une **bougie haussière large et sans mèche** : demande dominante.
- Une **bougie baissière large et sans mèche** : offre dominante.
- Une **longue mèche basse** : des acheteurs ont absorbé l'offre.
- Une **longue mèche haute** : des vendeurs ont absorbé la demande.
- Un **range** : équilibre entre offre et demande.

Les zones d'offre et de demande. Une **zone de demande** est un endroit d'où le prix est parti vers le haut avec force : beaucoup d'acheteurs y étaient présents, et il en reste probablement (ordres non exécutés). Une **zone d'offre** est son pendant à la baisse. Ce concept se confond, dans ce livre, avec les supports et les résistances : une zone est un support (demande) ou une résistance (offre).

Le déséquilibre. Plus un mouvement part vite d'une zone, plus le déséquilibre était fort. Les zones d'où le prix est parti de manière explosive sont les meilleures.

La fraîcheur d'une zone. Une zone jamais retestée est « fraîche » : les ordres sont intacts. Une zone testée plusieurs fois est « usée ».

RÈGLES PRATIQUES

1. Repérez les zones d'où le prix est parti avec force.
2. Privilégiez les zones fraîches.
3. Méfiez-vous des zones très testées.
4. Reliez chaque zone à un déséquilibre visible.

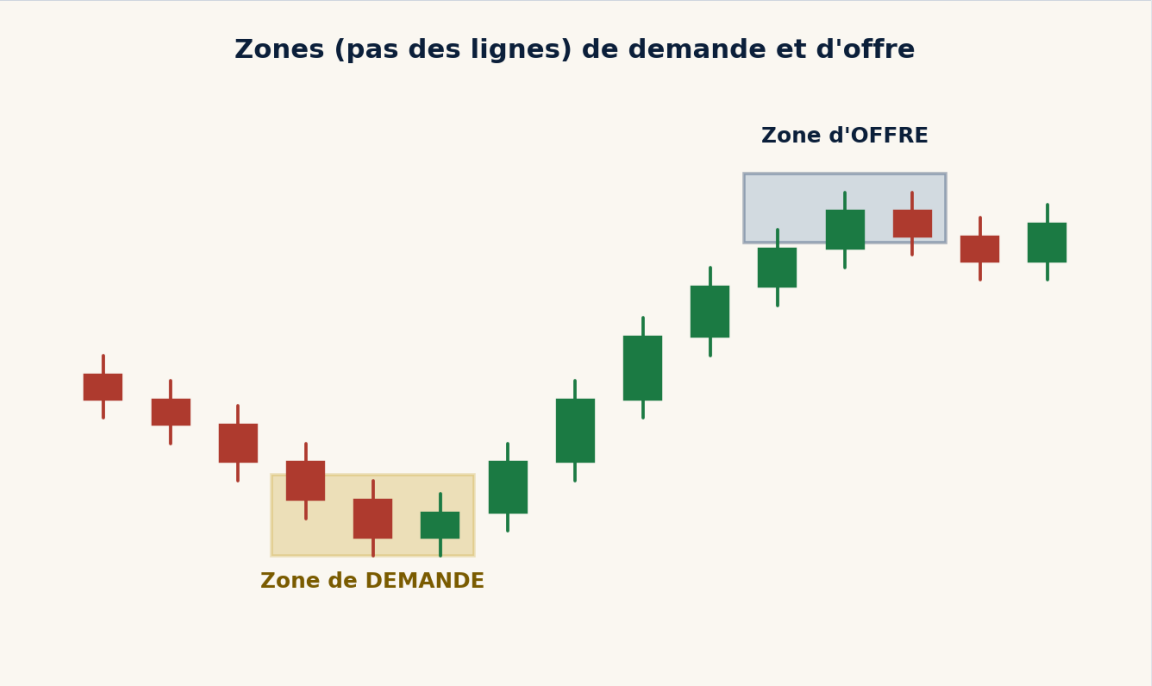
5. Combinez avec la tendance H4.

EXEMPLE CONCRET

Le prix est parti de 2 338 vers 2 360 en trois bougies sans retour. La zone 2 336–2 340 est une zone de demande fraîche. Quand le prix y revient quelques jours plus tard et forme un marteau, le trader achète avec stop sous 2 336.

GRAPHIQUE À REPRODUIRE

Reproduisez une zone de demande avec le départ explosif, le retour et le rebond.



ÉTUDE DE CAS

Un trader note les zones fraîches (jamais retestées) et usées (3 tests ou plus). Fraîches : 14 trades, 9 gagnants. Usées : 11 trades, 3 gagnants.

ERREURS FRÉQUENTES

- Trader des zones sans départ fort.
- Ignorer l'usure.
- Confondre bruit et zone.
- Ne pas relier à la tendance.

CONSEIL DE TRADER PROFESSIONNEL

> Une zone est une trace de déséquilibre : plus il était violent, plus elle est utile.

SYNTHÈSE

L'offre et la demande expliquent les mouvements. Les zones d'où le prix est parti avec force sont des supports ou des résistances. Les zones fraîches sont plus fiables que les zones usées.

QUIZ

1. Que fait le prix quand la demande dépasse l'offre ? (Réponse : Il monte.)
2. Qu'est-ce qu'une zone fraîche ? (Réponse : Une zone jamais retestée.)
3. Que montre une longue mèche basse ? (Réponse : Des acheteurs ont absorbé l'offre.)
4. Quelle zone privilégier ? (Réponse : Celle d'où le prix est parti avec force.)
5. Que devient une zone très testée ? (Réponse : Elle s'use.)

EXERCICES PRATIQUES

Identifiez trois zones de demande et deux zones d'offre fraîches sur le H4.

CHECKLIST D'APPLICATION

- ☐ La zone vient d'un départ fort.
- ☐ Elle est fraîche ou peu testée.
- ☐ Elle est alignée avec la tendance.
- ☐ Je connais mon plan de trade.

CHAPITRE 1.6

Les différents marchés financiers

L'ESSENTIEL EN 30 SECONDES

Il existe plusieurs marchés : forex, indices, matières premières, actions, crypto. L'or (XAUUSD) est une matière première cotée en dollars. On peut le trader en CFD, en futures ou sur le marché au comptant : les mécanismes et les risques diffèrent.

EXPLICATION DÉTAILLÉE

Le forex (marché des changes) : échanges de devises par paires (EUR/USD, GBP/USD). C'est le plus grand marché du monde, ouvert 24 h sur 24 en semaine, très liquide.

Les indices : paniers d'actions (S&P 500, Nasdaq, DAX, CAC 40). Ils suivent la santé d'une économie.

Les matières premières : énergie (pétrole), métaux (or, argent), agricoles. L'or est le métal précieux le plus tradé, valeur refuge, très sensible au dollar et aux taux d'intérêt.

Les actions : parts d'entreprises. Exposées aux résultats trimestriels (gaps).

Les cryptomonnaies : très volatiles, ouvertes 24 h sur 24 et 7 jours sur 7, très spéculatives.

Pourquoi l'or pour apprendre ? Il est très liquide, il réagit bien aux zones et aux niveaux ronds, il a des heures actives claires (Londres, New York), et ses mouvements sont suffisants pour offrir de bons ratios. Mais il est volatil : le risque doit être adapté.

Les trois façons de trader l'or :

- **Au comptant (spot, XAUUSD)** : marché de gré à gré, accessible via la plupart des courtiers Forex/CFD.
- **CFD sur l'or** : contrat avec le courtier qui reproduit le prix du spot ; vous ne possédez pas l'or ; levier et marge s'appliquent.
- **Futures (GC et micro MGC)** : contrats standardisés sur le COMEX, avec carnet d'ordres centralisé et volume réel (voir Partie 16).

Taille de contrat. 1 lot standard de XAUUSD = 100 onces. 0,10 lot = 10 onces. 0,01 lot = 1 once. Un mouvement de 1 $ sur 1 lot = 100 $.

Corrélations utiles. L'or évolue souvent à l'inverse du dollar (indice DXY) et des taux réels. Ce n'est pas une règle absolue, mais un contexte à garder en tête.

RÈGLES PRATIQUES

1. Choisissez un seul actif au départ (l'or) et connaissez-le à fond.

2. Vérifiez la taille de contrat chez votre courtier.
3. Distinguez spot/CFD et futures.
4. Surveillez le dollar et les taux.
5. Adaptez la taille de position à la volatilité de l'actif.

EXEMPLE CONCRET

Un trader compare : EUR/USD, mouvement quotidien moyen d'environ 0,5 % ; l'or, environ 1 % à 1,5 % ; une crypto, 3 % à 6 %. En raison de la volatilité, 1 % de risque en capital correspond à des tailles très différentes selon l'actif.

GRAPHIQUE À REPRODUIRE

Reproduisez un tableau comparant forex, indices, matières premières, actions, crypto (liquidité, volatilité, horaires).

ÉTUDE DE CAS

Un trader débutant passe d'un actif à l'autre chaque semaine. Après avoir tout concentré sur l'or pendant six mois, il identifie ses horaires, ses niveaux et son comportement habituel, et sa régularité s'améliore.

ERREURS FRÉQUENTES

- Trader plusieurs actifs sans en maîtriser un.
- Ignorer la volatilité de l'actif.
- Confondre lot et once.
- Ne pas vérifier la taille de contrat.

CONSEIL DE TRADER PROFESSIONNEL

Connaître un actif à fond vaut mieux que connaître dix actifs superficiellement. Devenez un spécialiste de l'or.

SYNTHÈSE

Les principaux marchés sont le forex, les indices, les matières premières, les actions et les cryptos. L'or est liquide, réactif aux zones, adapté à l'apprentissage. Il se trade au comptant, en CFD ou en futures ; 1 lot = 100 onces.

QUIZ

1. Combien d'onces dans 1 lot ? (Réponse : 100.)
2. Quelle est la corrélation habituelle de l'or avec le dollar ? (Réponse : Inverse.)
3. Citez les trois façons de trader l'or. (Réponse : Spot, CFD, futures.)
4. Pourquoi l'or pour apprendre ? (Réponse : Liquide, réactif aux zones, horaires actifs clairs.)
5. Combien gagne 1 $ de mouvement sur 0,10 lot ? (Réponse : 10 $.)

EXERCICES PRATIQUES

Calculez le gain ou la perte pour un mouvement de 5 $ sur 0,01, 0,10 et 1 lot d'or.

CHECKLIST D'APPLICATION

- ☐ J'ai choisi mon actif.
- ☐ Je connais la taille de contrat.
- ☐ Je sais si je trade spot, CFD ou futures.
- ☐ J'ai noté l'effet du dollar.

CHAPITRE 1.7

Les unités de temps

L'ESSENTIEL EN 30 SECONDES

Une unité de temps indique ce que représente une bougie. Les grandes unités (D1, H4) donnent le contexte, les petites (H1, M15) donnent l'entrée. On ne change jamais l'analyse de contexte à partir d'un petit graphique.

EXPLICATION DÉTAILLÉE

Sur un graphique H1, une bougie résume une heure. Sur un H4, quatre heures. Sur un D1, une journée.

Pourquoi plusieurs unités ? Pour voir la forêt avant les arbres. Une zone du D1 est plus forte qu'une zone du M15. Une tendance H4 prime sur celle du M15.

Le principe « top-down » (du haut vers le bas).

1. D1 : la vue d'ensemble (grandes zones, tendance majeure).
2. H4 : le contexte opérationnel (tendance, zones principales).
3. H1 : les zones fines et le signal.
4. M15 : l'affinage de l'entrée (optionnel).

Les fuseaux horaires. Les bougies D1 clôturent généralement à 23h00 heure de Paris (17h00 à New York) selon les courtiers : vérifiez la configuration de votre plateforme. La bougie H4 démarre à des heures fixes (par exemple 1h, 5h, 9h, 13h, 17h, 21h, selon le serveur).

Pièges.

- Trop d'unités de temps : contradictions.
- Surinterpréter un M5.
- Ne pas comprendre que le bruit augmente à mesure que l'unité diminue.

La règle du 4 pour 1. Entre l'unité de contexte et l'unité d'exécution, gardez un rapport d'environ quatre.

RÈGLES PRATIQUES

1. Analyse top-down : D1 → H4 → H1.
2. Une seule unité d'exécution.
3. Rapport d'environ 4 pour 1.
4. Vérifiez l'heure de clôture des bougies chez votre courtier.

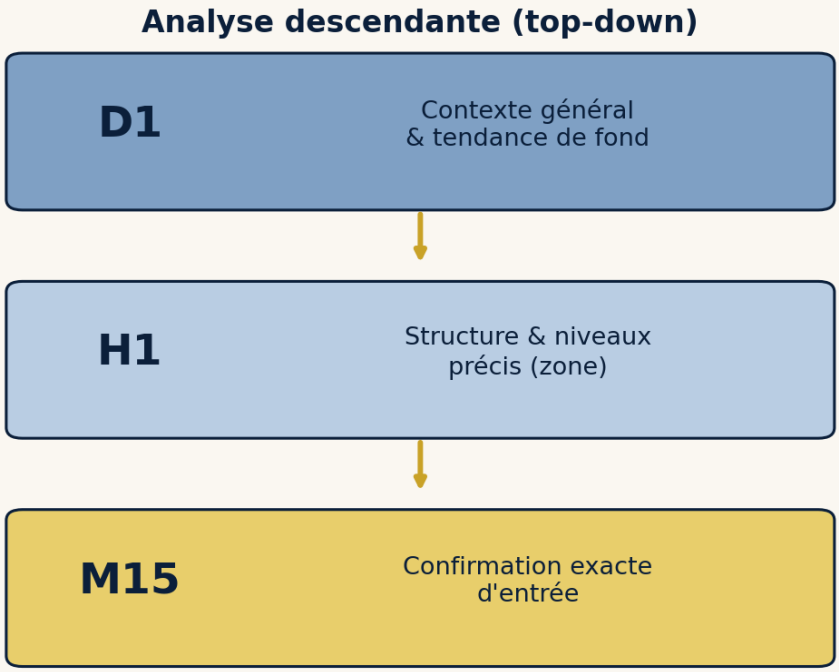
5. Ne changez pas d'unité en cours de trade.

EXEMPLE CONCRET

D1 : tendance haussière depuis trois semaines. H4 : correction vers 2 340. H1 : un marteau sur la zone 2 338–2 342. Le trader cherche un achat : trois écrans alignés.

GRAPHIQUE À REPRODUIRE

Reproduisez la même zone sur D1, H4 et H1 avec la mention « top-down ».



ÉTUDE DE CAS

Un trader de M5 perd régulièrement contre la tendance H4. En ajoutant un filtre « tendance H4 obligatoire », son taux de réussite passe de 35 % à 47 %.

ERREURS FRÉQUENTES

- Ignorer le contexte H4.
- Utiliser trop d'unités.
- Ne pas connaître l'heure de clôture.
- Changer d'unité en cours de trade.

CONSEIL DE TRADER PROFESSIONNEL

Si l'écran du haut et celui du bas se contredisent, c'est l'écran du haut qui a raison.

SYNTHÈSE

Les grandes unités donnent le contexte, les petites l'exécution. On travaille du haut vers le bas, avec un rapport d'environ 4 pour 1, et une seule unité d'exécution.

QUIZ

1. Que représente une bougie H4 ? (Réponse : Quatre heures de marché.)
2. Quel est le principe top-down ? (Réponse : Analyser d'abord les grandes unités puis les petites.)
3. Quelle unité prime en cas de contradiction ? (Réponse : La plus grande.)
4. Quel rapport entre contexte et exécution ? (Réponse : Environ 4 pour 1.)
5. Pourquoi éviter trop d'unités ? (Réponse : Elles produisent des signaux contradictoires.)

EXERCICES PRATIQUES

Affichez la même zone sur D1, H4 et H1. Notez ce que chaque unité vous apprend.

CHECKLIST D'APPLICATION

- ☐ J'ai analysé du haut vers le bas.
- ☐ Je connais l'heure de clôture de mes bougies.
- ☐ J'utilise une seule unité d'exécution.
- ☐ Mon contexte est cohérent.

CHAPITRE 1.8

Ouvrir son compte et préparer son poste de trading

L'ESSENTIEL EN 30 SECONDES

Choisissez un courtier régulé, un compte de simulation, un levier modéré et une plateforme de graphiques simple. Comprenez la marge : elle n'est pas votre risque, c'est votre stop qui définit le risque.

EXPLICATION DÉTAILLÉE

Choisir un courtier. Critères :

1. **Régulation** : un courtier agréé par une autorité reconnue de votre pays (en Europe, par exemple, l'AMF en France, la CySEC à Chypre, la FCA au Royaume-Uni, etc.). Vérifiez l'agrément sur le site du régulateur.
2. **Séparation des fonds** et protection du solde négatif (obligatoire en Europe pour les clients particuliers).
3. **Spreads et commissions** compétitifs sur l'or.
4. **Plateforme stable** (MetaTrader 5, cTrader, TradingView connecté, etc.).
5. **Compte de simulation** gratuit et illimité.
6. **Retraits** simples.

Le levier et la marge. Le levier permet de contrôler une grande position avec un petit capital. En Europe, la réglementation (ESMA) plafonne le levier des clients particuliers à environ 20:1 sur l'or (à vérifier chez votre courtier). La **marge** est la somme bloquée pour ouvrir une position.

Exemple : 0,10 lot d'or à 2 350 $ représente 10 onces × 2 350 = 23 500 $ de valeur. Avec un levier de 20:1, la marge requise est de 23 500 ÷ 20 = 1 175 $. **Attention** : la marge n'est pas votre risque. Votre risque est la distance au stop multipliée par la taille : un stop de 5 $ sur 10 onces = 50 $ de perte maximale.

L'appel de marge et la clôture forcée. Si les pertes latentes font tomber votre niveau de marge sous un seuil fixé par le courtier, vos positions sont fermées automatiquement. Avec un stop et une taille raisonnable, ce scénario n'arrive pas.

Préparer le poste.

- Un écran principal pour les graphiques (un second pour le journal et le calendrier).
- Un modèle de graphique propre (bougies, zones, pas d'indicateurs).
- Des alertes de prix.

- Le calendrier économique ouvert.
- Un tableur de journal prêt à l'emploi.
- Une connexion Internet stable.

Choix de la simulation. Utilisez la simulation avec un capital proche de votre capital réel prévu (par exemple 5 000 $), pas un million fictif, pour travailler des tailles réalistes.

RÈGLES PRATIQUES

1. Courtier régulé et vérifié sur le site du régulateur.
2. Commencer en simulation avec un capital réaliste.
3. Levier modéré ; le risque se définit par le stop, pas par la marge.
4. Graphique propre, sans indicateurs.
5. Journal prêt avant le premier trade.

EXEMPLE CONCRET

Un trader ouvre un compte démo de 5 000 $. Il fixe son risque à 0,5 % (25 $). Sur un trade d'or avec stop de 5 $, la taille est 25 ÷ (5 × 100) = 0,05 lot. La marge requise pour 0,05 lot à 2 350 $ avec levier 20:1 est environ 587 $, sans lien avec le risque.

GRAPHIQUE À REPRODUIRE

Reproduisez un schéma « valeur de la position / levier = marge » avec un exemple chiffré.

ÉTUDE DE CAS

Un trader avec 1 000 $ ouvre 0,5 lot d'or (grâce à un levier élevé accordé par un courtier hors Europe) avec un stop à 30 $, en pensant que « la marge suffit ». Une perte de 30 $ sur 50 onces = 1 500 $: plus que son capital. Il apprend que la marge n'est pas le risque et que la taille doit se calculer à partir du stop.

ERREURS FRÉQUENTES

- Choisir un courtier non régulé pour un bonus ou un fort levier.
- Confondre marge et risque.
- Utiliser un capital démo irréaliste.
- Charger le graphique d'indicateurs.

CONSEIL DE TRADER PROFESSIONNEL

Votre courtier est un partenaire de long terme. Choisissez-le comme vous choisiriez une banque : pour la sécurité, pas pour les promesses.

SYNTHÈSE

On choisit un courtier régulé, on commence en simulation, on comprend que la marge n'est pas le risque, on utilise un graphique propre et on prépare un journal. Le levier se maîtrise par la taille de position.

QUIZ

1. Quel critère principal pour choisir un courtier ? (Réponse : La régulation vérifiée.)
2. Qu'est-ce que la marge ? (Réponse : La somme bloquée pour ouvrir une position.)
3. La marge est-elle le risque ? (Réponse : Non, le risque est défini par le stop et la taille.)
4. Quelle valeur de position pour 0,10 lot à 2 350 $? (Réponse : 23 500 $.)
5. Quel capital utiliser en démo ? (Réponse : Un capital proche du réel prévu.)

EXERCICES PRATIQUES

Calculez la marge pour 0,05, 0,10 et 0,50 lot d'or avec levier 20:1, puis le risque pour un stop de 5 $.

CHECKLIST D'APPLICATION

- ☐ Mon courtier est régulé.
- ☐ Mon compte démo est ouvert.
- ☐ Je comprends marge et risque.
- ☐ Mon journal est prêt.

FIN DE L'EXTRAIT GRATUIT

Tu viens de lire la Partie 1 sur 17.

Il te reste 16 parties et 154 chapitres :
les chandeliers, les supports et résistances, les tendances, la gestion du risque, la psychologie, 30 études de cas sur l'or et la lecture du carnet d'ordres (order flow).

OFFRE DE LANCEMENT · JUSQU'AU 30 NOVEMBRE

27 € au lieu de 97 €

Ebook PDF complet · 485 pages · accès à vie

JE VEUX LE LIVRE COMPLET

klracademy.systeme.io/8c7a8b30

Le trading comporte un risque élevé de perte en capital.
Support pédagogique : ni conseil en investissement, ni promesse de résultat.

© 2026 KLR Academy · Yostina Keller