

Part 3 — 위기의 파도에서 서핑하는 법

눈을 가리는 물보라를 닦아내라

· 정리 2026-05-15

눈을 가리는 물보라를 닦아내라

본 회차가 다루는 문제는 우리가 가장 틀리기 쉽고 큰 손해를 입어 재기하기 어려운 영역이다. 바로 **눈을 가리는 물보라를 닦아내는 일** — 인지 편향과 노이즈의 차단.

버블의 마지막 단계에는 항상 노이즈가 나타난다. 이 노이즈를 퍼뜨리는 세력들은 더 큰 바보를 기다리는 사람들. 이미 매수한 유튜버가 더 비싸게 사라고 가스라이팅하기도 하고, 기관은 차트를 의도적으로 예쁘게 꾸며 자신들만 빠져나간다.

인생이 걸린 중요한 시기에 노이즈에 사로잡히지 않는 것이 무엇보다 중요하다.

0.1~0.5%

한국에서 단타로 성공할 소질을 가진 사람은 전체 투자자의 0.1~0.5% 미만 (도파민 트랩 사례)

{'text': '유튜브 알고리즘이 보여주는 영상만 보고 투자한다면 — 당신은 비트코인 소유자인가요, 팬클럽인가요?'}

1. 너울·파도·물보라 — 3 영역 통합 시각

투자에서 우리는 세 가지 시각을 동시에 다뤄야 한다. **너울(장기)** 10년 거시 흐름 탐색 / **파도(중기)** 매수·매도 시점 포착 / **물보라(단기)** 인지 편향·노이즈 차단 (멘탈 관리).

물보라에 의한 착시를 바로 잡아야 성공하는 투자가 가능. 너울은 S곡선·하이프 사이클 형태로 다가오며 인구·부채·패권 같은 큰 흐름을 읽음으로써 장기 포트폴리오를 구성. 파도는 금리·유동성·심리 사이클을 분석해 매수·매도 타이밍을 포착. 물보라는 — 본 회차 주제 — 감정·도파민 같은 소음 차단 + 자신만의 원칙 고수 멘탈 영역.

세계 최대 헤지펀드 운용자 레이 달리오조차 "내가 사면 항상 주가가 더 떨어진다"며 타이밍 한탄. **시장의 정확한 꼭짓점이나 바닥을 잡을 수 있는 사람은 아무도 없다.** 노이즈를 무시하고 현재 가격이 충분히 저렴한지 판단할 수 있도록 물보라를 닦아내는 훈련이 필요.



2. 도파민 중독 — 변동성에 길든 뇌

우리가 물보라에 속아 손실 보는 가장 큰 원인이 **도파민 중독**. 진정한 상승장은 지루함을 견디는 기다림이 필요. 그러나 사람들은 버블 붕괴 시기의 화려한 변동성에 익숙해져 이를 견디지 못한다.

나스닥 일일 상승률 1~4위 기록은 모두 대폭락장에서 일어났다. 2026년 2~3월 한국 증시도 12% 폭락 후 9% 반등하며 역대 기록 세움. 극심한 변동성을 경험하면 뇌가 도파민에 중독. 실제 상승장은 하루 1~2% 올랐다 0.5% 떨어졌다 다시 0.7% 오르는 식 — 매우 답답해 보임.

에브리씽 랠리에는 순서. 2024 트럼프 랠리 순서 — 비트코인 → AI·GPU → 금·은 → 메모리 반도체. **하락은 빠르고 강하게, 상승은 기다림의 연속.** 도파민에 중독되면 자신이 가진 자산은 안 오르고 다른 자산만 오르는 것처럼 느껴져 계속 차선을 갈아탐. 결국 정점에 물려 급격한 하락.

언론에서 "비트코인 10만 달러 돌파" 또는 "NVIDIA 200달러 돌파"처럼 **단위 앞자리 바뀌는 사건에 흥분**하면 안 됨. "코스피 6,000 돌파"에 개인 투자자들이 몰리지만 3,000→5,000 vs 5,000→6,000 실제 상승률은 훨씬 낮음. **단타는 확률적으로 지는 게임** — 한국에서 단타로 성공할 소질은 전체 투자자의 0.1~0.5% 미만.

수익은 3% 수준으로 짧게 챙기지만 손절 타이밍을 놓치면 한 번에 50% 이상의 손실. 워렌 버핏·드러켄밀러 같은 거부들도 기본 투자 단위는 1~2년. 장기 투자 결심을 망각하고 단타에 들어가는 것을 막아야 한다. 미국 주식 시장의 80%를 차지하는 AI 투자자들은 이런 수치에 흥분하지 않고 수급 상황을 객관적으로 분석한다.

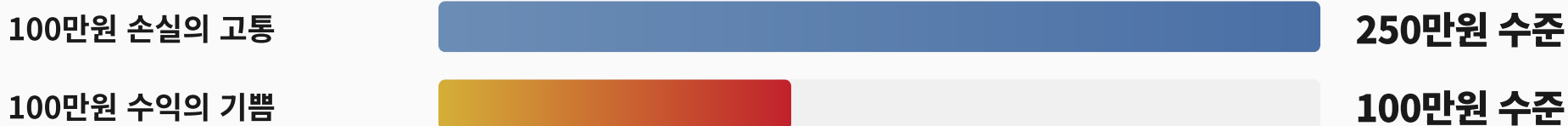
3. 손실 회피 편향 — 250만 vs 100만

심리학 실험에 따르면 **100만 원을 벌었을 때의 기쁨보다 100만 원을 잃었을 때의 고통이 2.5배 더 크다.** 이 비대칭이 의사결정을 뒤흔다.

옛날 그래프를 다 보고 30년 장기 투자를 결심했더라도 주가가 10%만 하락하면 25% 상승할 때와 감정 강도가 거의 비슷. 40% 하락이면 원금을 다 잃은 것과 같은 고통. 나스닥 시장에서 20% 하락은 4년에 한 번 흔하게 일어나는 일이지만 우리는 이를 원금 전체를 잃은 듯 받아들임.

결과적으로 파도의 출렁임에 공포에 질려 바닥에서 손절하고, 주가가 다시 오르면 파도의 꼭대기에서 본전 생각에 뛰어드는 행동을 반복. 하락장이 직선으로 하락하지 않고 폭락·폭등을 반복하기 때문에 이러한 추세 매매를 몇 번 반복하면 지수 하락폭보다 훨씬 큰 자산 손실을 입음. **자산이 녹아내린다.** 장기전에서 승리하려면 반드시 손실 회피 편향에서 벗어나야 함.

■ 손실 회피 비대칭



고통이 기쁨의 2.5배 — 패닉 손절의 근원

4. 확증 편향 + 유튜브 알고리즘

주식을 매수하는 순간부터 뇌는 객관성을 잃는다. 호재가 나오면 "역시 내 생각이 맞았어!"로 과대평가, 악재가 나오면 "일시적이야, 세력 장난이야"로 무시·축소. 기관 투자자도 마찬가지로 하우스 뷰가 자신들 매수 정당화.

유튜브 알고리즘이 확증 편향을 심화. 비트코인 전망 검색하면 비트코인 오른다는 영상만 노출, 비관론은 잘 안 뜬. 결국 **무한 긍정 회로 증폭이라는 감옥에 갇힘.** "당신은 비트코인 소유자인가요, 팬클럽인가요?" — 강사 표현.

학계 실증 — WSB(레딧 wallstreetbets) 어텐션 ↑ → 위험 자산 비중 ↑ + 보유 기간 수익률 유의 하락. 핀플루언서 트윗의 56%가 나쁜 결과로 이끄는 조언이지만 더 큰 팔로잉·영향력 확보 (†1 †4).

■ 확증 편향 + 알고리즘 메커니즘

①

매수 후 객관성 상실

호재 = 과대평가 / 악재 = 무시

→

②

유튜브 알고리즘

보유 종목 오른다는 영상만 노출

→

③

무한 긍정 회로

감옥에 갇힘 — 소유자가 아닌 팬클럽

†1 WSB 어텐션 ↑ → 보유 기간 수익률 ↓ [sciencedirect.com](https://www.sciencedirect.com) †4 핀플루언서 56% 저품질 조언 + 사기 피해 ↑ osc.ca

5. 최신 편향 — 백미러 운전

우리 뇌는 특이하게도 백미러만 보고 운전하도록 진화. 어제 주가가 올랐으니 오늘도 오를 거라고 생각하며 최신 정보에 편향. 가장 최근 기억을 미래 예측 근거로 삼기 때문에 과거의 다양한 객관적 정보들은 무시.

상승장이 오래 지속되면 한 달 전·두 달 전·석 달 전 올랐다는 최근 기억으로 이번 달·다음 달도 오를 거라며 추격 매수. 하락장에서도 6개월 이상 하락이 이어지면 "어제도 오늘도 떨어졌으니 내일도"라는 공포로 투매.

실증 사례 — REIT(부동산) 2021 S&P 500 부문 최고 +46% → 2022 -26% (†3). 추격 매수한 사람들 다 다침. 주식시장 40년 역사를 돌아보면 그래프는 항상 파도쳤고 멈춘 적이 없음. **폭락과 폭등은 결코 영원히 지속되지 않는다.** 자동차 운전에서 백미러만 보고 달리면 100% 사고. 커브길 (추세 전환)이 나오면 반드시 사고난다.

투자는 미래를 사는 것이지 과거 차트를 사는 게 아니다. 강사 결론.

최신 편향이 만들어내는 추격 매수는 시장 사이클의 끝물에서 가장 강하게 작동한다. 모든 매체가 같은 방향을 외칠 때야말로 백미러가 가장 매혹적으로 보이는 시점 — 동시에 가장 위험한 시점이다.

강사가 본 회차에서 강조한 4 편향 중 최신 편향이 가장 보편적이며 가장 알아차리기 어렵다. 우리 뇌의 진화 자체가 만든 함정이라 의식적으로 "미래"라는 단어를 떠올리는 훈련이 필요하다.

결국 백미러 운전을 멈추는 첫 단계는 자신이 백미러를 보고 있다는 사실을 깨닫는 것. 어떤 결정을 내릴 때 "최근 3개월 차트"가 근거의 핵심인지 스스로에게 물어봐야 한다. 이 자가 점검 한 번만 들여도 추격 매수의 절반은 피할 수 있다.

6. 4 편향 종합표

지금까지 살펴본 4종 인지 편향을 한 표에 정리. 각 편향의 메커니즘·증상·대응을 한눈에 보면 본인이 어디 빠져있는지 점검 가능.

도파민 중독 = 변동성 길든 뇌가 답답한 진짜 상승장 못 견딤. **손실 회피** = 100만 손실 = 250만 기쁨 비대칭. **확증 편향** = 매수 후 객관성 상실 + 유튜브 알고리즘 증폭. **최신 편향** = 백미러 운전, 어제 데이터로 내일 결정.

4 편향이 동시에 작동하면 — 오른 자산 추격(최신) → 매수 후 호재만 보고(확증) → 알고리즘이 더 부추기고(확증) → 폭락 시 패닉 손절(손실 회피) → 단기 반등 추격(도파민) → 다시 손절. **자산 녹아내림의 표준 경로**. 4 편향을 따로 떼어 보면 약하지만 함께 작동하면 단기간에 계좌를 파괴한다. 본인이 어느 단계에 있는지 자가 진단이 첫 출발.

4 종 인지 편향

편향	메커니즘	결과
도파민 중독	변동성 길든 뇌	단타 차선 갈아타기 (성공률 0.1~0.5%)
손실 회피	100만 손실 = 250만 기쁨	패닉 손절 + 본전 추격
확증 편향	매수 후 객관성 상실	유튜브 알고리즘 + 무한 긍정 회로
최신 편향	백미러 운전	어제 차트로 내일 결정 — 사고

7. 헤드라인 속임수 + 어텐션 상품

뉴스는 주목(어텐션)을 파는 상품. 언론은 공포와 탐욕을 자극해 클릭수를 높이려 신호를 증폭.

폭락장 헤드라인 — "증시 패닉, 검은 월요일, 공포 확산" → 클릭 유도 → 투매 자극. **폭등장**

헤드라인 — "지금 안 사면 벼락거지, 10만 전자 간다" → 클릭 유도 → 추격 매수 자극.

한국 언론과 일부 전문가들은 항상 대세를 따라가며 폭등장에선 "30만 전자"를 외치고 하락장에선 공포를 확산. **뉴스를 많이 볼수록 뇌가 감정적으로 변해 AI와의 싸움에서 불리.** 단발성 헤드라인 기사는 내용이 없는 경우가 많아 무시해야 하고, 대신 AI 트렌드나 시장 구조를 심층 분석한 인사이트 있는 기사를 봐야 한다.

어텐션 경제의 본질을 이해하면 헤드라인의 함정을 알아차림. 클릭 수에 보상받는 미디어는 절대로 차분한 분석을 우선시하지 않는다.

특히 위기 시점에는 헤드라인의 공포 자극과 폭등 시점의 탐욕 자극이 같은 미디어 안에서 며칠 만에 뒤바뀐다. 같은 종목·시장에 대해 정반대 방향의 헤드라인이 시리즈로 쏟아지는 패턴이 보이면 — 그게 미디어가 어텐션을 짜내는 패턴이지 시장의 진짜 신호가 아니다. 며칠 사이 뒤집히는 매체의 톤 변화 자체가 클릭 경제의 명확한 증거.

단발 헤드라인을 무시하고 분기 실적·산업 구조·정책 방향 같은 펀더멘털 분석을 우선시하면 헤드라인 함정의 60~70%는 자동 차단된다. 시간을 절약하는 가장 좋은 방법이기도 하다. 매일 헤드라인 수십 개를 보고 감정에 흔들리는 것보다 주 1회 깊이 있는 산업 리포트 한 편을 읽는 것이 자산 보존에 훨씬 효과적. 그게 강사가 강조하는 "인사이트 있는 기사"의 정의.

8. 헨리 블로젯 — 전문가 함정의 원형

역사상 최악의 배신 사건은 2000년 닷컴 버블의 **헨리 블로젯**. 당시 나스닥은 78% 폭락하며 5분의 1 토막. 코스피로 환산하면 6,300에서 1,300이 된 것과 같은 충격.

블로젯은 최고의 스타 애널리스트로 2000년 닷컴 버블 직전 방송에서 "인터넷 기업 주가는 무조건 간다 (Strong Buy)"며 강력 추천. 그러나 동료들에게 보낸 이메일에는 "이 주가는 완전 쓰레기 (Piece of Shit)야. 근데 개미들이 사주니까 오르네? ㅋㅋ"라고 적혀 있었다.

개미들은 그의 말을 듣고 전 재산을 날렸고, 나중에 들통나 그는 은퇴. SEC가 2003년 4월 평생 증권업 BAN + \$4M 벌금 부과 (†2). \$1.4B Global Analyst Research Settlement로 10개 IB 합의, 리서치-IB 부서 물리·기능 분리 강제. **주식 전문가들은 대부분 증권사 소속이거나 유튜브·방송국에서 활동하며 주가가 올라야 이익을 얻는 사람들 — 편향이 있을 수밖에 없음.**

헨리 블로젯 — 공개 vs 사적

채널	발언	대상
공개 (방송·리포트)	Strong Buy / 무조건 간다	개미들 → 전 재산 손실
사적 (동료 이메일)	Piece of Shit / 쓰레기	본인 + 회사 (IB 수수료 챙김)

†2 Henry Blodget SEC 2003 평생 BAN + \$4M + \$1.4B 합의 [sec.gov](https://www.sec.gov)

9. 외국인 리포트 vs 실제 행동

미국 초대형 은행들은 주가가 폭락한 뒤 상승 리포트를 내며 개인의 매수를 유도하고 자신들은 물량을 정리하는 것을 반복해 왔다.

외국인이 20~30조 원을 팔다 조금 매수하면 언론은 "외국인이 돌아왔다" 대서특필. 골드만삭스 같은 곳에서 목표치를 상향 조정하면 개인들이 들어옴. 그때 외국인은 다시 대량 매도. **이 패턴은 1990년대부터 IMF 직전, 글로벌 금융위기 직전에도 동일하게 발생.**

수법이 통하는 이유는 **증시 참여자가 끊임없이 바뀌기 때문**. 증시가 추락하면 기존 투자자들은 떠나고 새로운 사람들이 들어오는데 이들은 과거를 기억하지 못함. 그들의 **리포트가 아닌 실제 행동을** 봐야 한다.

한국 코스피 시가총액에서 외국인 비중이 30%라고 하지만 실제로는 그 이상 — 대주주·친인척 물량 제외하면 실제 시장에서 활발히 매매되는 주식의 약 70%를 외국인이 보유.

외국인 매도 함정 3 단계

①

폭락 후 상승 리포트

골드만삭스 등 목표치 상향

②

개인 매수 유도

언론 '외국인이 돌아왔다' 대서특필

③

외국인 대량 매도

1990s ~ 지금까지 동일 패턴

10. 국내 증권사 구조적 한계 3

국내 증권사들이 항상 "올라간다"고 외치는 이유는 다음 3 가지.

- ① **투자은행·증권사의 가장 큰 고객은 기업** — IPO·채권 발행·유상증자 수수료가 큰 수입원.
기업이 자기 주가 부양 요청하면 거절 불가능.
- ② **수수료의 노예** — 주가가 떨어지거나 홍보하면 매매 감소 → 증권사 수입 감소.
- ③ **낙관론 편향** — "앞으로 주가 떨어집니다. 다 파세요" 하면 누가 펀드 가입할까?

미국은 골드만삭스 같은 은행들이 정말 커서 기업에 대해 나쁘게 이야기하기도 하지만 한국은 쉽지 않다. 또한 미국은 애널리스트마다 성적표를 매기는 사이트가 있어 예측 적중 확률을 올리려 노력하지만 한국은 그런 사이트가 없어 애널리스트들이 윗선이나 기업 고객 눈치를 더 본다. 결과적으로 국내 증권사 리포트는 매수 권고 비율이 90% 이상이라는 통계가 자주 인용될 정도.

■ 국내 증권사 낙관론 구조

①

기업 고객 우선

IPO·증자 수수료 — 주가 부양
요청 거절 불가

②

수수료 노예

매매 감소 = 수입 감소

③

낙관론 편향

비관 전망하면 펀드 가입 X

11. 매번 속는 4 패턴

대형 금융사가 속이면 매번 속는 이유 4 가지.

- ① **가스라이팅 "이번엔 다르다"** — 언론사·증권사 리포트는 주가 오를 때마다 이렇게 가스라이팅. 2007년 코스피 2,000 넘었을 때도 "다시는 밑으로 안 내려가는 뉴노멀"이라 했으나 GFC로 1,000까지 반토막.
- ② **FOMO와 도파민의 노예** — 주변에서 돈 벌었다는 자랑에 휩쓸려 마지막에 들어감.
- ③ **50% 팩트 + 50% 거짓 교묘한 눈속임** — 팩트에 거짓을 섞으면 구별이 어려움.
- ④ **망각의 동물 — 투자자 세대 교체** — 탈탈 털린 투자자는 퇴장하고 새 투자자가 진입. 참여자의 80~90%가 바뀌었기 때문에 고전적 수법이 여전히 효과. **30년 넘게 살아남는 개인 투자자는 10~30% 수준에 불과.** 8년 주기로 반복되는 이 4 패턴을 인식하면 그 자체로 큰 우위가 된다.

■ 매번 속는 4 패턴

패턴	메커니즘
① 가스라이팅	"이번엔 다르다" — 2007 코스피 2,000 뉴노멀
② FOMO + 도파민	주변 자랑에 휩쓸려 마지막 진입
③ 50% 팩트 + 50% 거짓	교묘한 눈속임
④ 망각의 동물	투자자 80~90% 세대 교체 — 고전 수법 재작동

12. 노이즈 거르는 3 핵심 질문

물보라를 닦아내기 위해 강사가 제시하는 3 가지 점검 질문.

Q1. 이 뉴스가 기업의 이익(EPS)을 변화시키는가? — 단순히 배터리 사업이나 로봇틱스 진출 공시만으로는 부족. "A기업 로봇틱스 진출 선언" vs "대규모 수주 계약 공시" 차이가 명확.

Q2. 이 뉴스가 1년 뒤에도 중요할까? — "오늘 나스닥 2% 하락"은 1년 뒤 무의미. 반면 "AI 데이터센터 전력 부족"은 영구적 영향 → 1년 뒤도 중요. 워렌 버핏 원칙 — 절대로 돈을 잃지 말라.

Q3. 공포(Fear)인가, 팩트(Fact)인가? — "2차 세계 대공황 신호탄" vs "미국 실업률 4.5%". 숫자만 따라가야 정답을 찾는다. 리딩방에서 얻은 정보는 거의 진짜가 아니라 대부분 미끼.

■ 노이즈 거르는 3 질문

Q1

EPS 변화?

'진출 선언' X / '수주 계약' O

→

Q2

1년 뒤 중요?

'오늘 -2%' X / 'AI 전력 부족'
O

→

Q3

공포 vs 팩트?

숫자만 따라가야 정답

13. 피터 린치 — 백미러 X / 앞유리 O

전설적 투자자 피터 린치는 "백미러만 보고 운전하지 말라"고 강조.

백미러 투자자 — "어제 올랐으니 오늘도 오르겠지" / "차트가 골든크로스니까 매수" / 과거 데이터 (차트·지난 뉴스)에 집착. **앞유리 투자자** — "이 회사가 앞으로 돈을 더 잘 벌까?" / "새로운 경쟁자가 나타나진 않을까?" / 미래 시나리오·기업 성장성에 집중.

요즘은 기관이 인위적으로 차트 모양을 만들어 개인을 유인한 뒤 팔기도 하고, 데드크로스를 만든 다음 자기들이 매수하기도 함. **시장 주체가 AI로 변하면서 인간 심리가 반영되던 차트 분석은 의미가 없어졌다.** 이제는 기업이 앞으로 돈을 얼마나 잘 벌 수 있는지, AI 혁명이 가져올 성장성, 새 경쟁자 출현 가능성 같은 미래 시나리오에 집중하는 결로 옮겨가야 한다는 게 강사 결론.

■ 백미러 vs 앞유리

백미러 (과거)	앞유리 (미래)
"어제 올랐으니 오늘도"	"앞으로 돈을 더 잘 벌까?"
"차트 골든크로스 = 매수"	"새로운 경쟁자 등장 가능성?"
과거 차트·지난 뉴스	미래 시나리오·성장성

투자는 IQ가 아니라 기질이다

투자는 IQ보다 기질이 중요. 공부를 위해 엉덩이가 무겁거나 고등학교 때 1등을 하려 조바심 내는 것과는 정반대의 기질.

남들이 미쳐 날뛰는 때 차분해지는 냉정함 / 비관론이 팽배할 때 용기 있게 매수하는 역발상 / 아무 일도 하지 않고 기다릴 줄 아는 인내심. 워렌 버핏의 "투자는 IQ가 아니라 기질이다"라는 말이 본 회차 결론.

투자과 인생은 서핑과 같아서 완벽한 파도는 존재하지 않으며 때로는 넘어질 수도 있다. 중요한 것은 최소한의 보드에 해당하는 **시드머니를 잘 건사**해 언제든지 다시 일어설 수 있게 하는 것. 파도가 클수록 강력한 에너지가 우리를 더 높게 올린다. 변동성을 두려워하지 말고 이용하며 즐길 줄 알아야 한다. 너울과 파도, 그리고 물보라는 위기가 아닌 역전의 기회.

투자는 IQ가 아니라 기질이다. 남들이 미쳐 날뛰는 때 차분해지는 냉정함, 비관론 팽배할 때 매수하는 역발상, 아무 일도 안 하고 기다릴 줄 아는 인내심.

Part 3-6강

위기를 보는 눈

본 회차 멘탈(물보라) + 이전 강의들의 구조(너울·파도) 통합 결론편. 다중 파도·1929 대공황·일본 플라자 합의·피보나치 위치 도구·한국 투자자만의 무기 수급 3주체.

{'title': '출처 및 면책', 'paragraphs': ['본 자료는 박종훈의 지식한방 Part 3-5강 (2026-04-03) 내용을 바탕으로 개인적으로 정리한 자료입니다.', '투자 권유가 아니라 강의의 핵심 논지와 관련 지표를 이해하기 쉽게 재구성한 요약입니다.', '+N 외부 자료는 강의 메시지에 새로운 시각을 추가할 뿐 권고 항목을 추가하지 않습니다.']}

지표 출처: sciencedirect.com · nature.com · sec.gov · content.time.com · schwabassetmanagement.com · heygotrade.com · osc.ca · sciencedirect.com