Warum 90% der Trader scheitern und ihr Konto gegen die Wand fahren...

Trading Erfolg kommt von Innen...

DIE WAHRE ERFOLGSFORMEL FÜR TRADER

Geschrieben vom Team TradingWelt

Disclaimer:

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die Verwendung oder Verbreitung von Inhalten, Textabschnitten oder Bildern dieses elektronischen Buches, ist ohne die Zustimmung des Verlages bzw. des Verfassers streng verboten und strafbar.
Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Einspeicherung in elektronischen Systemen und Online-Plattformen.

Alle Angaben dieses Buches wurden vom Verfasser recherchiert, sorgfältig überprüft und entsprechen dem derzeitigen Stand der Forschung.
Eine Vielzahl der Angaben basieren auf wissenschaftlich anerkannten Studien.

Die aufgeführten Informationen dienen jedoch nicht als Ersatz für eine professionelle ärztliche oder psychologische Untersuchung, Beratung oder Behandlung dar.

Jegliche Haftung für Vermögens, Personen- oder Sachschäden ist ausgeschlossen.

Autor:
Chris Pilz
www.tradingwelt.de
Abbildungen & Illustrationen:
Herstellung und Verlag: Design & Print Solutions, Eckernförde

Inhaltsverzeichnis:

Vorwort	3
Ursprung des Versagens	4
Der Beginn der Verwandlung:	5
Selbstzweifel & Opferrolle	6
Aufbruch zu neuen Ufern	7
Ursprung der Gefühle	10
Gute Entscheidungen treffen	14
Diszipliniert durchs Leben gehen	15
Schlusswort	17

Vorwort:

Hallo, ich begrüße dich zu diesem Ratgeber. In den kommenden Minuten wird sich dein zukünftiges Leben komplett verändern!
Falls du bisher wenig Erfolg hattest, sei es im privaten Leben, in der Beziehung oder beim Traden, wird dieser kurze aber unglaublich wertvolle Ratgeber, dein Leben dauerhaft verändern und dich auf Erfolgskurs katapultieren, versprochen!

Viele Menschen denken, dass Trading mit einer guten Strategie der Schlüssel zum Erfolg ist. Ich sage dir, aus meinen persönlichen Erfahrungen, dass ist ein großer Irrtum. Die Strategie bzw. ein gutes Handelssystem spielt beim Traden nur eine kleine Rolle. Klar ist Sie wichtig und ein Bestandteil, aber der Erfolg fängt ganz woanders an!

Ursprung des Versagens:

Lass mich dir eine kurze Geschichte aus meinem Leben erzählen. Auch ich habe in der Vergangenheit viel Lehrgeld zahlen müssen und musste am eigenen Körper erfahren, wie grausam es ist wenn man sein Trading Konto erdet und gegen die Wand fährt.

Ich habe mir immer wieder die Fragen gestellt, was den erfolgreichen Trader von mir unterscheidet und was ich falsch mache.

Zunächst habe ich die Antworten auf diese Fragen auf meine Trading Strategien zurückgeführt. Waren meine Techniken schlecht? War die Charttechnik wie ich sie angewendet hatte schuld an meinem Versagen?

Also probierte ich alles aus was ich im Internet finden konnte, von verschiedenen Templates über das Volumen Trading, bis hin zur Pivot und der Trendfolgestrategie. Ich versuchte die best möglichen Techniken in der Praxis anzuwenden und tüftelte Monatelang an dem perfekten Trading Setup.

Doch trotz der massiven Weiterbildungen im Bereich der Charttechnik waren die Erfolge immer nur von kurzer Zeit. Es war zum Mäuse melken!

Der Beginn der Verwandlung:

Ich war mir so sicher, dass ich über das maximale Wissen verfügte, von EMA bis zu den Fibonacci Retracements, über Stochastik oder den Bollinger Bands. Trotz des riesigen Erfahrungsschatzes stand ich mal wieder bei 0. Das nächste Konto musste dran glauben!

Vielleicht erkennst du dich in dieser Geschichte sogar wieder? Wenn du dich damit identifizieren kannst ist dieser Ratgeber für dich wohl wie ein 6er im Lotto. Falls du noch am Anfang deiner Trader Karriere stehst, wirst du dir vermutlich sehr viel Lehrgeld sparen. Deshalb war die Entscheidung dieses Komplett Paket inklusive diesem Ebook anzufordern, definitiv die Richtige!

Ok, machen wir da weiter wo ich aufgehört habe. Wieder einmal musste ich mir eine Niederlage eingestehen und unweigerlich feststellen, dass sich meine psychologische Verfassung auch auf meinen Körper negativ auswirkte.

Durch die Verluste resignierte mein Körper im wahrsten Sinne des Wortes. Ich baute sichtbar ab und habe innerhalb kurzer Zeit viel Gewicht verloren. Warum? Weil ich beim Gedanken an meine Verluste den Appetit völlig verlor.

Es war für mich eine schlimme Erfahrung festzustellen, dass all meine Fortbildungen im Bereich der Charttechnischen Analyse keine Früchte trugen. Allmählich zweifelte ich das komplette System an.

Ich verurteilte alles und jeden und war irgendwann der Überzeugung, dass Trading ein riesiges Glücksspiel sein musste, bei dem der Broker am Ende immer gewinnt.

Selbstzweifen & Opferrolle

So vergingen die Tage und ich litt unter massiven Selbstzweifeln, was auch meine herzallerliebste Frau bemerkte. Die Schuld für mein Versagen bei mir selber zu suchen, kam mir zu diesem Zeitpunkt gar nicht mehr in den Sinn.

Einzig mein kleiner Sohn schaffte es mich zu Weilen aus meinem Tief herauszuholen und Freude zu empfinden. Dennoch hörte ich nicht auf, mir immer wieder Fragen zu stellen.
Was ich falsch gemacht haben könnte oder wo denn nun schlussendlich der Schlüssel zum Erfolg lag.

Erfolgreiche Trader wie Birger Schäfer Meier oder Koko Petkov hatten es doch schließlich auch geschafft durch das Trading finanzielle Freiheit zu erlangen. Sollte die Kunst des Tradings also nur Denen vorbehalten sein? Was machten die Experten besser oder anders als ich.

Das Thema Trading war für mich also immer noch nicht vom Tisch und mein Ehrgeiz, den ich wohl meinem Vater zu verdanken hatte, sorgte dafür, dass ich meinen Fokus eines Tages auf andere Bahnen

lenkte. Ich musste eingestehen, dass ich mich in eine Opferrolle begeben hatte und dem System die Schuld für mein Versagen in die Schuhe schob. Die Selbsterkenntnis die Fehler bei sich zu suchen, kam mir erst, als ich mich endlich mit dem wohl wichtigsten Thema beschäftigte, die Persönlichkeitsentwicklung.

Aufbruch zu neuen Ufern

So entschloss ich mich, die Vergangenheit hinter mir zu lassen und mich aus der Opferrolle hinaus zu boxen. Ich selber bin verantwortlich für mein Leben im Hier und Jetzt und niemand anders. Wenn ich mich in die Opferrolle begebe und anderen die Schuld für meinen Zustand oder mein Versagen in die Schuhe schiebe, gebe ich die Kontrolle über mein eigenes Leben aus der Hand.

Ich lernte, dass ich die Vergangenheit loslassen muss und egal wie schlimm die Erfahrungen auch waren, die eigene Verantwortung für all mein Handeln und mein Leben sollte von nun an in meinen Händen liegen.

Durch das Gesetz der Selbstvergebung konnte ich inneren Frieden schließen. Es gelang mir den Blickwinkel auf meine Verluste zu ändern und die Erfahrungen als sinnvoll und positiv zu bewerten. Ich betrachtete meine Erfahrungen als einen großen Schatz, den Erfahrungsschatz.

Egal welche Erfahrungen ich in meinem Leben gemacht hatte, ob negativ oder positiv, sie alle führten schlussendlich dazu, dass ich der bin, der ich heute sein kann.

Und mal ehrlich, jeder von uns läuft doch mit einem Rucksack voller alter Wunden und Ballast durch die Gegend. Egal ob es schlechte Kindheitserfahrungen, Wut auf eine Person, oder auf eine Sache. Fakt ist, dass dieser Rucksack unglaublich einengt und dazu führt, dass wir nie wirklich glücklich sein können.

Also entschloss ich mich dazu mein Selbstmitleid abzulegen und Dankbar zu sein, für alle Erfahrungen die ich jemals machte, denn Sie hatten meinen Erfahrungsschatz bereichert und wertvoller gemacht.

Um inneren Frieden zu finden, wollte ich den Rucksack voller Hass und Zorn nicht länger mit mir herumtragen und habe mich dazu entschlossen nicht nur mir selber für mein Handeln aus der Vergangenheit zu vergeben, sondern auch meinem ganzen Umfeld. Menschen zu vergeben, die mir Leid angetan hatten, war so unglaublich befreiend.

Mit der Vergebung habe ich mich aus der Opferrolle begeben und war endlich Frei in meinem Handeln und in der Gegenwart angekommen.

Meine gelernten Techniken und Trading Strategien stellte ich also erst mal hinten an und widmete mich von nun an vollständig meiner eigenen Person.

Festzustellen, wie das Gehirn funktioniert, warum wir Denken, wie wir Denken und welche Gefühle immer wieder dafür sorgten, dass ich im Trading die Kontrolle verlor, waren mit Abstand die besten Fragen, die ich mir jemals stellen konnte.

Heutzutage kann ich mit Stolz behaupten, dass die persönliche Weiterentwicklung und mein Mindset der Grund sind, warum ich endlich vom Trading leben kann. Es waren nicht die tollen und ausgefeilten Strategien die ich nutzte, nein. Es war mein Mindset, dass ausschlaggebend für meinen Erfolg war.

Sicher wirst du dich jetzt fragen, wie mir die Transformation zum „Higher Self" (Höheres Ich) gelungen ist. Den inneren Frieden zu spüren, durch die Macht der Vergebung und den ständigen Krieg mit der Vergangenheit ein für alle Mal zu beenden, waren nur der Anfang meiner Persönlichkeitsentwicklung.

Wenn du bis hierhin gelesen hast, hast du alles richtig gemacht. Denn jetzt wirst du exakt die Dinge an die Hand bekommen, die in meinem Trading den Unterschied ausgemacht haben. Zunächst ein mal sollten wir aber noch kurz darüber sprechen, warum die psychische Verfassung eine so große Rolle beim Trading spielt.

Es ist eigentlich relativ einfach, wenn du ausgeschlafen, fit, motiviert und glücklich mit deinem Leben bist, wirst du bessere Entscheidungen treffen können.

Wenn du deine Gefühle zu kontrollieren weißt, wenn du die Gier in Zorn hältst und wenn du diszipliniert bist, wirst du zwangsläufig bessere Trading Ergebnisse erzielen.

Früher war ich oft genervt, nahezu frustriert, antriebslos und unmotiviert! Dieser emotionale Zustand sorgt dafür, dass du Entscheidungen triffst die katastrophale Auswirkungen auf dein Trading haben können. Immer wieder bin ich Morgens aufgestanden und habe nur noch daran gedacht meine Verluste vom Vortag wieder rein zu holen und dabei die pure Antriebslosigkeit verspürt. Trading machte mir kein Spaß mehr, sondern ich sah es als einen Zwang um meinen finanziellen Engpass den Kampf anzusagen.

Eine völlige Katastrophe wie sich herausgestellt hatte. Um die Karten für dein Mindset also neu zu mischen, damit du zukünftig mit einer Leichtigkeit durchs Leben gehen kannst müssen wir zunächst einen Blick auf das menschliche Gehirn werfen.

Ursprung der Gefühle

Einige Menschen denken, dass man mit schlechten Gefühlen und negativen Emotionen aufwacht. Getreu dem Motto „Mir muss es doch Scheisse gehen, weil die ganze Welt sich gegen mich verschworen hat". Tatsächlich sind Gefühle aber nicht einfach da!

Sondern sie entstehen durch unsere Gedanken. Du denkst dir muss es schlecht gehen? Dann wird es dir zwangsläufig schlecht gehen. Was du denkst, lässt Gefühle entstehen und nicht anders rum.

Das einmal begriffen zu haben öffnete mir die Türen zu einem völlig neuen Ich.

Im Alltag ist es so, dass wir völlig automatisch und unterbewusst innerhalb von Sekunden Entscheidungen treffen. Wir fangen Reize von Außen ein und geben dem eine Bedeutung. Daran machen wir oft unseren Gefühlszustand fest. Erst wenn wir anfangen bewusst über unsere Gedanken nachzudenken, können wir auch in vielleicht aussichtslosen Situationen eine richtige Entscheidung treffen.

Grundvoraussetzung dafür, dass du deine Gefühle zu kontrollieren lernst, ist das Hormon Serotonin. Dieses wird automatisch in unserem Gehirn produziert und ist dafür zuständig dass du dich motiviert, frisch und glücklich fühlen kannst.

Es ist die Grundvoraussetzung für ein zufriedenes Gefühl in dir. Ich habe mir die Frage gestellt, ob mein Serotonin Spiegel vielleicht zu niedrig ist. Und ich mich deshalb immer so antriebslos und gereizt gefühlt habe.

Meine Recherchen brachten mich auf den Werkstoff Thryptopan. Dieser Wirkstoff ist eine Aminosäure und stammt aus Eiweiß. Damit Serotonin entstehen kann muss dem Körper Thryptopan zugeführt werden.

Die Aminosäure ist in einigen Lebensmitteln vorhanden, wie beispielsweise Banane, Eier oder Schweinefleisch und Fisch.
Eine gute Ernährung ist also für dein Wohlbefinden unermesslich.
Ich trinke seit 3 Jahren jeden Morgen einen Molke - Eiweiss Shake zum Frühstück, um meinen Serotonin Pegel gezielt zu erhöhen.

Damit habe ich die Gleise nach dem Aufstehen schon mal auf Zufriedenheit gestellt. Doch neben Serotonin musst du ein weiteres Hormon aktivieren um die vollkommene Glückseligkeit in dir zu spüren, Dopamin. Dopamin ist das Hormon was der Körper ausschüttet, wenn du dich selber belohnst oder du von Außen eine Belohnung erhältst. Mann nennt es auch das Hormon des Lächelns.

Unsere Aufgabe muss also darin bestehen Rituale in dein tägliches Leben einzubinden die dich Stolz und Selbstbewusst machen. Wenn du eine Aufgabe meisterst belohnst du dich automatisch! Folglich wird Dopamin ausgeschüttet und du fühlst dich in dem Moment zufrieden und glücklich. Genau in diesen Zustand kannst du dich selber bringen in dem du dir Tagesziele setzt.

Das Erreichen von Zielen und der Stolz den du daraus erntest ist dass was dich in einen Zustand der Glückseligkeit versetzt und unserem Leben einen Sinn verleiht. Und genau dieses Empfinden gilt es aufzubauen, bevor du dich ins Trading stürzt.

Ich persönlich mache dafür Sport. Sport erzeugt Energie und wenn ich meinen inneren Schweinehund überwinde , kann ich stolz auf mich sein wenn ich mein Morgenritual durchgezogen habe.

Die Energie, die beim Sport freigesetzt wird, wirkt sich auch auf das allgemeine Wohlbefinden aus. Man fühlt sich einfach fitter, ausgeschlafen und belastbarer.

Es ist ganz einfach. Dein Körper ist dein Werkzeug und wenn dieser nicht belastbar ist, kann es deine Psyche auch nicht sein. Oder nur zu einem kleinen Teil. Die eigentliche schöpferische Kraft in jedem von uns wird erst entfacht wenn du mit deinem Körper im Einklang bist.

Soweit so gut, wir haben damit die Grundlagen für ein erfolgreiches Trading geschaffen. Aber damit du wirklich Herr deiner Sinne bist, musst du während einer Trading Session deine Denkmuster lernen zu kontrollieren. Gier, Wut und Unwohlsein haben beim Traden absolut keinen Platz. Und ich spreche hier aus Erfahrung!

Du wirst zwangsläufig beim Traden mit schwierigen Situationen konfrontiert, in denen du clevere und gute Entscheidungen treffen musst. Damit dir das gelingt musst du bewusst Denken und darfst dir keine unterbewussten Kurzschlussreaktionen erlauben. Auch hier habe ich mit den Jahren eine Technik entwickelt die mir geholfen hat meine Denkmuster zu durchbrechen.

Gedanken wie „Ich muss jetzt nachsetzen oder wie kann ich den Verlust jetzt ganz schnell wieder rausholen“, müssen am Schopfe gepackt werden und sofort aus deinen Gedanken verschwinden.

Gute Entscheidungen treffen

Wie also solltest du in so einer Situation reagieren um nicht die Kontrolle über dein Handeln zu verlieren? Unterbreche das Denkmuster abrupt und setze dich selber in einen zufriedenen Zustand, egal wie böse der Markt es gerade mit dir meint. Lehne dich zurück und nehme 3 tiefe Atemzüge und konzentriere dich nur auf deine Atmung.

Egal wie schlimm die Situation im ersten Moment auch scheint, durch die bewusste Atmung wirst du schlagartig wieder Energie tanken.

Im zweiten Schritt musst du ein Lächeln aufsetzen. Ja das klingt jetzt bestimmt ein Wenig kontrovers. Aber durch das Lächeln drückt deine Wangen Muskulatur auf einen Nerv und dieser Nerv wiederum signalisiert dem Gehirn Dopamin auszuschütten.

Wenn du das Ganze 30 Sekunden lang machst in Kombination mit der bewussten Atmung, wirst du in der Lage sein deine Gedanken bewusst zu steuern.

Nun bist du dazu in der Lage wieder positive Gedanken in dir zu erwecken und eine gute Entscheidung zu treffen. Rückblickend ertappte ich mich immer wieder, dass ich aufgrund meiner negativen Einstellungen und dämlichen Kurzschlussreaktionen immer meine Trading Strategien missachtet habe.

Der Hauptgrund für mein Versagen war also nicht mein Trading Setup und wie ich meine Trades absetzte, sondern wie ich unter Stress damit umging.

Ich hatte schlicht weg nicht die Disziplin und nicht die bewusste Selbstkontrolle über meine Gefühle, was dafür sorgte dass ich meine Strategien nie komplett durchgezogen hatte. Immer wieder bin ich von meinem Handelssystem abgewichen und das war der größte Fehler, wie sich im Nachhinein herausstellte.

Diszipliniert durchs Leben

Auch zum Thema Disziplin möchte ich dir noch kurz einen guten Tipp verraten der mir sehr geholfen hat meine Ziele zu erreichen und nie aufzugeben. Disziplin kannst du dir vorstellen wie einen Muskel. Den Disziplinmuskel wie ich ihn gerne nenne, können wir trainieren.

Aber du musst klein anfangen. Niemand geht in ein Fittnesstudio und drückt auf Anhieb die 100 Kilo beim Bankdrücken. So ähnlich kannst du es dir bei der Disziplin auch vorstellen. Fange also klein an und nehme dir zum Beispiel vor, dass du ab heute jeden Tag einen Apfel isst.

Wenn du dir dieses Tagesziel vornimmst und das Ganze 28 Tage lang durchziehst, wird daraus eine Gewohnheit. Gleichzeitig ist dein Disziplinmuskel gewachsen,

denn du hast eine neue Tätigkeit immer wieder bewusst ausgeführt und nebenbei noch was Gutes für deine Gesundheit getan.

Abschließend möchte ich dir sagen, dass deine Gefühle ihren Ursprung immer in deinen Gedanken finden. Für dein Leben bedeutet das, dass du zukünftig mit offenem Bewusstsein bessere Entscheidungen treffen kannst.

Du kannst Denkmuster durchbrechen in dem du der Situation oder dem Reiz von Außen einfach eine andere Bewertung gibst.
Im Klartext heißt dass, bevor du voreilige Entscheidungen triffst, denke bewusst darüber nach und stelle dir die richtigen Fragen. Fragen haben eine unglaubliche Macht auf dich und dein ganzes Leben.

Gute Fragen sind z.B.: Was kann ich an der Situation jetzt besser machen? Wie sollte ich jetzt am besten vorgehen damit ich kein Schiffbruch erleide. Du kannst dieses bewusste Spielen mit deinen Gedanken aber keinesfalls nur auf das Trading anwenden, sondern auch in dein zukünftiges Leben integrieren.

Die mächtigste Waffe von uns Allen ist die Entscheidung. Und Entscheidungen kann man bewusst oder unterbewusst treffen. Doch beim Traden wirst du ab heute deine Gedanken auf Erfolg lenken und was bedeutet das für dich?

Dass du von deiner Strategie nie wieder abweichst, du wirst dich akribisch an gelernte Taktiken halten und dadurch endlich zum erfolgreichen Trader.

Schlusswort

Ich hoffe es ist mir gelungen dir für deine Zukunft ein Lächeln mehr aufs Gesicht zu zaubern und dein Leben, sowie deine Gedanken zukünftig bewusster wahrzunehmen. Wenn du deinen Serotonin Haushalt durch bewusste Ernährung aufrecht erhältst und deinen Dopamin Level durch das Erreichen von Zielen gezielt erhöhst, wird sich deine komplette Lebensqualität zukünftig verbessern.

Die Folge ist ein größeres Selbstvertrauen und innere Zufriedenheit, was für dein zukünftiges Leben einen enorm Wert hat und große Auswirkungen auf dein Trading haben wird. Denn nur wer Glücklich und Zufrieden durchs Leben geht, wird die Macht der Entscheidung für sich nutzen können.

Beste Trading Erfolge und herzliche Grüße
dein Chris vom Team TradingWelt

Besuche uns doch mal auf www.tradingwelt.de
Dort verkünden wir regelmäßig brandheiße Tipps, damit deine Trading Strategie genauso erfolgreich ist wie dein Mindset!