

Dr. Raimund
Schriek

DU BIST TRADER!

Wie du trotz Fiskus, Fast Food und
Finanzentertainment erfolgreich wirst

FBV

INHALT

Einleitung	11
1 Geld persönlich nehmen	15
1.1 Erzählen Sie Ihre Geldgeschichte	15
1.2 Trader sind die gegenwärtigen Anleger	18
1.3 Vom Trading verführt	28
1.4 Nachdem sich Eizelle und Sperma gefunden haben	31
1.5 Spieglein, Spieglein an der Wand	41
1.5.1 Fünf Persönlichkeitsmerkmale	43
1.5.2 Typen sind Mangelware	64
1.5.3 Top-Team in Bestbesetzung mit neun Rollen	74
1.6 Finanzmärkte als Trading- und Trader-Coach	82
2 Risiken begrenzen und Ziele erreichen	84
2.1 Entwickeln Sie Risikobewusstsein	86
2.2 Risiken sind im Paket inbegriffen	90
2.2.1 Pläne sind persönlich	90
2.2.2 Besser mit Strategie	98
2.2.3 Ihr Tagebuch merkt sich alles	106
2.3 Sie sind Ihr persönliches Risiko	122
2.4 Kostspielige Fettnäpfchen	125
2.5 Ziel anpeilen und ins Schwarze treffen	144
2.6 Strategie- oder Gelegenheits-Trader?	149

3 Empirische Verhaltensforschung	153
3.1 Mitläufer, Psychopathen und fünf weitere Geldverlierer	154
3.2 Wonach suchen Geldverlierer?	166
3.3 Warum Trading süchtig machen kann	169
3.4 Mannomann!	172
3.5 Reich durch Transformation	175
4 Gefühle und Emotionen bändigen	182
4.1 Von Gefühlen beherrscht	183
4.2 Trader stehen nicht zur Disposition	193
4.3 Entscheidungsverhalten	196
4.4 Trading-Ergebnisse verstärken Gefühle	200
4.5 Angst, Trauer und Wut	211
5 Weniger Gedanken machen	213
5.1 Lernen hat Methode	213
5.2 Denken hat seinen Preis	217
5.3 Grenzenloser Glaube	222
5.4 Enttäuschte Erwartungen	226
5.5 Nährende Kommunikation betreiben	228
5.6 Futter fürs Gehirn	233
5.7 Körper und Geist entspannen	239
6 Finanzinformationen und Zeit sind relativ	245
6.1 Finanzentertainment ist Mindfuck	245
6.2 Trading als Floh-Erfahrung	248
6.3 Wahrnehmen und loslassen	250
6.4 Zeitbewusstsein	254
6.4.1 Rhythmus in Ihrer Zeit	254
6.4.2 Handelszeiten: Ihre und die der Märkte	258
6.4.3 Haltedauer Ihrer Trades	261
6.4.4 Trading ist langweilig	265

7 Entwicklung durch Trading	267
7.1 Herzhaft traden	267
7.1.1 Weniger sympathisch kommt besser	267
7.1.2 Trading mit offenem Herzen und starker Leber	272
7.1.3 Herzschlagwahrnehmung steigert die Ertragskraft	274
7.1.4 Herzintelligenz entdecken und nutzen	275
7.2 Trading ist Flow-Erfahrung	277
7.3 Du bist Trader!	283
8 Verzeichnisse	289
8.1 Personen	289
8.2 Stichworte	290
8.3 Abbildungen	291
9 Über den Autor	293
10 Danksagung	295

Daneben führen auch die von Arbeitgebern tagsüber vorgegebenen Beschäftigungszeiten dazu, dass viele Menschen teilweise gegen ihren Rhythmus leben. Dadurch schaden sie sich selbst. Umso wichtiger ist es für Trader, die persönlichen Rhythmen zu berücksichtigen und dem Trading an sich einen Rhythmus zu geben. Wiederholungen können der Anfang von guten Gewohnheiten sein. Der Vorbereitung auf die Trading-Praxis messen viele keine große Bedeutung bei. Meine Trading-Praxis wird mit einer Achtsamkeitsübung eingeläutet. Daneben befinden sich ein Glas und eine Karaffe mit Wasser in Griffweite. Eine brennende weiße Kerze unterstützt mein Gefühl von innerer Ruhe.

Ein rhythmisches und ausgewogenes Verhältnis von aktiven und passiven Prozessen ist Ihrer Leistung förderlich und sorgt auf der körperlichen Ebene für stabile physiologische Funktionen und eine erhöhte Widerstandskraft.

- ▶ Kennst du deinen persönlichen Rhythmus?
- ▶ Lebst du in deinem persönlichen Rhythmus?
- ▶ Wenn ja, beschreibe deinen persönlichen Rhythmus.
- ▶ Wenn nein, warum lebst du nicht in deinem Rhythmus?
- ▶ Wann bist du am leistungsfähigsten, wann am konzentriertesten?
- ▶ Wann entspannst, wann schläfst du besonders gut?



Personal-Trader-Coaching: *Lebst du in deinem persönlichen Rhythmus? Weitere Aufgabe in Kapitel 6.4.2.*



Exkurs

Traden nach Namen, Zahlen und rhythmischen Zusammenhängen

Was ist Numerologie? Wie oft höre ich: »Numerologie, das ist doch so etwas wie Astrologie, oder?« Ganz so stimmt es natürlich nicht. Numerologie hat mit Zahlen und Buchstaben zu tun, keineswegs mit Planetenkonstellationen.

Numerologie ist eine Wissenschaft, die **Geburtszahlen, Namen** und **rhythmische Zusammenhänge** untersucht und Ihnen eine weitere Möglichkeit aufzeigt, Ihre Qualitäten zu erkennen. Letztlich geht es darum, dass Sie sich Ihrer Eigenschaften bewusst werden und damit die Voraussetzung schaffen, zu handeln, anstatt zu reagieren oder nur der Zuschauer Ihres Lebens zu sein.

Die Wiege der Zahlensymbolik liegt in Indien. Bereits vor Tausenden von Jahren verwendeten die Inder ein System aus zehn Symbolen. Grundlage der heutigen Numerologie ist vermutlich die Kabbala, wonach Orte, Zeiten und Namen in die höchste aller bekannten Ordnungen aufgelöst werden können: die Zahlen. Zahlen sind Energieträger. Sie werden in gerade und ungerade unterschieden. In einem Geburtsdatum können nicht alle Zahlen vorkommen, manche fehlen und andere sind vielleicht sogar mehrfach vertreten.



Mit Namen verhält es sich ähnlich. Sie wirken wie eine Visitenkarte und oftmals sind sie auch eine Eintrittskarte. In der Namensnumerologie gibt es für die 26 Buchstaben des deutschen Alphabets verschiedene Zuordnungssysteme. Das einfachste lautet: A = 1, B = 2, C = 3, ... Numerologen arbeiten vielfach mit reduzierten Zahlen. So werden die Zahlen von null bis neun genannt. Sie bilden also so lange die Quersumme, bis Sie zu einer einstelligen Zahl gelangen. Z, der 26ste Buchstabe, entspricht also einer 8 (2 + 6).

Neben den vielleicht für Sie gewöhnungsbedürftigen Rechnungen, spielen natürlich auch der Klang und die Bedeutung eines Namens eine Rolle. Numerologie ist einfach – es gibt keine komplizierten Berechnungen. Alles, was Sie tun müssen, um zu erkennen, welche Ihre Zahlen sind, ist Addieren und manchmal auch Subtrahieren. Kombinationen aus Zahlen und Buchstaben führen zu verschiedenen aussagekräftigen Zahlen: die **Lebenszahl** (Quersumme des Geburtsdatums), die **Schicksalszahl** (Zahl aus Ihrem Namen), die **Zahl der Herausforderung** (Zahl der Buchstaben des vollständigen Namens).

Numerologische Systeme, Bedeutung von Zahlen

Numerologische Systeme werden bei Personalauswahlverfahren, beim Zusammenstellen von Teams, bei der Berufswahl, in der Partner- und Lebensberatung und bei der Namensfindung eingesetzt. Lebensthemen und Energiebilder können durch den Einsatz verschiedener numerologischer Systeme aufgespürt werden. Beispiele sind die Numerologie von Geburtszahlen, die Namensnumerologie, die Kabbala, die Spirituelle Numerologie oder die Primzahlennumerologie.

Zahlen beschreiben Ihre Persönlichkeit und Eigenschaften. Numerologie ist eine faszinierende Art, etwas über sich selbst in Erfahrung zu bringen. Weitere Informationen zur Bedeutung von Zahlen oder zur Häufigkeit von Buchstaben finden Sie unter www.raimundschriek.com/numerologie.

Numerologie und Rhythmik an den Finanzmärkten

Rhythmus bezeichnet viele regelmäßige Abfolgen von Mustern. Das können Jahreszeiten, Tag und Nacht oder der Biorhythmus sein. Bei wirtschaftlichen Zusammenhängen wird in der Regel von Zyklen gesprochen: Saisonale Schwankungen (ca. drei Monate,

den Jahreszeiten vergleichbar), konjunkturelle Schwankungen (ca. vier Jahre) und strukturelle Schwankungen (40 bis 60 Jahre, Kondratieff-Zyklen). Numerologie und Rhythmik sind auch an den Finanzmärkten festzustellen, dazu einige Beispiele:

Sell in May and go away: Saisonalität gilt als mittelfristiger Indikator, dem oft Fundamentaldaten zugrunde liegen. Investoren können Saisonalität zumindest beim Kaufzeitpunkt berücksichtigen. Bouman und Jacobsen (2002) zeigten, dass »Sell in May and go away« in 36 von 37 Märkten Sinn machte. In der Periode von November bis April wurden durchschnittlich höhere Renditen erwirtschaftet als von Mai bis Oktober, ein Effekt, den Sie auch bei Williams (2005) beschrieben finden.

Jahresendzahlrhythmik: Folgen die Märkte einer 10-Jahres-Rhythmik? In Jahren mit der Endzahl fünf (1905, 1915, 1925 ...) wurden im 20. Jahrhundert zum Beispiel im S&P 500 überdurchschnittliche Renditen erzielt (Williams 2005). Jahre mit der Endzahl acht oder neun gehörten auch zu den ertragreicheren, wohingegen 7er- oder 0er-Jahre im Durchschnitt Verluste brachten. Die Frage ist, ob sich diese Rhythmik auch im 21. Jahrhundert durchsetzen wird, da in diesem Jahrhundert Analytik und Rationalität eine weniger wichtige Rolle einnehmen werden. Grund dafür könnte die veränderte Jahrhundertzahl von 19 auf 20 sein.

Effekt des Namens eines Unternehmens: Der Name einer Firma ist oft auch »Programm«. Untersuchungen zu Zeiten des Internetbooms Ende der 1990er-Jahre belegen, dass Namensänderungen in einen »Dotcom«-Namen zu langfristigen Höherbewertungen führten. Diese waren unabhängig davon, ob das Unternehmen in der Internet-Branche tätig war (Cooper et al. 2001). Die Untersuchung von 64 Schweizer Firmennamen belegt ebenfalls: »Nomen est omen!« Namen haben großen Einfluss auf Kauf- und Verkaufsentscheidungen. Bei einem Börsengang z. B. führen »schöne« Firmennamen nicht nur zu einem sehr hohen ersten Kurs, sondern auch zu außergewöhnlichen Kurssteigerungen in den ersten zehn Tagen (Pensa 2006).

Weitere Beispiele zur Numerologie sind die Anwendungen der **Fibonacci-Zahlenreihe** (0, 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13, 21, 34, 55, 89 ...) bei der Entschlüsselung der Struktur von Kursbewegungen (**Elliott-Wellen-Theorie**) oder bei der Kurszielbestimmung.

Literatur

Bouman, S.; Jacobsen, B.: The Halloween indicator, »Sell in May and go away«: Another puzzle. *The American Economic Review* 92, 2002, 1618–1635

Cooper, M. J. et al.: A rose.com by any other name. *The Journal of Finance* 56, 2001, 2371–2388

Jacobi, E.: Das Praxisbuch Numerologie: Was die Geburtsdaten über die Persönlichkeit und den Lebensweg aussagen. Ludwig 2003

Pensa, P.: Nomen est omen: How company names influence short- and long-run stock market performance. Working paper, ideas.repec.org, 2006

Prechter, R.; Frost, A. J.: Das Elliott-Wellen-Prinzip: Schlüssel für Gewinne am Markt. FinanzBuch 2003

Williams, L.: Die richtige Aktie zur richtigen Zeit. Börsenmedien 2005