

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



Exkurs

Wie Energien in Familiensystemen fließen

Menschen sind über das morphogenetische Feld verbunden. Seit fast zwei Jahrzehnten befasse ich mich mit den Themen Energiefelder, Aufstellungsarbeit und rhythmische Zusammenhänge. Manchmal werde ich gefragt: »Warum beschäftigst du dich überhaupt damit?« Meine Antwort darauf ist: Manche Fragen, die Vergangenes betrafen, wurden nicht zufriedenstellend beantwortet. Das motivierte mich, Antworten zu finden, um Klarheit zu gewinnen. Gerade die damaligen Zusammenhänge waren für mich interessant, weil sie geholfen haben, frei und glücklich zu leben. Dafür ist es notwendig, dass Energien in Familiensystemen fließen können.



Im Sommer 2006 haben die Osteopatin **Tina Knicky** und ich die Grundlagen für das Folgende erarbeitet, was wir im Laufe der Jahre immer wieder geprüft und erweitert haben. Wir bemerkten, dass sich die Eigenschaften von Großeltern vor allem durch die Enkel erneut ausdrückten. Teilweise konnten wir auch aufgrund einer Eigenschaft meiner Cousins und Cousinen auf weitere Eigenschaften eines Großelternteils schließen. Interessant war, dass sich auch die Haltung zum Leben, die Art zu kommunizieren oder Verhaltensweisen wiederholten. Wir stellten fest, dass dieses »Familienspiel« nach bestimmten Regeln erfolgte:

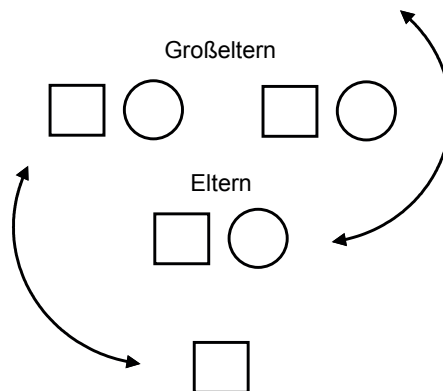


Abb. 4.7: Energiefluss im systemischen Familienfeld: Kreis = Frau, Quadrat = Mann, Pfeil = Energiefluss zwischen Familienmitgliedern

Die Abbildung 4.7 zeigt das einfachste Familiensystem. Von unten ausgehend, sehen Sie also einen Jungen, mit einem Elternpaar in der Mitte. Oben sind die Großeltern ab-

gebildet, links die Eltern vom Vater und rechts von der Mutter. Die Pfeile zeigen die Energieflüsse im Familiensystem an. Dabei sind die Generationen Enkel/Großeltern und Eltern/Urgroßeltern (die nicht eingezeichnet sind) miteinander verbunden.

Bestenfalls fließt die Energie von oben nach unten, also von den Großeltern zu den Enkeln. Das ist in Mitteleuropa vor allem bei den Generationen, die an den Weltkriegen beteiligt waren oder unter den unmittelbaren Kriegsfolgen zu leiden hatten, selten der Fall. Die Großelterngeneration war mit der Verarbeitung der Ereignisse überfordert. Daher herrschen meistens **umgekehrte Verhältnisse**. Das brachte die jüngere Generation (Enkelgeneration) in eine Zwangslage. Sie wuchsen in Familiensystemen auf, in denen sie die Großeltern mit Energie versorgten. Sie versuchten, das Leid zu mindern und zur Klärung und Wiederherstellung des natürlichen Energieflusses beizutragen. Dazu fehlte ihnen oft der Zugang zu den entscheidenden Informationen, Erlebnissen und Geschehnissen, die zu diesem Zustand geführt hatten. Viele Großeltern hatten diese auch verdrängt. Die jüngere Generation lebte also mit einer familiären Last, und die Energie floss somit falsch herum. Stellen Sie sich einen Bach vor, der versucht bergauf zu fließen.

Diese Situation hat sich glücklicherweise in den letzten Jahren entscheidend verändert, weil das Ende des letzten Weltkriegs mittlerweile mehr als 70 Jahre zurückliegt und vor allem die Kriegsenkel viel zur Klärung beigetragen haben.

Aufgaben von Eltern / Großeltern

Eltern nehmen sich in Bezug auf ihre Kinder oft zu wichtig. Ihre wesentlichen Aufgaben liegen darin, die Versorgung der Kinder zu gewährleisten und ihre Grundbedürfnisse zu befriedigen. Ich schreibe das bewusst so, um die Aufgaben von Eltern und Großeltern gegeneinander abzugrenzen. Die Großeltern liefern die Themen und Aufgaben, die sie bestenfalls gemeinsam mit den Enkeln bearbeiten. Diese werden im Kontext der jeweiligen Zeit bearbeitet. Wenn z. B. früher Mord eine Rolle spielte, ist das verwandte Thema heutzutage vielleicht Mobbing, da wir glücklicherweise in Mitteleuropa zumindest äußerlich in friedlicheren Zeiten leben.

In manchem von uns tobt ein innerer Krieg, der auch zerstörerisch sein kann und die Erinnerung an früher wach hält. Daher ist es für Trader umso wichtiger, glückliche innere und äußere Lebensumstände herzustellen. Trader im Kampfmodus riskieren ihr Konto, weil ihr Trading teilweise darauf ausgelegt ist, sich mit dem (übermächtigen) Finanzmarkt anzulegen. Das bringt Trader möglicherweise in Kontakt mit persönlichen oder familiären Themen und kann zu sehr tiefen Gefühlen (z. B. Scham, Schuld oder Trauer) und hohen finanziellen Verlusten führen.

Regeln, wie Generationen verknüpft sind

Die Energien fließen auch deshalb über eine Generation hinweg, damit belastete Systeme auch Zeit zur Regenerierung und Entspannung bekommen. Die weiteren Regeln wie Enkel mit ihren Großeltern verbunden sind, sehen Sie in den folgenden Abbildungen. Dabei beschränke ich mich bewusst auf das wesentliche. Die meisten Familiensysteme sind vielschichtiger, allein schon deshalb, weil die Eltern oder Großeltern Geschwister haben.

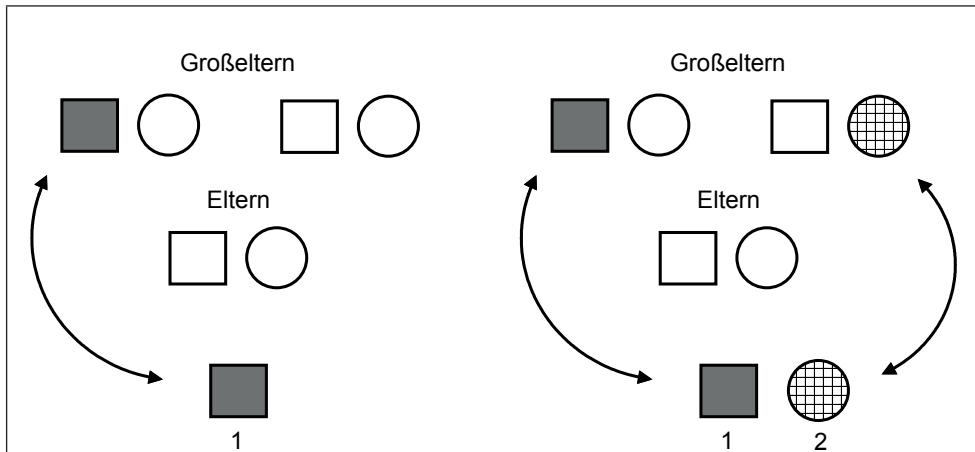


Abb. 4.8: Energiefluss im systemischen Familienfeld: Kreis = Frau, Quadrat = Mann, Pfeil = Energiefluss zwischen Familienmitgliedern

Das erstgeborene Kind ist sehr stark mit den Themen der Großeltern väterlicherseits verbunden. Handelt es sich um einen Enkel sollte die Energie vom Opa kommen, bei Mädchen ist entsprechend eine starke Verbindung mit der Oma gegeben. Das zweite Kind arbeitet im Familiensystem nach gleichen Regeln der Seite der Mutter mit.

Das **erste, dritte, fünfte, ...** Kind führt die Themen der väterlichen Seite fort, das **zweite, vierte, sechste, ...** Kind die der mütterlichen.

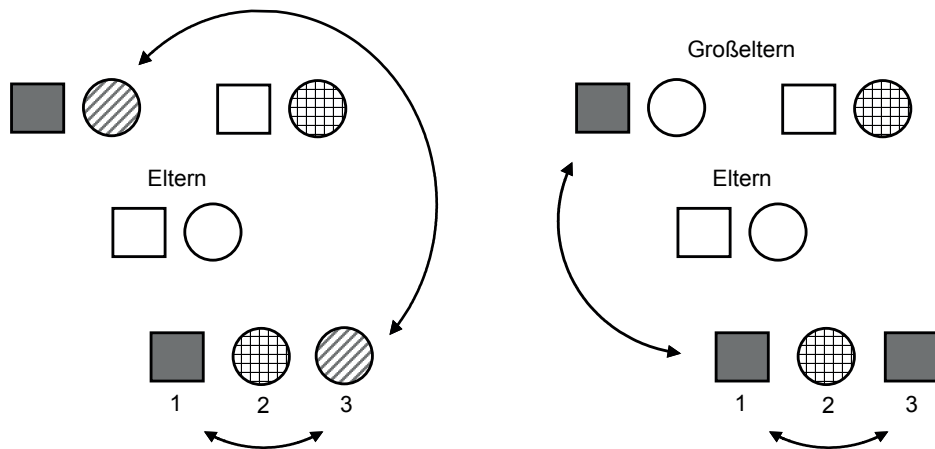


Abb. 4.9: Energiefluss im systemischen Familienfeld: Kreis = Frau, Quadrat = Mann, Pfeil = Energiefluss zwischen Familienmitgliedern

In Abbildung 4.9 sehen Sie, wie die Energie fließt, wenn ein drittes Kind vorhanden ist. Der Übersichtlichkeit halber sind die Pfeile für das erst- und zweitgeborene Kind

weggelassen. Die Zuordnung kann anhand der Farbgebung von Kreisen und Quadraten abgeleitet werden. In der Abbildung links sehen Sie die Verbindung vom drittgeborenen Kind (Mädchen) zur Oma väterlicherseits.

Wenn das Drittgeborene das gleiche Geschlecht wie das erstgeborene Kind hat, sollte es das dritte in der Regel einfacher haben. Das ist vor allem dann so, wenn das Erstgeborene sich um die offenen Themen kümmert. In unbelasteten Systemen kann man starke Beziehungen von Erstgeborenen und Großvater beobachten. Der drittgeborene Bruder hat mehr Freiheit und kann sich persönlichen Themen widmen. Das haben die Dritten im Prinzip den Erstgeborenen zu verdanken.

Die landläufige Meinung, dass es bei drei Kindern das Kind an Position zwei oft schwerer hat, weil es ein Sandwich-Kind ist, teile ich nicht. Das Kind ist dadurch oftmals anders, weil es für die Themen der mütterlichen Seite steht. Damit sind vielfach ganz andere Aufgaben verbunden als die für die Kinder an den Positionen eins und drei.

Wichtige Ergänzungen

1. In der Geschwisterfolge werden auch **Fehl-** oder **Todgeburt** eingezeichnet und mitgezählt.
2. Gelegentlich kommt es auch vor, dass Menschen ein sehr großes Thema (**Lebensthema**) so intensiv verfolgen, dass dieses den Raum eines Kindes einnimmt.
3. In **Partnerschaften, in denen einer oder beide Kinder mitbringen**, übernehmen die gemeinsamen Kinder oft gleichzeitig Aufgaben im Familienfeld von Vater und Mutter. Das liegt z. B. daran, dass sie auf der väterlichen Seite das erstgeborene Kind (Zuordnung Großeltern väterlicherseits), mütterlicherseits aber das zweite Kind (Großeltern mütterlicherseits) sind. Diese Kinder fühlen sich möglicherweise beiden Großvätern (Jungen) oder Großmüttern (Mädchen) stark verbunden. Sie lernen dadurch mehr, haben aber auch ein größeres Aufgabenfeld.
4. Wie verhält es sich, wenn **Zwillinge** geboren werden? Auch da lässt sich zuordnen, wer zuerst geboren wurde, auch wenn es wenige Minuten sind.
5. Was ist, wenn ich meine **Großeltern nicht kennengelernt** habe? Das spielt keine Rolle. Themen werden vor allem auf einer unbewussten Ebene weitergegeben. Sie haben die Wirkung einer Erbschaft, die Sie nicht ausschlagen können.

Die Bedeutung für Trader: Trading und Familie, das ist ein heißes Pflaster. Die Informationen sind im Feld manchmal direkt zugänglich, manchmal auch versteckt. Familiensysteme sind der Ursprung für vieles. Übernommene **Meinungen**, die sich verfestigen und vielleicht irgendwann zu Glaubenssätzen mutieren. Vielleicht kennen Sie den Satz: »Ja, da sieht man, wo der herkommt (oder hingehört).« In diesem Satz steckt neben einer gewissen Abschätzung auch viel Wahrheit.

Daneben sind es vor allem **Gefühle**, die beim Trading eine große Rolle spielen. Trader brauchen ein Bewusstsein dafür, welche Gefühle für Ärger sorgen könnten und über die Finanzmärkte ausgelebt werden. Trading ist bestens geeignet, um aus unterschwelliger Wut in wenigen Sekunden einen tobenden Wüterich zu machen.