

Stichwortverzeichnis

A

Abkürzung
mentale 167
Abwärtsspirale 129
Adrenalin 39, 182
Affirmationen 134–135, 252
entwickeln 136–138
Ambiguitätsaversion
193
Amygdala 198
Anforderungsprofil 66
Angst 80, 219
erkennen 221–222, 228
Folgen 223, 229
verstehen 227
versus Furcht
219–220
Angstzustände 40
Anker 149, 151
Ankerteknik 148–151
anteriore Insula 182
Antriebskraft
innere 69
assoziiert 148
Atemtechnik 140
Bauchatmung 141
bei Angst 141–142
bei Nervosität 142
bei Stress 141–142
bei Unruhe 142
Wechselatmung 142
Augenfixation 118

B

Backtesting 53, 56
Bandbreite 66
Basiskompetenzen 65
Bauchgefühl 48
Beobachterposition 37, 147
Besitztumseffekt 195
Bild-Zeitungs-Syndrom
206
Brainstorming 112
Buchführung
mentale 182

C

Chancenmanagement 76
Chance-Risiko-Verhältnis 251
Chance-Risiko-Verhältnis
CRV 77–78
Charaktereigenschaften 43
Chartanalyse 56, 248
conservatism bias 208
Contrarian Trading 57
Cortisol 182
Cortisolschock 225

D

Demokonto 52, 237
Demut 60, 171, 214
Dispositionseffekt 174
Dissonanz
kognitive 168
Dissonanztheorie 169
dissoziiert 148
Distanz
emotionale 80
Distress 39
Disziplinlosigkeit 35
Dopamin 80
Doubling Down 240
Drawdown 85–88, 127–128

E

edge 56
Ego 59, 238
Eignungsdiagnose 64
Emotion 47–48, 160,
220–221, 252
wahrnehmen 148
endowment bias 195
Entscheidungsfindung
157–158
Entscheidungsprozess 157
Erfahrungswissen 59
Erfolgsblockaden 116
Erfolgsjournal 116
Eustress 39
Evolution 28–29
Expertentum 33

F

Faustregel 167
Fehleranalyse 211, 253
Finanzpresse 166
FOMO 203
Framing-Effekt 189–190
Furcht 219

G

Gedankenmuster
negative 120
Geduld 40
Gefühlsansteckung 202–203
Gehirn
visuell-sensorisches 152
Geld- und Risikomanagement
76
Geschichten 163
Gewinnankündigungsdrift 209
Gewinn-Trade 75
Gewinnziel 76
Gier 47, 82–84
Glaubenssätze 222
falsche 40
Gleichgewicht
emotionales 48
goldener Kreis 99

H

Handelsstrategie 40
Hebb's rule 31
Heiliger Gral 36
Herdenverhalten 197–198,
200–201
Heuristiken 159
hindsight bias 214
Hirnforschung 28
Hirnscanner 29
Home Bias 194
Hypnose 117

I

Imagination 152
Informationsüberfluss
161–162

innerer Dialog 118
 instant gratification 80
 Intuition 48

K

Kampf-Flucht-Reflex 29
 Klumpenrisiko 194
 Kompetenzatlas 68
 Kompetenzausprägungen 66
 Kompetenzen
 Basiskompetenzen 65
 Schlüsselkompetenzen 65
 Kompetenzfelder 33, 65–66
 Kompetenzmodell KODE® 65
 Kompetenzprofil 65
 Konservatismus 208
 Kontrollillusion 64, 212
 Kontrollverlust 39

L

Leistungsformel 64
 limbisches Aversionssystem
 181
 limbisches Belohnungssystem
 83
 limbisches System 47
 Lösungsfokussierung 105

M

Magnetresonanztomografie 29
 Marker
 somatische 58
 Marktanalyse 35, 100, 248
 Markteffizienzhypothese 161
 Martingale-Strategie 176
 mental accounting 182
 mentale Stärke 35–36, 250
 Metaposition 147
 Mindset 1, 32, 247
 Momentum-Effekt 175
 Momentum Trading 57
 Motivation
 intrinsische 62–63, 68–69
 Motivausprägung 70
 Motivkombination 71
 Motivprofil 68–69, 71–72
 MotivStrukturAnalyse MSA®
 69
 Muster
 explizite 56
 implizite 57

schädliche 103
 übergeordnete 103
 unterbrechen 57
 Muster des Gelingens 105, 147
 Mustererkennung 37, 41,
 55–58, 103

N

Nachrichtenflut 205
 Narrative 163
 Netzwerk 111, 113
 Neurofinance 1, 28
 Neuroplastizität 31
 neuronale 31
 synaptische 31
 NLP 44
 Noise 205
 Nucleus accumbens 83

O

optimism bias 216
 Optimismus-Effekt 216–217
 overconfidence bias 215
 Overtrading 65, 129, 239

P

Paper Trading 52–55
 pattern recognition 55
 Pawlow'scher Hund 149
 Persönlichkeitseigenschaften
 33
 Persönlichkeitsentwicklung
 108
 Persönlichkeitsforschung 108
 Persönlichkeitsmerkmale 43
 Positionsmanagement 90
 präfrontaler Cortex 47
 progressive Muskelentspan-
 nung 117
 Prospect-Theorie 181
 Prozessorientierung 27, 32,
 62
 Pyramidisieren 177–180, 252

R

Reaktionsmuster 41
 Realtime-Test 53
 Rechenschaftsbericht 113
 Rechthaberei 170
 Referenzpunkt 187–188
 Reflex 30

Reframing 132
 Regelwerk 60
 Reiz-Reaktions-Muster 29
 Resilienz 42–45, 108
 Resilienzfaktoren 43
 Resilienzforschung 42
 Reueaversion 231–233
 Revenge Trading 129, 239
 Risikoeinstellung
 flexible 188–189
 Risikomanagement 249
 Risikotoleranz 42
 Routinen 54, 247
 Rückschau-Effekt 214–215

S

Schlüsselkompetenzen 65
 Schutzschild
 emotionaler 139
 Schwächen 59–60, 66
 Selbstanalyse 37
 Selbstattribution 213
 Selbstcoaching 115–116, 253
 Selbstdisziplin 40
 selbsterfüllenden Prophezei-
 ung 224
 Selbstgespräch 118
 negatives 119–120, 122
 positives 120, 122
 Selbsthypnose 117–118
 Selbstreflexion 227
 Selbstsabotage 123
 Selbstüberschätzung 43, 215
 Selbstvertrauen 38, 122, 124
 Selbstwahrnehmung
 verzerrte 124
 Selbstwertgefühl 40, 122–123
 Selbstwertschätzung 124
 Selbstwirksamkeit 63
 Selbstzuschreibung 213
 Selbstzweifel 60
 Selektionsprozess 27
 Simulationsmodus 52
 Skalierungsfrage 101–102
 Stärken 59–61, 66
 Status-quo-Effekt
 195–196
 Stop-Loss 53
 Stop-Loss Order 89
 Storytelling 163
 Strategie des Verbilligens 175

Stress 39
 Distress 39
 Eustress 39
 negativer 39
 positiver 39
 Stressabbau 225
 Stressachse
 emotionale 221
 Stressauslöser 40
 Stressbewältigung 40–41, 249
 Stressbilanz 72
 Stressoren 39
 Stressresilienz 35
 Suggestion 117
 Systematisierung 27

T

Take Profit 53
 Talent 61
 Tenbagger 166
 Teufelskreis im Trading 82
 TINA 204
 Trader-Hirn 28
 Trader-Persönlichkeit 110
 Trader-Psyche 55
 Trading-Ängste 219
 Trading-Geschichten 164

Trading-Stil 109, 247
 Trading-Tagebuch 38, 96,
 128, 215
 fachlicher Teil 96, 100
 psychologischer Teil 96,
 101
 trailing stop loss 252
 trailing stop-loss 81
 Trailing-Stop-Loss-Order
 89
 Trancezustand 117
 Trauerzyklus 130–131
 Trendfolger 200

U

Ungewissheit 40
 Unterbewusstsein 48

V

Veränderungskompetenz 61
 Veränderungsprozess 62
 Verbesserung
 kontinuierliche 46, 248
 Verbilligen 240
 Verfügbarkeitsheuristik
 191–192
 Verlustangst 180

Verlustaversion 181
 Verlustbearbeitung 127–128
 Verlustbegrenzung 36
 Verlustbewältigung
 88, 131–134
 Verluste
 Gründe für 128
 Reaktion auf 129, 248
 Verlustmanagement 85
 Verlustserie 85–88
 Verluststopp 89–90, 182
 Verlustvermeidung 181
 Visualisierungstechnik
 152–154, 250

W

Wahrnehmung
 selektive 158
 Wahrscheinlichkeit
 einschätzen 190–191
 Widerstand
 innerer 138
 Widerstandsfähigkeit
 psychische 42

Z

Zukunftsvision 153