

Dr. Raimund
Schriek

© des Titels »Du bist Trader!« von Raimund Schriek (ISBN 978-3-89879-930-0)
2018 by FinanzBuch Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.finanzbuchverlag.de>

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



WISSENSCHAFTLICHE AUFSÄTZE

Sind Sie Anleger, Trader oder beides?	26
Spektrum und Ausprägung von Persönlichkeitsmerkmalen bestimmen über persönlichen und finanziellen Erfolg . .	56
Introvertierte Männer fühlen die Details der Märkte	66
»Macher« und »Umsetzer« traden übermäßig: Entwickeln Sie auch Wissens- und Kommunikationsorientierte Rollen für ausbalanciertes Trading	77
Begrenzung des Trading-Risikos durch perfekte Umsetzung einer Strategie und gründliche Dokumentation der Trades im Tagebuch	113
Persönlichkeitsentwicklung frei Haus: Trading-Ergebnisse eröffnen Zugang zur Gefühls- und Gedankenwelt	132



EXKURSE

Wie Energiefelder wirken	35
Angst schadet den Nebennieren	189
Wie Energien in Familiensystemen fließen	206
Traden nach Namen, Zahlen und rhythmischen Zusammenhängen	255
Signale von Herz, Bauch und Kopf	269
Perfekte Wellen durch Mentalsysteme	279



INTERVIEWS

Besser mit Strategie	104
Sie sind Ihr persönliches Risiko	123
Wonach suchen Geldverlierer?	168
Entscheidungsverhalten	197
Denken hat seinen Preis	220

© des Titels »Du bist Trader!« von Raimund Schriek (ISBN 978-3-89879-930-0)
2018 by FinanzBuch Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.finanzbuchverlag.de>



COACHING-AUFGABEN

Trading

Was in deinem Trading-Plan eine Rolle spielt	98
Erfüllt deine Strategie die Eigenschaften einer Trading-Strategie?	100
Warum dein Trading-Tagebuch dein wichtigstes Finanzbuch ist.	112
Wie du deine Trading-Ziele formulierst und erreichst.	147
Wie verhältst du dich, wenn du dein Trading-Ziel erreicht hast?	148
Wie du eine Trading-Strategie entwickelst	150

Personal-Trader-Coaching

Wie ist deine Beziehung zu Geld?	16
Wie ist deine persönliche Geldgeschichte?	18
Was treibt dich an?	28
Welchen Bezug hast du zu Geld?	30
Worin bestehen deine größten Herausforderungen beim Trading?	82
Woher kommt es, dass du dich nicht an (deine) Regeln hältst?	98
Wie gehst du mit Druck um?	123
Wie machst du dir deine Trading-Ergebnisse sichtbar?	129
Visualisiere doch einmal.	149
Wie tradest du? und Wie verhältst du dich, während du handelst?	153
Ist dir das Thema Sucht in deinem Umfeld bekannt?	168
Was löst Trading in dir aus?	185
Wie gehst du mit deinen Gefühlen um?	201
Wie du dir deine Entwicklungsthemen bewusst machst: Erstelle ein Genogramm.	205
Wie gehst du mit deinen Gedanken um?	217
Was verstehst du unter Reichtum?	219
Wie du dir deine Entwicklungsthemen bewusst machst: Erstelle ein Genogramm	225

Wovon bist du überzeugt?	225
Wie du dir ein Trading-freundliches Umfeld schaffst:	
1. Deine Kommunikation	232
Wie du dir ein Trading-freundliches Umfeld schaffst:	
2. Dein Arbeitsplatz	241
Was tust du für deinen Körper?	244
Wie viel Zeit verbringst du mit Finanzentertainment?	246
Wie hoch ist dein Stundenverrechnungssatz?	248
Lebst du in deinem persönlichen Rhythmus?	255
Wann hast du Trading-freie Zeit?	260
Wie beegnest du Langeweile?	266
Wie du dich in Balance bringst.	272
Ertaste dein Herz und deine Leber.	274
Wofür bist du dankbar?	277