

Redaktion: Jake Bernstein  
Übersetzung: Gaby Boutaud und K.P.Kagels  
Sprecher: Rainer Schinschke  
Sprachaufnahmen produziert von: [www.KIO-Soundfactory.de](http://www.KIO-Soundfactory.de)  
Umsetzung: [www.streamexpress.de](http://www.streamexpress.de)

Für Mengenabnahme kontaktieren Sie bitte:  
Ross Trading GmbH  
Herderstr. 6a  
D-65239 Hochheim/Main  
Telefon: 06146-7204

<http://www.tradingmind.de>  
[info@tradingmind.de](mailto:info@tradingmind.de)

## Jake Bernstein's



“ Jake Bernstein, der Autor des ersten maßgeblichen Buches über das Verhalten und die Psychologie von Tradern, *The Investor's Quotient*, bietet Ihnen ein revolutionäres, neues mentales Trainingsinstrument, welches Ihnen dabei helfen wird, dass Sie Ihren Tradingplan befolgen.”

## Über Jake Bernstein



Jake (Jacob) Bernstein ist Präsident der Firmen MBH Commodity Advisors Inc. und Bernstein Investments Inc. Außerdem ist er Herausgeber der folgenden Publikationen: *MBH Weekly Commodity Trading Letter, Short Term T-Bond Hotline, Bernstein on Stocks, The Letter of the Long Term Trends, Short Term Stock Trader's Hotline* und *Monthly Key Date Trader*. Seine Börsenbriefe und Beratungsdienste werden weltweit von Tradern, Investoren, Brokern, Finanzinstitutionen und Geldmanagern gelesen.

Herr Bernstein war einer der ersten professionellen Trader, welche die Wichtigkeit des emotionalen und mentalen Trainings erkannten, um Trading-Erfolg zu erreichen. Er wurde ausgebildet in der klinischen und experimentellen Psychologie und Soziologie an der Universität Illinois, mit einem besonderen Schwerpunkt auf Verhaltensmodifikation. Seine praktische Erfahrung mit der Psychologie umfasst Intelligenzforschung, Verhaltensprogramme und Prinzipien der Verhaltenstherapie. In der Mitte der 1980er Jahre beendete Bernstein seine Arbeit in der Psychiatrie, um sich ganz der Beratung und dem Trading zu widmen.

Sein erstes Buch, *The Investor's Quotient*, geschrieben in den frühen 80er Jahren, gehörte zu den ersten umfassenden Werken

über das wichtige Thema des Verhaltens und der Psychologie von Tradern. Tausende von Tradern und Investoren in der ganzen Welt haben seine Artikel und Bücher über die Psychologie von Investoren gelesen. Seine Fähigkeit, weite Teile der Trader-Psychologie zu erklären, zeigt sich in seinen innovativen und genauen Techniken, die dazu dienen, das Anlegerverhalten zu ändern. „Mit der Erfahrung im Trading und der Psychologie“, sagt Bernstein, „habe ich erkannt, dass es viele Ähnlichkeiten und sinnvolle Techniken gibt, die für ein erfolgreiches Trading genutzt werden können. Die Einsichten, die ich durch persönliche Erfahrung und Beobachtung der typischen Anlegerpsychologie erhalten habe, sind ein wertvolles Gut in meinem Trading. Es ist meine Pflicht, diese Information mit anderen Tradern und Investoren in ihrem Streben nach Börsenerfolg zu teilen.“

Die Internetpräsenz von Herrn Bernstein beinhaltet: Jake Bernstein on Futures ([www.trade-futures.com](http://www.trade-futures.com)) und seinen Beratungsdienst für den Aktienmarkt 2Chimps.com ([www.2chimps.com](http://www.2chimps.com)).

Herr Bernstein ist ein gefragter Redner auf Investmentkonferenzen und Trading-Seminaren in der ganzen Welt. Er hat mehr als 500 eigene Seminare gehalten und wird als ein führender Ausbilder auf dem Gebiet des Aktien- und Futureshandels angesehen. Die Artikel von Jake Bernstein sind im *Futures Magazine*, *Money Make*, *Barron's Financial Weekly*, *FarmFutures* und anderen führenden Finanzpublikationen erschienen. Er ist ein wöchentlicher Gastkommentator im Wirtschaftsfernsehen in Chicago und Los Angeles.

## TradingMind Übungen

- **Die Geisteshaltung eines erfolgreichen Traders besitzen** Der einzige Zweck des Tradings besteht darin, Geld zu verdienen. Diese Übung hilft Ihnen dabei, Ihrem Handelssystem zu folgen, indem Sie die Geisteshaltung eines Gewinners aufbauen.
- **Die Stärke haben, Verluste zu realisieren** Wenn Sie für eine bestimmte Zeit getradet haben, dann wissen Sie, wie wichtig es ist, Verluste dann zu realisieren, wenn Ihnen Ihr System das vorschreibt. Verluste laufen zu lassen, ist der Untergang vieler Trader gewesen. Stärken Sie sich darin, Ihre Verluste klein zu halten.
- **Disziplin aufrechterhalten** Es ist die gute Trading-Disziplin, welche Gewinner von Verlierern trennt. Mit dieser Übung beschäftigen Sie sich damit, Ihre Hausaufgaben zu machen, Konsequenz zu zeigen, und Ihre Stops zu nutzen ... Sie kommen damit dem Erfolg näher.
- **Mit Ängsten und Emotionen umgehen können** Die schnelle Natur von Aktien, Futures- oder Forexmärkten kann dazu führen, dass negative Ängste und Emotionen entstehen. Schaffen Sie die Grundlage für eine Beständigkeit in Ihrem Trading und sehen Sie zu, wie Ihre Ängste verschwinden.
- **Die Ausrichtung beibehalten** Ausrichtung ist das Gegenteil von Ablenkung. Erlauben Sie den täglichen Ablenkungen nicht, Sie auf den Verlustpfad zu bringen, sondern bleiben Sie auf dem Gewinnerweg, indem Sie Ihre Gedanken und Energien auf Ihre Arbeit im Markt ausrichten.
- **Erfolg visualisieren** Sofern Sie sich selbst nicht klar als einen zuversichtlichen, positiven und erfolgreichen Trader sehen, kann es sein, dass negative Gedanken und Einflüsse die Vision

zerstreuen, welche Sie von sich selbst haben. Sehen Sie Ihre Zukunft hell ... und profitabel!

- **Mit Verlusten umgehen können** Wir wissen, dass Verluste ein integraler Bestandteil des Tradings sind und nicht vermieden werden können. Warum gibt es also so viel Emotionen, wenn es darum geht, Verluste zu nehmen? Trennen Sie mit dieser wichtigen Übung sich selbst als Person von Ihrer Rolle als Trader.
- **Schlechte Trading-Gewohnheiten ablegen** Bewegen Sie Ihre Stops weg, wenn der Markt näher kommt? Wiederholen Sie die gleichen Trading-Fehler wieder und wieder? Nutzen Sie diese mentale Übungslektion, um Ihre Fehler zu definieren und in Zukunft wieder das zu tun, von dem Sie wissen, dass es richtig ist!
- **Übersteigertes Vertrauen unter Kontrolle halten** Den Profit nach einer Gewinnfolge wieder abzugeben kann so schnell passieren. Sie werden fortgetragen und verlieren die Kontrolle, anstatt ruhig zu bleiben! Bemerken Sie die ersten Zeichen des übersteigerten Vertrauens und bleiben Sie auf dem Weg des Gewinners.
- **Sich in der Erfolgszone aufhalten** Gewinner scheinen weiter zu gewinnen, und Verlierer, gut ... Gewinner zu sein ist in erster Linie eine Geisteshaltung und erst an zweiter Stelle eine Realität. Lassen Sie mit dieser mächtvollen Übung Ihren Geist für Sie arbeiten und nicht gegen Sie.

**TradingMind**  
software