

Inhalt:

1. [die 2 häufigsten psychologischen Fehler bei Trading](#)
2. [weitere bekannte Fehler beim Trading in Hinblick auf Emotionen & Psychologie](#)
3. [Lösungen für alle genannten Probleme](#)
4. [Fazit](#)

Die 2 häufigsten psychologischen Fehler beim Trading

Obwohl es beim Trading in Hinblick auf die Psychologie eine ganze Reihe von potentiellen Fallstricken zu meistern gibt, gehen wir direkt zu Beginn des Artikels auf die unserer Erfahrung nach 2 mit Abstand häufigsten Trading Fehler und deren Lösungen ein.

Fehler Nr.1: das fehlen einer Trading Strategie mit festen Regelwerk

Die Entwicklung einer Handelsstrategie und das konsequente Befolgen dieser Strategie sind aus mehreren Gründen entscheidend für den Erfolg im Trading:

1. **Konsistenz:** Eine gut definierte Handelsstrategie bietet einen strukturierten Ansatz, der dazu beiträgt, konsistente Handelsentscheidungen zu treffen. Konsistenz ist wichtig, um im Laufe der Zeit nachhaltige Ergebnisse zu erzielen, da sie den Einfluss von Zufall und Glück auf die Performance reduziert.
2. **Emotionale Kontrolle:** Emotionen wie Angst, Gier und Hoffnung können die Entscheidungsfindung im Trading negativ beeinflussen. Eine klar definierte Strategie hilft, diese Emotionen in Schach zu halten, indem sie einen objektiven Rahmen für den Handel bietet. Dadurch können Trader rational und unvoreingenommen Entscheidungen treffen, anstatt impulsiv und emotional zu handeln.
3. **Risikomanagement:** Eine solide Handelsstrategie beinhaltet auch [effektive Risikomanagementprinzipien](#). Diese helfen, das Verlustrisiko zu begrenzen und die Kapitalerhaltung zu gewährleisten. Indem sie sich strikt an ihre Risikomanagementregeln halten, können Trader sicherstellen, dass sie auch in schwierigen Marktphasen handlungsfähig bleiben.
4. **Messbarkeit und Verbesserung:** Eine klar definierte Handelsstrategie ermöglicht es den Tradern, ihre Performance objektiv zu messen und zu analysieren. Diese Analyse hilft, Schwächen und Verbesserungspotenziale in der Strategie zu identifizieren und gezielte Anpassungen vorzunehmen, um die Performance zu optimieren.
5. **Effizienz:** Eine gut entwickelte Handelsstrategie ermöglicht es den Tradern, den Handelsprozess effizienter zu gestalten. Dies liegt daran, dass sie bereits im Voraus wissen, unter welchen Bedingungen sie in den Markt einsteigen oder aussteigen sollten. Dadurch sparen sie Zeit und Energie, die sie anderweitig in die Optimierung ihrer Strategie oder die Weiterbildung investieren können.
6. **Disziplin:** Indem sie sich strikt an ihre Handelsstrategie halten, entwickeln Trader Disziplin, die für den langfristigen Erfolg im Trading unerlässlich ist. Disziplinierte Trader sind weniger anfällig für psychologische Fehler und können bessere Entscheidungen treffen, selbst in schwierigen Marktbedingungen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Entwicklung einer Handelsstrategie und das konsequente Befolgen dieser Strategie entscheidend für den Erfolg im Trading sind. Eine solide Handelsstrategie bietet einen objektiven Rahmen, der Konsistenz, emotionale Kontrolle, effektives Risikomanagement, kontinuierliche Verbesserung und Disziplin fördert.

Fehler Nr. 2. das Trading mit zu grossen Positionsgrößen

Zu große Positionsgrößen können in Bezug auf die Trading-Psychologie gleich aus mehreren Gründen problematisch sein:

1. **Erhöhtes emotionales Stressniveau:** Wenn Trader mit zu großen Positionsgrößen handeln, steigt das emotionale Stressniveau erheblich. Da die potenziellen Gewinne und Verluste größer sind, können Emotionen wie Angst, Gier und Hoffnung stärker in den Vordergrund treten und die Fähigkeit, rationale Entscheidungen zu treffen, beeinträchtigen.

2. Risikomanagement: Zu große Positionsgrößen können das Risikomanagement erschweren. Wenn eine Position einen zu hohen Prozentsatz des Kapitals ausmacht, kann ein einziger Verlusttrade erheblichen Schaden anrichten und die Kapitalerhaltung gefährden. Die Angst vor großen Verlusten kann dazu führen, dass Trader ihre Risikomanagementregeln ignorieren, z. B. indem sie keine [Stop-Loss-Orders](#) verwenden oder diese zu weit vom Einstiegspreis entfernt platzieren.
3. Verlustaversion: Wenn Trader zu große Positionsgrößen verwenden, können sie stärker unter Verlustaversion leiden. Sie empfinden Verluste stärker als Gewinne und können dazu neigen, Verlustpositionen zu lange zu halten oder Gewinne zu früh zu realisieren. Dieses Verhalten kann die Performance langfristig beeinträchtigen.
4. Überheblichkeit und Selbstüberschätzung: Zu große Positionsgrößen können bei Tradern zu Überheblichkeit und Selbstüberschätzung führen. Sie könnten glauben, dass sie den Markt "schlagen" können und ignorieren dabei die Tatsache, dass Trading immer ein gewisses Risiko birgt. Diese Einstellung kann zu riskantem Verhalten und schlechten Handelsentscheidungen führen.
5. Geringere Flexibilität: Mit zu großen Positionsgrößen verfügen Trader über weniger Kapital, um auf neue Handelsgelegenheiten zu reagieren oder ihre Positionen anzupassen. Dies kann ihre Flexibilität einschränken und dazu führen, dass sie profitablen Gelegenheiten nicht nachgehen können, weil sie zu stark in einer einzigen Position investiert sind.

Um die psychologischen Probleme im Zusammenhang mit zu großen Positionsgrößen zu vermeiden, sollten Trader angemessene Positionsgrößen wählen und ihre Handelsstrategie entsprechend anpassen. Hierbei sollte das Risikomanagement im Vordergrund stehen, z. B. durch das Festlegen von Stop-Loss-Orders und das Begrenzen des Risikos pro Trade auf einen angemessenen Prozentsatz des Gesamtkapitals.

Das Reduzieren der Positionsgrößen insbesondere bei einer Verlustserie

Trader können nicht immer nur Profite erzielen. Das erleiden von Verlusten ist ein ganz normaler Bestandteil des Tradings. Daher sollte man in Marktphasen, in denen man nicht sonderlich erfolgreich ist, nach einer bestimmten Zahl von Verlusttrades in Folge die Positionsgröße reduzieren, bis sich die Marktbedingungen wieder verbessern, oder sich der Erfolg wieder einstellt.

Diese Methode hat unter anderem die folgenden Vorteile:

- Emotionale Entlastung: Durch das Verringern der Positionsgrößen wird der emotionale Stress reduziert, da die potenziellen Gewinne und Verluste kleiner sind. Dies ermöglicht es dem Trader, sich stärker auf seine Handelsstrategie und Entscheidungsfindung zu konzentrieren, ohne übermäßig von Angst oder Gier beeinflusst zu werden.
- Verbessertes Risikomanagement: Kleinere Positionsgrößen helfen, das Risiko besser zu steuern und zu verteilen. Wenn ein Trader weniger Kapital in einzelnen Trades riskiert, kann er Verluste leichter verkraften und seine Kapitalerhaltung sichern. Dies ist besonders wichtig, wenn sich der Trader in einer Verlustserie befindet, da es hilft, das Risiko einer vollständigen Erschöpfung des Kapitals zu reduzieren.
- Erhöhte Flexibilität: Mit kleineren Positionsgrößen hat der Trader mehr Kapital zur Verfügung, um auf neue Handelsgelegenheiten zu reagieren oder seine Positionen anzupassen. Dies ermöglicht es ihm, diversifizierter und flexibler zu handeln, was langfristig zu einer besseren Performance beitragen kann.
- Bessere Fokussierung: Wenn ein Trader seine Positionsgrößen reduziert, insbesondere während einer Verlustserie, kann er sich besser auf die Ursachen der Verluste konzentrieren und versuchen, seine Strategie und Handelsentscheidungen zu verbessern. Dies kann dazu beitragen, dass der Trader aus seinen Fehlern lernt und seine Fähigkeiten weiterentwickelt.
- Wiedergewinnung von Selbstvertrauen: Das Verringern der Positionsgrößen kann dazu beitragen, dass der Trader langsam sein Selbstvertrauen zurückgewinnt, insbesondere nach einer Verlustserie. Durch das Reduzieren der Positionsgröße und das mögliche Erzielen kleinerer, aber konsistenter Gewinne kann der Trader seine Zuversicht in seine Handelsstrategie und Fähigkeiten wiederherstellen.

Zusammenfassend kann das Reduzieren der Positionsgrößen die Trading-Psychologie insgesamt verbessern und insbesondere bei einer Verlustserie helfen, indem es den emotionalen Stress reduziert, das Risikomanagement verbessert, die Flexibilität erhöht, die Fokussierung auf die Verbesserung der Handelsstrategie fördert und das Selbstvertrauen wiederherstellt.

Weitere bekannte psychologische Fehler beim Trading

Emotionales Trading

[Emotionen beim Trading](#) wie Angst, Gier und Hoffnung können rationale Entscheidungen beeinträchtigen und zu impulsivem Handeln führen. Emotionales Trading kann dazu führen, dass Trader schlechte Handelsentscheidungen treffen, etwa durch das Ignorieren von Stop-Loss-Orders oder das Verfolgen von Verlusten.

Überheblichkeit

Einige Trader neigen dazu, ihre Fähigkeiten und Erfolgsaussichten zu überschätzen. Überheblichkeit kann zu übermäßigem Selbstvertrauen und riskantem Verhalten führen, wie etwa dem Ignorieren von Risikomanagementprinzipien oder dem Handeln mit zu hohem Hebel.

Anker-Effekt

Trader können dazu neigen, sich auf einen bestimmten Referenzpunkt (Anker) zu konzentrieren, wie z. B. den Einstiegspreis einer Position. Dies kann dazu führen, dass sie Verlustpositionen zu lange halten oder Gewinne zu früh realisieren, in der Hoffnung, dass sich der Preis wieder auf den Ankerwert zurückbewegt.

Herdenverhalten

Trader können von der Meinung anderer beeinflusst werden und dazu neigen, den Massen zu folgen, anstatt ihre eigenen Analysen und Strategien zu verfolgen. Herdenverhalten kann zu überhitzten Märkten und übermäßiger Volatilität führen.

Bestätigungsfehler oder Cognitive Bias

Trader suchen häufig nach Informationen, die ihre bestehenden Meinungen bestätigen, während sie gegenteilige Informationen ignorieren. Dies kann zu einer verzerrten Wahrnehmung der Marktsituation und suboptimalen Handelsentscheidungen führen.

Die sogenannte Verfügbarkeitsheuristik

Trader können dazu neigen, ihre Entscheidungen auf der Grundlage leicht verfügbarer Informationen zu treffen, anstatt eine gründliche Analyse durchzuführen. Dies kann zu Fehleinschätzungen der Marktbedingungen und fehlerhaften Handelsentscheidungen führen.

Verlustaversion

Trader empfinden Verluste oft stärker als Gewinne und können dadurch dazu neigen, Verlustpositionen zu lange zu halten und Gewinne zu früh zu realisieren.

Sunk-Cost-Fallacy

Trader halten möglicherweise an einer schlechten Handelsentscheidung fest, weil sie bereits investierte Ressourcen (Zeit, Geld, Mühe) nicht verlieren möchten. Dies kann dazu führen, dass sie Verlustpositionen nicht rechtzeitig schließen und ihren Verlust weiter vergrößern.

Keine Sorge - Alles wird gut!

Die oben beschriebenen Fehler sind sicherlich jedem Trader nur allzugut bekannt. Die gute Nachricht ist jedoch, dass man alle diese psychologischen Fallstricke vermeiden kann, indem man an seiner Trading-Psychologie arbeitet und seine Emotionen erkennt und kontrolliert. Ist dies einmal geschafft kann man diszipliniert seinem Handelsplan folgen und sein Wissen und seine Fähigkeiten kontinuierlich verbessern.

Lösungen für die häufigsten psychologischen Probleme beim Trading

1. Selbstreflexion: Trader sollten sich ihrer eigenen Stärken, Schwächen und emotionalen Muster bewusst sein. Durch die regelmäßige Selbstreflexion können sie erkennen, welche psychologischen Fehler sie möglicherweise begehen, und gezielte Maßnahmen ergreifen, um diese zu korrigieren.
2. Handelsplan erstellen: Ein detaillierter Handelsplan, der [Forex Trading Strategien](#), Risikomanagementrichtlinien und Ziele festlegt, hilft, impulsives und emotionales Handeln zu vermeiden. Indem sie ihrem Handelsplan konsequent folgen, können Trader bessere Entscheidungen treffen und disziplinierter handeln.
3. Handelsjournal führen: Ein Handelsjournal hilft, Trading-Aktivitäten, Emotionen und Gedanken festzuhalten. Durch die regelmäßige Analyse ihres Handelsjournals können Trader Muster erkennen, die zu Fehlern führen, und gezielte Verbesserungen vornehmen.
4. Emotionales Management: Trader sollten Techniken entwickeln, um ihre Emotionen im Griff zu behalten, z. B. Atemübungen, Meditation oder körperliche Aktivitäten. Regelmäßige Pausen und ausreichender Schlaf sind ebenfalls wichtig, um Stress abzubauen und einen klaren Kopf zu bewahren.
5. Fortbildung: Kontinuierliche Fortbildung hilft Trader dabei, ihre Fähigkeiten und Kenntnisse zu erweitern, was zu mehr Selbstvertrauen und besserer Entscheidungsfindung führt. Durch das Studium von Trading-Büchern, Online-Kursen, Webinaren oder Podcasts können Trader ihre Kompetenz im Umgang mit psychologischen Herausforderungen stärken.
6. Realistische Ziele setzen: Indem sie realistische Ziele setzen und diese regelmäßig überprüfen, können Trader eine gesunde Handelsmentalität entwickeln, die weniger anfällig für Fehler ist. Realistische Ziele verhindern übermäßige Erwartungen und fördern eine langfristige Perspektive.
7. Risikomanagement: Ein solides Risikomanagement ist entscheidend, um emotionale Fehler zu vermeiden. Trader sollten für jeden Trade [Stop-Loss- und Take-Profit-Orders](#) festlegen und ihr Risiko pro Trade auf einen angemessenen Prozentsatz ihres Kapitals begrenzen.
8. Geduld und Disziplin: Trader müssen Geduld üben und darauf warten, dass sich gute Handelsgelegenheiten ergeben, anstatt impulsiv zu handeln. Disziplin bedeutet, sich an den Handelsplan zu halten und nicht von Emotionen getriebene Entscheidungen zu treffen.

Indem sie an diesen Aspekten arbeiten und ständig nach Möglichkeiten suchen, ihre Trading-Psychologie zu verbessern, können Trader die häufigsten psychologischen Fehler überwinden und langfristig erfolgreich handeln.

Fazit zu Trading Psychologie:

Abschließend lässt sich sagen, dass die Psychologie im Trading ein wichtiger Faktor ist, der oft unterschätzt wird. Trader sollten sich bewusst sein, dass sie ihre Emotionen kontrollieren müssen, um langfristig erfolgreich zu sein. Häufige Fehler wie Gier, Angst und Überhandlung können vermieden werden, indem man sich an bestimmte Regeln hält und eine klare Strategie verfolgt. Eine effektive Möglichkeit, um die emotionale Kontrolle zu verbessern, ist das Üben von Achtsamkeit und Selbstreflexion. Indem man die eigene Psyche kennt und versteht, kann man seine Trading-Fähigkeiten verbessern und profitabler werden.