



تسلط بر بازی ذهنی معامله‌گری

به کارگیری قدرت درونی برای بهبود عملکرد معامله‌گری

نوشته:

استیون گلدستاین

ترجمه و بازنویسی:

دکتر علی محمدی

فهرست مطالب

پیشگفتار پیتز بوردیت	۱۲
مقدمه	۱۳

بخش اول: عناصر بنیادین

فصل ۱: بازی ذهنی؛ تسلط بر خودتان، کلید تسلط بر معامله‌گری	۱۵
تسلط بر خودمان	۱۷
رابطه شما با خودتان	۱۷
کار با نفس شما	۱۹
فصل ۲: معرفی چرخه فرآیند عملکرد	۲۱
چرخه فرآیند عملکرد	۲۱
چهار ربع	۲۳
عدم قطعیت شدید و مارپیچ مرگ معامله‌گر	۲۹
چرخه فرآیند عملکرد به عنوان یک موج	۳۱
امواج متعدد	۳۲
فصل ۳: شکاف رفتاری	۳۵
رفتارها به عنوان علائم	۳۸
فصل ۴: دو رویکرد ریسک؛ رویکرد بازیکن در مقابل رویکرد خانه	۴۱
رویکرد بازیکن و رویکرد خانه	۴۲
تشبیه بلک‌جک به معامله‌گری	۴۴
بلک‌جک: رویکرد خانه	۴۵
بلک‌جک: رویکرد بازیکن	۴۷
فصل ۵: دو رویکرد ریسک و معامله‌گری	۴۹
رویکرد بازیکن به معامله‌گری	۵۰
رویکرد خانه به معامله‌گری	۵۰
فصل ۶: دو رویکرد و قرارداد روانشناختی معامله‌گر	۵۳
قرارداد روان‌شناختی معامله‌گر با خودش	۵۵
توافق با خود	۵۹
رویکرد بازیکن	۶۰
رویکرد خانه	۶۱



فصل ۷: انتظار مثبت؛ مزیت	۶۳
مزیت (EDGE)	۶۵
مزیت سمت فروش	۶۵
مزیت سمت خرید	۶۸

بخش دوم: چرخه فرآیند عملکرد؛ ربع اول

فصل ۸: فاز "بودن"	۶۹
فاز "بودن"	۷۰
شروع با هدف - چرایی و روش	۷۰
حالت بهینه معامله گر و حالت جریان (FLOW STATE)	۷۱
حالت زیربهبینه معامله گر و حالت تیلت	۷۳
غوطه وری و حس کردن	۷۳
فاز "بودن" و شکست در رهاکردن	۷۴
فاز "بودن" و معامله باند مه ۲۰۰۷	۷۵

فصل ۹: معامله گری، غرور و 3Ps های عملکرد بالا	۷۷
3Ps های عملکرد بالا	۷۹
داستان تونی	۸۱
هیچ راه حل ساده ای وجود ندارد	۸۲

فصل ۱۰: آنچه بازار برای شما می خواهد	۸۵
بازار نیاز دارد که شما لغزش کنید	۸۷

فصل ۱۱: قدرت هدف	۸۹
قدرت هدف	۹۱
یک هدف سالم	۹۲
هدف معاملاتی شما	۹۴
راه (چه و چگونه)	۹۴
تعیین هدف	۹۵

فصل ۱۲: معامله معامله گر با خودش	۹۷
معامله معامله گر و دو رویکرد	۹۸
معامله با رویکرد بازیکن	۹۹
معامله با رویکرد خانه	۱۰۰

فصل ۱۳: کنجکاوی بی طرفانه	۱۰۳
کنجکاوی بی طرفانه و تمایل به آسیب پذیری	۱۰۴



آسیب‌پذیری به معنای تمایل به درخواست کمک است.....	۱۰۶
فصل ۱۴: حضور؛ خود واقعی شما	۱۰۹
توجه به آینده.....	۱۱۲
شناخت خود آغاز تمام خرد است.....	۱۱۴
فصل ۱۵: وقایع نگاری مؤثر	۱۱۷
روش ۱-۳-۳: یک رویکرد ساده برای دفترچه.....	۱۱۸

بخش سوم: چرخه فرآیند عملکرد؛ ربع دوم

فصل ۱۶: فاز تولید	۱۲۳
رویداد محرک (TRIGGER).....	۱۲۴
ساخت معنا و شکل‌گیری روایت.....	۱۲۴
بسیج (MOBILISATION).....	۱۲۵
فشار عاطفی افزایش می‌یابد.....	۱۲۵
فاز تولید و معامله باند مه ۲۰۰۷.....	۱۲۶
فصل ۱۷: آماده‌سازی برای حدس آگاهانه	۱۲۹
حدس‌های آگاهانه بهتر.....	۱۲۹
فصل ۱۸: نقشه، خود زمین نیست	۱۳۳
درستی.....	۱۳۴
شرایط روی زمین.....	۱۳۶
فصل ۱۹: محدودیت‌های طبیعی ما	۱۳۹
بیزاری از ضرر.....	۱۴۱
سوگیری تأیید.....	۱۴۲
اثر مالکیت.....	۱۴۲
سکان کج.....	۱۴۳
فصل ۲۰: سرمایه ذهنی، زمان روز و تصمیم‌گیری	۱۴۵
قضات هیئت عفو.....	۱۴۷
تصمیم‌گیری بر اساس زمان روز.....	۱۴۷
فقدان سنجش سرمایه ذهنی.....	۱۴۸
فصل ۲۱: شهود و معامله‌گری	۱۵۱
آتش‌نشان.....	۱۵۱
معامله‌گر آریتر از ارز.....	۱۵۲



۱۵۳.....	شهود یک هدیه است
۱۵۴.....	رمزگشایی شهود
۱۵۶.....	فصل ۲۲: اعتماد به شهود
۱۵۸.....	تصویر خود
۱۵۹.....	مالیات پنهان آشکار شد

بخش چهارم: چرخه فرآیند عملکرد: ربع سوم

۱۶۱.....	فصل ۲۳: مواجهه با عدم قطعیت رادیکال
۱۶۲.....	نقشه درست
۱۶۳.....	پیچیدگی و معامله گری
۱۶۶.....	نظرات قوی با نگهداری سست
۱۶۹.....	فصل ۲۴: فاز عملکرد
۱۷۱.....	فاز تولید و معامله باند در مه ۲۰۰۷
۱۷۳.....	فصل ۲۵: برد یا باخت، همه از بازار آنچه می خواهند می گیرند
۱۷۳.....	برآورده کردن نیازهای ما
۱۷۵.....	خواسته ها: نیازهای برآورده نشده ما
۱۷۷.....	قضاوت موفقیت
۱۷۹.....	فصل ۲۶: تأثیر عملکرد
۱۷۹.....	تشبیه طناب بازی
۱۸۰.....	معامله فاجعه بار جلسه FOMC و باز خرید من
۱۸۵.....	فصل ۲۷: تمرکز بر نتیجه در مقابل تمرکز بر فرآیند
۱۸۶.....	نتیجه گرایی (RESULTING)
۱۹۱.....	تمرکز بر فرآیند
۱۹۳.....	فصل ۲۸: پیمایش فاز عملکرد
۱۹۳.....	پرواز با احساس: معامله گری بدون برنامه
۱۹۴.....	اسپنسر
۱۹۶.....	راحت بودن در ناراحتی
۱۹۹.....	فصل ۲۹: مثبت ماندن وقتی بازار می خواهد منفی باشید
۲۰۰.....	بازی های ذهنی
۲۰۱.....	تریپ و ایرها: یک ابزار مدیریت ریسک شخصی
۲۰۳.....	استرس: تندرستی جسمی و ذهنی



بخش پنجم: چرخه فرآیند عملکرد: ربع چهارم

فصل ۳۰: رهاکردن؛ یک ابر قدرت	۲۰۵
فصل ۳۱: رهاکردن	۲۰۹
بستن و پذیرش	۲۱۱
مرحله رهاکردن و معامله باند در مه ۲۰۰۷	۲۱۱
فصل ۳۲: بازنشانی؛ ورود به خلاء حاصلخیز	۲۱۵
تأثیر اولیه، ثانویه و ثالثیه	۲۲۰
فصل ۳۳: خوددلسوزی؛ قدرت نرم	۲۲۳
معامله‌گری یک تجربه آسیب‌زا است	۲۲۳
فصل ۳۴: پرورش پتانسیل انسانی	۲۲۷
چه چیزی به طور طبیعی به نظر می‌رسد	۲۲۹
فصل ۳۵: تبدیل شدن به بهترین متحد خود	۲۳۳
حوزه‌های نگرانی و تأثیر	۲۳۶
ابزار پیش‌بینی شکست و تصمیم‌گیری	۲۳۷
فصل ۳۶: پایان کار	۲۳۸

درباره نویسنده



استیون گلدستین نویسنده این کتاب، از مربیان برتر در صنعت بازارهای مالی است. او مدارک متعددی در زمینه مربیگری و توسعه سازمانی دارد، از جمله گواهینامه از انجمن اروپایی درمانگران گشتالت. پیش از اینکه مربی باشد، بیش از ۲۵ سال در بانک‌های سرمایه‌گذاری بزرگ جهان به‌عنوان معامله‌گر کار کرده است. او به دلیل تجربه طولانی و دانش زیادش، دید منحصر به فردی از بازارهای مالی و رفتار انسان دارد. این تجربه به او امکان می‌دهد تا در معامله‌گری و سرمایه‌گذاری، به افراد کمک کند تا تغییرات عمیقی ایجاد کنند که باعث رشد شخصی و بهبود نتایجشان شود.