

Verluste? Drawdown?

Trading kann schwierig sein, insbesondere der Verlust von Trades und das Erleben von Drawdowns kann sehr schmerzhaft werden, vor allem Emotional, gehört aber beim Trading dazu. Heute möchte ich Euch meinen Umgang mit Verlusten «erklären».

Meine Transparenz bzgl. der schlechten Zeiten / Tage / Trades kennt ihr, und wer schon seit längeren den Weg des Tradings mit mir verfolgt, weiss das ich selbst auch immer wieder innerhalb eines Monats starke Drawdowns erlebe, das hat mich dazu inspiriert Euch mal genauer meinen Umgang mit diesen «harten» Phasen darzulegen.

Positive Zeiten, das kann fast Jeder, ABER häufig trifft der Drawdown einen, nach einer wirklich guten Trading Phase (hinter der nächsten Ecke, lauert der nächste Drawdown).

Es ist immer hart und sicher kein großartiges Gefühl, einen Trade nach dem anderen zu verlieren, aber trotz alledem hättest du, wenn du mich außerhalb des Tradings sehen und mit mir sprechen würdest, keine Ahnung, dass ich mich gerade in einem solch negativen Emotionalen Umfeld befinde, weißt du, warum das so ist?

Das liegt daran, dass ich meiner Strategie vertraue und verstehe, dass Verluste Phasen einfach ein natürlicher Teil des Handels in meinem System sind. Ich bin zuversichtlich, dass sich die Situation ändern wird, solange ich das Risiko beherrsche und meinen Vorteil weiterhin gemäß meinen Regeln ausnutze.

Aber ein weiterer Grund dafür, dass ich Verlusten standhalten kann und nicht voller Angst den Kopf verliere oder meine Emotionen die Kontrolle übernehmen, ist eine einfache Technik, die ich in meiner Pre-Trading-Routine verwende bzw. vor jedem neuen Trade anwende.

Was ist es?

Ich bereite mich darauf vor, meine Trades zu verlieren! Ja, du hast richtig gehört! Ich verbringe etwa 2-3 Minuten damit, mich auf den Verlust von Trades vorzubereiten und mir vorzustellen, wie ich mit Ruhe und Selbstvertrauen damit umgehe.

Immer wieder sage ich, Gewinne kommen von allein, das Einzige, was wir im Trading kontrollieren können, ist das Risiko, ist der Umgang mit Verlusten. Das mag zwar kontraintuitiv erscheinen, aber denke darüber nach, denn 90 % der Händler gehen in jeden einzelnen Trade mit der Erwartung, zu gewinnen. Nehmen wir zur Begründung an, der durchschnittliche Händler hat eine Gewinnquote von 50 %, Dh. Die Mehrheit der verlierenden Trader geht in jede Handelssitzung mit der Erwartung, zu gewinnen, obwohl sie technisch gesehen die Hälfte ihrer Trades verlieren werden!

Und indem man sich nicht auf diese 50 % des Verlusts vorbereitet, führt die Enttäuschung dann zu einem Mangel an Selbstvertrauen, Zögern und möglicherweise einer Selbstsabotage Deines Tradings. Und dass nur, weil Du Dich nicht darauf vorbereitet hast und diesen Verlust nicht akzeptiert willst?

Stattdessen kannst Du Dich besser darauf vorbereiten zu verlieren, für viele wird dieser kleine «Trick» der Schlüssel zum erfolgreichen – profitablen Trader sein – sich mit der dunklen, verlustreichen Seite des Tradings zu befassen.

Warum nicht auch das Gewinnen proben? Gewinnen ist einfach und ergibt sich von selbst. Logisch darf uns auch die Gier nicht triggern, aber hier ist ein Fehler nicht «existenziell», zumindest in der Regel.

Bereite Dich stattdessen auf die schwierigen Dinge vor, und die schwierigen Dinge werden einfacher, weil Du sie bereits erlebst und bewältigt hast – sei mental vorbereitet. Wenn also die Zeit kommt, in der Du Verlust Trades kassierst, wird es Dich nicht beeinträchtigen!

Beginne noch heute und beobachte was passiert! Probieren es mal 30 Tage lang aus, übe im Geiste und gehe wie ein Profi mit verlorenen Trades um und ich verspreche Dir, dass sich Dein Trading um das X-fache verbessern wird. Es hat mir in meiner Trading-Karriere enorm geholfen und hilft mir immer dabei, meine Drawdowns zu überstehen. Glaube mir, es ist einen Versuch wert!

Dein ExodusTrader – Dein Marco