



Thomas Vittner
und Andreas Fritsch

BÖRSEN ERFOLG BEGINNT IM KOPF

Mit der richtigen
Einstellung und dem
richtigen Plan zu
mehr Gewinn

Börsenbuchverlag

Thomas Vittner
und Andreas Fritsch

BÖRSEN ERFOLG BEGINNT IM KOPF

Mit der richtigen
Einstellung und dem
richtigen Plan zu
mehr Gewinn

Copyright der deutschen Ausgabe 2012:
© Börsenmedien AG, Kulmbach

Gestaltung Cover: Johanna Wack, Börsenbuchverlag
Gestaltung, Satz und Herstellung: Martina Köhler, Börsenbuchverlag
Lektorat: Claus Rosenkranz
Druck: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm

ISBN 978-3-864700-08-8

Alle Rechte der Verbreitung, auch die des auszugsweisen Nachdrucks,
der fotomechanischen Wiedergabe und der Verwertung durch Datenbanken
oder ähnliche Einrichtungen vorbehalten.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

BÖRSEN  MEDIEN
A K T I E N G E S E L L S C H A F T

Postfach 1449 • 95305 Kulmbach
Tel: +49 9221 9051-0 • Fax: +49 9221 9051-4444
E-Mail: buecher@boersenmedien.de
www.boersenbuchverlag.de

INHALT



Einleitung	13
Der Aufbau des Buches	15
Eine kleine Anleitung	20
Teil 1	23
Vorwort	24
Die Börse – eine lange Reise und wie sie anfing	30
Teil 2	35
Was ist Geld(anlage)?	36
Welche Arten der Börsenspekulation existieren?	40
Was ist Investing?	41
Was ist Trading?	42
Die Grauzone dazwischen	44
Was alle Handelsansätze verbindet	44
Exkurs: Einstiegs- und Ausstiegsszenarien von Börsianern – aus Sicht eines Profis	45
Resümee	47
Teil 3	49
Der Schlüssel zum (Börsen-)Erfolg	50
Warum mentale Aspekte bei der Geldanlage so wichtig sind	50
Fachwissen (alleine) reicht nicht!	63

Paralleluniversum Börse	66
Exkurs: „Denn sie wissen nicht was sie tun“ – Reale Gefahren an den Märkten	70
Resümee	71

Teil 4 **73**

Typische Anlegerfehler und was sie auslöst	74
Selektive Wahrnehmung. Von Thomas Vittner	74
Das Problem mit der Freiheit. Von Florian Salfner	81
Referenzerlebnisse übergewichten. Von Thomas Vittner	87
Gipfelstürmer. Von Harry L. Helnwein	90
Mangelnde Geduld. Von Carsten Umland	94
Mein Armageddon. Von Nils Gajowiy	96
Rache. Von Thomas Vittner	98
Fehler bei der Geldanlage. Von Herbert Autengruber	101
Verantwortliche Mechanismen und erste Lösungsansätze. Von Andreas Fritsch	103
Fehler sind WILLKOMMEN	106
Die Wahl, persönlich zu wachsen. Was Resilienz bedeutet	107
Resilienz als Quelle unserer Widerstandsfähigkeit	107
Testen Sie Ihre Resilienz-Fähigkeit	109

Teil 5 **125**

Wie wir gestrickt sind, wo wir herkommen, was uns ausmacht	126
Unser Weltbild bestimmt unsere Realität	133
Unsere inneren Antreiber:	
Was uns erfolgreich macht und auf die Palme bringt	140

Hintergründe zu unseren Antreibern	140
Der Antreibertest für Börsianer	142
Was sind Antreiber?	142
Der Umgang mit Antreibern	143
Antreiber: Wirkung, interner Glaube und Erlauber für jedermann	146
Antreiber: Wirkung, interner Glaube und Erlauber für Börsianer	148
Resümee	156
Teil 6	157
Glaubenssätze: Gut oder schlecht?	158
Von Affirmationen, von Lustgewinn und Schmerzvermeidung	158
Wie wir gegen unsere Erfolgs-Saboteure und für unseren Erfolg arbeiten	165
Werte	173
Teil 7	181
Die Entwicklung: Von der Erkenntnis zum Flow	182
Von XY-Theorien und Glückshormonen	182
Motivation von X- und Y-Menschen	183
Exkurs: Mein XY-Dasein	185
Was uns wirklich motiviert	186
Was für gute Gefühle verantwortlich ist	192
Die Balance: Warum Life Balance für Börsianer so wichtig ist	194
Dringendes von Wichtigem unterscheiden:	
Die Erkenntnisse der Eisenhower-Matrix	199
Die Erfolgskurve	207
Der Trader-Flow	212

Teil 8	219
Unsere mentalen Funktionsweisen	220
Was Konzentration für den Börsenhandel bedeutet	221
Bewusstsein und Unterbewusstsein	223
Der Sockel des Eisbergs	223
Wie unser Unterbewusstsein funktioniert	225
Intuition: Gibt es sie?	227
Teil 9	229
Die geheime Erfolgsformel der besten Börsenhändler	230
Erfolgsformel und Erfolgsmuster	230
Wille	233
Glaube und Überzeugung	234
Konsequenz	234
Teil 10	241
Die Umsetzung der Erfolgsformel in Ihrer täglichen Handelsaktivität	242
Entspannung führt zu Höchstleistung	242
Wie unser Gehirn auf Entspannung reagiert	244
Meditation (Konzentration) macht gesund	246
Das Gehirn verändert sich	246
Bessere Entscheidungen	247
Eine Wunderwaffe	247
Was der „Alpha-Zustand“ ist	
und wie wir ihn für den erfolgreichen Börsenhandel nutzen können	249
Der Beta-Bereich: Trader-Alltag zwischen Routine und Stress	250

Der Alpha-Bereich: Leichte Entspannung und gute Lernfähigkeit	250
Der Theta-Bereich: „Echte“ Meditation	251
Der Delta-Bereich: Sitz der Intuition	251
Wie nutzen wir nun besonders den Alpha-Zustand?	252
Die Techniken der Profis: Zwei zentrale Fokus-Trainings für Börsenhändler	253
Das Alpha-2-Training für Börsianer	254
Zazen-Meditation für Trader: „Sei ein Kampf-Mönch!“	260
Resümee	264
Teil 11	265
Ziele und Mentales Erleben	266
Ängste	272
Unterstützung bei der Zielerreichung	279
Nachwort	281
Der Plan. Das 21-Tage-Programm für aktive Börsenhändler	285
1. Tag: Eine Einführung	289
2. Tag: Das Alpha-2-Training	291
3. Tag: Konzentration	292
4. Tag: Bewusstsein – Unterbewusstsein	294
5. Tag: Das Alpha-2-Training kurz mit Anker	295
6. Tag: Ziele	296
7. Tag: Die Erfolgsformel	298
8. Tag: Mindstorming	300
9. Tag: Mentales Erleben	301

10. Tag: Gedankendisziplin	302
11. Tag: „Willkommen“	303
12. Tag: Glaubenssätze	304
13. Tag: Affirmationssatz	306
14. Tag: Anker	308
15. Tag: Ängste	310
16. Tag: Reden, Konflikt	312
17. Tag: Sinn	314
18. Tag: Resonanzfähigkeit	316
19. Tag: Ressourcenbox	317
20. Tag: Vorstart-Zustand	318
21. Tag: Konsequenz in der Umsetzung	319
Beschreibung der Übungen des Trader-Mentalprogramms	321
Übung „Sog statt Druck“	323
Übung „Mentales Erleben“	325

Thomas Vittner

Viele Menschen haben dazu beigetragen, dass ich heute erfolgreich bin. Aber es gibt einen, der über alle herausragt: meine Marianne! Du inspirierst mich, stehst mir täglich mit Rat und Tat zur Seite und zeigst mir dabei immer den richtigen Weg. Ich danke dir von ganzem Herzen, dass du bei mir bist!

Andreas Fritsch

Für Louisa, Daniel, Nici, Annika und Gabriella, die in grenzenloser Geduld so viele Wochenenden und Abende auf ihren Vater und Ehemann verzichten mussten, weil der mal wieder hinter dem Bildschirm seines Notebooks verschwunden ist. Ohne ihre Geduld und beeindruckende Toleranz hätte ich nicht die Ruhe und die mentale Stärke gefunden, neben meinem Beruf und verschiedenen Unternehmensgründungen dieses Buch fertigzustellen. Dafür mein größter Dank an euch!

Liebe Leserinnen und Leser, um zu verdeutlichen, wer gerade schreibt, ob also aus der Sicht des Mentaltrainers und Coaches – Andreas Fritsch – oder aus der Sicht des Traders und Börsianers – Thomas Vittner – berichtet wird, werden verschiedene Schriftschnitte verwendet:

für Thomas Vittners Beiträge eine serifenlose Schrift.

für Andreas Fritschs Beiträge eine Schrift mit Serifen.

Einleitung



Wir leben in einer aufregenden Welt. Nie zuvor gab es für Menschen, die sich privat oder beruflich mit dem Thema Geldanlage befassen, so viele Chancen, so viele Risiken, Unwägbarkeiten und so viel zu tun! Fundiertes Wissen und versierte Technik sind mehr denn je eine absolute Grundvoraussetzung, um sich in stürmischen Zeiten zurechtzufinden. Aber sie sind nicht das „Missing Link“, dem so viele Anleger auf der Suche nach Erfolgen an der Börse verzweifelt hinterherjagen. Denn viele technisch und fachlich hoch versierte Trader, Investoren und private Anleger wandern immer wieder durch tiefe Tränentäler und wissen nicht warum. Andere Anleger arbeiten bereits auf gutem Niveau. Sie sind zufrieden mit ihren Erfolgen, wünschen sich aber noch mehr – mehr Anlageerfolg, aber auch mehr Gelassenheit und Lockerheit bei ihren Börsengeschäften. All diesen Anlegern wollen wir uns annehmen, indem wir mit unserem Buch dort beginnen, wo viele andere Publikationen über die Arbeit mit den Finanzmärkten enden: bei unserem Denken! Denn nicht erst seit den Rekordverkäufen zahlreicher Lebensratgeber wissen wir: Erfolg beginnt im Kopf. Andreas Fritsch, erfolgreicher Unternehmer, Coach und Mentaltrainer, und Thomas Vittner, Trader, Bestsellerautor und Gründer des Projekts „trading netzwerk“, wollen Sie mit diesem Buch wachrütteln und Sie dazu bringen, dauerhaft das stärkste, wirkungsvollste und bei Weitem günstigste Werkzeug für Ihren Börsenerfolg einzusetzen: Ihre mentale Stärke!

In einer einzigartigen Mischung aus Profi-Börsenwissen und mentalen Erfolgskomponenten, die tausendfach von Top-Unternehmern, Spitzensportlern und anderen erfolgreichen Persönlichkeiten eingesetzt werden, geben wir dem Leser ein Werkzeug an die Hand, das systematisch, planvoll und strukturiert zu mehr Börsenerfolg führt. Garantiert!

Herzliche Grüße, Thomas Vittner und Andreas Fritsch

Der Aufbau des Buches

Dieses Buch umfasst insgesamt elf Teile und den Abschnitt „Der Plan“.

Teil 1

In diesem Teil erklären wir, wie Sie als Leser dieses Buch am besten nutzen. Danach erfahren Sie, warum wir überhaupt die Idee zu diesem Projekt hatten und was uns dazu veranlasst hat, es gemeinsam zu schreiben. Thomas Vittner erzählt, wie er vom Angestellten einer Versicherung zum selbstständigen Börsenprofi wurde und welche Rolle Andreas Fritsch dabei gespielt hat.

Teil 2

Dieser Teil befasst sich allgemein mit dem Thema Geldanlage. Was ist Geld und womit handeln wir an den Märkten? Welche Ansätze gibt es, um an den Märkten zu agieren? Was ist Trading, was ist Investing und gibt es etwas, das beide Vorgehensweisen verbindet?

Teil 3

Hier lernen Sie den Schlüssel zum Börsenerfolg kennen. Sie erfahren, warum mentale Aspekte bei der Geldanlage so wichtig sind und warum Fachwissen als vermeintlich einzige Erfolgskomponente nicht ausreicht. Dazu gibt Ihnen Thomas Vittner einen Einblick in das Paralleluniversum Börse, in dem ganz andere Gesetze und Regeln gelten als in unserem Alltag.

Teil 4

In Teil 4 erzählen Ihnen einige Trader, Handelssystementwickler und Investoren, welche Fehler ihnen in der täglichen Handelspraxis immer wieder unterlaufen. Andreas Fritsch beleuchtet aus seiner Sicht als Coach und Mentaltrainer die Ursachen dieser Fehler und

zeigt einige verblüffende Fakten auf. Doch um zu wachsen und uns weiterzuentwickeln, müssen wir unsere Fehler nutzen, sie willkommen heißen. Was das bedeutet, werden wir Ihnen in diesem Teil des Buches erklären. Eine sehr wichtige Funktion übernimmt dabei der Resilienz-Test, den Sie hier finden. Dieser Test gibt Auskunft darüber, wie wir mit Fehlern umgehen und ob wir es schaffen, wirklich aus ihnen zu lernen, oder ob wir möglicherweise an diesen Fehlern zerbrechen.

Teil 5

Dieser Teil des Buches steigt tiefer in mentale Aspekte ein, welche starke Einflüsse auf Ihren Börsenerfolg haben. Wir beschreiben hier, welche Rolle persönliche Werte und Einstellungen dabei spielen, wo sie herkommen und wie sie unser Handeln bestimmen. Dabei sprechen wir über Glaubenssätze, Weltbilder, persönliche Einstellungen und darüber, wie diese unsere individuelle Realität prägen. Außerdem finden Sie hier auch den „Antreibertest für Börsianer“. Er wird Ihnen beim Erkennen Ihrer Stressmuster und damit bei der Analyse wichtiger Fehlerquellen als Trader oder Anleger helfen. Mit den entsprechenden Ergebnissen werden Sie dann in den nächsten Buchteilen weiterarbeiten.

Teil 6

In Teil 6 sprechen wir über Glaubenssätze, Affirmationen, Lustgewinn und Schmerzvermeidung und verraten unter anderem, warum Börsianer möglicherweise einen Lustgewinn bei der Nichterreichung ihrer Ziele erleben. Das glauben Sie nicht? Dann lassen Sie sich überraschen! Außerdem erfahren Sie, wie Sie Ihren Lustgewinn steigern können, indem Sie aktiv gegen Ihre Erfolgs-Saboteure angehen. Letztlich beschäftigen wir uns in diesem Abschnitt weiter mit persönlichen Werten. Dabei werden Sie erkennen, welche Bedeutung sie für

Ihre Ziele, für Ihre Konsequenz und damit letztlich für Ihren Erfolg oder Misserfolg an den Märkten haben.

Teil 7

Teil 7 des Buches handelt vom Flow für Börsianer. Wir beleuchten, was Flow überhaupt bedeutet und welchen Stellenwert er für unseren Erfolg an den Märkten besitzt. Dabei wird mit dem Thema der Zufriedenheit gearbeitet und es wird die Bedeutung von Glückshormonen beschrieben. Außerdem zeigen wir, warum wir nichts von Work-Life-Balance halten, und beschreiben stattdessen eine optimale *Life Balance*. Des Weiteren blicken wir auf eine typische Erfolgskurve eines Anlegers, um letztlich Traders-Optimum, den gewünschten Flow-Kanal, zu erreichen.

Teil 8

In diesem Buchteil sprechen wir über für jeden Anleger zentrale mentale Funktionsweisen. Wir lernen, was Konzentration im Börsenhandel bedeutet und wie Bewusstsein und Unterbewusstsein bei der aktiven Geldanlage auf uns wirken.

Teil 9

Hier wird eines der bestgehüteten Börsengeheimnisse gelüftet: Wir präsentieren Ihnen die geheime Erfolgsformel der besten Börsianer. Bei genauerem Hinsehen werden Sie erstaunt sein, wie simpel dieses Konzept ist. Wie jede Formel besteht auch die Erfolgsformel aus mehreren Variablen, die alle im Detail besprochen werden. Flankierend erfahren wir, warum wir gerade mit einem Bestandteil dieser Formel – mit der Konsequenz – so oft unsere liebe Not haben. Am Ende dieses Teils sprechen wir über unser Sicherheitsbedürfnis, das wir mit den herkömmlichen Mitteln an den Märkten nur selten stillen können.

Teil 10

In Kapitel 10 vermitteln wir konkretes Umsetzungswissen. Es gilt hier, die Erkenntnisse und das Gelernte der vorangegangenen Kapitel zu vertiefen und praktisch nutzbar zu machen. Dazu erklären wir, wie wir unser Unterbewusstsein am besten anzapfen, um nachhaltige Verhaltensänderungen herbeizuführen. Der sogenannte Alpha-Zustand unseres Gehirns (eine Art aktiver Entspannungszustand) spielt dabei eine wichtige Rolle. Was er genau bedeutet und welche Konsequenzen verschiedene Aktivitätszustände unseres Gehirns für den Börsenhandel haben, erfahren Sie hier. Anschließend beschreiben wir zwei Trainingsformen, mit denen Sie konkret an der Optimierung Ihres Zustands arbeiten können.

Teil 11

Bevor Sie nun die praktischen Übungen des Buchteils „Der Plan“ beginnen, geben wir noch einen Einblick in die Themen „Ziele“ und „Mentales Erleben“. Dabei spielen unsere Glaubenssätze, denen wir in den vorausgegangenen Buchteilen öfter begegnet sind, eine entscheidende Rolle. Sie erfahren, warum wir uns oft so schwer tun, neue Wege zu gehen und uns neue Ziele zu setzen. Was das mit Ihren Ängsten zu tun hat und wie Sie sich diesen Ängsten am besten stellen, erfahren Sie hier.

Der Plan

Abschließend geben wir Ihnen ein wertvolles Programm an die Hand, das das im Buch Gelernte durch konsequentes Arbeiten in die Praxis umsetzt. Mit freundlicher Genehmigung von Ferry Fischer haben wir ein am Coaching Institut in Wien entwickeltes 21-Tage-Mentalprogramm für aktive Börsenhändler optimiert. Das Programm führt bei konsequenter Anwendung zu mehr Konzentrationsfähigkeit, Gelassenheit und Kreativität, was wiederum den Erfolg

an den Märkten messbar erhöht. Dieses Programm wurde von Ferry Fischer ursprünglich für Manager und Spitzensportler entwickelt. Eine konsequente Umsetzung – pro Tag zehn Minuten – ist allerdings eine Grundvoraussetzung für den Erfolg. Sind Sie sich diese zehn Minuten am Tag wert? Dann wünschen wir Ihnen viel Erfolg bei der Umsetzung!

Eine kleine Anleitung

Dieses Buch wurde von zwei Menschen geschrieben, die in ihrem jeweiligen Fachbereich über sehr viele praktische Erfahrungen, aber auch über fundiertes Hintergrundwissen verfügen. Beide Autoren sind nicht unfehlbar und haben durch viele eigene Fehler und Tränentäler gelernt, was es bedeutet, konsequent an seinem persönlichen Erfolg – egal in welchem Bereich – zu arbeiten. Sie sollen als Leser, der sich für Geldanlage und Börse interessiert (auf welchem Niveau auch immer), gleichermaßen von beiden Welten und Erfahrungen – guten wie schlechten – profitieren.

Die Autoren haben bei der Entstehung des Buches sehr eng zusammengearbeitet, die Themen intensiv aus verschiedenen Blickwinkeln beleuchtet, Übungen und Werkzeuge aktiv in der Praxis erprobt und immer wieder die mentalen Komponenten von Geldanlage und Erfolg gemeinsam beleuchtet. Es wurde daraus ein in sich geschlossenes System, eine Anleitung zum erfolgreichen Handeln im ganz spezifischen Segment von Börse und Geldanlage, wie es weltweit seinesgleichen sucht.

Immer wieder werden sich die beiden Autoren gegenseitig Fragen stellen und diese ausführlich beantworten. Immer wieder lernen Sie als Leser, alltägliche Entscheidungen und Erlebnisse beim Handeln an den Börsen unmittelbar mit Ihrem persönlichen Verhalten zu verknüpfen und daraus unschätzbar wertvolle Erkenntnisse für Ihre nächsten Entscheidungen zu gewinnen. Um dabei stets objektiv zu sein und mehrere Blickwinkel zu berücksichtigen, wurden auch andere Trader und Hedgefondsmanager nach ihrer Meinung gefragt. Holen Sie sich also wertvolle Tipps eines Profi-Traders, gepaart mit den Techniken eines erfolgreichen Coaches und Mentaltrainers.

Ein technischer Hinweis: Um Ihnen vertiefende Informationen leicht und schnell zugänglich zu machen, arbeiten wir multimedial

und stellen Ihnen an vielen Stellen dieses Buches sogenannte QR-Codes zur Verfügung.¹ Diese Codes sind Links zu Videos, Hintergrundberichten, verschiedenen Websites, die Ihnen weitere Informationen zu dem aktuell besprochenen Thema liefern. Wenn Sie diese Codes nutzen wollen, genügt ein Smartphone (iPhone oder Android) und eine entsprechende (kostenlose!) App, die Sie auf Ihrem Smartphone installieren, um die Codes lesen zu können. Wir arbeiten beispielsweise gerne mit der App *i-nigma*, die Sie sich kostenlos herunterladen können.

So sieht ein QR-Code aus (dieser hier führt Sie direkt auf die Seite des trading netzwerks – ein Ausbildungsprojekt von und für erfolgreiche Trader –, gegründet von Thomas Vittner):



www.tradingnetzwerk.de

Außerdem hat Andreas Fritsch in seinem Blog www.arbeitshelden.net für die Leser dieses Buches eine Literaturübersicht erstellt, in der Sie unter <http://astore.amazon.de/arbeitshelden-21> sämtliche Bücher und Übungen (wie zum Beispiel ein Audio-Training zum später erklärten Alpha-2-Training) abrufen und direkt bestellen können. Auf den nächsten Seiten erzählen wir, wie es überhaupt zu dieser Zusammenarbeit von Andreas Fritsch und Thomas Vittner gekommen ist. Und wir berichten, was uns veranlasst hat, ein gemeinsames Projekt zu starten. (Wenn es Sie nicht interessiert, überspringen Sie einfach dieses Kapitel und gehen direkt in den praktischen Teil über.)

¹ Der QR-Code (englisch Quick Response, „schnelle Antwort“, als Markenbegriff „QR Code“) ist ein zweidimensionaler Code, der von der japanischen Firma Denso Wave im Jahr 1994 entwickelt wurde.

Teil 1



Vorwort

„Mentale Stärke für wen?“ Ja, genau. Für Börsenhändler! Als ich zusammen mit Thomas Vittner, einem erfolgreichen Trader und Tradingbuch-Bestsellerautor, mit der Arbeit an diesem Buch begonnen habe, war die Welt noch so, wie wir sie kannten. Jeder Angestellte, Schüler, Student, Unternehmer, jeder Rentner legte sein Geld unter anderem in Aktien, Anleihen oder Investmentfonds an und freute sich über stattliche Gewinne und die Aufbesserung des eigenen Einkommens. Aber die Zeiten haben sich geändert.

Heute muss man schon mutig sein, wenn man seine berufliche Tätigkeit oder sein privates Interesse mit dem Begriff „Anleger“ oder gar „Trader“ oder „Börsenhändler“ beschreibt. Vorurteile und Nichtwissen schlagen einem entgegen. Da spricht man lieber nicht mehr so offen im Freundes- und Bekanntenkreis über seinen Job oder seine Passion. Und genau das ist die falsche Strategie – weil sie Prozesse auslöst, die unserem Handeln schaden. Dazu später mehr.

Wir schreiben dieses Buch daher keinesfalls nur für professionelle Anleger oder Trader. Auch wenn Thomas Vittner ein echter Profi ist, versteht er es, seine Erfahrungen so allgemein verständlich zu formulieren, dass jeder, der sich mit Geldanlage und Börse befasst, von seinem Wissen profitieren wird. Er öffnet sozusagen seine geheime Schatzkiste und lässt Tausende von Menschen – ob Anfänger oder Vollprofis – an seinen Erfahrungen und an seinem Wissen teilhaben: Wissen, das in Seminaren viel Geld kostet, aber eigentlich unbezahlbar ist, Wissen, das aus fundierter Erfahrung, jahrelanger Auseinandersetzung mit dem Thema Geld und Börse, aber auch unzähligen eigenen Fehlern und dem Umgang mit ihnen erwachsen ist.

Ich selbst arbeite seit vielen Jahren mit sehr unterschiedlichen Persönlichkeiten in Einzelcoachings und Trainings. Sehr oft geht es dabei um persönliche Entwicklungsstrategien, um Wege zum Erfolg

genauso wie um Wege aus persönlichen Krisen. Hier dreht sich vieles um Karrieren, um persönliche Weiterentwicklung, um teilweise tief greifende Veränderungen im beruflichen, aber auch im privaten Bereich.

All diese Themen laufen letztlich an einem gemeinsamen Punkt zusammen: bei uns selbst – und damit bei unserer Fähigkeit, Wesentliches von Unwesentlichem zu trennen, aus Fehlern zu lernen, mit Rückschlägen, Verlusten und Niederlagen umzugehen, eine persönliche Lebens-Balance zu finden und schließlich an Erfolgen wie an Rückschlägen zu wachsen und uns als Mensch weiterzuentwickeln. Sehr viele Techniken und Möglichkeiten, zu einer persönlichen Balance zu finden, beschreibe ich hier, weil ich nach zahllosen Gesprächen mit Thomas fest davon überzeugt bin: Erfolg an der Börse beginnt (und endet!) im Kopf.

Wir schreiben dieses Buch also *auch* für Menschen, die an den Börsen dieser Welt arbeiten und dort ihr Geld verdienen, aber ebenso für Menschen, die sich Gedanken darüber machen, wie sie heute ihre Geldanlage vernünftig strukturieren und aufstellen können. Für Menschen, die sich selbst darum kümmern (müssen), ihre Rente zu planen, und sich nicht mehr nur auf das staatliche System verlassen wollen (und können!). Für Menschen, die unsicher sind, wie sie Entscheidungen treffen sollen, die Rückschläge erlebt haben und diese Entscheidungen immer wieder (unbewusst) vor dem Hintergrund dieser Rückschläge treffen. Für Profis, die ihr Geld mit Geld verdienen. Für Trader, Investoren und Verwalter kleinerer und großer Vermögen. Mentale Stärke bedeutet, Klarheit über persönliches Handeln zu haben. Menschen, die Entscheidungen mit einem hohen Maß an mentaler Stärke treffen, treffen bessere Entscheidungen. Denn solche Menschen treffen ihre Entscheidungen, indem sie Fernwirkungen²,

² Diesen Begriff prägte Dietrich Dörner in seinem relevanter denn je gewordenen Buch „Die Logik des Mißlingens. Strategisches Denken in komplexen Situationen“, Rowohlt, Reinbek 1989, ISBN 3-499-61578-9.

Nebenwirkungen, mögliche Konsequenzen erkennen und berücksichtigen. Sehr oft tun sie das sogar unbewusst. Menschen, die ihre Entscheidungen getrieben von Angst, Gier, Neid, Rachsucht oder übersteigerter Egozentrik treffen, blenden solche Konsequenzen aus und gehen damit meist in die falsche Richtung. Sehr häufig ist diese falsche Richtung systembedrohend.

Ein wichtiger Grund, warum ich zusammen mit Thomas Vittner dieses Buch geschrieben habe: Ich möchte, dass die Welt, in der meine Kinder groß werden, von mental starken Menschen mit ethischen Grundsätzen getragen wird, die mit der Fähigkeit ausgestattet sind, die Konsequenzen ihres Handelns auch auf lange Sicht verantwortungsvoll einschätzen zu können. Angst und Gier sind dafür nicht die richtigen Motivatoren.

Aber das sind nur meine Ansichten über dieses Buch. Thomas, wie bewertest du unser gemeinsames Projekt in der heutigen Zeit?

Wie Andreas schon einleitend sagte: Als wir erstmals die grobe Idee zu diesem Buchprojekt hatten, war die (Wirtschafts-)Welt noch in Ordnung. Als wir uns dann an die konkrete Realisierung machten, schrieben wir Ende 2009. Damals war die Finanzkrise Teil 1 weitgehend verdaut und niemand konnte ahnen, dass uns nur wenig später die Dinge auf so brutale Art und Weise wieder einholen würden.

Wir dachten aber trotzdem keine Sekunde daran, das Projekt auf Eis zu legen oder zu beenden. Im Gegenteil: Wir meinen, dass dieses Buch in der heutigen Zeit wichtiger ist denn je. Die Finanzmärkte, die früher ausschließlich einer bestimmten gesellschaftlichen Elite vorbehalten waren, werden nämlich immer mehr zum Allgemeingut. Ob das nun gut ist oder nicht, sei zunächst einmal dahingestellt.

Fakt ist, dass heute fast jeder Bewohner eines westlichen Industrielandes direkt oder indirekt in die Geschehnisse an den Börsen involviert ist,