

贏家

教你摸透市場的投資心理學

TRADING TO WIN

知名心理醫師
艾里·基輔／著
陳琇玲／譯



導 讀	頂尖交易員的心戰策略	王力群／004
推薦序	做好心理建設，戰勝交易心魔	史蒂夫·柯恩／012
前 言	結合哲學與行為準則的一套做法	／015

首部曲

剖析贏家的致勝生涯

要發展出神入化的交易本領，就必須考慮到市場的複雜程度和自己的個性。

第一章	成為大師級交易員	／028
第二章	頂尖交易員的必備條件	／054
第三章	心無旁騖地交易	／077
第四章	視覺想像——把動作預先演練好	／091
第五章	專注力——做好準備和重新振作的關鍵	／110

二部曲

交易之道、攻心為上

從眼前的機會做選擇，不是設法改變現況符合你想要的正確答案。
你要知道，重點是選擇或不選擇，不是選擇正確答案。

139

第六章 百分之百的承諾——承諾結果並承擔風險／140

第七章 基本交易規則／177

第八章 管理風險及其他進階交易規則／209

第九章 團隊合作／249

三部曲

進入出神入化的交易境界

成為大師級交易員意謂的是，就算有壓力也能保持某種程度的自覺，
讓自己可以不斷調適，順應新的情勢。

281

第十章 巧妙應付壓力／282

第十一章 克服常見錯誤／296

第十二章 改變的力量／337



導讀

頂尖交易員的心戰策略

本書對於培養贏家態度以及克服交易心魔，有一個完整的「流程」。讀完此書之後，除了觀念上的改變之外，還能夠得到一套心法的「備忘錄」。

這本書之所以成為一部好書的原因之一，是作者把很多種解決心理難題的方法用「條列式」的方式告訴大家，方便讓投資者在緊張的時候手邊有一張詳細的項目表可供索閱，而不會有慌亂、失措、找不到資料的窘境出現。

例如說，針對「風險管理」這一大項，作者提出了三十一個具體的建議；而針對「超級交易員」這個大項，作者也提出了十四種重要的心法。

交易心法的「備忘錄」

台灣坊間的股市心理學書籍不多，我剛拿到此書時，最關心的就是讀者是否能在讀完此書之後，除了觀念上的改變之外，還能夠得到一套心法的「備忘錄」——因為在實

戰的時候，我們一緊張就會把書上的知識都忘得乾乾淨淨。所以，我需要一本詳細列出當某個問題發生的時候（或發生前、或發生後），我該依照哪些事項一條一條來檢視現況，或是檢視自己。

這本書提供了許多交易上實際有用的建議，像是：

- 「交易員的十項基本規則」（五十九頁）
- 「每位交易員都該捫心自問並努力做到十大問題」（六十二頁）
- 「誠實面對自己，問自己八個問題」（七十二頁）
- 「大師級交易員的特質」（七十四頁）
- 「失去專注時拿這八個問題問自己」（一二九頁）
- 「準備許下承諾之前拿這些條件問自己」（一五八頁）
- 「增加承諾的十三種方式」（一六二頁）
- 「拿這十個跟目標有關的棘手問題問自己」（一六八頁）
- 「風險管理的三十一項基本準則」（一八四頁）
- 「頂尖交易員教你風險管理十八招」（二四五頁）
- 「操盤團隊領導者應具備的十三項關鍵特質」（二五二頁）

「操盤團隊管理二十招」(二六八頁)

「交易員常見的七大壓力源」(二八四頁)

「賺錢後就連連賠錢的六大問題」(三二九頁)

「帶領你超越恐懼的八個步驟」(三七二頁)

讀者在閱讀以上的條目時，一定要記住「逐條仔細檢視」，這非常重要！

本書的使用方法

本書是針對已經接近贏家境界的操作者所寫的心理指導。換言之，你最好在閱讀本書之前就已經學到了一套正確而且完整的交易系統。

這本書並不是直接教你如何去建立一套正確的交易技術系統，而是在建立一套完整的心法知識，而這套知識大致通用於天底下所有的交易系統。

至於尚未學習到正確的交易系統的讀者，本書也是交易必讀著作。因為你可以藉由閱讀本書迅速發現自己的無知所在。

我的建議是：拿到此書之後先閱讀其觀念，然後再將大部分的時間花在「條列式」的心法。記住：一定要一條一條逐項做功課，該老實回答就老實回答，該努力改過就努

力改過，不要逃避。

實際交易操作遇到心理障礙挫折之時，依照前述的頁碼提示，給自己五分鐘的時間，迅速翻到那一頁，逐項詢問自己是哪一條沒有做到，或是沒有做好。這樣你就不會驚慌失措。

本書的交易規則

對於我來講，閱讀本書最大的樂趣在於，發現書中提到的許多贏家觀念都跟我的想法不謀而合。可惜的是，這些觀念也是一般人最難以接受的觀念或真相。所以，讀者必須花點力氣把本書讀完，並接受本書所講的事實。

這些觀念，對我來說，能夠跟世俗反其道而行，從某個角度來講，還算滿有趣的。我把部分觀念整理如下。容我提醒你：這些觀念都是目前台灣的傳播媒體上極難看得到的，所以請你一定要珍惜，並反覆思考！

1. 成功確實會引起人們對失敗的擔心，也會讓人害怕自己無法成功。
2. 放棄你對致勝這件事的想法。

3. 我們寧可費心讓自己看起來好像表現不錯，也不願意想辦法採取行動達成目標。
4. 盤勢只是反映市場走勢，不是反映個人想法。
5. 接受凡事都不可預期。
6. 跟成功有關的勝利感和幸福感，可能引起焦慮不安和心虛，因為你覺得自己是走運才成功；成功也可能讓人得意忘形並鬆懈紀律。
7. 別試圖透過交易結果證明自我價值。
8. 當你檢視市場，你看到的是自己想看到的事。
9. 規則就在這裡，你要做的只是遵守規則，其他什麼事都別做。
10. 回教有句古諺這麼說：「該安靜時就安靜，該交往時就交往，該努力時就努力，能恣意而為時就恣意而為。」
11. 當你能夠允許事件自然發生，不太在意結果，你就能全然地專注。
12. 「設法做某件事」跟「做某件事」是不一樣的。
13. 請專注在更「少」的事情上。
14. 我用當下的觀點看待這支股票，不去想自己「已經持股獲利」。
15. 專心用自己的方式交易，必要時就請助理幫忙處理賠錢的交易，讓自己不必花時

間出脫賠錢部位。

16. 如果結果不如預期，就要注意策略和交易行動有什麼疏失。別太執著於結果。

17. 必須從眼前的機會做選擇，不是設法改變現況符合你想要的正確答案。

18. 重點是選擇或不選擇，不是選擇正確答案。

19. 你必須培養違反直覺的能力……你能做的就是建立一個機率模型，訓練自己遵照那個模型，不要憑直覺進行交易。

20. 交易員可能花太多心思設法保護賠錢部位，希望情勢會逆轉。

21. 留意讓你賠錢的交易，而不是留意讓你賺錢的交易。

22. 當你為交易虧損掙扎不已時，最糟糕的事情莫過於，想靠其他交易獲利來彌補損失。

23. 八〇%的獲利是來自二〇%的交易，只不過實際數字甚至懸殊更大。

24. 大師級交易員易以一小部分的交易，做為主要獲利來源。

25. 交易金額愈大，就愈可能賺到錢。