

**INKLUSIVE  
LIVE TRADING**

**BREAKFAST  
TRADING 2013**



**INTERVIEW** mit **Norman Welz**,  
Experte für angewandte Tradingpsychologie bei GodmodeTrader.de

kurs plus:

**Dass man beim Trading auch die psychologischen Aspekte berücksichtigen muss ist vielen bekannt. Trifft das nur auf die aktiven Handelssereignisse zu, oder auch auf den Moment, wo man morgens mit dem Trading beginnen möchte?**

Norman Welz:

Die mentale Vorbereitung für das Trading beginnt eigentlich schon weit vor dem Morgen. Wer nämlich am Abend zuvor einen starken emotionalen Reiz bekommen hat, sich z.B. mit seinem Partner gestritten hat, der muss wissen, dass solche Beeinflussungen sich auf das Trading übertragen können.

kurs plus:

**Aber was soll denn ein Streit mit meinem Partner mit dem Trading zu tun haben?**

Norman Welz:

Beim Trading übertragen wir unser Befinden vor allem unbewusst. Das macht der Mensch ständig. Bin ich nun, beeinflusst von einem Streit, wütend und aggressiv, dann besteht die Gefahr, dass sich diese Gefühle auf meine Handelsstil auswirken.

kurs plus:

**Macht Sinn. Gibt es weitere Aspekte?**

Norman Welz:

Oh ja. Generell muss man als Trader wissen, dass das psychische Befinden eines Händlers sein mentales Kapital ist. Ob ich unausgeschlafen und müde an die Märkte gehe, oder ausgeschlafen und kraftvoll, beides wird sich auf mein Trading auswirken. Es ist deutlich zu erkennen, das Profitrader meistens viel für ihr körperliches und seelisches Wohl tun: Sport, Meditation, Ernährung usw.

kurs plus:

**Trifft das auf jeden Tradertyp zu?**

Norman Welz:

Man kann sagen, je kürzer die gehandelte Zeiteinheit ist, desto wichtiger ist die mentale Verfassung. Viele interessieren sich für das schnelle Scalptrading, bei dem der Trader sich nur wenige Punkte aus dem Markt rausschneiden will. Dabei wird oft vergessen, dass dieser Tradingstil die höchste mentale Belastung mit sich bringt. Denn hier ist man ständig mit seinen Emotionen konfrontiert.

kurs plus:

**Wie kann sich denn ein Trader morgens sinnvoll vorbereiten?**

Norman Welz:

Vor allem entspannt an das Trading gehen, und nicht auf die letzte Sekunde. Sinnvoll ist, die Handelsplattform schon eine halbe Stunde vor dem Trading zu öffnen und sich erst mal auf die

Geschehnisse einlassen. Zuvor sollte man für eine gelassene Grundstimmung sorgen: ein Spaziergang, moderates Jogging oder eine kleine Ruhephase, etwa mit Meditation.

kurs plus:

**Nicht jeder hat dafür Zeit.**

Norman Welz:

Das stimmt. Dann sollte man wenigstens bewusst darauf achten, dass man Ruhe beim Traden hat. Telefonate, Mails, im Internet Surfen sollten passè sein. Das ist zum einen eine Entscheidung, aber auch eine Planung. Als Trader ist es wichtig, dass man den Kopf für das Trading frei hat. Es geht um das Dasein im Jetzt.

kurs plus:

**Ist der Morgen eine bessere Zeit zum Traden?**

Norman Welz:

Interessante Frage – und eine sehr wichtige! Wenn man ein Morgenmuffel ist, dann kann es sein, dass man vielleicht besser am Nachmittag tradet. Letztlich kann man sagen: jeder sollte herausfinden wann er sich wie und wodurch wohlfühlt und diesen Zustand für sein Trading bewusst als Handelsgrundlage herstellen. Man sollte sich immer bewusst darüber sein, dass man etwa 95% seiner Handlungen unbewusst ausführt!

**Frühstück  
ist fertig!**

Mehr zum Thema: Bewältigung der Angst im Tradingalltag erfahren Sie bei der Frühstücksveranstaltung „Breakfast Trading“, wo Sie bei leckeren Croissants und gutem Kaffee mit den Experten in den Handelstag starten.

**Christian-Hendrik Knappe** von Deutsche Asset & Wealth Management, **Christian Hager** von Cortal Consors, Profitrader **Rene Berteit** von GodmodeTrader.de und **Norman Welz**, Experte für angewandte Tradingpsychologie bei GodmodeTrader.de, zeigen Ihnen, wie Sie sich optimal auf Ihren Handelstag vorbereiten und Ihre ersten Trades machen.

**Lassen Sie sich die Chance auf Ihr Trader-Frühstück nicht entgehen und melden Sie sich jetzt an, denn die Teilnehmerzahl ist begrenzt!**

**Mehr Informationen zur Veranstaltung und kostenfreie Anmeldung unter [www.kursplus.de](http://www.kursplus.de)**



Wir freuen uns schon auf Sie!

**Ihr kurs plus-Team**