

УДК 336.762.3
ББК 65.264.31
С80

Издано при содействии
Международного Финансового Холдинга
FIBO Group, Ltd.

Переводчик А. Шматов
Научный редактор В. Ионов
Редактор И. Проворов

Стинбарджер Б.

С80 Самоучитель трейдера: Психология, техника, тактика и стратегия / Бретт Стинбарджер; Пер. с англ. — М.: Альпина Паблишер, 2012. — 328 с.

ISBN 978-5-9614-1910-8

Книга Бретта Стинбарджера, директора по развитию трейдеров компании Kingstree Trading, LLC, станет вашим проводником на пути к успеху. Следуя рекомендациям автора, вы будете шаг за шагом продвигаться вперед.

Какой способ торговли подойдет именно вам? Как совершенствовать технику, тактику и стратегию? Что такое циклы обучения и зачем они нужны? Какие навыки необходимо развивать новичку, чтобы стать профессионалом? Чем компетентность отличается от мастерства? Можно ли избежать психологических травм? Как использовать методы краткосрочной психотерапии?

Ответы на эти и другие важнейшие вопросы вы найдете в этой книге, которая будет полезна и новичкам, и опытным трейдерам. Бретт Стинбарджер считает торговлю не игрой, а наукой и учит находить закономерности там, где большинство видит хаос.

УДК 336.762.3
ББК 65.264.31

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу lib@alpinabook.ru.

© Brett N. Steenbarger, 2007
Опубликовано по лицензии John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey
© Издание на русском языке, перевод, оформление.
ООО «Альпина Паблишер», 2012

ISBN 978-5-9614-1910-8 (рус.)
ISBN 978-0-470-03866-6 (англ.)

Содержание

Введение.....	11
Извилистый путь от психологии торговли до успешного трейдинга	11
Взгляд в будущее	14
Благодарности	17
От автора.....	19
ГЛАВА 1. Где начинается мастерство	21
Рассказ о двух трейдерах	22
Краеугольный камень мастерства	24
Циклы обучения: двигатель результативности	26
Что мешает трейдерам использовать циклы обучения?	28
От удовольствия к мастерству: процесс развития.....	29
Фактор времени.....	33
Торговля: множество ниш	35
Как трейдеры находят свои ниши?	40
ГЛАВА 2. Поиск ниши трейдера	43
Эффект умножения.....	44
Эффекты умножения в торговле	46
Как нам найти свою нишу?	48
Что мы можем узнать из несовместимости.....	50
Подъем по правильным лестницам	53
Рыночная возможность: вторая половина уравнения	58
Учебная торговля как инструмент самопознания.....	60
О роли черт характера при поиске торговых ниш	63
Что вы можете увидеть из своей торговой ниши.....	65
Может ли любой человек преуспеть в торговле?	69
Роль наставничества в раннем развитии	71
Самопознание: ваш первый цикл обучения	74
ГЛАВА 3. Развитие компетентности.....	77
Определение компетентности в торговле	78
Обычная компетентность и компетентность мастера	79
Кристаллизующие события и обучение погружением.....	81
Неудачливый трейдер и творческий потенциал	84
Призвание, талант и опьянение.....	87
Делаем выводы: фундаментальное заблуждение в отношении результативности.....	89

Развитие личности.....	91
Поцелуй смерти трейдера	93
Состояние потока: движущая сила компетентности	95
Тим, печальный трейдер	97
Почему трейдеры терпят неудачу: самоосознание, компетентность и настроение	99
Компетентность первого и второго порядка.....	101
Устойчивость и компетентность	104
Компетентность и моделирование	108
ГЛАВА 4. Стратегии для развития компетентности.....	111
От нахождения ниши к развитию компетентности	112
Структура обучения: создание зеркал	113
Как структурировать обучение: разделение задач на составляющие элементы	116
Как структурировать ваше обучение: создание различных тренировочных условий	118
Как структурировать обучение: включение навыков в моделируемые действия	121
Профессионал и любитель	125
Обучение и психология торговли	126
Что нужно продвинутым ученикам от наставника	128
А могут ли трейдеры учить себя сами?	131
Ресурсы наставничества для увеличения компетентности	134
Самый важный ресурс для развития компетентности: моделирование	136
Какие торговые навыки следует отрабатывать для развития компетентности?	140
С чего начать: лучший совет, полученный доктором Бреттом.....	144
ГЛАВА 5. От компетентности к мастерству	147
Эволюция мастерства.....	148
От компетентности к мастерству.....	149
В офисе мастера трейдинга	151
Поиски источника торгового мастерства.....	154
Практика целенаправленного анализа: общий знаменатель мастерства	156
Работа вне зоны комфорта.....	159
Мастерство и неявное обучение	160
Неявное и явное обучение в процессе работы	162
Что выделяет экспертов: восприятие.....	165
Что выделяет экспертов: мышление	167
Что выделяет экспертов: действие и противодействие	170
Роль наставничества в мастерстве.....	173

ГЛАВА 6. Техника, тактика, стратегия	177
Успех и техника исполнения	178
Улучшение техники трейдинга: торговый спортзал	181
С чего начинается тренировка: наблюдение	184
Контрольный список для наблюдения	185
Техника управления риском	187
Автоматизация навыков, обосновывающих тактические решения	190
Когда стратегия терпит неудачу: проблемы у вершины пирамиды	195
То, что лучше всего предсказывает способность возрождения	198
Самое большое препятствие развитию успешных стратегий	200
Наблюдение за собой и видеозапись	202
Видеозапись, самооценка и пирамида результативности	204
ГЛАВА 7. Динамика результативности	209
Результативность и подготовка	209
Подготовка к «засадам» рынка	211
Результативность: от искусства к науке	213
Несколько слов об управлении риском	217
Психологическая парадигма и парадигма результативности	218
Ежедневная статистика результативности	221
Использование статистики для более глубокого анализа	225
Журнал результативности: еще один инструмент самонаблюдения	228
Использование торгового дневника для развития трейдера	230
Постановка целей: трансформация результатов наблюдений в планы деятельности	232
Когда постановка цели снижает результативность	235
Воображение: цели становятся реальностью	236
Заключительные слова о научном подходе к повышению результативности	239
ГЛАВА 8. Когнитивные методы повышения результативности ...	241
Источник торговых проблем	241
Фрагментированная личность	243
Семейный человек, утративший способность торговать	244
Почему не удастся справиться с проблемой: роль познания	245
Что вы должны знать, прежде чем начать когнитивную работу	247
Джеймс приступает к когнитивной психотерапии	249
Первое изменение в когнитивной работе: Джеймс делает перевод	250
Следующий шаг: Джеймс прячет оружие в кобуру	252
Чего достигает когнитивная психотерапия	253
Первый шаг когнитивной психотерапии: идентификация мыслей	254
Второй шаг когнитивной психотерапии: прерывание и изменение негативных мыслей	256
Третий шаг когнитивной психотерапии: усилия для изменения когнитивных моделей	259
Когда когнитивные методы не работают	261

ГЛАВА 9. Бихевиористские методы повышения**результативности 265**

Понимание условных рефлексов	266
Психологическая травма: формирование условных рефлексов в экстремальных условиях	267
Психологическая травма и мозг: как мы становимся другими людьми	268
Умеренная психологическая травма: новая концепция	269
Как торговля травмирует трейдеров.....	271
Лучший совет доктора Бретта	273
Первый шаг терапии поведения: расслабление	274
Второй шаг терапии поведения: идентификация раздражителей	276
Третий шаг терапии поведения: сознательная обработка раздражителей	277
Экспозиционная терапия: усиление роли сознания	280
Первый шаг экспозиционной терапии: создание состояния Йоды	281
Второй шаг экспозиционной терапии: поэтапная экспозиция в состоянии Йоды	283
Правильная подготовка: лучшее лекарство.....	286

Послесловие..... 287

Портрет трейдера в детстве.....	288
Портрет трейдера в студенческие годы	290
Портрет молодого трейдера	291
Портрет успешного трейдера	293
Портрет трейдера в процессе трансформации	296
Портрет трейдера дома.....	298
Портрет развивающегося трейдера	300

Заключение..... 303

Суть торговли как вида деятельности.....	303
Заключительные советы Ларри Коннорса.....	306
Высшая цель торговли.....	307
Что значит быть свободным.....	307
Подготовка к свободе	308
Что важно: слова расставания	309

ПРИЛОЖЕНИЕ. Ресурсы для повышения результативности..... 311

Торговые платформы.....	311
Рыночные данные и графики.....	312
Фильтрация акций и анализ рынка.....	313
Исследование исторических закономерностей.....	314
Информативные веб-сайты, блоги и книги.....	314
Наставнические ресурсы	317

Библиография..... 319