



© Artur – stock.adobe.com

GEFANGEN IN ALTEN VERHALTENSMUSTERN

Auf der Couch: Ein Tradingcoach plaudert aus dem Nähkästchen

Wenn sich Märkte jahrelang immer in den gleichen Mustern bewegen, dann scheint Trading ziemlich einfach zu sein. Die Probleme kommen allerdings, wenn sich das ändert – dann sitzen viele Trader plötzlich nicht mehr vorm Monitor, sondern auf der Couch des Coaches.

Das Telefon steht nicht mehr still. Und die Coachinganfragen stapeln sich. Was ist passiert? Kurz gesagt: Wir sind in einem Bärenmarkt. Seit Anfang dieses Jahres befinden sich die Kapitalmärkte weltweit im Abwärtstrend. Ob Aktien, Anleihen, Edelmetalle oder Kryptowährungen: Alles scheint unter die Räder zu kommen. Die Volatilität ist enorm, die täglichen Schwankungen der Kurse sind unberechenbar und bringen viele kurzfristig orientierte Trader um den Verstand. Der psychische Stress und die emotionale Überforderung führen bisweilen zu

fatalen Fehlentscheidungen. Häufen sich die Verluste, folgen auf den ersten Schock Ärger und Wut. Der Teufelskreis beginnt: Trader wollen ihr Geld zurückholen und gehen viel zu große Risiken ein. Sie verlieren die Kontrolle. Bewährte Tradingregeln und geplante Setups werden dann einfach ignoriert, Positionsgrößen stehen in keinem Verhältnis mehr zum Tradingkapital. Es wird hektisch und impulsiv gehandelt. „Overtrading“ und „Revenge Trading“ sind die englischen Fachausdrücke dafür. Die emotionale Achterbahnfahrt zehrt an den Nerven, aus Wut wird Angst und schließlich Panik, weil der Totalverlust droht. Ist das Tradingkonto erst einmal ruiniert, ist guter Rat teuer. Auf meiner „Couch“ ist es dieses Jahr eng geworden.



Roland Ullrich:

Roland Ullrich, Diplom Volkswirt und Chartered Financial Analyst (CFA), hat 20 Jahre bei Großbanken in Frankfurt, London und New York im Aktiengeschäft gearbeitet. Heute trainiert er private wie professionelle Anleger und Trader, schreibt Bücher und Fachbeiträge, produziert Lehrvideos, hält Vorträge und Seminare über Trading-Psychologie und Börsenstrategien.
www.roland-ullrich.com

Versuch einer markttechnischen Einordnung

Was unerfahrene Marktteilnehmer leider nicht verstehen, ist die Tatsache, dass Bärenmärkte nach völlig anderen Mustern ablaufen als Bullenmärkte. Gewohnte Wirkungszusammenhänge scheinen aufgehoben. Die Buy-the-Dip-Konditionierung vieler Trader führt zum sprichwörtlichen Griff ins fallende Messer. Rücksetzer sind dann eben keine Kaufgelegenheiten mehr, und so scheinen die Kurse zuweilen ins Bodenlose zu fallen. Was seit dem Corona-crash im März 2020 so wunderbar funktioniert hat, gehört

plötzlich der Vergangenheit an. Völlig unerwartet kommt es dann zu kräftigen Erholungen, den sogenannten Bärenmarktrallyes. Es bedarf oftmals nur eines Auslösers und eine Welle von Short-Eindeckungen treibt die hochgradig nervösen Märkte unaufhaltsam nach oben. Marktbreite und Liquidität sind auffallend gering. Gründe für eine fundamentale Neubewertung gibt es in der Regel nicht. Es sind die Positionierungen der dominanten Großinvestoren, also der Publikumsfondsgesellschaften und der Hedgefonds, die den Markt bestimmen. Aufgrund der fundamental negativen Markteinschätzungen sind die Investitionsgrade gering. Die Besicherung der Aktienbestände über Derivate ist gewaltig. Steigen die Kurse, geraten die großen Anleger unter Druck und müssen ihre Verluste auf der Short-Seite begrenzen. In den liquiditätsmäßig ausgetrockneten Märkten kann das schnell einen Eindeckungstsunami auslösen. Die Mitte November veröffentlichten US-Inflationszahlen sind bekanntlich etwas besser ausgefallen als befürchtet und haben einen gewaltigen Short-Squeeze ausgelöst. Aktiv gemanagte Fonds verfolgen benchmarkorientierte Strategien, weil ihre Performance an einem Vergleichsindex gemessen wird. Fondsmanager sind gezwungen, den Märkten zu folgen. Das befeuert natürlich den kurzfristigen Trend und zwar in beide Richtungen. Mittelzu- und -abflüsse bei großen Fonds erhöhen den Handlungsdruck und wirken trendverstärkend. Wer als kurzfristig orientierter Trader diese unkalkulierbare Dynamik von Bärenmärkten nicht verstanden hat und seinen Tradingstil nicht entsprechend anpasst, wird gnadenlos untergehen

und sein Tradingkapital verlieren. Die Positionierung der dominanten Marktakteure ist in Bärenmärkten mitunter wichtiger als Nachrichten und Chartverläufe. Bitte nicht vergessen: Depotschutz hat immer oberste Priorität! In Bärenmärkten ist das „risk of ruin“ um ein Vielfaches größer als in Bullenmärkten. Ohne konsequentes Money- und Risikomanagement haben Trader keine Chance zu überleben. In Bärenmärkten trennt sich die Spreu vom Weizen. Nur wer in der Lage ist, seine Tradingstrategien den vorherrschenden Marktbedingungen anzupassen, wird sie überstehen. Erfahrene Trader verdienen in allen Marktphasen Geld.

Gefangen in der Psychofalle

Die meisten Trader unterschätzen leichtfertig, wie schnell ein Tradingkonto ruiniert ist. Deshalb schildere ich aus meiner Praxis am Beispiel von Thomas B. (der Name ist geändert), wie es in diesem Jahr vielen Tradern ergangen ist. Thomas ist Mitte dreißig und hat seine Leidenschaft für den Kurzfristhandel an der Börse vor gut zwei Jahren entdeckt. Angesichts der Lockdowns während der Pandemie hatte er ausreichend Zeit, sich mit der technischen und fundamentalen Seite der Märkte zu beschäftigen. Ein passendes Tradingkonto bei einem CFD-Broker war schnell eröffnet und kapitalisiert. Mit der Demoversion hat Thomas sich nicht lange aufgehalten. Die Ungeduld war groß. Schließlich wollte er schnell Geld verdienen – auch um den großen Aufschwung nach dem Coronacrash nicht zu verpassen. FOMO, the fear of missing out, heißt der

Anzeige



JETZT ZU CAPTRADER WECHSELN.
 DER **ONLINE-BROKER** FÜR TRADER,
 DIE EINFACH MEHR WOLLEN.

CAPTRADER
 TRADE YOUR FUTURE NOW

WWW.CAPTRADER.COM/BROKERWECHSEL

viel zitierte psychologische Fachausdruck. Thomas glaubte alles im Griff und unter Kontrolle zu haben. Mit einer guten Portion Glück hatte er gleich zu Anfang eine Gewinnserie hingelegt, die sein Selbstbewusstsein weiter stärkte. Rücksetzer hatte er konsequent zur Positionsaufstockung genutzt. Seine Handelsstrategie war einfach: gehebelte Long-Positionen auf DAX und Nasdaq ohne konkrete Verluststopps oder Gewinnziele. Das ging lange gut. Bis Anfang dieses Jahres, als der Aufwärtstrend brach und eine kräftige Korrektur einsetzte. Thomas hatte mehrere Verlustpositionen deutlich aufgestockt und bekam Angst, als die Gegenbewegung ausblieb und stattdessen die Märkte weiter fielen. Die Psychofalle schnappte zu. Er fühlte sich hilflos und handlungsunfähig. Aus Angst wurde Panik und er verkaufte alles. Ergebnis: 60 Prozent seines Tradingkapitals waren vernichtet. Hier zeigen sich eindringlich die Gefahren der Martingale-Strategie, also die Erhöhung des Risikos durch Nachkaufen in den Verlust. Das mag einige Male gut gehen, aber wenn nicht, sind die Verluste gewaltig. Die Finanzmathematik ist ernüchternd: Um einen Verlust von 60 Prozent wieder aufzuholen, ist ein Gewinn in Höhe von 150 Prozent erforderlich. Thomas war sehr ehrgeizig. Er wollte sein Geld zurück, die Verluste wieder wettmachen und setzte weiterhin auf seine Buy-the-Dip-Strategie, nur diesmal aggressiver, stärker gehebelt und mit größeren Positionen. Risikomanagement war ein Fremdwort für ihn. Die anschließende emotionale Achterbahnfahrt kann sich jeder vorstellen. Um das Ergebnis vorwegzunehmen: Der Totalverlust ließ nicht lange auf sich warten. Völlig entnervt und mit einem Gesamtverlust von 95 Prozent gab er auf. Sein Geld hat Thomas in kürzester Zeit unwiderruflich verloren. Dieser Schock saß tief, als er sich kleinlaut bei mir meldete.

Auswege aus der Psychofalle

Es dauert mitunter Jahre, um ein Tradingkonto hochzufahren und konsistent profitabel zu handeln, aber oft nur wenige Tage, ein Konto zu ruinieren. Dieses Risiko wird von den meisten gewaltig unterschätzt. Erfahrene Trader wissen, dass Trading ein ständiger Überlebenskampf ist. Ohne professionelles Money- und Risikomanagement wird kein Trader im „Spiel“ bleiben. Und dazu gehört die konsequente Verlustbegrenzung.

Das Beispiel von Thomas soll zeigen, wie schnell die Psychofalle zuschnappt und das Geld verloren ist. Am Anfang gibt es oft Selbstüberschätzung, Kontrollillusion, Gier, Ungeduld, FOMO. Die ersten Gewinne

lassen Neulinge schnell euphorisch werden. Aber ohne Strategie und Regelwerk sind Gewinne Glück und Zufall, aber kein Können. Nach den ersten Verlusten änderte sich die Gefühlslage dramatisch, mit fatalen Folgen: Wut, Angst und Panik führen zum Kontrollverlust, Tradingfehler häufen sich. Ohne Regelwerk fehlen Disziplin und Halt. Impulsives Handeln ohne Sinn und Verstand führt unweigerlich zum Totalverlust.

Die Zeitebene macht den Unterschied

Der Kardinalfehler aller Tradinganfänger ist es, gleich mit der Königsdisziplin – dem spekulativ gehebelten Kurzfristhandel – anfangen zu wollen. Im Haifischbassin der Profis haben Anfänger kaum eine Chance, die fachliche und emotionale Überforderung ist einfach zu groß. Der Adrenalinkick ist natürlich im 5-Minuten oder 15-Minuten-Chart am größten. Allerdings sind knapp 80 Prozent der Daytrader in diesem Zeitfenster nicht profitabel, wie Statistiken der CFD-Broker belegen. Deutlich besser sind die Chancen auf höheren Zeiteinheiten. Swingtrader, die Positionen über Tage oder auch Wochen halten, nehmen oftmals eine komplette Bewegung in einem übergeordneten Trend mit.

Etablierte Trends sind aussagekräftiger und damit zuverlässiger zu handeln. Die emotionale Belastung ist kleiner, die Erfolgsaussichten sind größer. Die Trefferquote in sehr kleinen Zeiteinheiten ist sehr viel geringer, weil kurzfristige Kursbewegungen zufallsbedingt und unvorhersehbar sind. Der emotionale Stress ist dementsprechend groß. Allen Neulingen im Tradinggeschäft ist deshalb dringend zu empfehlen, auf höheren Zeitebenen regelbasiert und profitabel traden zu lernen. Erst dann sollten sie ihr Glück im Kurzfristhandel versuchen. Letztlich ist es wichtig herauszufinden, welcher Tradingstil am besten zur eigenen Persönlichkeit passt.

Fazit:

Trading ist nicht nur kaufen und verkaufen – es ist auch ein Psychologiespiel. Die großen Probleme beim Trading entstehen, wenn sich Märkte anders verhalten als gewohnt. Neue Marktmuster verlangen auch ein neues Traderverhalten. Darauf sind viele Börsianer nicht eingestellt. Wie sollte es auch anders sein – über viele Jahre gab es schließlich einen Aufwärtstrend und jeder auffällige Kursrücksetzer erwies sich als Kaufgelegenheit. Eigentlich sollte klar sein, dass dieses jahrelange Kursverhalten irgendwann nicht mehr funktionieren wird. Doch es fällt den meisten Tradern schwer, die neuen Marktbedingungen zu akzeptieren.