

معامله گر منضبط

پرورش ذهن برای موفقیت در بازار

رناک داگلاس

مترجم:

مهندس احسان سپهریان

ضمایم تکمیلی:

مهندس حسین جعفری

سرشناسه	: داگلاس، مارک ج.
عنوان و نام پدیدآور	: Douglas, Mark (Mark J) معامله گر منضبط: پرورش ذهن برای موفقیت در بازار / مارک داگلاس؛ مترجم احسان سپهریان؛ همراه باضمایم تکمیلی تألیف حسین جعفری.
مشخصات نشر	: تهران: آرویح ایرانیان، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	: ۳۵۹ ص؛ مصور، ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	: 978-964-504-257-6
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: The disciplined trader : developing winning attitudes, c1990.
یادداشت	: کتاب حاضر با عنوان "معامله گر منظم: توسعه نگرش کسب سود در بازارهای مالی (بورس، فارکس)" با ترجمه محسن جعفری توسط انتشارات دریاچه نو در سال ۱۳۸۹ فیبا گرفته است.
عنوان دیگر	: معامله گر منظم: توسعه نگرش کسب سود در بازارهای مالی (بورس، فارکس).
عنوان دیگر	: پرورش ذهن برای موفقیت در بازار.
موضوع	: کارگزاران بورس - نگرش‌ها
موضوع	: بورس
موضوع	: سپهریان، احسان، ۱۳۵۷ - مترجم
شناسه داده	: جعفری، حسین، ۱۳۴۸ - [مهندس]
شناسه یکتا	: ۱۳۹۳۶۲۵۴۲۱HG
بندی	: ۳۳۳/۶۴
شماره	: ۳۴۵۳۶۳۲

مترجم	: مترجم آرویح ایرانیان
مترجم	: نویسنده مارک داگلاس
مترجم	: مترجم: مهندس احسان سپهریان
مترجم	: ضمایم تکمیلی تألیف: مهندس حسین جعفری
مترجم	: مدیریت تولید: شرکت پام (پارسا) ۷۷۶۰۸۵۱۰
مترجم	: اجرای جلد: مجید کریمی - شابک
مترجم	: چاپ اول ۱۳۹۳
مترجم	: تیراژ: ۲۰۰۰ نسخه
مترجم	: چاپ: آرویح
مترجم	: صحافی: آرویح
مترجم	: بهاء هر جلد: ۱۸۰۰۰۰ ریال
مترجم	: حق چاپ محفوظ است
مترجم	: شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۰۴-۲۵۷-۶
مترجم	: پست الکترونیکی نویسنده:
مترجم	: Ehsan.Seprehrian@gmail.com

فهرست مطالب

۱	پیشگفتار مترجم
۹	پیشگفتاری از تیموسی اسلاتر
۱۳	ب. آغاز مؤلف
۲۳	فصل اول: مقدمه
۲۳	فصل ۱: چرا این کتاب را نوشتم
۳۹	فصل ۲: چرا یک الگوی فکری جدید لازم است؟
۶۱	بخش دوم: ماهیت محیط معامله‌گری از نقطه نظر روان‌شناختی
۶۳	فصل ۳: همیشه حق با بازار است
۶۷	فصل ۴: پتانسیل سود و ضرر نامحدود است
۷۱	فصل ۵: قیمت‌ها در حرکت دائمی هستند
۸۱	فصل ۶: بازار محیطی بدون ساختار است
۹۳	فصل ۷: در بازار دلایل نامربوط‌اند
۱۰۱	فصل ۸: گام‌های سه‌گانه برای تبدیل شدن به معامله‌گر برتر
۱۰۹	بخش سوم: ساختن چارچوبی برای شناخت خود
۱۲۲	فصل ۹: شناخت ماهیت محیط ذهنی
۱۴۱	فصل ۱۰: مدیریت اطلاعات محیطی توسط خاطرات، تداعی‌ها و باورها

فصل ۱۱: لزوم فراگیری روش تطبیق ۱۶۹

فصل ۱۲: سازوکار رسیدن به هدف ۱۹۱

فصل ۱۳: مدیریت انرژی ذهن ۲۱۳

فصل ۱۴: تکنیک‌هایی برای اعمال تغییر ۲۲۹

بخش چهارم: چگونه به معامله‌گر برتر تبدیل شویم ۲۴۵

فصل ۱۵: روان‌شناسی حرکت قیمت‌ها ۲۴۵

فصل ۱۶: قدم در راه موفقیت ۲۷۱

فصل ۱۷: کتاب آخر ۳۰۵

ضمائم تکمیلی ۳۰۷

پرسشگفتار جمع

شاید شما هم مثل من به این موضوع فکر کرده باشید که چگونه می‌توانیم در کنار (یا حتی به جای) باغلی که بابت آن‌ها حقوق ثابت می‌گیریم، کسب و کار دلخواه خود را داشته باشیم. فکر یک سو به سرمایه‌ی زیادی نیاز نداشته باشد و از سوی دیگر جذاب و سودمند باشد. راهی که من برای آن سراغ دارم این است: بازار بورس اوراق بهادار. در واقع راهی که وجود دارد این است که اگر سرمایه کافی برای ایجاد یک کسب و کار دلخواه در حوزه‌هایی مثل فولادسازی، پتروشیمی، تولید سیمان، دارو و غیره را نداریم (که خیلی‌های دیگر هم این چنین سرمایه عظیمی ندارند)، می‌توانیم به اندازی سرمایه خودمان و با خرید سهام این شرکت‌ها در کسب و کارشان شریک شویم. به عنوان مثال دیگر، اگر نمی‌توانیم حتی یک کارخانه‌ی کوچک فولادسازی ایجاد کنیم، می‌توانیم شرکت بسیار کوچکی از سهام یکی از کارخانه‌های فولادسازی سهامی عام عرضه شده در بورس یا فرابورس را بخریم و متناسب با میزان سهم خود، از این به بعد سود سالانه‌ی کارخانه و یا افزایش ارزش سهام کارخانه، متعلق به ما باشد. به این ترتیب می‌توانیم به نوعی عنوان کنیم که به کسب و کاری مانند فولادسازی مشغول هستیم.

به شخصه معتقدم که این کار حتی می‌تواند از ایجاد یک کسب و کار اختصاصی کوچک هم بهتر باشد. چرا که می‌توانیم جستجو کنیم و در پربازده‌ترین کسب و کار موجود که از مدیریت حرفه‌ای و کارآمد برخوردار باشد سرمایه‌گذاری

کنیم و هرگاه احساس کردیم آن کسب و کار به هر دلیل در حال افتادن از رونق است، مدیران آن عملکرد خوبی ندارند یا به هر دلیلی سود مورد انتظارمان محقق نمی‌شود، با فروش سهم خود (قبل از آنکه خیلی دیر شود) از شراکت با آن‌ها انصراف داده و سرمایه خود را به کسب و کار دیگری منتقل کنیم و نگران هزینه‌ی دستگاه‌های خریداری شده، حقوق و مطالبات کارگران، تسویه حساب‌های مالیاتی و غیره نباشیم. همچنین می‌توانیم در چند شرکت مختلف سرمایه‌گذاری کنیم و با چیدمان اصولی و حساب‌شده‌ی سبد سرمایه‌گذاری‌ها، تا حد ممکن ریسک سرمایه‌گذاری‌مان خود را کاهش دهیم.

چند سال پیش و با همین دیدگاه وارد بورس شدم و همزمان، در کلاس‌های آموزشی استاد بورس، که توسط مهندس حسین جعفری (از همکاران دانشگاه آزاد و مدرس سابق دوره مهندسی صنایع) برگزار می‌شد شرکت کردم و به مرور، دانش تئوری بورس را با تجرب عملی معامله در بازار بورس (با سرمایه اولیه‌ی کوچکی که به مرور برافزودم) همراه کردم.

اما به محض ورود به بازار بورس با ایده‌هایی مواجه شدم که سؤالاتی جدی در ذهنم ایجاد می‌کرد. مثلاً چرا سهام شرکت «الف» امروز صف فروش است ولی فردای همان روز، بدون آنکه اتفاق مهمی در آن شرکت یا صنعت رخ داده باشد با صف خرید همراه می‌شود و یا بالعکس؟ چرا سهام شرکت «ب» که سالانه سود مناسبی تولید و تقسیم می‌کند ارزان است (نسبت به ارزش آن) و خریدار ندارد و در عوض سهام شرکت «ج» که نه وضعیت بنیادی مناسبی دارد نه چشم‌انداز مثبتی دارد و نه سود مناسبی تولید می‌کند گران است و خریداران کدامیک از معامله‌گران در معاملاتی از این دست سود خواهند برد؟ کدامیک سرمایه‌سود را از دست خواهند داد؟ اصولاً چرا بیش از ۸۰ درصد فعالان بازار همیشه در زیان کردن یا درجا زدن هستند و چرا تنها عده‌ی معدودی سودهای قابل توجهی کسب می‌کنند؟

در مطالعه و جستجو برای یافتن پاسخ این سؤالات دریافتم که بسیاری از معامله‌گران هیچ‌گونه سرشته‌ای از این کار ندارند. یعنی تقریباً هیچ دانش و شناختی از مسائل اقتصادی، تحلیل‌های مالی، اصول حسابداری و بازار فروش تولیدات و خدمات صنعتی ندارند و صرفاً با توصیه‌های دیگران یا با مشاهده‌ی رفتار افراد دیگر، اقدام به معامله می‌کنند و توقع دارند بتوانند سهمی را به قیمت مناسب به فکر می‌کنند خیلی ارزان است بخرند و پس از مدت کوتاهی آن را به قیمت بالاتری بفروشند و از این محل سود کسب کنند. معامله‌گرانی از این دست، نه تنها قادر به برقراری هیچ‌گونه ارتباطی میان «ارزش» و «قیمت» سهام نیستند، بلکه بسیار کم‌بیر و محصله هم هستند و با رفتار هیجانی و احساسی یکی از عوامل اصلی نوسان کوتاه‌مدت قیمت در بازار هستند. با بررسی‌های بیشتر متوجه شدم که کارشناسان این ریشه‌ی این رفتار را در «ترس و طمع انسان‌ها» می‌دانند که در تمام مردم دنیا وجود دارد و منحصر به کشور یا منطقه‌ی خاصی هم نیست. در این رابطه، کتاب تحلیل بنیادی، تکنیکال یا ذهنی» نوشته‌ی مارک داگلاس و ترجمه‌ی خانم مهندس ربیعا هم‌پور خیلی مفید واقع شد. در این کتاب بود که متوجه شدم که مارک داگلاس، چند سال قبل‌تر، کتاب دیگری به نام «معامله‌گر منضبط» نوشته است که موانع روانشناختی پشت پرده‌ی این رفتارها را به تفصیل شرح می‌دهد. کنجکاو شدم که آن کتاب به زبان فارسی را مطالعه کنم و پس از مطالعه‌ی آن بود که به صورت ریشه‌ای با بسیاری از موانع روانشناختی پشت پرده‌ی شغل معامله‌گری آشنا شدم و پاسخ بسیاری از سؤالات به سرم روشن شد و با توجه به جای خالی آموزش در حوزه‌ی بورس، و نیاز بازار سرمایه به آموزش‌های پایه‌ای (خصوصاً در حوزه‌ی دانش مالی رفتاری)، تصمیم گرفتم این کتاب را ترجمه و به علاقه‌مندان تقدیم کنم.

متأسفانه در کشور ما بازار سرمایه جایگاه واقعی خود را پیدا نکرده است و خیلی از افراد بازار سهام را صرفاً بازار دلالی می‌دانند، در حالی که این طرز تلقی

کاملاً غلط است. در واقع خیلی از افراد خرید و فروش سهام را مشابه خرید و فروش ارز یا طلا و نوعی سفته بازی محض می‌دانند، در حالی که این گونه نیست. برای توضیح بیشتر فرض کنید پنج هزار نفر، هر یک با پرداخت ده میلیون تومان در پذیره نویسی عمومی برای تأسیس شرکت سیمان «الف» مشارکت کرده و سهم این شرکت در شرف تأسیس را خریداری کرده باشند. در واقع این افراد در مجموع با پرداخت ۵۰ میلیارد تومان، در هزینه‌ی ساخت ساختمان‌ها یا خرید تجهیزات کارخانه مشارکت کرده‌اند، که اگر مشارکت نمی‌کردند، آن بخش کارخانه (یا کل آن)، ساخته نمی‌شد. اما این افراد با آوردن پول‌های خود به بازار سرمایه، این امکان را به خود آوردند که یک شرکت تولید سیمان تأسیس شود و صدها نفر در آن مشغول به کار شوند؛ از خاک رُس و آهک و سایر مواد معدنی، کالایی با ارزش افزوده‌ی بسیار بالا به سیمان تولید شود؛ بخشی از آن صادر شده و بخشی در ساخت و ساز کشور مشارکت می‌کند. آیا اگر این سرمایه‌گذاران بجای مشارکت در بازار سرمایه و شرکت در پذیره نویسی سهام این شرکت (یا شرکت‌های مشابه)، ارز یا طلا می‌خریدند، همین اتفاق می‌افتاد؟ مسلماً خیر. در این صورت ما هم بجای قرار گرفتن در بین کشورهای صادر کننده‌ی سیمان، باید مثل عراق سیمان مورد نیاز خود را با قیمت بسیار بالاتر از شرکت وارد می‌کردیم.

خریداران اولیه‌ی سهام شرکت فوق پرسش را انداخته خطوط تولید و به سود نشستن فعالیت‌های عملیاتی شرکت، هر سال سود سهام خود را از شرکت دریافت می‌کنند. برخی از این سهامداران نیز ممکن است بخوبی با هر دلیلی سهم خود در این شرکت را به دیگران واگذار کنند و برای این کار ریت کارگزار خود، سهم مورد نظر را در بازار بورس (در صورت نشر سهام شرکت در بورس) عرضه می‌کنند و خریدار جدید نیز از طریق کارگزار خود اقدام به خرید سهام می‌کند. جای مالک قبلی در کارخانه می‌کند. از این منظر می‌توان گفت که بازار بورس اوراق بهادار، این امکان منحصر به فرد را برای سرمایه‌گذاران (حتی برای آنهایی که سرمایه اندکی دارند) فراهم کرده است تا بتوانند سرمایه خود را در هر زمان که

مایل بودند وارد چرخه‌ی تولید کشور کنند و هر گاه مایل بودند، سرمایه خود را به کسب و کار دیگری منتقل کنند یا به منظوری دیگر از بازار خارج نمایند. البته منکر آن نیستیم که همیشه و در همه‌ی بازارها عده‌ای به دنبال ایجاد هیجان‌های کاذب در راستای فعالیت‌های سفته‌بازانه‌ی خود هستند، اما نباید تمام فعالیت‌ها و نکردن‌ها را از بازار بورس اوراق بهادار را به این افراد نسبت داد.

پیش‌رو سرمایه‌های جدید به بازار بورس نشانه‌ی مثبتی برای شکوفایی اقتصاد یک کشور محسوب می‌شود. متأسفانه در ایران کمتر از ۱۰٪ از کل مردم سهام دارند. در حالی که در آمریکا و کشورهای پیشرفته این رقم خیلی بیشتر (بیش از ۷۰٪) است. اگر سرمایه‌ها و پس‌اندازهای خرد مردم در بازار سرمایه جذب نشوند، خود به خود وارد بخش‌های غیر تولیدی و دلالتی مثل بازار ارز و طلا شده و بدون این‌که کوچک‌ترین اثر مثبت بر آمار تولید، اشتغال و صادرات، بخش صنعت را با مشکل مواجه می‌کند.

امیدوارم حالا که دولت تدبیر و امید، با اعتقاد به لزوم میانه‌روی و تعقل اداره‌ی کشور را برای چند سال به دست گرفته، شاهد سرازیر شدن سرمایه‌های سرگردان به سمت بازار سرمایه باشیم. تنها رونق بخش تولید از یکسو و تلاش دولتمردان برای کاهش تنش با جامعه بین‌المللی از سوی دیگر، شاهد افزایش تولید و بهبود روز افزون کیفیت محصولات در صنایع مختلف از جمله صنایع پتروشیمی، پالایشگاهی، فلزات اساسی مثل فولاد، مس و آلومینیوم، صنعت سیمان، دارو، مواد غذایی و ... باشیم و ضمن تأمین کامل نیازهای داخلی، زائد تولید خود را در بازارهای جهانی به فروش رسانده و با ارز آوری بیشتر زیرساخت‌های تولیدی، آموزشی، بهداشتی و رفاهی خود را بهبود دهیم تا همه‌ی مردم ایران با برکت و به جایگاهی که درخور شأن آنهاست برسند.

هدف من از نشر این کتاب آن است که خوانندگان به صورت ریشه‌ای متوجه شوند که دلیل رفتارهای احساسی در بازارها چیست و چگونه ترس و طمع باعث زیان می‌شود و بزرگان بازار چگونه با این رفتارها مقابله می‌کنند و چگونه با اتخاذ

تدابیر مناسب، همیشه در کسب و کارهای برتر وارد می‌شوند و ضمن ایجاد مشاغل پرسود و پایدار برای دیگران، سودهای قابل توجهی را نیز از آن خود می‌کنند.

عبور از موانع روان‌شناختی پیش رو در حوزه‌ی سرمایه‌گذاری و معامله‌گری، مستلزم بازبینی اندیشه‌ها و تجارب گذشته و جسارت کافی برای اصلاح آنهاست. هر چند غیرممکن نیست، اما به هیچ وجه کار آسانی هم نخواهد بود، ولی این نوید را به شما می‌دهم که قطعاً این کتاب کمک‌های بسیار مفیدی در این راه به شما خواهد داد.

نکته‌ی لازم می‌دانم در همین جا عرض کنم این است که این کتاب سعی دارد تا به شما کمک کند تا به ریشه‌یابی موانع و مشکلات روان‌شناختی که مانع از موفقیت شما در بازار می‌شوند بپردازید و پس از شناخت آنها برای حل و فصل آنها تلاش کنید. واضح است که روبرو شدن با مشکلات (خصوصاً از نوع روان‌شناختی) و تکالیفی که برای رفع آنها انجام شوند خوش‌آیند هیچ کس نیست و از این رو اگر در میانه‌ی این جاساس استرس، کسالت یا دل‌زدگی کردید از ادامه‌ی راه باز ننمایید، چرا که همین این‌ها عوارض جانبی شناسایی مشکل و گام اول در درمان محسوب می‌شوند. نویسنده می‌تواند بر اینکه در مسیر درستی برای رسیدن به موفقیت قرار دارید. همچنین ممکن است برخی واژه‌ها یا ترکیب‌ها بیش از حد تکرار شوند یا به مباحثی برخورد کنند که به نوعی تکراری به نظر برسند. این بخاطر تأکیدی است که مارک داگلاس در این مسیر بر این مطالب داشته است و به جهت حفظ امانتداری در ترجمه، تغییری در آنها داده نشده است و در ترجمه نیز عیناً ذکر شده‌اند. من در لابلای متن‌ها تعدادی نکته‌ی تکمیلی با زیرنویسی طنز اضافه کرده‌ام تا بلکه کمی فضا را از حالت خشکی در آورم و رنگ تفریحی باشد برای کسب انرژی و ادامه‌ی کار. خیلی سعی کردم تا ترجمه کتاب تا حد ممکن ساده و روان باشد و از آن خشکی مفراطی که در متن اصلی وجود داشت به دور باشد، اما واقعیت این است که این کتاب قرار نیست کسی را بخنداند

یا مایه‌ی تفریح و سرگرمی وی شود، بلکه بر عکس قرار است او را با چالش‌های ذهنی که تنها خودش قادر به حل و فصل آنهاست مواجه کند. از این جهت شاید این کتاب با تمام کتاب‌هایی که تاکنون خوانده‌اید فرق داشته باشد و به همین خاطر توصیه می‌کنم صبور باشید و با آرامش و دقت مطالب کتاب را بخوانید و برای تمام کردن آن عجله نکنید. اگر هیچ آشنایی اولیه‌ای با بازار سرمایه و اصطلاحات رایج آن ندارید بهتر است ابتدا چهار بخش ابتدایی درج شده در بخش ضمایم کتاب را که به معرفی بازار بورس، بازارهای موازی با بورس، بازار آتی و معرفی نقش کاربران و نحوه‌ی انجام معاملات می‌پردازد، مطالعه کنید.

میدانیم مطالعه‌ی این کتاب و ضمایم تکمینی آن و ندیشیدن در مورد آن‌ها، بتوانید عادت‌ها و باورهای غلط را در ذهن خود شناسایی کنید و با اصلاح و پرهیز از آن‌ها همواره کسب و کارهای موفق را شناسایی نموده و با سرمایه‌گذاری در آن‌ها از سود دلخواه خود بهره‌مند شوید.

در پایان از همسر عزیزم، همایون، همدلی خود امکان ترجمه‌ی این کتاب را برایم فراهم کرد بی‌نهایت متشکرم. همچنین لازم می‌دانم از زحمات دوست عزیزم آقای مهندس حسین جعفری که مطالب ضمیمه‌ی کتاب را تدوین نمودند و از آقای مهندس محمد قنبری که هر دو کتاب برای لازم برای به نتیجه رسیدن نشر این اثر را پیگیری کردند تشکر نمایم. همچنین از آقای مجید کریمی پاشاکی در مؤسسه پام‌مهر پیشه به خاطر طرح زیبای جلد و کتاب‌های شایانی که در آماده‌سازی کتاب کردند سپاسگزارم. خواهشمندم برای ارتقاء و ترجمه و یا ارائه‌ی پیشنهادات خود برای اصلاح نقص‌های احتمالی کتاب با سانی‌کتاکی Ehsan.Sepehrian@gmail.com مکاتبه فرمایید.

با آرزوی کامیابی - احسان سپهریان - تیر ماه ۱۳۹۲

www.ketab.ir

پیشگفتار اتاق موسی اسلاتر

از سال ۱۹۷۹. شعبه منحصر به فرد من در مجامع مالی این فرصت را برایم فراهم آورده است که بتوانم هزاران معامله گر، کارگزار و مشاور سرمایه گذاری گفتگو کنم و از آنها سوال کنم. من مدیر اجرایی شرکت کامپیوترک^۱ هستم: شرکتی که خدمات تحلیل های تکنیکال و بنیادی به معامله گران بازارهای آتی و سهام ارائه می دهد. من خود را به عنوان یک معتدل و بی طرف می شناسم که به دیگران اجازه می دهد صحبتی و گفتگوی آتی می دهد. از سال ۱۹۶۰ که کار برای خودم را آغاز کردم به سرعت متوجهی موانع روانشناختی نهفته در برابر معامله گری و مدیریت موفق سرمایه شدم. وجود این موانع توسط تمام کسانی که از من مشاوره گرفته اند نیز تأیید شده است.

عمیقاً معتقدم که ۸۰ درصد موفقیت در معامله گری به موانع روانشناختی و ۲۰ درصد به روش تحلیل فرد (خواه تکنیکال یا بنیادی) باز می گردد. بر این اساس اعتقاد دارم که ممکن است فردی با داشتن اطلاعاتی متوسط از تحلیل تکنیکال یا تحلیل بنیادی ولی با تسلط روانی بر خود بتواند درآمد کسب کند و بر عکس، شخص دیگری با در اختیار داشتن یک سیستم تحلیل بسیار کارآمد که بارها آزموده شده و در دراز مدت عملکرد مثبت آن مورد تأیید قرار گرفته، به دلیل فقدان کنترل روانی لازم، در نهایت بازنده باشد.

یک معامله گر موفق به تجربه می‌داند که در یک دوره زمانی کوتاه، ممکن است تعداد معاملات زیان‌ده‌اش بیشتر از معاملات سودآورش باشند. اما مدیریت مناسب سرمایه و تعیین واقع‌گرایانه‌ی نقاط توقف برای مدیریت ریسک‌ها، او را از گرفتاری‌های بزرگ دور نگه می‌دارند و به او اطمینان می‌دهند که در مسیر طولانی پیش رو، به سود خواهد رسید. مدیریت سرمایه از دو بخش اساسی یعنی مدیریت ریسک و مدیریت روانی تشکیل می‌شود. مدیریت ریسک خود از فاکتورهای روانی به ششم می‌گردد که معامله گر می‌بایست به موقع و به صورت صحیح آن‌ها را (حتی قبل از پرداختن به موضوع مدیریت ریسک) درک کرده باشد.

من به خصوص تازه‌کارها هشدار می‌دهم که هر چند مطالعه‌ی کتاب و فراگیری روش‌های تحلیل قبل از ورود به بازار یک ضرورت است، اما محک خوردن واقعی نویسنده‌ی این کتاب با معاملات واقعی و تحت فشار روانی میسر خواهد شد. از این رو آهسته آهسته در این کتاب معامله را با سؤال کردن از خود مورد بازپرسی قرار دهید. چه چیزی محرک بود؟ چرا که آن را مدیریت کردم؟ معامله موفق بود و سود بردم؟ چرا؟ زیان دیدم؟ چرا؟ پاسخ‌های خود را بنویسید و قبل از انجام معامله‌ی بعدی به آن‌ها مراجعه کنید.

در تمام سمینارهایی که در شرکتم برگزار می‌کنم، همیشه سعی‌ام بر این است که از یک مربی دعوت کنم تا در یک کارگاه آموزشی به بیان جنبه‌های روان‌شناختی معامله‌گری بپردازد. چون معتقدم به آن همالایی که فکر می‌کنید دارایی شما را خواهد بلعید و سودهای شما را با خود خواهد برد، صرفاً خود «شما» هستید نه «دیگر» معامله‌گران مرموز بازار! در اساطیر روان‌شناسان مدیا قبل از کشتن فرزندش گفت: «می‌دانم چه نیت پلیدی در سر دارم، آنچه کنی که در من، نفس بی‌خرد از اراده‌ام قوی‌تر گشته است!» اگر این احساس را از چیزی است که به شما در هنگام معامله دست می‌دهد، مسلماً باید این کتاب را بخوانید.

خواندن این کتاب مایه‌ی مسرت من است. من تجارب خود را با هزینه‌ی بسیار و با مشقت به دست آورده‌ام. اما حال می‌توانم خود را در لابه‌لای سطور این

کتاب مشاهده کنم و گاه و بی‌گاه بگویم: این منم! آها این هم همان حالی است که من داشتم! مارک داگلاس کتاب خود را طوری به شکل یک گفتگوی منطقی از کار در آورده است که انگار شما در کنار او نشسته‌اید و او دارد به‌عنوان یک دوست مسائل را برای شما توضیح می‌دهد و مطمئن هستم از خواندن آن لذت خواهید برد. شما خوش شانس‌تر از من هستید، چرا که این فرصت را دارید (و امیدوارم من را از دست ندهید) که قبل از ارتکاب اشتباهات مهلک خود را بشناسید و مهارت‌های خود را بازمایید. معامله‌گرانی که وقت صرف می‌کنند تا ببینندشند و آمادگی کسی که کند را بازار دوام خواهند آورد و احتمالاً کامیاب خواهند شد.

تیموسی اسلاتر - مدیر عامل شرکت نرم افزاری کامپیوترک

www.ketab.ir

سرآغاز مؤلف

کتاب «معامله گر موفق» منظره راهنمایی جامع برای درک خویشتن‌داری و انضباط از دیدگاه روان‌شناختی و اجتماعی است که کمک به تربیت شخص برای تبدیل شدن به یک معامله‌گر موفق در بازار سهام و معاملات آتی است. این کتاب به صورت یک راهنمای گام به گام، شما را یاری خواهد کرد تا خود را با ویژگی‌های روان‌شناختی متفاوتی که مخصوص بازارهای مالی است تطبیق دهید.

من از واژه‌ی «تطبیق» استفاده می‌کنم چرا که بسیاری از مردمی که وارد محیط پرمخاطره‌ی معامله‌گری می‌شوند به تفاوت‌های بسیار زیاد این محیط با محیطی که در آن بزرگ شده‌اند واقف نیستند. با عدم درک این تفاوت‌ها، آن‌ها هیچ‌گاه نخواهند فهمید که بسیاری از عقایدی که آن‌ها در طول سال‌ها کتاب کرده‌اند تا به وسیله‌ی آن بتوانند در محیط جامعه به درستی رفتار کنند، در این معامله‌گری به صورت موانع روان‌شناختی عمل خواهند کرد و موفقیت آن‌ها را تهدید خواهد کرد. معامله‌گر را با مشکلات بسیار مواجه خواهند ساخت. رسیدن به سطح موفقیت که آن‌ها به دنبال آن هستند، مستلزم آن است که حداقل در چند مورد (بسیار نگوئیم در موارد بسیار)، نگرش خود نسبت به احوال بازار را تغییر دهند. برخلاف دیگر محیط‌های اجتماعی، عرصه‌ی معامله‌گری ویژگی‌های خاص بسیاری دارد که لازم می‌دارد معامله‌گر درجات بالایی از خویشتن‌داری و اتکا به نفس را در خود ایجاد کند تا در بازار موفق شود. اما بسیاری از ما فاقد این خویشتن‌داری هستیم

چرا که از بچگی یاد گرفته‌ایم در یک ساختار اجتماعی زندگی کنیم، که در آن رفتار ما توسط شخص دیگری که قدرت بیشتری نسبت به ما دارد (و هدفش اصلاح رفتار ما برای همخوانی با توقعات جامعه بوده است)، کنترل شود.

لذا همیشه مجبور بوده‌ایم در اثر این نیروهای خارجی در چارچوب خاصی مبتنی بر سیستم پاداش و تنبیه رفتار کنیم. به عنوان پاداش، گاهی این آزادی به ما داده می‌شد که به دلخواه خود رفتار کنیم. به عنوان تنبیه، یا از آنچه می‌خواستیم محروم می‌شدیم که درد روحی به همراه داشت، یا متحمل انواع مختلف تنبیه‌ها و دردی می‌شدیم. در نتیجه یاد گرفته‌ایم که تنها بر اساس تهدید به درد (بدنی یا روحی) از سوی کسی یا چیزی که قدرت بیشتری نسبت به ما دارد، به کنترل رفتاری خود بپردازیم. از آنجایی که در این روند همیشه مجبور بوده‌ایم از قدرت خودمان در برابر قدرت دیگران دست بکشیم، بسیاری از راهکارهای ما برای کسب موفقیت (رومایی) که برای به دست آوردن چیزهای دلخواه‌مان یاد گرفته‌ایم)، از همان چارچوب ذهنی نشأت گرفته است. بر همین اساس است که ما هم یاد گرفته‌ایم که کسب قدرت و دستکاری و تغییر چیزهای خارج از ما (در محیط اطراف)، تنها راه رسیدن به آنچه که می‌خواهیم است.

اولین چیزی که به عنوان یک معامله‌گر با آن برخورد خواهید کرد این است که آن سرمایه‌های ذهنی که در زندگی روزمره از آن استفاده می‌کنید تا آنچه را می‌خواهید به دست آورید، در حیطه‌ی معامله‌گر کاملاً بی‌فایده‌اند. قدرت لازم برای تغییر و هدایت بازار (مجبور کردن بازار برای انجام به شما می‌خواهید) فراتر از توان همه است (بجز تعداد بسیار معدودی از افراد که قدرت و سرمایه لازم برای این کار را دارند). همچنین قیود خارجی که در جامعه رفتار شما را کنترل می‌کنند در محیط بازار وجود ندارند. همچنین بازار هیچ تسلط یا کنترل بر رفتار شما ندارد، کوچک‌ترین توقعی نیز از شما نداشته و هیچ مسئولیتی نیز در قبال کامیابی شما نمی‌پذیرد.

بنابراین اگر شما توان کنترل و هدایت بازار را ندارید و بازار نیز مطلقاً هیچ قدرتی برای کنترل شما ندارد، پس مسئولیت آنچه که شما از بازار درک می‌کنید و بر طبق آن عمل می‌کنید فقط در درون خود شماست. تنها چیزی که می‌توانید کنترل کنید، خودتان هستید. به عنوان یک معامله‌گر شما تنها این اختیار را دارید که یا بازار پول بگیرید و به خودتان بدهید یا پول خود را به دیگر معامله‌گران بدهید. شما باید و انتخاب شما برای انجام یکی از این دو کار توسط چند عامل روان‌شناختی تعیین می‌شود که هیچ ربطی به بازار ندارند. تا وقتی مهارت‌های جدید لازم برای تعادل خود با شرایط متفاوتی که در این محیط وجود دارند را فرا نگرفته‌اید، همیشه بر روی دوراهی برای انتخاب قرار خواهید داشت (ولی پس از آن به صورت خودکار راه درست را بر خواهید گزید).

برای داشتن عملکرد موفق در بازار نیاز خواهید داشت تا یاد بگیرید که چگونه خود را به روش‌هایی که احتمالاً برایتان کاملاً ناآشناست کنترل کنید. همچنین باید بیاموزید که چگونه ذهن خود را آزاد کنید تا به شما از فرصت‌هایی که توقع دارید حتماً شما را به خواسته‌هایتان برساند. به سوی فرصت‌های جایگزین دیگری که واقعاً این کار را برای شما می‌کند جلب شود. تنها عده‌ی معدودی از معامله‌گران به این درک رسیده‌اند که تنها خود آنها هستند که مسئولیت کامل نتایج اعمال خود را بر عهده دارند و حتی تعداد کمی از آنها، پیامدهای روان‌شناختی این چنین درکی را پذیرفته‌اند و می‌دانند باید در قبال آن به کار کنند. به ندرت کسانی از ما در شرایطی بزرگ شده‌اند که بدانند در برهه‌ای مانند بازار، که در آن برای بروز خلاقیت‌های خود مطلقاً آزادند و در برهه‌ای دیگر نشانه‌ای از ساختارها یا محدودیت‌های بیرونی وجود ندارد، چگونه رفتار کنند. در محیط بازار، شما خودتان باید قوانینی را برای خود وضع کنید و نیز خود را به رعایت آن‌ها ملزم نمایید. مشکل اینجاست که برخلاف محیط‌های ساختار یافته‌ای که ما به آن‌ها عادت کرده‌ایم (که در آن اغلب همه چیز ساکن و ثابت است)، در بازار قیمت‌ها همیشه در حال نوسان‌اند و حرکت قیمت‌ها دائمی است و

فرصت‌های تصمیم‌گیری که برای کسب سود با آن‌ها مواجه می‌شوید، به همان اندازه بی‌شمارند. شما نه تنها باید در مورد ورود یا عدم ورود به معامله تصمیم بگیرید، بلکه لازم است در مورد زمان ورود، مدت ماندن در معامله و تعیین شرایط خروج از آن هم تصمیم‌گیری کنید؛ چرا که هیچ مرجع مشخصی برای تعیین اینها غیر از آنچه که در ذهن شماست، وجود ندارد.

علاوه بر بار روانی نهفته در این تصمیم‌گیری‌ها، باید به این نکته هم توجه کنید که در بازارهای آتی (به خاطر خاصیت اهرمی آن) حتی بستن قراردادهای کوتاه مدت در معامله می‌تواند پتانسیل سود یا زیان بسیار بزرگی به همراه داشته باشد. این مسئله نشان‌دهنده روان‌شناختی این بدان معنی است که از لحاظ تئوری، هر معامله هم امکان‌پذیر می‌گردد. آموهای مالی شما در کسب استقلال مالی را دارد و هم در عین حال، می‌تواند تصمیم‌گیری شما را نابود کند. نوسان دائم قیمت‌ها می‌تواند به آسانی باعث شود که از دست دادن بزرگ صرف‌نظر کنید و وسوسه شوید که به خود بگویید: بگذار این یک بار از قواعد چشم‌پوشی کنم.

محیط بازار آزادی عمل مطلوبی همراه فرصت‌های سود و زیان نامحدود در پیش روی شما قرار می‌دهد. اگر معامله‌گری که آمادگی روانی متناسب با شرایط خاص این بازار را ندارد (یعنی کسی که به صورت ارادی خویش‌نهاد نیست و چارچوب ذهنی‌اش در راستای ساختارهای مشترک بین‌المللی، خارجی، محدودیت‌ها و انتظارات جامعه شکل گرفته است) در این بازار قرار گیرد آنچه در نهایت برای وی حاصل می‌شود فاجعه‌ای روحی و مالی خواهد بود.

این سناریوی غم‌انگیز به روشنی توضیح می‌دهد که چرا تنها تعداد کمی از معامله‌گران قادرند از بازار درآمد کسب کنند. در واقع تقریباً تمام کسانی که سعی می‌کنند به عنوان معامله‌گر وارد بازار شوند، نه تنها مشکلات پیش روی آنها را دست کم می‌گیرند بلکه درک درستی هم از توانایی‌های خود برای برآورده کردن توقعات زیاد از حدشان ندارند. از این رو بسیاری از این دست معامله‌گران، اگر نگوییم همه‌ی آن‌ها، «صدمات روانی» جدی به خود وارد می‌کنند. منظور من از صدمات

روانی، پدیدار شدن هر نوع چارچوب ذهنی در شخص است که قابلیت ایجاد ترس در او داشته باشد.

ترس ماحصل هر گونه باور شخص از شرایط محیط پیرامون است که بتواند ددهای فیزیکی یا روحی (مانند استرس، تشویش، پریشانی، ناامیدی یا حس خستگی) در او ایجاد کند. حالات دردناک روانی اصولاً نتیجه‌ی توقعات برآورده نشده شخص هستند. توقعات برآورده نشده، تضادی میان باورهای شخص در مورد شرایطی که او فکر می‌کند باید حاکم باشد و شرایطی که در واقع حاکم هستند (و باورها و هی‌همخوانی ندارند) ایجاد می‌کنند. این تضاد در احساسات درونی ما بروز می‌کند. ظاهر می‌شوند که ما از آنها تحت عنوان استرس، تشویش، پریشانی، غم یا ناامیدی می‌کنیم.

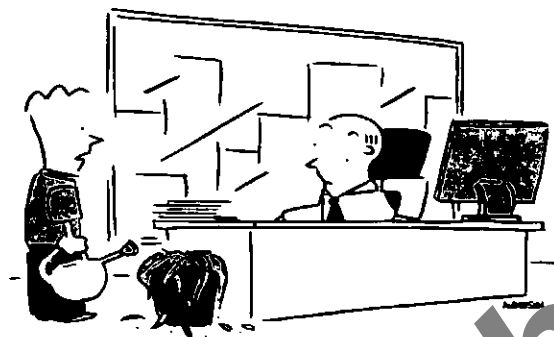
افراد به طور غریزی برای اجتناب از درد، در ذهن خود اقدام به ساختن سدهای تدافعی در برابر هجوم اطلاعاتی می‌کنند که می‌توانند به نحوی بیانگر وجود این‌گونه تضادها باشد. سدهای تدافعی شامل انواع انکارها، دلیل‌تراشی‌ها و توجیهاتی می‌شوند که آن‌ها منجر به «تحریف ادراکی» می‌شوند.

تحریف ادراکی زمانی رخ می‌دهد که سیستم ذهنی به طور خودکار، با تغییر شکل و فیلتر کردن برخی اطلاعات، اقدام به تحریف داده‌ها می‌کند تا تضاد میان آنچه که ما توقع داریم و آنچه که محیط پیش روی ما می‌گذارد را برطرف کند. این کار به نحوی انجام می‌شود که ما باور کنیم که بین ما و محیط خارجی یک «واقعیت مشترک» وجود دارد تا بدین وسیله از درد اجتناب کنیم. واقعیت مشترک می‌تواند به شکل همخوانی بین باورهای شخص در مورد محیط بیرونی و آنچه در واقع در محیط بیرون وجود دارد تعریف کرد.

۱ مثلاً شخصی با تحصیلات عالی را در نظر بگیرید که توقع دارد جامعه به او بها دهد و در قبال استفاده از تخصص وی، حقوق و مزایای کافی به او تعلق گیرد ولی شرایط حاکم بر جامعه و بازار کار با توقعات او همخوانی ندارد. م.

اگر اطلاعات بازار را تحریف کنید، نه تنها واقعیت مشترکی بین شما و بازار وجود ندارد، بلکه در واقع خود را به توهم سپرده‌اید تا شاید بتوانید خود را از مواجه شدن با سرخوردگی‌های محتمل مخفی کنید. درست از همین زمان است که خود را در معرض رویارویی با آنچه که اصطلاحاً «آگاهی اجباری» نامیده می‌شود، قرار می‌دهید. در این رویارویی، بازار در جهتی حرکت می‌کند که در خلاف جهتی است که شما خود را مجاز به باور آن می‌دانید (به این دلیل که اغلب اطلاعاتی که از بازار به دستتان می‌رسد - اگر نگوئیم همه آن‌ها - مؤید آنچه شما می‌خواهید یا به آن امید دارید، نیستند) و این تحریف اطلاعات تا آنجا ادامه خواهد یافت تا آن‌چه شما می‌خواهید بین ذهنیت ساختگی شما و اطلاعات واقعی بازار به وجود آید که این سپردن خود به توهم (توهم) فرو ریزد. این رخداد معمولاً با حالتی از شوک همراه است و آن‌چه می‌شوید که چطور ممکن است همه چیز به این سرعت درهم بریزد. در این سرانجام، بازار شما را مجبور به پذیرش توهمی بودن آن واقعیت مشترک (که در آن به وجود ساختگی بودید) می‌کند و باید پذیرای آگاهی اجباری دردناکی گردید.

به هر حال در نقطه‌ای از زندگی سرفه‌ای خود به عنوان یک معامله‌گر این را خواهید فهمید که چگونه همه‌ی ما، به خاطر شیوه پرورش مشابهمان در جامعه، سعی می‌کنیم تا بازار را کنترل شده فرض کنیم و نباید وقتی بازار را پیش‌بینی کنیم و سپس متعصبانه منتظر رخ دادن همان وقایع باشیم. این همان جایی است که باید یاد بگیرید چگونه آن انعطاف‌پذیری ذهنی لازم را در خود ایجاد کنید که به شما اجازه دهد نگاه خود را به دیگر فرصت‌ها و امکان‌ها جابجایی. معطوف کنید. مسلماً شما نمی‌توانید بازار را کنترل کنید، اما می‌توانید ادراک خود از بازار را کنترل نموده و به کمک آن به یک نوع بی‌طرفی در مشاهدات خود از بازار برسید که به نوبه خود باعث واقعی شدن اطلاعات مشترک شما و بازار گردد.



فقط بکنم خشک شده باشه. احتمالاً فقط رشد منفی کرده!

نکته در این است که می‌چقدر هم این آگاهی‌های اجباری دردناک باشند، احتمالاً نمی‌توانند شما را از جاذب شدن دوباره به سمت ریسک‌های غیر معقول برای استفاده از هر فرصتی که بازار به شما معرفی می‌کند، باز دارند. اما باید بدانید که تجمع این اثرات روحی بر شما بسیار منفی خواهند بود. اگر چندین بار بر اثر این آگاهی‌های اجباری متحمل در ریسک‌کم عملیات شما در بازار، بجای اینکه صرف جستجو برای یافتن فرصت‌های مناسب شود، بیشتر به سمت اجتناب از درد متمایل خواهد شد. یعنی ترس از زیان دیدن، اجازه کردن و از دست دادن فرصت‌ها مهم‌ترین محرک شما برای عملیات در بازار خواهد شد.

وقتی ترس مهم‌ترین محرک شما برای انجام دادن یا امتناع از یک عملیات در بازار شود، چندین مشکل اساسی بروز می‌کنند. یکی اینکه به دلیل شایستگی بخشی از توجه شما به سمت آن موضوع ترس‌آور، بازه‌ی ادراکات از فرصت‌های مناسب محدود می‌شود. یعنی از تمام اطلاعات موجود در بازار، توجه شما به سمت آن اطلاعاتی جلب می‌شود که بیشتر از آن واهمه دارید و بدین ترتیب آن اطلاعات از بازار که نشانگر وجود فرصت‌ها و انتخاب‌های مناسب دیگر است از چشم شما دور می‌ماند.



و بر مایید بازار خیلی خطرناک شده. شما هم احتیاط کن!

همین طور که کم دارید به رابطه‌ی منفی بین ترس و ادراک پی می‌برید، احتمالاً تعجب خواهید کرد اگر بگوییم که در تلاش برای اجتناب از زیان‌ها، در واقع خودتان آن‌ها را به وجود می‌آورید. ترس باعث محدودیت عکس‌العمل‌های شما به شرایط گوناگون می‌شود. شستن معامله‌گران از این موضوع رنج می‌برند که گاهی علیرغم آنکه از قبل می‌دانستند چه خواهند کرد، اما وقتی موقع اجرای آن فرا می‌رسد احساس می‌کنند فلج شده‌اند!

قبل از آنکه شخص بتواند در محیط بدون سانساری چون محیط معامله‌گری موفق شود، باید یک حس فوق‌العاده قوی از اعتماد به نفس و اتکا به نفس در خود به وجود آورد. منظور من از اعتماد به نفس و اتکا به نفس، داشتن ترس است، یعنی شخص در هر لحظه بداند که باید چه کند و سپس بی‌دنگ آن را اجرا کند. هر گونه تعلل و درنگ باعث ایجاد تردید به خود و متعاقباً رنج ترس خواهد شد. به هر اندازه که دچار تردید به خود باشید، به همان اندازه احساس ترس، اضطراب و پریشانی خواهید کرد.

تجارب منفی نشأت گرفته از معامله در حال ترس، تشویش و پریشانی، حس بی‌کفایتی و ناتوانی در شما ایجاد می‌کنند یا بر احساسات منفی قبلی شما در این رابطه می‌افزایند. هر چقدر هم که سعی کنید اوضاع را از دیگران مخفی نگه دارید،

نمی‌توانید نتایج کارها را از خودتان مخفی کنید. اگر رفتار بازار به نظر شما عجیب و مرموز می‌رسد به این دلیل است که رفتار خود شما مرموز و مدیریت‌ناپذیر است. وقتی متوجه چیزی در بازار می‌شوید و برای استفاده از آن تصمیم می‌گیرید، اما نمی‌دانید واقعاً خودتان در قدم بعدی چه خواهید کرد، چگونه می‌توانید پس‌پشتی کنید که بازار در قدم بعدی چه خواهد کرد؟

من عده‌ای معدود معامله‌گران که به هر نحو موفق به پشت سر گذاشتن این مراحل شده‌اند، ماحصل تجربه‌ی خود را در قالب جملات حکیمانه‌ای بیان کرده‌اند: «یاد بگیری ضرر بپذیری»، «با جریان بازار همراه شو»، «روند دوست دوست»، «ضررهاست متوقف» و به سودها اجازه‌ی رشد بده. «برای شناخت بازار باید خود را بشناسی». جملات دیگری از این دست. کتاب «معامله‌گر منضبط» به طور کامل به کاوش، تجربه‌ی تعالی و دسته‌بندی مؤلفه‌های روان‌شناختی پشت پرده‌ی این توصیه‌های حکیمانه می‌پردازد. در فرآیندی گام به گام، شما را از مراحل مختلف لازم برای هماهنگ شدن با محیط معاملاتی عبور می‌دهد. این کتاب به شما گوشزد می‌کند که چه زمانی باید از معامله‌گری را لازم دارید، چرا باید آن‌ها را فرا بگیرید و مهم‌تر از همه، اینکه چگونه باید این کار بکنید.

این کتاب در چهار بخش تنظیم شده است. بخش اول شامل دو فصل است و به بیان مقدمات می‌پردازد. بخش دوم دربرگیرنده‌ی فصل‌های سوم تا هشتم است و به بررسی مشکلات و چالش‌های پیش روی شما در تبدیل شدن به یک معامله‌گر موفق می‌پردازد. بخش سوم که شامل شش فصل بعدی کتاب است، این دید را به شما می‌دهد که تعیین کنید چه چیزهایی در ذهن شما باید تغییر کند و برای تغییر آن‌ها چه می‌توانید بکنید. بخش چهارم، یعنی فصل‌های پانزدهم و شانزدهم، مهم‌ترین مطالب را جمع‌بندی می‌کند و یک چارچوب یکپارچه برای ایجاد مهارت‌های ویژه‌ی معامله‌گری به‌دست می‌دهد. بدین ترتیب یاد خواهید گرفت که چگونه بازار را با نگاهی بی‌طرفانه نظاره کنید، جاهایی که باید برای خود محدودیت ایجاد

کنید را مشخص کنید و در مسیری سالم (از لحاظ روانی) گام‌های لازم را برای بسط و مدیریت این محدودیت‌ها بردارید.

www.ketab.ir