

LA PSICOLOGIA DEL TRADING: EMOZIONI CHE TI POTREBBE CAPITARE DI PROVARE



Silvia Vianello

Già docente di finanza in Bocconi con incarichi anche a Parigi, New York e Houston, è stata anche direttore marketing di Maserati per 24 Paesi in 3 continenti. Oggi è tra le poche donne trader presenti a Dubai

Prima di iniziare a investire, ci sono dei fattori importanti da prendere in considerazione. È utile determinare quali rischi sei disposto a correre e quali strategie siano più adatte a te. Ma è anche importante capire che ci sono possono essere delle emozioni che potresti provare che potrebbero influenzare i risultati che otterrai. Ne vediamo 8 qui.

AVIDITÀ

L'avidità può essere il tuo peggior nemico. **Bisogna sapere quando è il momento di lasciare il campo e intascare i profitti.** I trader con esperienza non vorrebbero mai disconnettersi quando il trading procede bene. Questa mentalità però può rivelarsi la tua rovina. Superare un duro colpo (come una perdita) non è mai facile, ma sconfiggere l'avidità sarà ancora più difficile. Concludere in positivo un'operazione di trading non garantisce che anche alla successiva avrai lo stesso esito, quindi esci dalla posizione e goditi il tuo guadagno (E GODITI LA VITA!). L'avidità può portare a scambi eccessivi, una condizione simile alla dipendenza dal gioco d'azzardo che deve essere assolutamente evitata!

SPERANZA

I mercati non solo li per darti ragione. Spesso i trader inesperti chiudono subito le posizioni in vincita e lasciano aperte troppo a lungo quelle in perdita. Ovvero si lasciano correre le perdite invece dei profitti. È un approccio sbagliato al trading. E i mercati spesso sono scollegati dalla realtà (come abbiamo visto con il modello che abbiamo recentemente sviluppato con le variabili che hanno il 94% di correlazione con l'andamento del mercato).

FRENESIA

Metter troppa pressione sul trading perché ad esempio si vuole lasciare subito il proprio lavoro attuale. Spesso i trader inesperti fanno operazioni avventate o troppo rischiose presi dalla frenesia di facili guadagni e spinti dalla forte motivazione di lasciare subito il loro attuale lavoro. È un approccio sbagliato al trading e porta a prendere decisioni avventate senza ponderarle nel modo giusto.

EFFETTO DUNNING-KRUGER

L'effetto Dunning-Kruger (EDK) è una distorsione cognitiva nella quale persone poco competenti in un campo tendono a sovrastimare la propria preparazione giudicandola, a torto, superiore alla media.

Non smettere mai di studiare è la chiave. I mer-

cati cambiano continuamente. Se ti è andata bene finora non significa che ti andrà sempre bene.

SINDROME DELL'IMPOSTORE

Le persone affette da tale sindrome rimangono convinte di non meritare il successo ottenuto. Esso viene tipicamente ricondotto a fattori quali la fortuna o il tempismo, oppure ritenuto frutto di un inganno o della sopravvalutazione degli altri. La sindrome dell'impostore è particolarmente comune tra le donne di successo. Come si adatta al trading questa situazione emotiva? Non tutti sono psicologicamente preparati ad essere ricchi. Si raccomanda discrezione sui guadagni da trading con colleghi, conoscenti, amici, e anche parenti. Perché le insinuazioni che potrebbero fare non aiutano a star lontano dalla sindrome dell'impostore. Su quanto si guadagna è meglio mantenere la riservatezza. Motivo per cui i profitti dei nostri studenti li postiamo sempre anonimi.

RASSEGNAZIONE

Questa potrebbe capitarvi invece mentre state ancora studiando e vi capita di trovare difficili da comprendere alcuni concetti, meccanismi o tecniche. **Potrebbe capitarvi di sentire che volete rinunciare,** che non siete abbastanza, che gli altri che guadagnano sono geni e voi non riuscireste mai a fare i loro profitti etc etc. Cavolate... **Come si supera? Ricordando perché avete iniziato questo percorso, proiettandovi nel futuro, visualizzando come sarà diversa la vostra vita** grazie a ciò che state facendo ora, e usando la spinta data dal desiderio di riuscire nella vostra impresa per zittire la voce dell'autosabotatore interiore dentro ognuno di noi.

INSONNIA

Se quello che stai facendo non ti fa dormire la notte, fermati. Senza se e senza ma. Fermati. Prima di poter proseguire devi capirne il motivo. Cosa fare? Puoi tornare in demo, puoi richiedere un colloquio one to one con un mentore, e soprattutto puoi rimetterti a studiare liberando la mente dai preconcetti.

FOMO (FEAR OF MISSING OUT)

Molte persone seguono la folla, facendo ciò che tutti gli altri fanno per la classica FOMO (Fear of Missing Out). **Questo può portare a decisioni irrazionali e a comportamenti da gregario.** Investire in base a una ricerca e a una strategia personali è spesso più saggio rispetto a seguire ciecamente la massa. Ricordiamoci che la massa solitamente è quella che non studia (e quindi che perde soldi...).