

Roland Ullrich ist stolzer Vater von vier mittlerweile erwachsenen Söhnen und lebt in Frankfurt am Main.

# Inhaltsverzeichnis

Cover

Titelblatt

Impressum

Über die Autorin

Einführung

Über dieses Buch

Konventionen in diesem Buch

Was Sie nicht lesen müssen

Törichte Annahmen über den  
Leser

Wie dieses Buch aufgebaut ist

Symbole, die in diesem Buch  
verwendet werden

Wie es weitergeht

## Teil I: Der souveräne Trader

### Kapitel 1: Hirngerechtes Trading

Warum wir Menschen eigentlich nicht zum Traden geschaffen sind

Typische menschliche Verhaltensmuster verstehen

Kenntnisse aus den Neurowissenschaften clever nutzen

### Kapitel 2: Mentale Stärke entwickeln

Mentale Vorbereitung

Die Stressfalle im Trading umgehen

Resilienter werden

Der Weg ist das Ziel:  
kontinuierliche  
Verbesserungsprozesse

Emotionen als  
Informationsquelle  
annehmen

## **Teil II: Leitfaden zum erfolgreichen Trade**

### **Kapitel 3: Ihr persönliches Trading-System entwickeln**

Demokonto: Ihre  
Strategien testen und  
verbessern

Mustererkennung:  
Übung macht den  
Meister

Ihre Stärken im Trading  
kennen und ausbauen

Veränderungskompetenz:

Eignungsdiagnose:  
Eigenschaften und

Kompetenzen

Vorsicht Autopilot:  
Routiniert flexibel  
bleiben

## **Kapitel 4: Die praktische** **Umsetzung Ihrer** **Handelspläne**

Intelligentes  
Chancenmanagement

Gier: Die Biologie des  
Verlangens

Verlustmanagement:  
Die Trader-Psychologie am  
Limit

## **Teil III: Emotionale Souveränität**

### **Kapitel 5: Trading als** **Persönlichkeitsentwicklung**

Ein Trading-Tagebuch  
führen

Die Trader-