

فهرست مطالب

۱۲.....	پیشگفتار پیترو بوردیت
۱۳.....	مقدمه

بخش اول: عناصر بنیادین

۱۵.....	فصل ۱: بازی ذهنی؛ تسلط بر خودتان، کلید تسلط بر معامله‌گری
۱۷.....	تسلط بر خودمان
۱۷.....	رابطه شما با خودتان
۱۹.....	کار با ایگو (نفس)
۲۱.....	فصل ۲: معرفی چرخه فرآیند عملکرد
۲۱.....	چرخه فرآیند عملکرد
۲۳.....	چهار ربع
۲۹.....	عدم قطعیت شدید و ماریج مرگ معامله‌گر
۳۱.....	چرخه فرآیند عملکرد به عنوان یک موج
۳۲.....	امواج متعدد
۳۵.....	فصل ۳: شکاف رفتاری
۳۸.....	رفتارها به عنوان علائم
۴۱.....	فصل ۴: دو رویکرد ریسک؛ رویکرد بازیکن در مقابل رویکرد خانه
۴۲.....	رویکرد بازیکن و رویکرد خانه
۴۴.....	تشبیه بلک جک به معامله‌گری
۴۵.....	بلک جک: رویکرد خانه
۴۷.....	بلک جک: رویکرد بازیکن
۴۹.....	فصل ۵: دو رویکرد ریسک و معامله‌گری
۵۰.....	رویکرد بازیکن به معامله‌گری
۵۰.....	رویکرد خانه به معامله‌گری
۵۳.....	فصل ۶: دو رویکرد و قرارداد روانشناختی معامله‌گر
۵۵.....	قرارداد روانشناختی معامله‌گر با خودش
۵۹.....	توافق با خود
۶۰.....	رویکرد بازیکن
۶۱.....	رویکرد خانه



فصل ۷: انتظار مثبت؛ مزیت	۶۳
مزیت (EDGE)	۶۵
مزیت سمت فروش	۶۵
مزیت سمت خرید	۶۸

بخش دوم: چرخه فرآیند عملکرد؛ ربع اول

فصل ۸: فاز "بودن"	۶۹
فاز "بودن"	۷۰
شروع با هدف - چرایی و روش	۷۰
حالت بهینه معامله‌گر و حالت جریان (FLOW STATE)	۷۱
حالت زیربهینه معامله‌گر و حالت تیلت	۷۳
غوطه‌وری و حس کردن	۷۳
فاز "بودن" و شکست در رهاکردن	۷۴
فاز "بودن" و معامله باند مه ۲۰۰۷	۷۵

فصل ۹: معامله‌گری، غرور و 3Ps های عملکرد بالا	۷۷
3Ps های عملکرد بالا	۷۹
داستان تونی	۸۱
هیچ راه‌حل ساده‌ای وجود ندارد	۸۲

فصل ۱۰: آنچه بازار برای شما می‌خواهد	۸۵
بازار می‌خواهد شما اشتباه کنید	۸۷

فصل ۱۱: قدرت هدف	۸۹
قدرت هدف	۹۱
یک هدف سالم	۹۲
هدف معاملاتی شما	۹۴
راه (چه و چگونه)	۹۴
تعیین هدف	۹۵

فصل ۱۲: معامله معامله‌گر با خودش	۹۷
معامله معامله‌گر و دو رویکرد	۹۸
معامله با رویکرد بازیکن	۹۹
معامله با رویکرد خانه	۱۰۰

فصل ۱۳: کنجکاوی بی‌طرفانه	۱۰۳
کنجکاوی بی‌طرفانه و تمایل به آسیب‌پذیری	۱۰۴



۱۰۶.....	آسیب‌پذیری به معنای تمایل به درخواست کمک است
۱۰۹.....	فصل ۱۴: حضور؛ خود واقعی شما
۱۱۲.....	توجه به آینه
۱۱۴.....	شناخت خود آغاز تمام خرد است
۱۱۷.....	فصل ۱۵: وقایع‌نگاری مؤثر
۱۱۸.....	روش ۱-۳-۳: یک رویکرد ساده برای دفترچه
بخش سوم: چرخه فرآیند عملکرد؛ ربع دوم	
۱۲۳.....	فصل ۱۶: فاز تولید
۱۲۴.....	رویداد محرک (TRIGGER)
۱۲۴.....	ساخت معنا و شکل‌گیری روایت
۱۲۵.....	بسیج (MOBILISATION)
۱۲۵.....	فشار عاطفی افزایش می‌یابد
۱۲۶.....	فاز تولید و معامله باند مه ۲۰۰۷
۱۲۹.....	فصل ۱۷: آماده‌سازی برای حدس آگاهانه
۱۲۹.....	حدس‌های آگاهانه بهتر
۱۳۳.....	فصل ۱۸: نقشه، خود زمین نیست
۱۳۴.....	درستی
۱۳۶.....	شرایط روی زمین
۱۳۹.....	فصل ۱۹: محدودیت‌های طبیعی ما
۱۴۱.....	بیزاری از ضرر
۱۴۲.....	سوگیری تأیید
۱۴۲.....	اثر مالکیت
۱۴۳.....	سکان کج
۱۴۵.....	فصل ۲۰: سرمایه ذهنی، زمان روز و تصمیم‌گیری
۱۴۷.....	قضات هیئت عفو
۱۴۷.....	تصمیم‌گیری بر اساس زمان روز
۱۴۸.....	فقدان سنجش سرمایه ذهنی
۱۵۱.....	فصل ۲۱: شهود و معامله‌گری
۱۵۱.....	آتش‌نشان
۱۵۲.....	معامله‌گر آربیتراژ ارز

۱۵۳	شهود یک هدیه است
۱۵۴	رمزگشایی شهود
۱۵۶	فصل ۲۲: اعتماد به شهود
۱۵۸	تصویر خود
۱۵۹	مالیات پنهان آشکار شد

بخش چهارم: چرخه فرآیند عملکرد؛ ربع سوم

۱۶۱	فصل ۲۳: مواجهه با عدم قطعیت رادیکال
۱۶۲	نقشه درست
۱۶۳	پیچیدگی و معامله‌گری
۱۶۴	نظرات قوی با نگهداری سست
۱۶۹	فصل ۲۴: فاز عملکرد
۱۷۱	فاز تولید و معامله باند در مه ۲۰۰۷
۱۷۳	فصل ۲۵: برد یا باخت، همه از بازار آنچه می‌خواهند می‌گیرند
۱۷۳	برآورده کردن نیازهای ما
۱۷۵	خواسته‌ها: نیازهای برآورده نشده ما
۱۷۷	قضاوت موفقیت
۱۷۹	فصل ۲۶: تأثیر عملکرد
۱۷۹	تشبیه طناب‌بازی
۱۸۰	معامله فاجعه‌بار جلسه FOMC و بازخرید من
۱۸۵	فصل ۲۷: تمرکز بر نتیجه در مقابل تمرکز بر فرآیند
۱۸۶	نتیجه‌گرایی (RESULTING)
۱۹۱	تمرکز بر فرآیند
۱۹۳	فصل ۲۸: پیمایش فاز عملکرد
۱۹۳	پرواز با احساس: معامله‌گری بدون برنامه
۱۹۴	اسپنسر
۱۹۶	راحت بودن در ناراحتی
۱۹۹	فصل ۲۹: مثبت ماندن وقتی بازار می‌خواهد منفی باشید
۲۰۰	بازی‌های ذهنی
۲۰۱	تریپ‌وایرها: یک ابزار مدیریت ریسک شخصی
۲۰۳	استرس: تندرستی جسمی و ذهنی



بخش پنجم: چرخه فرآیند عملکرد؛ ربع چهارم

فصل ۳۰: رهاکردن؛ یک ابر قدرت	۲۰۵
فصل ۳۱: رهاکردن	۲۰۹
بستن و پذیرش	۲۱۱
مرحله رهاکردن و معامله باند در مه ۲۰۰۷	۲۱۱
فصل ۳۲: بازنشانی؛ ورود به خلاء حاصلخیز	۲۱۵
تأثیر اولیه، ثانویه و ثالثیه	۲۲۰
فصل ۳۳: خوددلسوزی؛ قدرت نرم	۲۲۳
معامله‌گری یک تجربه آسیب‌زا است	۲۲۳
فصل ۳۴: پرورش پتانسیل انسانی	۲۲۷
چه چیزی طبیعی به نظر می‌رسد	۲۲۹
فصل ۳۵: تبدیل شدن به بهترین متحد خود	۲۳۳
حوزه‌های نگرانی و تأثیر	۲۳۶
ابزار پیش‌بینی شکست و تصمیم‌گیری	۲۳۷
فصل ۳۶: پایان کار	۲۳۹

درباره نویسنده

استیون گلدستین نویسنده این کتاب، از مربیان برتر در صنعت بازارهای مالی است. او مدارک متعددی در زمینه مربیگری و توسعه سازمانی دارد، از جمله گواهینامه از انجمن اروپایی درمانگران گشتالت. پیش از اینکه مربی باشد، بیش از ۲۵ سال در بانک‌های سرمایه‌گذاری بزرگ جهان به‌عنوان معامله‌گر کار کرده است. او به دلیل تجربه طولانی و دانش زیادش، دید منحصر به فردی از بازارهای مالی و رفتار انسان دارد. این تجربه به او امکان می‌دهد تا در معامله‌گری و سرمایه‌گذاری، به افراد کمک کند تا تغییرات عمیقی ایجاد کنند که باعث رشد شخصی و بهبود نتایجشان شود.

