

El miedo y el trading

El miedo es una potente emoción animal, presente en el hombre desde el principio de los siglos y capaz de cambiar el comportamiento de una manera muy notable. Ha sido y es, muy utilizado, para conseguir que otros hagan algo que conviene. Muestra con rapidez su indudable efectividad: por ello lo hemos visto utilizar para que los niños se vayan a la cama cuando se ponen pesaditos, para amedrentar a adultos con diferentes situaciones de trabajo, salud o incluso para contener a todo un pueblo enseñándoles los últimos adelantos técnicos en forma de armas o artilugios similares.

En el **trading** es elemento fundamental en el devenir de un trader. Decir, en primer lugar, que existe y existirá siempre, por lo que hay que tenerle el respeto debido y aprender a convivir con él. Para ello lo primero que debemos hacer es hablar de él con naturalidad y conocer como se manifiesta en cada uno de nosotros, será la única forma de acercarnos a su control. Es bien sabido que los animales con el miedo huyen, atacan, se someten.....En el hombre, además de todas ellas, la característica más curiosa es que lo niega, dificultando su control por esta actitud de ausencia de reconocimiento. El hombre es capaz, incluso, de “avanzar” los miedos antes de que aparezcan, creando una notable ansiedad anticipatoria por esta actitud, en muchas ocasiones de recuerdo de otras situaciones parecidas y en otras por un asentamiento crónico de temeridad al futuro.

En el trading no podemos permitirnos el lujo de esperar a que aparezca y ver que hacemos. Se destapa en tantas ocasiones que es preciso organizar la mejor estrategia que seamos capaces para ofrecerle siempre la máxima dificultad de aparición y para no permitirle que tome el control de nuestro estado emocional. Es preciso constatar que si, en alguna ocasión (y esto sucederá con cierta frecuencia), el miedo toma el mando, lo mejor es dejar el trading por ese día.

“Anatomía del miedo; un tratado sobre la valentía”

José Antonio Marina ha escrito un librito titulado “**Anatomía del miedo; un tratado sobre la valentía**” en el que además de realizar un repaso de esta emoción de forma lúcida y profunda propone la valentía como elemento activo y comprometido contra los miedos de cada uno con la finalidad de vivir mejor. Y estoy absolutamente de acuerdo en aplicarlo al trading como un elemento de obligado aprendizaje y de intento de habilidad a alcanzar en la máxima medida posible.

Lo primero es la **actitud**; a quererlo hacer y aceptar el reto, a estar dispuesto a ser constante y paciente en esta actividad, a no retirarnos tempranamente, a aguantar. Para ello debemos consolidar al máximo la confianza en nuestras posibilidades mediante el establecimiento de un método o sistema de trading que hemos probado y estamos dispuestos a seguir adecuadamente. Asimismo la confianza se ve notablemente reforzada por el trabajo en grupo con personas en situaciones similares, la ayuda grupal es uno de los elementos que se hecha de menos en el trading, nuestros alumnos saben que continuamente mantenemos la sugerencia de agruparse para el trading. La **paciencia** y la **disciplina** asientan definitivamente el conocimiento del proceso y de su variabilidad, otorgando la visión real de las características de esta actividad del trading, fuera de clichés y del “me han dicho que”. No

está de más y es absolutamente recomendable el que todos los días revisemos, incluso delante de un espejo, ¿por qué no? el convencimiento de nuestra determinación en seguir en una lucha tranquila, con todos los elementos de seguridad (gestión monetaria y stops de protección) activados, frente a nuestro “otro yo” que lleva el miedo como potente elemento desestabilizador de ese ambiente de tranquilidad y confianza que el trading necesita para realizarse con la máxima eficiencia en cada caso.

En el proceso de **aprendizaje** es evidente que demostrar habilidad y resultados teóricos es lo primero. Una vez conseguido ese objetivo, de forma suficientemente evidente, solo el miedo se interpondrá en hacer que esa habilidad teórica se constate en la realidad. Sin duda le costará un esfuerzo y pondrá a prueba su valentía. Le recomiendo que comience a entrenarse desde este mismo momento. Ponga otra silla delante de su pantalla y aprenda a ganar la batalla cada día. No tenga miedo de tener miedo.

KJ03

Saludos a todos y que disfruten.

Dto de Docencia del trading

FH Inversiones

marzo 16, 2007 en [6. ARTÍCULOS DE INTERÉS](#) | [Enlace permanente](#) | [Comentarios \(0\)](#)