

Mark Douglas

Trading in the Zone

Estratti

# Capitolo 1

## La strada per il successo: analisi fondamentale, tecnica o mentale?

Se dovessi scegliere una parola che racchiuda la natura del trading, sarebbe paradosso. Disastri emozionali e finanziari sono frequenti nei traders perché molte delle prospettive, attitudini e principi che nella nostra vita di tutti i giorni sarebbero assolutamente sensati e funzionali hanno l'effetto opposto nell'ambiente del trading. Semplicemente non funzionano.

Ogni trader si sta prendendo un rischio quando entra in un trade, ma questo non significa che stia accettando quel rischio. In altre parole, tutti i trades sono rischiosi perché il risultato finale è solo probabile, non certo. Ma la maggior parte dei traders è convinta di stare correndo un rischio quando entrano in trade? Hanno accettato veramente il fatto che il trade ha un risultato finale non è garantito e solo probabile? Inoltre, hanno accettato tutte le possibili conseguenze? La risposta è, sicuramente no!

Se non sei capace di fare trading senza il minimo disagio emozionale (nello specifico, paura), allora non hai ancora imparato ad accettare i rischi inerenti al trading. Questo è un grosso problema, perché il livello a cui non si accetta il rischio è lo stesso livello a cui si eviterà il rischio. Tentare di evitare qualcosa che è inevitabile avrà degli effetti disastrosi sulla tua abilità di fare trading con successo.

Imparare ad accettare veramente i rischi è difficile in ogni ambito, ma è estremamente difficile per i traders, specialmente considerando cosa c'è in palio. Di che cosa abbiamo più paura in generale? (ad eccezione di morire e parlare in pubblico forse). Sicuramente, perdere soldi e sbagliare sono entrambi in cima alla lista o quasi.

Il trading ci presenta un paradosso fondamentale: come facciamo a rimanere disciplinati, focalizzati e sicuri di fronte all'incertezza costante? Quando avrai pensato a pensare come un trader, questo è esattamente quello che riuscirai a fare. Imparare come ridefinire le tue attività di trading in un modo che ti faccia completamente accettare il rischio è la chiave per pensare come un trader di successo. Imparare ad accettare il rischio è una competenza del trader. E' la competenza più importante che puoi imparare.

Penso di non riuscire ad esprimere la differenza tra chi vince con continuità e tutti gli altri più semplicemente di così: i migliori trader non hanno paura.

Il 95% degli errori che fai nel trading, che ti fanno letteralmente sparire i soldi davanti agli occhi, provengono con ogni probabilità dall'atteggiamento che hai al riguardo di sbagliare, perdere soldi, perdere un'occasione, e lasciare i soldi sul tavolo (con quest'ultimo intende ad es uscire da un trade troppo presto, NdT). Queste sono

quelle che chiamo le principali quattro paure di un trader.

La dura, fredda realtà del trading è che ogni trade ha un risultato non sicuro.

Hai due scelte: puoi provare ad eliminare il rischio imparando quanto più puoi sulle variabili che influenzano il mercato (lo chiamo il buco nero dell'analisi: è il sentiero che porta alla massima frustrazione). O puoi imparare a ridefinire le tue attività di trading in un modo in cui accetti veramente il rischio, e non avrai più paura.

## Capitolo 2

# Le lusinghe (e i pericoli) del trading

Il trading è un'attività che offre alle persone un'illimitata libertà di espressione creativa, una libertà di espressione che è stata negata alla maggior parte di noi per la maggior parte della nostra vita.

Per operare in maniera efficace nell'ambiente del trading, abbiamo bisogno di regole e limiti che guidino il nostro comportamento. E' un semplice fatto che il trading abbia il potenziale di farci dei danni enormi, danni che possono essere molto più gravi di quanto possiamo lontanamente immaginare. Ci sono molti tipi di trades in cui il rischio di loss è illimitato.

Persino il gioco d'azzardo ha nella sua struttura delle regole che lo rendono molto diverso dal trading, e molto meno pericoloso.

Nel trading nessuno (tranne te stesso) ti obbligherà a decidere in anticipo quale sarà il tuo rischio. In effetti siamo di fronte a un ambiente senza limiti, dove virtualmente tutto può succedere in ogni momento e solo chi vince con continuità definisce in anticipo il rischio di ogni trade. Per tutti gli altri, definire in anticipo il rischio ci mette di fronte alla realtà che ogni trade ha un risultato finale solo probabile, il che significa anche che potrà finire in un loss.

Tutti i giochi d'azzardo hanno degli specifici inizi, sviluppi e finali, basati su una sequenza di eventi che determina il risultato del gioco. Nel momento in cui decidi di partecipare, non puoi cambiare idea, sei dentro per la durata del gioco. Questo non è vero nel trading. Nel trading, i prezzi sono in movimento costante, niente comincia fino al momento in cui lo decidi, dura per quanto vuoi, e non finisce fino a quando non decidi che debba finire. A prescindere da quello che puoi avere pianificato o voluto fare, un certo numero di fattori psicologici entrano in gioco che ti fanno diventare distratto, cambiare idea, aver paura o essere troppo sicuro: in altre parole, questi fattori ti fanno comportare in modo erratico e non intenzionale.

Visto che i giochi d'azzardo hanno una fine formale, forzano i partecipanti ad essere dei perdenti attivi. Se sei in una serie perdente, non puoi continuare a perdere senza prendere una decisione cosciente di continuare a farlo. La fine di ogni partita causa l'inizio di una nuova, e devi attivamente mettere più denaro a rischio aprendo il portafoglio o spingendo un po' di chip al centro del tavolo.

Il trading non ha una fine formale. Il mercato non ti tirerà fuori da un trade. A meno che tu non abbia la struttura mentale appropriata per finire un trade nel modo che è sempre il migliore per i tuoi interessi, puoi diventare un perdente passivo. Questo significa che quando sei in un trade perdente, non devi fare niente per continuare a perdere. Non devi nemmeno guardare. Puoi anche ignorare la situazione, e il mercato si prenderà tutto quello che possiedi, e anche di più.

La ragione per cui siamo attratti dal trading prima di tutto, l'illimitata libertà di espressione creativa, è la stessa ragione per cui sentiamo una resistenza naturale a creare il tipo di regole e limiti che possono guidare in modo appropriato il nostro comportamento. E' come se avessimo trovato la Terra di Utopia in cui abbiamo libertà completa, e poi qualcuno ci desse una pacca sulla spalla e dicesse "Ehi, devi creare delle regole, e non solo, devi avere anche la disciplina per rispettarle".

La dura realtà del trading è che, se vuoi creare consistenza di risultati, devi partire dalla premessa che sarai completamente responsabile, non importa quale sarà il risultato. Questo è un livello di responsabilità a cui poche persone hanno aspirato prima di decidere di diventare dei traders.

Quando tradiamo senza un piano ben definito, è molto facile prendersi il merito per i trades che sono riusciti. Allo stesso tempo, è molto facile evitare la responsabilità per i trades che non sono andati come volevamo. Avremo la tendenza a sviluppare un trading casuale, non strutturato, perché vogliamo evitare di assumerci la responsabilità.

# Capitolo 3

## Assumersi la responsabilità

I traders di successo hanno praticamente eliminato gli effetti della paura e della sconsideratezza dal proprio modo di tradare.

Eliminare la paura è solo metà dell'equazione. L'altra metà è la necessità di sviluppare un meccanismo di freno. I traders eccellenti hanno imparato che è essenziale avere una disciplina interiore o un meccanismo mentale che permetta loro di agire contro gli effetti negativi dell'euforia o della troppa confidenza che è causata da una serie di trades vincenti. Per un trader vincere può essere estremamente pericoloso se non si è imparato a monitorarsi e a controllarsi.

Devi imparare da solo come ricavare quello che vuoi dai mercati. Il primo grande passo in questo processo di apprendimento è assumersi completa e assoluta responsabilità. Assumersi la responsabilità significa credere che tutti i risultati che otteniamo sono generati da noi stessi; che i risultati sono basati sulle nostre interpretazioni delle informazioni che arrivano dal mercato, sulle decisioni che prendiamo e sulle azioni che ne conseguono. Assumersi meno che la completa responsabilità fa emergere due grandi ostacoli psicologici che bloccano il successo. Prima di tutto, si stabilirà una relazione da nemici con il mercato che finisce per escludere dal costante flusso di opportunità. Poi, si penserà erroneamente che i problemi nel trading e la mancanza di successo possano essere cambiati tramite l'analisi del mercato.

La ragione di fondo per la quale il trader principiante studia il mercato è per vincere il mercato, per provare qualcosa al mercato e a se stesso, e soprattutto, per evitare che il mercato lo ferisca ancora. Non studia il mercato semplicemente come un mezzo per trovare un modo sistematico per vincere, ma piuttosto come un mezzo per evitare il dolore o dimostrare qualcosa che non ha niente a che vedere con il guardare il mercato da un punto di vista obiettivo. Non se ne rende conto, ma nel momento in cui assume che sapere qualcosa sul mercato possa prevenire dal provare ancora dolore o lo possa aiutare a soddisfare la sete di vendetta o gli possa permettere di dimostrare qualcosa, è condannato ad essere un perdente. Non potrà mai credere di aver fatto qualcosa di sbagliato nel voler dedicarsi ad imparare; il problema è che l'ha fatto per le ragioni sbagliate.

Non riuscirà a tradare in modo efficace se sta tentando di dimostrare qualcosa. Se devi vincere, se devi avere ragione, se non puoi perdere o non puoi avere torto, percepirai molte informazioni che ti dà il mercato come dolorose. In altre parole, vedrai come dolorosa ogni informazione generata dal mercato che è opposta a ciò che ti farebbe felice.

Tutti capiscono la natura dell'evitare il dolore fisico. Se si mette accidentalmente una mano su una piastra infuocata, la mano si allontanerà dal caldo automaticamente; è una reazione istintiva. Tuttavia quando si tratta di evitare il dolore emozionale e le conseguenze negative che crea, specialmente ai traders, pochissime persone capiscono la dinamica sottostante.

Le nostre menti hanno molti modi per metterci al riparo dalle informazioni che abbiamo imparato a percepire come dolorose. Per esempio, ad un livello conscio, possiamo razionalizzare, giustificare, trovare argomenti per restare in un trade perdente. Alcuni dei modi più comuni sono parlare con amici traders, guardare indicatori che non usiamo mai, tutto con lo scopo di raccogliere informazioni non dolorose per negare la validità dell'informazione dolorosa. Ad un livello inconscio, le nostre menti automaticamente altereranno, distorceranno o escluderanno specificamente alcune informazioni dalla nostra consapevolezza. In altre parole, non ci renderemo conto che i nostri meccanismi che ci evitano il dolore ci stanno nascondendo o alterando le informazioni che ci sta dando il mercato.

Imparare di più sul mercato solo per evitare il dolore aumenterà i problemi perché più si impara, più naturalmente si pretende dal mercato, rendendo ancora più doloroso quando il mercato non fa la sua parte. Si crea involontariamente un circolo vizioso dove più si impara, più si diventa delusi; più si diventa delusi, più ci si sente obbligati ad imparare. Il ciclo continuerà fino a quando non si lascerà il trading per disgusto o si riconoscerà che la causa fondamentale dei problemi relativi al trading è la prospettiva, e non la mancanza di conoscenza del mercato.

La mia definizione di attitudine vincente: un'aspettativa positiva dei propri sforzi con l'accettazione che qualsiasi risultato si otterrà rifletterà perfettamente il proprio livello di sviluppo e che cosa bisogna imparare meglio. Il problema con molti trader è che pensano di avere già un'attitudine vincente, mentre non ce l'hanno, o che il mercato sviluppi l'attitudine per loro dando loro dei trades vincenti. Ognuno è responsabile per lo sviluppo della propria attitudine vincente. Il mercato non lo farà per te, e lo voglio enfatizzare più che posso, nessun tipo di analisi del mercato aiuterà nel crearsi un'attitudine vincente se non se ne ha già una.

Se vuoi cambiare i tuoi risultati da un'equity erratica a una che cresce costantemente, il primo passo da fare è assumersi la responsabilità e smettere di aspettarsi che il mercato possa dare o fare qualcosa per te. Se decidi di farlo da questo punto in avanti con tutto te stesso, il mercato non può più essere il tuo avversario. E se smetti di combattere il mercato, che in fondo significa che smetti di combattere te stesso, sarai impressionato da quanto velocemente riconoscerai esattamente quello che hai bisogno di imparare, a quanto velocemente lo imparerai. Assumersi la responsabilità è la pietra angolare dell'attitudine vincente.

## Capitolo 4

### Consistency, uno stato mentale.

(consistency secondo me è intraducibile in italiano, significa coerenza, essere conseguenti nelle proprie azioni, e portare avanti qualcosa con continuità, almeno secondo me).

Nel capitolo 3 ho illustrato brevemente come le nostre menti sono legate all'evitare il dolore fisico ed emozionale. Se si tratta con la prospettiva di tentare di ottenere quello che si vuole o ciò che ci si aspetta dal mercato, cosa succede quando il mercato non si comporta in modo da realizzare le nostre aspettative? Il tuo meccanismo di difesa mentale si attiva per compensare la differenza tra quello che vuoi e quello che non stai ottenendo, in modo da non provare dolore emozionale.

Le nostre menti sono progettate per bloccare automaticamente le informazioni minacciose o per trovare un modo per oscurare tali informazioni, in modo da metterci al riparo dal disagio emozionale che sentiamo naturalmente quando non otteniamo ciò che vogliamo. Non te ne accorgerai nel momento in cui accade, ma sceglierai le informazioni coerenti con ciò che ti aspetti, così da mantenere uno stato mentale senza dolore.

Tuttavia, nel processo di tentare di mantenere tale stato mentale senza dolore, ti escluderai dal flusso di opportunità e entrerai nel regno del "potrebbe essere", "avrebbe dovuto", "sarebbe dovuto" e "se avessi". Tutto quello che avrebbe dovuto essere riconosciuto e che al momento appariva invisibile, poi diventa dolorosamente evidente a fatti compiuti, quando l'opportunità se ne è andata da tempo.

Per essere consistente, devi imparare a pensare al trading in un modo in cui non sarai più soggetto a processi mentali consci o inconsci che oscureranno, bloccheranno o faranno scegliere le informazioni solo sulla base di ciò che ti permetterà di essere felice, darti quello che vuoi, o evitarti il dolore. La minaccia del dolore genera paura, e la paura è la causa del 95% degli errori che fai.

Ora, ti potrai chiedere, come faccio a pensare al trading in un modo in cui non sarò più soggetto ai processi mentali che oscurano, bloccano le informazioni? La risposta è: impara ad accettare il rischio.

Accettare il rischio significa accettare le conseguenze dei tuoi trades senza disagio emozionale o paura. Questo significa che devi imparare come pensare al trading e alla tua relazione con il mercato in un modo in cui la possibilità di sbagliare, perdere, mancare un'occasione o lasciare soldi sul tavolo non causino l'attivazione dei tuoi meccanismi di difesa mentale che ti tireranno fuori dal flusso di opportunità. Non ti gioverà per niente assumerti il rischio di entrare in un trade se hai paura delle conseguenze, perché le tue paure agiranno sulla tua percezione delle informazioni e sul tuo comportamento causandoti alla fine proprio quell'esperienza che temi di più, quella che stai tentando di evitare.



Come si rimane confidenti e senza dolore quando sei assolutamente certo che puoi sbagliare, perdere soldi, mancare un'occasione o lasciare soldi sul tavolo? Come hai visto, la paura e il senso di disagio sono assolutamente giustificati e razionali. Ognuna di queste possibilità diventa reale nel momento in cui si comincia ad interagire con il mercato. Tuttavia, per quanto tutte queste possibilità siano reali per ogni trader, quello che non è lo stesso per ogni trader è che cosa significhi sbagliare, perdere soldi, mancare un'occasione o lasciare soldi sul tavolo. Non tutti hanno gli stessi atteggiamenti a proposito di tali possibilità, e quindi non tutti condividono le stesse sensibilità emotive. In altre parole, non tutti hanno paura delle stesse cose. Potrebbe sembrare ovvio, ma vi assicuro che non lo è.

La maggior parte dei traders presuppongono che i migliori traders abbiano paura di sbagliare, perdere soldi, mancare un'occasione o lasciare soldi sul tavolo esattamente come loro stessi. Presuppongono che i migliori traders riescano in un qualche modo a neutralizzare le loro paure con un'eccezionale quantità di coraggio, nervi d'acciaio e autocontrollo. Come molte altre cose sul trading, quello che sembra assolutamente sensato, non lo è. Sicuramente uno o tutte queste caratteristiche possono essere presenti in ognuno dei migliori traders. Ma quello che non è vero è che tali caratteristiche giochino un ruolo nelle loro performances superiori. Avere bisogno di coraggio, nervi d'acciaio o autocontrollo implicherebbe in conflitto interno in cui una forza è usata per contrastare gli effetti di un'altra. Ogni livello di lotta, tentativo o paura associato con il trading ti tirerà fuori dal momento presente e dal flusso e quindi diminuirà i tuoi risultati. E' qua che i traders professionali si separano dalla massa. Quando accetti il rischio come fanno i professionisti, non percepirai nulla che può fare il mercato come una minaccia. Se niente ti minaccia, non c'è ragione di avere paura. Se non hai paura, non hai bisogno di coraggio. Se non sei sotto stress, perché avresti bisogno di nervi d'acciaio? E se non hai paura del tuo potenziale tanto da diventare sconsiderato, perché hai i meccanismi di monitoraggio appropriati, allora non hai bisogno di autocontrollo.

## Capitolo 5

### Le dinamiche della percezione.

Prendiamo l'esempio del primo incontro di un bimbo con un cane. Il cane o è cattivo o ha una brutta giornata. In ogni caso, appena il bimbo è abbastanza vicino, il cane lo morde. L'attacco è così violento che il cane deve essere tirato via a forza dal bimbo. Ora, quale sarà l'effetto di un ricordo così negativo sulla percezione del bimbo nel momento in cui incontrerà un altro cane? La risposta è così ovvia che sembra perfino ridicolo chiederlo, ma le implicazioni sottostanti non sono così ovvie. Chiaramente, nel momento in cui il bimbo viene in contatto con un altro cane, proverà paura. Notate che ho usato la parola "altro" per descrivere il successivo cane con cui entra in contatto. Voglio sottolineare che ogni altro cane farà sentire paura al bimbo, non solo quello che l'ha attaccato. Non farà nessuna differenza se il successivo cane sarà il più amichevole del mondo, uno che esprime solo giocosità e amore. Il bimbo avrà comunque paura.

Tutti noi abbiamo vissuto situazioni in cui qualcuno aveva paura, quando dal nostro punto di vista non c'era nessun tipo di pericolo o minaccia. Per quanto magari non l'abbiamo detto esplicitamente, abbiamo pensato che quella persona si stava comportando irrazionalmente. E se avessimo provato a far notare perché non c'era nessun motivo di aver paura, con ogni probabilità avremmo visto che le nostre parole avrebbero avuto poco o nessun effetto. Potremmo facilmente pensare la stessa cosa del bimbo del nostro esempio, che si sta comportando irrazionalmente, perché è chiaro dal nostro punto di vista che esistono altre possibilità oltre quella su cui si è focalizzata la sua mente. Ma la sua paura è meno razionale, ad esempio, di quella o dell'esitazione che provi nell'entrare in un trade quando l'ultimo è stato un loss? Usando la stessa logica, un top trader direbbe che la tua paura è irrazionale perché questo "nuovo momento" non ha assolutamente niente a che vedere con l'ultimo trade. Ogni trade ha solo un risultato probabile, ed è statisticamente indipendente da ogni altro trade. Se credi il contrario, capisco anche perché hai paura; ma ti posso assicurare che le tue paure sono completamente infondate. Come vedi, la percezione del rischio di una persona può essere percepita come irrazionale da un'altra. Il rischio è relativo, ma per la persona che lo percepisce in un preciso momento, sembra assoluto e fuori questione.

Uno dei tuoi obiettivi principali come trader è di percepire le opportunità disponibili, non la minaccia del dolore. Per imparare come stare focalizzato sulle opportunità, devi sapere e capire con assoluta certezza la fonte della minaccia. Non è il mercato.

Consideriamo uno scenario in cui gli ultimi due o tre trades sono stati dei loss. Stai guardando il mercato e le variabili che usi per selezionare le opportunità sono ora presenti. Invece di eseguire immediatamente il trade, esiti. Il trade sembra molto

rischioso, così rischio, che cominci a pensare se sia "veramente" un segnale. Come conseguenza, cominci a raccogliere informazioni che supportano il perché questo trade non funzionerà. Se cambio lo scenario e gli ultimi due o tre trade sono stati dei gani invece che dei loss, avresti percepito il segnale in modo diverso? L'avresti percepito come un'occasione di vittoria più che nel primo scenario? Avresti esitato ad entrare nel trade? Molto probabilmente no! In effetti, se sei come la maggior parte dei traders, avresti addirittura pensato di prendere una posizione più pesante di quella che prendi di solito. In entrambi i casi, il mercato ha generato lo stesso segnale. Ma il tuo stato mentale era negativo e preda della paura nel primo caso, e ti ha causato di focalizzarti sulla possibilità di un fallimento, che poi ha causato l'esitazione. Nel secondo scenario invece non hai quasi percepito il rischio.

Se riesci ad accettare il fatto che il mercato non ha la caratteristica di generare informazioni positive o negative, allora l'unico motivo per cui tali informazioni possono sembrare positive o negative è nella tua mente, ed è una funzione di come sono processate le informazioni. In altre parole, il mercato non è la causa del tuo focalizzarti sul fallimento e il dolore, o sul vincere e il piacere. Quello che causa la percezione di una qualità positiva o negativa dell'informazione è lo stesso inconscio processo mentale che ha causato al bimbo la percezione del secondo cane come minaccioso e pericoloso, anche se quel cane era solo giocoso e amichevole.

# Capitolo 6

## La prospettiva del mercato

Se c'è una cosa come il segreto della natura del trading è questo: al cuore dell'abilità di 1) tradare senza né paura né troppa sicurezza 2) percepire quello che il mercato sta offrendo secondo la sua prospettiva 3) stare completamente focalizzato nel flusso di opportunità del momento presente e 4) entrare spontaneamente nella "zona", c'è una forte e virtualmente incrollabile convinzione in un risultato incerto con un vantaggio in nostro favore. I migliori traders sono evoluti al punto in cui credono senza la minima ombra di dubbio che tutto può accadere.

Solo i migliori traders predefiniscono regolarmente il loro rischio prima di entrare in un trade. Solo i migliori traders tagliano le loro perdite senza riserve o esitazioni quando il mercato dice loro che il trade non sta funzionando. E solo i migliori traders hanno una gestione organizzata, sistematica che permette loro di prendere profitti quando il mercato va nella direzione del loro trade. Non predefinire il tuo rischio, non tagliare le tue perdite e non prendere sistematicamente profitto sono i tre errori più comuni e più costosi che puoi fare. Solo i migliori traders hanno eliminato questi errori dal loro trading.

Il trader tipico non predefinisce il rischio, non taglia le sue perdite, non prende sistematicamente profitti perché il trader tipico pensa che non sia necessario. L'unica ragione per cui può pensare che non si necessario è perché crede che sa già che cosa accadrà nel futuro.

Stabilendo la convinzione che tutto può succedere, il trader allenerà la sua mente a pensare in termini di probabilità. Questo è di gran lunga il più essenziale e più difficile principio da afferrare e da integrare effettivamente nel proprio sistema mentale.

## Capitolo 7

### Il vantaggio del trader: pensare in termini di probabilità

(la parola che traduco con vantaggio è edge, difficile da tradurre. Douglas stesso nell'intervista dice che edge è un qualcosa che mette le probabilità di successo dalla tua parte)

Ecco un paradosso interessante: i casinò fanno profitti costanti giorno dopo giorno e anno dopo anno sfruttando un evento che ha un risultato completamente casuale. Allo stesso tempo la maggior parte dei traders crede che il comportamento del mercato non sia casuale, ma nonostante questo non riesco a produrre profitti con continuità.

Quello che i proprietari dei casinò, i giocatori d'azzardo professionisti e i migliori traders capiscono, e che risulta difficile da capire per il trader tipico è questo: che anche un evento con risultati solo probabili può produrre dei risultati consistenti, se si riesce ad avere le probabilità in proprio favore e se il campione degli eventi è abbastanza grande. I migliori traders trattano il trading come un gioco di numeri, in modo simile a come i casinò e i giocatori d'azzardo professionisti si avvicinano al gioco d'azzardo. Per fare un esempio, guardiamo il blackjack. Nel blackjack, i casinò hanno circa il 4.5% di vantaggio sul giocatore, basandosi sulle regole del gioco. Questo significa che su un numero di partite abbastanza grande, il casinò genererà profitti di 4.5 centesimi per ogni dollaro giocato. Quello che i proprietari dei casinò e i giocatori professionisti capiscono sulla natura delle probabilità è che ogni singola mano giocata è statisticamente indipendente da ogni altra mano. Questo significa che ogni mano è un evento unico, il cui risultato è indipendente e casuale rispetto all'ultima mano giocata o alla successiva. Se ci si concentra su ogni singola mano, ci sarà una distribuzione casuale, impossibile da prevedere, tra le mani vincenti e quelle perdenti. Ma dal punto di vista collettivo, è esattamente l'opposto ad essere vero. Se le mani giocate sono abbastanza grandi in numero, emergeranno degli schemi che produrranno dei risultati continuativi, prevedibili e statisticamente affidabili.

E' questo che rende così difficile pensare in termini di probabilità. Richiede credere in due cose che di primo acchito sembrano contraddittorie. La prima cosa la chiameremo il livello micro. A questo livello, devi credere nell'incertezza e nell'imprevedibilità di ogni singola mano. Sei consapevole della verità di questa incertezza, perché ci sono sempre un numero di variabili sconosciute che influenzano la partita. Ad esempio, non puoi sapere in anticipo come gli altri giocatori giocheranno, perché possono decidere di chiedere o rifiutare le carte aggiuntive. Tutte queste variabili non possono essere controllate in anticipo e renderanno il risultato di ogni singola mano incerto e casuale (statisticamente indipendente) in relazione a tutte le altre. Il secondo livello è quello macro. A questo livello, devi credere che il risultato globale di una serie di

partite giocate è relativamente certo e prevedibile. Il grado di certezza è basato sulle costanti del gioco che sono date in partenza e che sono specificamente progettate per dare un vantaggio a un lato invece che ad un altro. Queste costanti sono le regole del gioco.

E' l'abilità di credere all'imprevedibilità del gioco al livello micro e simultaneamente credere nella prevedibilità del gioco al livello macro che fa il successo e l'efficacia dei casinò e i giocatori d'azzardo professionisti. La convinzione nell'unicità di ogni partita evita loro di impegnarsi nell'inutile esercizio di tentare di prevedere il risultato di ogni singola mano. Hanno imparato e completamente accettato il fatto che non sanno che cosa succederà nel futuro. Ed è ancora più importante, hanno capito che non hanno bisogno di saperlo per poter fare soldi in maniera continuativa. Siccome non sanno cosa succederà nel futuro, non pongono nessun significato speciale, emozionale o altro, ad ogni singola mano, giro di ruota o tiro dei dadi. In altre parole, non sono gravati da un'aspettativa irrealistica su che cosa sta per succedere, e il loro ego non è coinvolto in un modo che gli fa sentire il bisogno di avere ragione. Il risultato è che è più facile per loro stare concentrati sul tenere le probabilità in loro favore ed eseguire senza errori, che implica il fatto che sono meno tendenti a fare errori costosi. Rimangono rilassati perché sono impegnati e hanno la volontà di fare emergere le probabilità (e quindi il loro vantaggio), perché sanno che se il loro edge è abbastanza buono e le mani giocate sono in numero abbastanza grande, alla fine ne usciranno vincitori.

Un flusso costante di variabili note e ignote crea un ambiente probabilistico dove non sappiamo con certezza che cosa succederà nel futuro. Questa frase sembra piuttosto logica, persino ovvia, ma qua c'è un enorme problema che non è né logico né ovvio. Essere consapevoli dell'incertezza e capire la natura delle probabilità non è uguale ad avere l'abilità di funzionare efficacemente da una prospettiva probabilistica. Pensare in termini di probabilità può essere difficile da padroneggiare perché le nostre menti non elaborano naturalmente le informazioni in questo modo.

Perché pensi che i traders perdenti sono ossessionati dall'analisi di mercato? Ricercano disperatamente quel senso di certezza che l'analisi sembra dare loro. Per quanto in pochi siano disposti ad ammetterlo, la verità è che il trader tipico vuole avere ragione in ogni singolo trade. Sta disperatamente cercando di creare certezze dove semplicemente non ne esistono.

Il trader tipico non predefinisce il rischio di entrare in un trade perché non crede che sia necessario. L'unico modo per cui può credere che non è necessario è perché crede che sa che cosa succederà nel futuro. La ragione per cui crede che sa che cosa succederà nel futuro è perché non entrerà in un trade senza essere convinto di aver ragione. Nel momento in cui è convinto che il trade finirà con un gain, allora non è più necessario definire il rischio (siccome ha ragione, non c'è il rischio). Il tipico trader si autoconvince di aver ragione prima di entrare nel trade perché l'alternativa (avere torto) è semplicemente inaccettabile. Ricorda che le nostre menti sono progettate per associare. Come conseguenza, avere torto in un trade ha il potenziale di

essere associato con ogni altra esperienza della vita del trader in cui ha avuto torto. L'implicazione è che ogni trade può scatenare il dolore accumulato in ogni volta che ha avuto torto in vita sua. Dato l'enorme accumulo di energia negativa che circonda nella maggior parte delle persone la sensazione di avere sbagliato, è facile capire perché ogni trade può letteralmente significare una questione di vita o di morte.

Come i traders migliori vedono correttamente il trading come un gioco di probabilità, la loro reazione emozionale al risultato di un trade è equivalente alla reazione che il trader tipico avrebbe se tirasse una moneta, prevedendo che uscisse testa, e invece venisse fuori croce. Una scelta sbagliata, ma per la maggior parte delle persone, sbagliare la previsione del tiro di una moneta non scatena il dolore accumulato di tutte le altre volte in cui ci si è sbagliati nella propria vita. Perché? Perché la maggior parte delle persone sa che il risultato del lancio di una moneta è casuale.

Per pensare in termini di probabilità, devi creare una struttura mentale che sia coerente con i principi fondamentali di un ambiente probabilistico. Un atteggiamento mentale probabilistico relativo al trading consiste di cinque verità fondamentali.

1. tutto può succedere
2. non hai bisogno di sapere cosa succederà nel futuro per poter fare soldi
3. c'è una distribuzione casuale tra i gain e i loss per ogni insieme di variabili che definisce un vantaggio
4. un vantaggio (edge) non è nient'altro che l'indicazione di una probabilità maggiore che una cosa succeda rispetto ad un'altra
5. ogni momento nel mercato è unico

A questo punto il lavoro da fare è imparare a far diventare queste verità delle convinzioni ad un livello funzionale. Un livello funzionale è quello in cui trovi te stesso operare naturalmente in uno stato mentale sereno, percependo esattamente quello di cui hai bisogno e operando senza esitazioni o conflitti interni.

# Capitolo 11

## Pensare come un trader

Se mi dovessero chiedere di ridurre il trading alla sua forma più semplice, direi che è un gioco numerico di riconoscimento di modelli (patterns). Usiamo l'analisi di mercato per identificare tali patterns, definiamo il rischio e determiniamo dove prendere profitto. Il trade funziona o non funziona. In ogni caso, andiamo avanti con il trade successivo. E' così semplice, ma sicuramente non è facile. In effetti, il trading è probabilmente la cosa più difficile che si possa mai provare in cui avere successo.

Quello che separa i grandi atleti e performers da tutti gli altri è la loro mancanza di paura di sbagliare. La ragione per cui non hanno paura è che non hanno nessuna ragione per diminuire la considerazione in se stessi quando fanno un errore, cioè non hanno un serbatoio di energia negativa pronto a traboccare e a piombare sul loro processo mentale come un leone che aspetta il momento giusto per piombare sulla sua preda.

### Principles of consistency

1. definisco obiettivamente il mio vantaggio (edge, quindi intendo di definire obiettivamente il proprio metodo o sistema)
2. predefinisco il rischio in ogni trade
3. accetto completamente il rischio oppure non entro nel trade
4. applico il mio edge senza riserve né esitazioni
5. prendo profitto quando il mercato mi rende disponibili dei soldi
6. monitoro continuamente la mia tendenza a fare errori
7. capisco l'assoluta necessità di questi principi per arrivare al successo continuativo, e quindi non li violo mai

Devi volere la consistency così tanto che devi avere la volontà di rinunciare a tutte le altre ragioni, motivazioni o progetti che avevi relativi al trading che non sono coerenti con il processo di integrare tali convinzioni per creare la consistency. Un chiaro, intenso desiderio è un prerequisito assoluto se vuoi che questo processo funzioni per te.