

INDICE

Prefazione di <i>Giovanni Lapidari</i>	11
Introduzione	17
Capitolo 1 – L’esperienza di un trader	23
Capitolo 2 – La mente ci inganna	31
• La mente: il sistema 1 e il sistema 2	
Capitolo 3 – Tradare nella “zona”	41
• Mark Douglas e il “trading in the zone”	
• Un esempio operativo: metodo e disciplina vs emotività	
Capitolo 4 – Emozioni e trappole della nostra mente	61
• Il rimpianto	
• Le psicotrappole	
• Le psicotrappole del pensare	
• Le psicotrappole dell’agire	
• Le distorsioni	
• La percezione della realtà e del rischio	
• Decisioni e “mente quantica”	
• Un gioco per tenerci coi piedi per terra	
Capitolo 5 – Gli elementi di prestazione nel trading	83
• Elementi di prestazione nel trading	
• Sincronia	
• Punti di forza	
• Energia	
• Ritmo	

• Attivazione	
• Criticità nella prestazione	
Capitolo 6 – Il piano di trading	93
• Preparare un piano di trading	
Capitolo 7 – Statistica e probabilità	101
• La regressione verso la media	
• Tradare come un casinò	
• Un esempio di come crearsi una base statistica	
Capitolo 8 – Costruirsi un metodo	115
• Il mercato è matematica	
• Fase 1 – Individuazione di un pattern e ricerca statistica dei segnali	
• Fase 2 – Verifica in simulazione dei trade	
• Fase 3 – Raccolta dei dati e verifica dei risultati	
Capitolo 9 – Un po' di money management	129
• Un foglio Excel per il money management	
• Gestione imprenditoriale del trading	
Conclusioni	139
Ringraziamenti	145
Bibliografia	147