

Część Pierwsza: Podstawy podejmowania ryzyka

Rozdział 1. Definicja Ryzyka

Zmiana podejścia

Zrozumienie czynnika psychicznego

Identyfikacja problemów

Rozdział 2. Zrozumienie własnego stylu

Zaangażowanie

Wyznaczenie celu

Część Druga. Problemy związane z ryzykiem

Rozdział 3. Kontrolowanie emocji

Schematy życiowe

Analiza emocji związanych ze spekulacją

Zrozumienie reakcji na stres

Nowa zasada życiowa

Uznanie własnych reakcji

Jak radzić sobie ze złością

Jak utrzymać koncentrację

Rozdział 4. Nauka odpuszczania

Zwalczanie perfekcjonizmu

Przezwyciężenie mentalnej księgowości

Walka z paraliżem

Nauka elastyczności

Kolekcjonowanie ogryzków

Refleksje na temat zachowań stadnych

Wyzwolenie od racjonalizacji

Natychmiastowe działanie

Część Trzecia. Ryzyko a osobowość

Rozdział Piąty. Profil tradera pasywnego

Trader ostrożny

Trader bojaźliwy

Trader niepewny

Zaangażowanie

Wybieraj to, co już masz

Odkryj to, czego ci brakuje

Rozdział 6. Profil tradera ryzykującego

Rozwiązania

Rozdział 7. Jak rozpoznać mistrza spekulacji

Definicja mistrza spekulacji

Jak dążyć do mistrzostwa

Ocena postępów

CZEŚĆ CZWARTA. Podejmowanie ryzyka w praktyce

Rozdział 8. Powiększanie ryzyka

Znaczenie statystyki

Narzędzia specjalne

Rozdział 9. Jak radzić sobie z porażką ... i sukcesem

Przyznaj się do kryzysu

Zarządzanie kryzysem, zarządzanie emocjami

Jak zmienić kryzys w pozytywną zmianę

Poradzić sobie z sukcesem

Plan i zaangażowanie

Rozdział 10. Zabrać się do pracy

Analiza danych

Trzeba wiedzieć, co jest ważne

Zrozumienie modelu biznesowego

Katalizatory

Interpretacja danych subtelnych

Analiza techniczna

Rozdział 11. Nauka ryzyka - coaching, praca zespołowa, systemy

Skorzystaj z pomocy coacha

Korzyści z pracy zespołowej

Opracowanie systemu

Podsumowanie