

هفت گناه کُشنده

در

معامله‌گری

نویسنده: روت بارونز روزولت

مترجمان:

محمود نجفی نژاد

سیده محدثه موسوی

نشر چالش

| | |
|---------------------|--|
| سرشناسه | : روزولت، روت بارونز Roosevelt, Ruth Barrons |
| عنوان و نام پدیدآور | : هفت گناه کشنده در معامله‌گری / نویسنده روت بارونز روزولت؛ مترجم محمود نجفی‌نژاد، سیده محدثه موسوی. |
| مشخصات نشر | : تهران: چالش، ۱۴۰۰. |
| مشخصات ظاهری | : ۱۷۰ص. |
| شابک | : ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۷۵-۱۳-۶ |
| وضعیت فهرست‌نویسی | : فیپا |
| یادداشت | : عنوان اصلی: Overcoming 7 deadly sins of trading |
| موضوع | : بورس - جنبه‌های روانشناسی - موفقیت در کسب و کار - سرمایه‌گذاری |
| موضوع | : Stock exchanges- Psychological aspects- Success in business- Investments |
| شناسه افزوده | : نجفی‌نژاد، محمود، ۱۳۷۱- |
| شناسه افزوده | : موسوی، سیده محدثه، ۱۳۷۲- مترجم |
| رده‌بندی کنگره | : HG۴۵۵۱ |
| رده‌بندی دیویی | : ۳۳۲/۶۴۲ |



هفت گناه کشنده در معامله‌گری

نویسنده: روت بارونز روزولت

مترجمان: محمود نجفی‌نژاد - سیده محدثه موسوی

اجرای طرح جلد: چاووش امور فنی و صفحه‌آرایی: نشر چالش

چاپ و صحافی: فرشویه چاپ اول: زمستان ۱۴۰۰

شمارگان: ۵۰۰ شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۷۵-۱۳-۶

نشر چالش: تهران، خیابان انقلاب، خ ۱۲ فروردین، خ وحید نظری، شماره ۱۰۰ - واحد ۱

تلفن: ۶۶۴۱۴۶۱۰

فروشگاه چالش: تهران، خیابان انقلاب، خ ۱۲ فروردین، خ وحید نظری، شماره ۱۰۲

تلفن: ۶۶۴۱۷۴۱۵

کلیه حقوق این اثر برای ناشر محفوظ است. هرگونه تکثیر و تولید مجدد آن کلاً و جزاً بصورت چاپی، کپی، انتشار الکترونیک این اثر بدون اجازه کتبی ناشر ممنوع و موجب پیگرد قانونی است.

فهرست



۸.....مقدمه مترجمان

فصل اول: ترس

- ۹.....مقدمه
- ۱۰.....ترس از آینده
- ۱۱.....حق انتخاب: ترس یا هیجان
- ۱۳.....مقایسه دو معامله گر
- ۱۶.....اهمیت حس کنترل
- ۱۸.....ترس و صدای درون
- ۱۸.....پاسخ‌های ما به ترس
- ۱۹.....پاسخ فرار
- ۲۰.....جنگیدن
- ۲۲.....ترس به‌عنوان یک محافظت‌کننده
- ۲۴.....فریز شدن
- ۲۴.....جایگزین نمودن ترس با علاقه
- ۲۵.....شجاعت و غلبه بر ترس
- ۲۶.....چگونگی ایجاد ترس و از بین بردن آن به‌سادگی
- ۲۸.....چگونگی کوچک نمودن ترس و تبدیل آن به احتیاط
- ۲۹.....شفافیت ذهن به‌عنوان یک پادزهر ترس
- ۳۰.....چرا از چیزی بترسیم که نمی‌توانیم آن را کنترل کنیم؟
- ۳۱.....اعتماد بجای ترس

| | |
|----|--|
| ۳۲ | دیدگاه ما نسبت به اشتباهات..... |
| ۳۳ | اجازه بروز عشق به معامله‌گری را در خود دهید..... |
| ۳۴ | تمرین‌های ترس که بتوانیم بر آن غلبه کنیم..... |
| ۳۴ | حلقه قدرت..... |
| ۳۶ | تمرینات..... |

فصل دوم: طمع

| | |
|----|---|
| ۳۹ | مقدمه..... |
| ۴۴ | مفهوم بزرگ‌بینی..... |
| ۴۸ | مشکل ماهیت غیرقابل پیش‌بینی بازار..... |
| ۵۰ | پادزهرهای طمع..... |
| ۵۱ | مکان شما در این جهان..... |
| | چگونه نیرو و ذخیره ذهنی خود را تقویت کنیم و قسمت کامپیوتر خودمان را با عادت‌های |
| ۵۲ | صحیح کنترل کنیم؟..... |

فصل سوم: بی‌احتیاطی

| | |
|----|-----------------------------------|
| ۵۵ | مقدمه..... |
| ۵۹ | هیجان و اضطراب..... |
| ۶۱ | قالب‌های محافظتی..... |
| ۶۱ | اعتماد به نفس..... |
| ۶۲ | ناحیه امن..... |
| ۶۲ | جدا شدن و غیر وابسته شدن..... |
| ۶۶ | قماربازی به‌عنوان بی‌احتیاطی..... |

فصل چهارم: غلبه بر گناه و بی‌نقصی

| | |
|---------|--|
| ۷۵..... | مقدمه..... |
| ۸۲..... | خشم..... |
| ۸۳..... | ترس..... |
| ۸۶..... | فرد خودش، خودش را قبول کند..... |
| ۸۸..... | رها کردن ایده نیاز به کنترل آینده..... |
| ۹۰..... | اهمیت کنجاوی..... |
| ۹۱..... | تمرکز روی جزئیات و تصویر کلی..... |
| ۹۱..... | تشخیص گنج درون..... |
| ۹۲..... | تمرینات..... |

فصل پنجم: غرور

| | |
|----------|--|
| ۹۵..... | مقدمه..... |
| ۹۷..... | نخوت (غرور بیش از حد)..... |
| ۹۸..... | یک معامله‌گر متکبر..... |
| ۹۹..... | غرور محافظ شخصیت کاذب..... |
| ۱۰۰..... | نیاز به یک دید مثبت با اعتماد به جای غرور..... |
| ۱۰۲..... | تصور شخصی..... |
| ۱۰۶..... | غرور باعث پوشاندن صدای درون می‌شود..... |
| ۱۰۷..... | انزجار از ضرر..... |
| ۱۰۸..... | حق مالکیت..... |
| ۱۱۰..... | اطمینان بیش از حد..... |
| ۱۱۰..... | عدم اطمینان خاطر..... |
| ۱۱۱..... | ذهن باز..... |

تمرینات..... ۱۱۱

فصل ششم: خشم و غضب

مقدمه..... ۱۱۵

عمل مؤثر و معقول..... ۱۱۹

حد متعادل از اعمال و رفتار..... ۱۲۲

تبدیل خشم به کنجکاوی..... ۱۲۲

نگاه کردن به یک تصویر کلی..... ۱۲۴

احساسات یا پاسخ بدن و افکار..... ۱۲۶

اثرات فیزیولوژی خشم (بعد از خشم چه اثراتی روی بدن اعمال می‌شود)..... ۱۲۷

یافتن مهمترین گناهان معامله‌گری شخصی شما..... ۱۲۸

داستان معامله‌گر عصبانی..... ۱۲۹

سرزنش کردن مسئولانه..... ۱۲۹

جنگیدن با مارکت..... ۱۳۴

فراموش کردن و گذشت به‌عنوان پادزهر خشم..... ۱۳۶

تبدیل خشم به آموزش و یادگیری..... ۱۳۷

برخی اقدامات برای خاموش کردن شدت خشم..... ۱۳۷

تمرینات..... ۱۳۹

فصل هفتم: گناه ناشکیبایی و بی‌صبری

مقدمه..... ۱۴۱

خانم بی‌حوصله یا ناشکیبا..... ۱۴۲

پريدن روی پشت بئر..... ۱۴۴

هزاران انگیزه..... ۱۴۴

- ۱۴۶..... یاد گرفتن شکیبایی
- ۱۴۸..... یک دید تنگ‌نظرانه به دنیا
- ۱۵۰..... شتاب به سمت فاجعه
- ۱۵۱..... هفت نکته کلیدی برای زمان مناسب و به‌جا عمل کردن
- ۱۶۰..... تمرینات
- ۱۶۰..... ارزیابی سطحی ناشکیبایی
- ۱۶۲..... یافتن مهمترین گناهان معامله‌گری شخصی شما
- ۱۶۲..... رفتارهای منفی و تخریبی در معامله‌گری
- ۱۶۶..... رفتارهای ناخواسته ناشی از احساسات و طرز فکرهای مخرب
- ۱۶۶..... احساسات و تفکرات غالب ما که باعث رفتارهای ناهنجار می‌شوند
- ۱۶۷..... رفتارهای مفید مورد انتظار
- ۱۶۷..... ایجاد یک چشم‌انداز آینده برای معامله‌گری خود
- ۱۶۸..... حد متعادل از اعمال و رفتار
- ۱۷۰..... اعتقادات سازنده
- ۱۷۰..... اعتقادات سازنده در معامله‌گری که معتدل هست در عمل وجود دارد