Trading-Journal

Vor jeder Entscheidung ausfüllen: Einstieg, Stop-Loss, Grund und Gefühl. Danach Ergebnis und Lehre. Kostenlose Vorlage von Read the Candle – nur zum Lernen, keine Anlageberatung.

Nr	Datum	Markt	L/S	Einstieg	Stop	Ziel	Stück	Risiko €	Grund	Gefühl 1-5	Ausstieg	Ergebnis €	Regeln ok?	Lehre

Gefühl: 1 = ruhig, 5 = aufgeregt, wütend oder gelangweilt. Ab 4 lieber keine neue Entscheidung.

Wochen-Auswertung

Einmal pro Woche, am besten nach mindestens 10 Einträgen.

1. Wie viele Entscheidungen hatte ich, wie viele davon nach meinen Regeln?

---

2. Welcher Grund für den Einstieg kam am häufigsten vor, und wie ging er aus?

---

3. Bei welchem Gefühl habe ich die schlechtesten Entscheidungen getroffen?

---

4. Habe ich einen Stop-Loss verschoben? Wenn ja, warum?

---

5. Was mache ich nächste Woche anders? (nur EINE Sache)

Wichtig ist nicht, ob eine Entscheidung zufällig Geld gebracht hat, sondern ob sie gut begründet war.