

Stop-Moment

Kurs auf oder unter dem Stop
Hauptapp → Hinweis im Dashboard → „Festhalten“

Datum _____ Uhrzeit _____ Ticker _____

Kurs € _____ Stop € _____ unter Stop _____ %

☐ Trading ☐ Investment offen _____ R wievielter Stop-Moment _____

Deine Regel: **Stop erreicht = verkaufen, ohne neue Abwägung.** Dieser Zettel hält fest, was dich gerade davon abhält, er gibt keine Erlaubnis zum Halten.

1 · WAS HÄLT DICH GERADE VOM VERKAUF AB?

mehrere möglich

- ☐ Hoffnung — „die kommt zurück“
- Verluste begrenzen
- ☐ Verlust realisieren tut weh
- Verluste begrenzen
- ☐ Jetzt ist es eh zu spät / zu viel verloren
- „Just Once“-Falle
- ☐ Nicht am Tief verkaufen wollen
- Emotionen eliminieren
- ☐ Erst eine Erholung abwarten
- „Just Once“-Falle
- ☐ Steuer / Verlustverrechnung
- Verluste begrenzen
- ☐ Zum Investment umgedeutet
- Disziplin & Opfer
- ☐ Fehler nicht eingestehen wollen
- Selbstbild des Champions
- ☐ Stop lag nicht als Order beim Broker
- Disziplin & Opfer
- ☐ Nicht dran gedacht / keine Zeit
- Disziplin & Opfer
- ☐ Sonstiges: _____

Rechts: passendes Thema im Minervini Coach (Coach → Coaching)

2 · VERFASSUNG GERADE

- ☐ Ruhig & klar

☐ Zuversichtlich

☐ Neutral
- ☐ Erleichtert

☐ Unsicher / ängstlich

☐ Ungeduldig / FOMO
- ☐ Gierig / euphorisch

☐ Unter Druck (Verlust aufholen)

☐ Frustriert / verärgert
- ☐ Müde / abgelenkt

3 · WAS TUST DU JETZT?

Pflicht · eins

- ☐ Verkaufen — Order heute

☐ Halten — bewusst
- ☐ Umdeuten zum Investment

☐ Noch unentschieden

Bei „Verkaufen“: Order aufgegeben um _____

4 · WAS SAGST DU DIR GERADE?

der Satz im Kopf, wörtlich

NACHPFLEGEN

☐ Stop-Moment in der Hauptapp festgehalten ☐ bei Verkauf: Verkaufs-Zettel

Stop-Moment

Kurs auf oder unter dem Stop
Hauptapp → Hinweis im Dashboard → „Festhalten“

Datum _____ Uhrzeit _____ Ticker _____

Kurs € _____ Stop € _____ unter Stop _____ %

☐ Trading ☐ Investment offen _____ R wievielter Stop-Moment _____

Deine Regel: **Stop erreicht = verkaufen, ohne neue Abwägung.** Dieser Zettel hält fest, was dich gerade davon abhält, er gibt keine Erlaubnis zum Halten.

1 · WAS HÄLT DICH GERADE VOM VERKAUF AB?

mehrere möglich

- ☐ Hoffnung — „die kommt zurück“
- Verluste begrenzen
- ☐ Verlust realisieren tut weh
- Verluste begrenzen
- ☐ Jetzt ist es eh zu spät / zu viel verloren
- „Just Once“-Falle
- ☐ Nicht am Tief verkaufen wollen
- Emotionen eliminieren
- ☐ Erst eine Erholung abwarten
- „Just Once“-Falle
- ☐ Steuer / Verlustverrechnung
- Verluste begrenzen
- ☐ Zum Investment umgedeutet
- Disziplin & Opfer
- ☐ Fehler nicht eingestehen wollen
- Selbstbild des Champions
- ☐ Stop lag nicht als Order beim Broker
- Disziplin & Opfer
- ☐ Nicht dran gedacht / keine Zeit
- Disziplin & Opfer
- ☐ Sonstiges: _____

Rechts: passendes Thema im Minervini Coach (Coach → Coaching)

2 · VERFASSUNG GERADE

- ☐ Ruhig & klar

☐ Zuversichtlich

☐ Neutral
- ☐ Erleichtert

☐ Unsicher / ängstlich

☐ Ungeduldig / FOMO
- ☐ Gierig / euphorisch

☐ Unter Druck (Verlust aufholen)

☐ Frustriert / verärgert
- ☐ Müde / abgelenkt

3 · WAS TUST DU JETZT?

Pflicht · eins

- ☐ Verkaufen — Order heute

☐ Halten — bewusst
- ☐ Umdeuten zum Investment

☐ Noch unentschieden

Bei „Verkaufen“: Order aufgegeben um _____

4 · WAS SAGST DU DIR GERADE?

der Satz im Kopf, wörtlich

NACHPFLEGEN

☐ Stop-Moment in der Hauptapp festgehalten ☐ bei Verkauf: Verkaufs-Zettel