

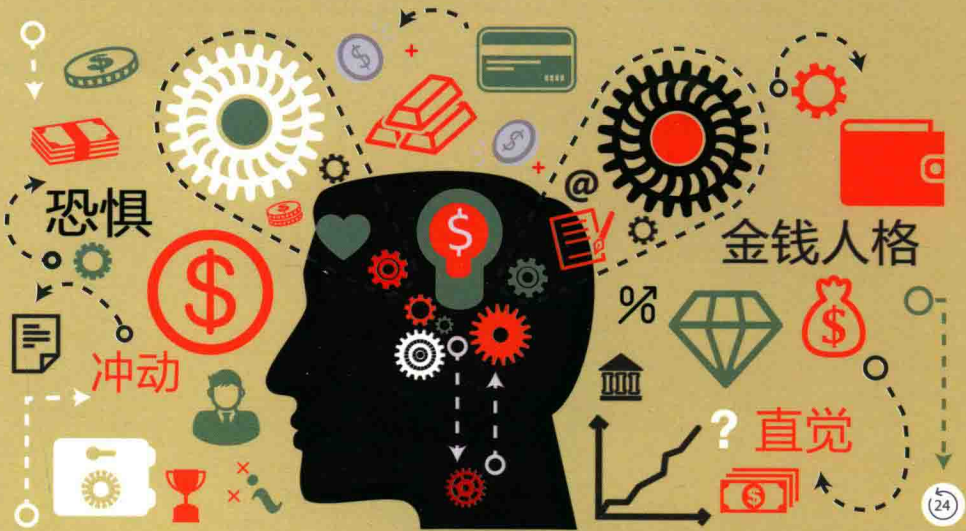
WILEY

[澳] 陈惠仪 (Wai-Yee Chen) 著 林秀兰 译

# 投资心理学


## 投资行为背后的心理奥秘

### NEUROINVESTING Build a New Investing Brain



## 不管牛市熊市，心态决定收益

丁圣元 | 六月冬眠 | 阙登峰 | 凡·撒普等  
众多国内外金融专家、知名学者联合推荐

 中国工信出版集团

 人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS

# 投资心理学

投资行为背后的心理奥秘

NEUROINVESTING  
Build a New Investing Brain



[澳] 陈惠仪 (Wai-Yee Chen) 著 林秀兰 译

人民邮电出版社

北京

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

投资心理学：投资行为背后的心理奥秘 / (澳) 陈惠仪著；林秀兰译. — 北京：人民邮电出版社，2015.6

ISBN 978-7-115-39092-9

I. ①投… II. ①陈… ②林… III. ①投资—经济心理学 IV. ①F830.59

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第098556号

### 内 容 提 要

你是否非常看好目前的投资形势却迟迟不敢出手？你是否已经开始试水投资但却不得成功之道？你是否因为一次投资上的失败而久久不能自拔？你是否曾经因为自己的从众心理而错失了获利时机？

《投资心理学：投资行为背后的心理奥秘》是由澳大利亚著名投资顾问陈惠仪为已经是或者即将是投资者的你倾心打造的。本书从冲动、恐惧、直觉等角度介绍了投资者在投资过程中遇到的各种问题，并进一步提供了应对这些问题的工具。作者用权威的理论、真实的案例、生动的语言揭示了投资行为背后的心理奥秘，同时还为读者提供了12条切实可行的交易策略。

无论你是投资研究人员、投资机构从业人员还是个人投资者，本书都是一本适合珍藏的佳作。

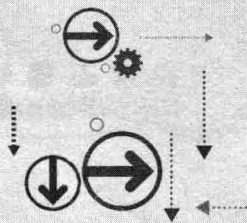
- 
- ◆ 著 [澳] 陈惠仪 (Wai-Yee Chen)
  - 译 林秀兰
  - 责任编辑 姜 珊
  - 执行编辑 贾淑艳
  - 责任印制 焦志炜
  - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号  
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
大厂聚鑫印刷有限责任公司印刷
  - ◆ 开本：700×1000 1/16  
印张：15.5 2015年6月第1版  
字数：130千字 2015年6月河北第1次印刷  
著作权合同登记号 图字：01-2013-9212号
- 

定价：59.00元

读者服务热线：(010)81055656 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号



## 来自国内外各方的赞誉

正确的投资行为比舞蹈动作难学，练舞的房间里到处都是镜子，练舞的人很容易纠正动作。投资者如何纠正自己的行为呢？了解资本市场参与者常见的心理和行为特征当然对我们有启发。

——丁圣元

银河证券衍生产品部总经理

投资很复杂，因为牵扯政治、经济、军事、文化、天文、地理等各种知识；投资也很简单，因为参与者无非就是人，涨跌取决于人心。如果我们能把国家、机构、散户和自己的心理研究透，赚钱就是一件水到渠成的事情。

——尹晓伟（六月冬眠）

金灿投资首席分析师，《散户操盘实战兵法》作者

个人冲动、恐惧、情绪等因素还很少被纳入经济学的分析，但是它们对于我们理解人们的投资行为、金融体系以及整体宏观经济的表现是至关重要的。本书从一个投资顾问和心理学家视角来分析个体的决策行为及其背后的心理学基础，极具参考价值。

——阙登峰

决胜新教育集团董事长

---

本书从心理学角度探讨人们投资行为中的各种非理性行为，给人一种耳目一新的感觉。这本书的内容也说明，经济学和金融学的分析中应该引入更多的心理学内容。

——刘斌

点睛战略基金创始人

---

随着人们财富水平的不断增长，个人理财的需求将不断增加。这本书的作者拥有丰富的操作经验，同时又紧跟心理学和经济学的前沿，能够为个人的投资决策提供具体实用的指导意见。

——朴俊红

光合派孵化器创始人、CEO

---

投资者心理及情绪是金融学及投资学中的永恒话题，而本书则是从这个角度切入，引导读者通过对自身心理及情绪的掌控来控制风险，优化自身投资决策。中国的股票市场由散户主导，对投资者教育和培训也相对匮乏，个人投资者的风险意识及自控能力较差，较易受到舆论及权威左右。也因此，《投资心理学：投资行为背后的心理奥秘》作为一本趣味性的投资心理学入门读物，传递了一种科学理性的投资理念，不管你是什么类型的投资者，一定都会在本书的阅读过程中有所收获。

——Mikko

豆瓣“投资主义「金融/经济」”小组组长

这是一本讲述如何让创业者和投资人释放自我，勇于突破边界的好书。真诚地将此书推荐给像我一样投资着并快乐着的人。

——王东晖

阿米巴资本联合创始人

对于很多具备了一定的对股市的分析和判断能力之后依然不能获得理想收益的投资者来说，问题并非是分析能力的缺失，而是对自身交易心态掌控能力尚不完善。这本书完全可以成为这类投资者日常放在案头，随时翻阅并对照自身来修正投资心理问题的优秀作品。作者的语言简洁浅显，称得上是字字珠玑，发人深省，你会非常享受整个阅读过程。

——刘鹏程

知乎投资话题最佳回答者

投资本身是一个感性和理性交织的复杂活动，本书不落传统理论的窠臼，将前沿的神经科学、心理学和传统金融投资理论结合起来，并实施定量、定性分析，让人耳目一新，具有一定的现实指导意义。

——凌爱文

高盛前执行董事

人类的投资行为，不应该仅仅是经济学和金融学研究的对象，也应该是心理学和脑认知科学的研究对象。只有这样，我们才能更好地认识投资，从而做出更明智的投资决策。

——胡伟俊

著名外资投行宏观分析员

本书是心理学内容在投资决策中的绝好的应用。对于从事经济学和金融学研究的专业人士来说，这本书提供了一个全新的视角和诸多可以探索的课题。诚挚地将本书推荐给对投资、金融学和心理学研究感兴趣的你！

——邢春冰

北京师范大学经济与工商管理学院教授、博导

《投资心理学：投资行为背后的心理奥秘》在投资者心理与策略领域中开创了一片新天地。陈惠仪将神经科学的前沿知识与投资者心理结合在一起，细致入微地探究了如何有效地创建盈利的投资组合。这本书代表了实用投资心理学与战略决策领域的重大进步，同时也拓展了神经科学在提高自我控制与自我意识方面的应用。阅读并仔细研究这部作品能够提升投资者的投资眼光、增强投资者的信心，最重要的是，它能够使投资者更具投资智慧。

——杰弗里·施瓦茨 (Jeffrey M. Schwartz)

医学博士、精神病学专家

畅销书《你不是你的大脑》( *You Are Not Your Brain* ) 的作者

《投资心理学：投资行为背后的心理奥秘》提出了一些大多数交易员和投资者从未思考过的有趣观点。你可以做一做其中的测试，了解一下自己的个性特征，作为投资者存在什么不足以及你的大脑在这些方面发挥了怎样的作用。此外，这本书提出了许多颇为有趣的观点，比如“在熊市时不要吃牛排，喝红酒”。如果你想跳出窠臼，探索大脑的工作原理，那么你会非常喜欢这本书。

——凡·撒普 (Van Tharp) 博士

《超越矩阵的交易》( *Trading Beyond the Matrix* ) 的作者

这是一部综合了许多研究领域已有成果的杰作，发人深思。陈惠仪巧妙地把神经科学、心理学和投资融合起来，对投资进行了具有启发性的分析。真是一次美妙的阅读体验！

——约翰·雅顿（John B. Arden）

《重塑你的大脑》（*Rewire Your Brain: Think Your Way to a Better Life*）的作者

这是一本不同寻常的作品。作者告诉我们，通过了解投资决策背后的心理过程，可以进一步拓展我们对金融市场的认识。这本书着重探讨了大脑在尽量减少威胁、增加回报上所发挥的作用。它以通俗易懂、妙趣横生的方式，让我们看到许许多多消费者或投资者的行为如何影响着金融市场。不仅从事金融投资行业的人应该读这本书，所有需要做出商业决策的人都应该读一读它。

——科林·华莱士（Colin Wallace）博士

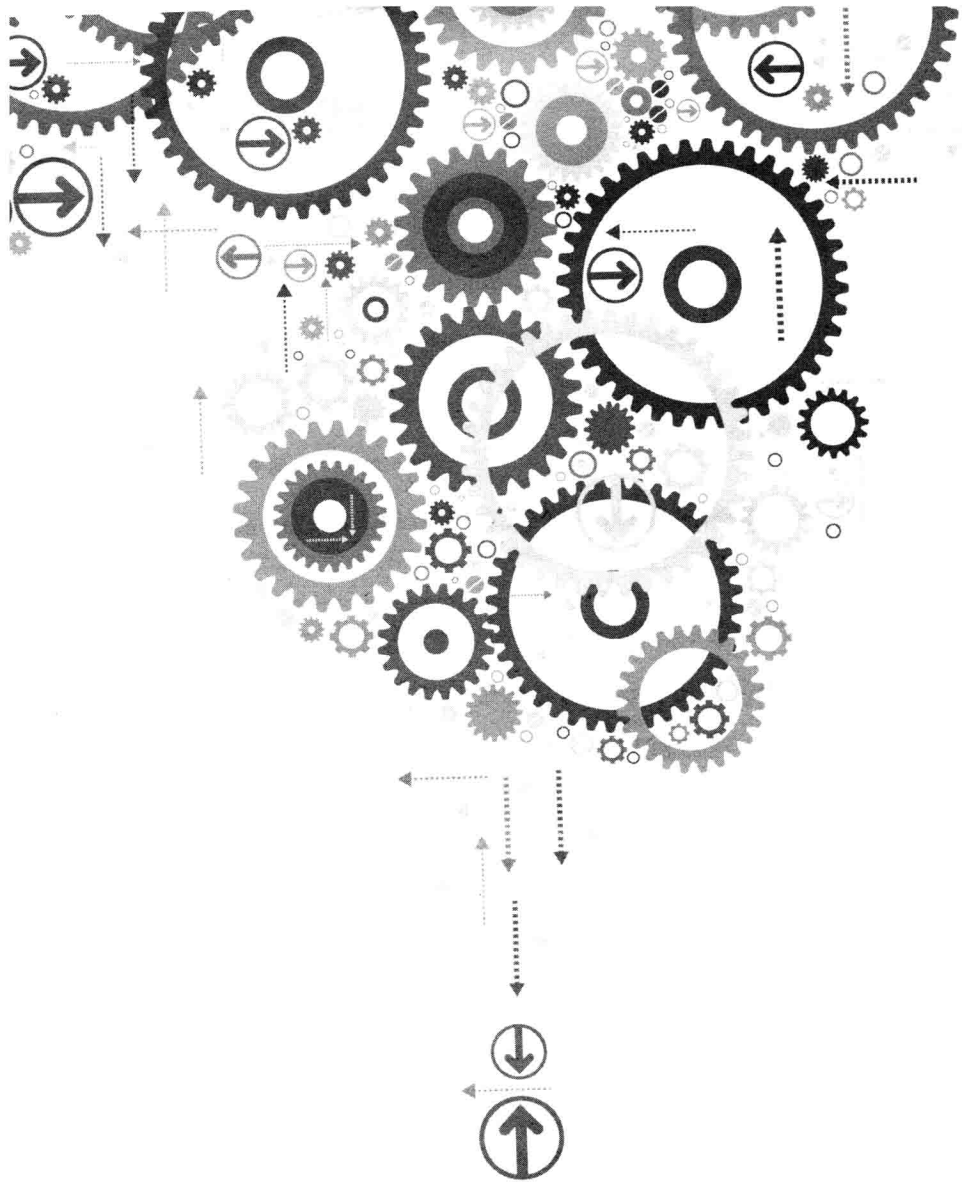
就职于应用神经科学中心（The Center for Applied Neuroscience）

克服心理偏误非常困难……所以就不要克服了！让它们为你造福。《投资心理学：投资行为背后的心理奥秘》告诉你如何了解自己的个性特征，然后运用与之相符的投资风格进行投资。这是一个非常聪明的做法！

——约翰·诺夫辛格（John Nofsinger）博士

《投资心理学》（*The Psychology of Investing*）的作者







## 推荐序

上大学的时候，我对人际交往的方式很感兴趣。为什么有些人能成功，而其他人不能？怎样才能复制成功？对于同样一件事情，为什么有些人这样看，而其他人却持有完全不同的看法？于是我选修了心理学，但老师教的东西令我很失望。当时主流的行为主义学派主张研究行为与环境之间的关系，信奉自然科学常用的实验法和观察法。拥护者信奉这样一条规则：“如果你给予某种形式的刺激，便会得到相应的反应。”说实话，整天拿老鼠来试验这种理论对我没有太大吸引力。在取得学士学位后，我开始接触并治疗一些心理存在问题的孩子，结果却发现这套理论并没有用。

因此，我决定攻读生物心理学的博士学位。我希望能绕过行为主义，去认识大脑的真实的工作原理。但我学到的很多东西与行为主义并没有什么区别。你刺激这个脑区，便会得到相应的反应；切除那部分大脑，相应的某种行为就会消失。我再一次感到失望。

当我开始研究神经语言程序学（Neuro Linguistic Programming，简称为NLP）后，情况终于有了转变。我将神经语言程序学称为建模科学。它使我能够构建一些事情，比如达成一次成功的交易，构建适合自己的行为模式，确定实现目标需要的资金投入，甚至构建财富的创造过程。这是一段令人着迷的旅程。

最初我从神经语言程序学中学到的假设之一是——地图不等于真实的地域。这句话的意思是，你头脑中认为的并不一定是真实发生的。那只是一张地图，而且可能还不是一张准确的地图。例如，你从来没有真正从市场现实出发来进行交易，你只是以自己对市场的信念进行交易，而你的信念可能对交易有帮助，也可能没有帮助。大多数交易员和投资者，尤其是听信主流媒体或者接受过金融教育

的交易员和投资者，秉持着很多无用的信念。所谓无用，是指它们会制造一些本不应该存在的问题，当然这也并不意味着对股市一无所知的人就能有更好的表现。

在经典影片《黑客帝国》(*The Matrix*)中，尼奥面临一个选择：服下红色药丸，看到事情的真相；服下蓝色药丸，醒来之后就会相信他希望相信的一切。当然尼奥服下了红色药丸，冒险开始了。现在，如果真的存在矩阵和红色药丸，那会怎样？在《超越矩阵的交易》一书中，我提出了这样一个观点，所有一切都是幻觉，我们所体验的一切都是信念编写出的程序。当你理解了这个观点之后，就可以像尼奥一样重新编程，成为矩阵中的超人。

大脑是一个不可思议的工具，但它也会捏造虚假的现实，然而你必须用大脑与市场进行互动，这就是陈惠仪的书《投资心理学：投资行为背后的心理奥秘》所探讨的问题。通过大脑赋予投资意义、形成相关信念、做出相应判断，你就创造了你的现实。

在市场中，各种交易工具发生着数十亿次的变化和发展。你试图用价格来代表某一段时间比如一分钟或一个月内的市场，但是这种做法大大简化了现实。这种简化形式对你来说可能是没有意义的，因此你可能会把价格转化为各种指标，比如移动平均数，你还可能会收集一些基础数据，赋予它们意义，但是这种方式仍旧会使你的理解脱离真实的市场。

陈惠仪在本书中提出的第八条交易策略是这样的：检查你的想法和记忆的真实性。她写道：“你应该相信并记住的是，你的信念与记忆必须服从普遍的现实与真理，至少在你投资的时候是这样。”

凡·撒普 (Van Tharp)

著有《超越矩阵的交易》《超级操盘手》(*Supertrader*)、《通向财务自由之路》(*Trader Your Way to Financial Freedom*)、《交易人与投资人的颠峰表现》(*The Peak Performance Course for Traders and Investors*)和《部位规模设定完全手册》(*The Definitive Guide to Position Sizing Strategies*)



# 前言

无论是不是投资者，作为人类，我们都有两个深切的渴望。它们与生俱来并影响着我们的行为，我们似乎无法逃出它们的掌控。这两种深层的需求就是生存的需求和获得幸福的需求。

我们所有的想法、行动和情绪都源自这两种需求，有时它们看起来似乎是对立的。如果存在“人类需求的钟形曲线”，那么我会把生存和幸福放在曲线的两端。就像弓箭手拉弓射箭一样，两种本能之间的张力就是弓箭手用来拉弓的力量。弓两端之间的张力越大，射出的箭飞行的距离就会越远，我们就越有可能射中目标。

在生活和投资中，只要巧妙而自信地应对这两种需求之间的张力，我们就可以精准有力地实现目标。生存的本能需求驱使我们更快地成长，更多地投资，赚更多的钱，从而收获更多。如果失去了维持这种本能的张力，驱使我们前进的力量就会减弱。当这种需求不能被满足时，我们就会感到失望和恐惧，甚至即便已经拥有了自己想要的东西，我们也会害怕失去。我们需要这种张力来帮助我们赶走徒劳无益的恐惧。

幸福的需求驱使我们去实现社会意义，取得事业的成功，寻求生活的价值。当没有这种张力时，我们就会变得懈怠，缺乏自律，有可能做出过激或冲动的行为，可能会对某些事物上瘾，生活的价值观变得扭曲，把自己局限在寻求幸福的困境中。

生活就像投资，要注意保持这两种需求之间的平衡。

许多人在生活中苦苦挣扎，大多数人没有获得他们本来能够获得的成功。但是你知道我们所有人都在凭着本能（有意识或无意识地）保持这种平衡吗？

支点就在我们的大脑中。大脑的任务就是帮助我们保持这种姿势——时刻准备着开弓射箭。这就是我们三位一体的大脑的作用。它的任务是让广泛连接的神经网络随时待命，为瞄准目标做好准备。

我们的感性大脑既复杂又精巧，并且对我们唯命是从。当我们呼叫它时，它会与我们并肩作战，为我们效力。

作为投资者，在投资过程中我们总在追逐价值被低估的资产，而忽视了一种最重要的资产，那就是我们的感性大脑。如果你希望找到价值被低估的资产，那么想一想你自己的大脑吧！我们的大脑上投入的时间应该比在任何股票、债券、基金或投资工具上投入的时间更多，我们应该去了解、研究、运用和评估这种资产。我们对它的了解越多，就会更加有效地运用它，它的价值就会不断增加，它会比任何类型的资产带给我们的财富都要多。

## 本书的结构

对于想要发现和了解感性大脑，认识它丰富的网络与价值的人来说，这本书就像是一部指南。感性大脑是上天赐予我们的礼物。在本书中，我们将了解到这份礼物独一无二的技能、无与伦比的精确性以及势不可挡的力量。这是一次令人兴奋的旅行，其中充满了让你耳目一新的观点以及一些实用的交易策略。

第一部分，认识自我。我们都希望能轻松洒脱地进行投资。我们从检视金钱人格（第一章）入手。我们每个人都具有独一无二的金钱人格。本章会探讨我们目前的人格在多大程度上是由基因决定的，在多大程度上受到文化、经验或环境的影响。最重要的是，我们是否能改变它。我们将从大五人格特质的角度来探究金钱人格，看一看这五个方面如何影响着我们的投资。在本书中，大五人格特质被用于案例研究，被用来解释投资者的行为特点（为了保护隐私，作者更改了一

些例子中的人名和细节)，它为我们理解和领会大脑的神经网络做好了准备。

之后的章节是按照三种类型的张力进行划分的，主要探讨的是如何让弓上的这三种张力保持平衡。我们都遇到过、体验过它们，都迫切地想知道怎样才能保持它们的平衡。

第二部分，如何在投资中保持冲动平衡。冲动是我们追求生存与幸福时的一种情绪。为了能够保证人身安全、获得社会地位和实现人生价值所做出的冲动行为会让弓弦变松弛。冲动导致的张力松弛是一个严重的问题，因为它会让投资者分心，不能专心致志地实现真正的目标。投资者弓弦的松弛是由大脑中独特的神经网络造成的。

第二章，冲动与冲力，探讨了冲动与冲力之间的区别。前者是行为上的草率，而好的冲力是有价值的，我们不能没有它。那么，我们怎样做才能保持这两者的平衡？

第三章，冲动与我们的大脑，解释了冲动的神经网络。当我们冲动时，大脑中发生了什么事情？我们是受到驱使才冲动的，还是被冲动所驱使？

第四章，探讨的是如何战胜冲动。如何在控制冲动行为并提升有价值的冲力的情况下，让弓弦保持在绷紧状态？

第三部分讲的是如何在投资中保持恐惧平衡，我所说的恐惧并不是由生存本能引发的恐惧，而是由怀疑、焦虑和失望造成的，它们会放松弓的张力。我们应该平息徒劳无益的恐惧与焦虑，同时努力增加健康的、本能的、无意识的恐惧，它能使我们保持敏捷，避免危险。

“恐惧是如何产生的”这是第五章探讨的内容，本章可以引导我们探寻内心的恐惧。它们仅仅是个人的还是会引起集体恐慌的恐惧？它们会永远存在，还是能被我们消除？

第六章，我们将探究恐惧是不是真的是有害的。在我们试着将生活中的恐惧

保持在一定程度之前，我们需要了解这个问题的答案。

为了有效地应对恐惧，你需要重新认识自己的恐惧，这是第七章的内容。我们探讨了记忆在恐惧中发挥的作用，以及恐惧是否只存在于我们自己的大脑中。对于那些已经准备好采取行动，不让恐惧干扰我们判断的人，我提供了一个包括五个要点的计划。

第四部分，如何在投资中有效地利用直觉，描述了作为投资者，我们需要保持的紧张与焦虑程度。我们的弓弦松紧度正合适，我们摆好了射箭的姿势，机警的感性大脑使我们的目标更加明确。虽然很多人不具备这种技能，但它确实是人人都可以获得的。我们最需要做的是依靠我们最宝贵的资产，这种依靠源自于我们意识到它的宝贵性并不断开发利用它。

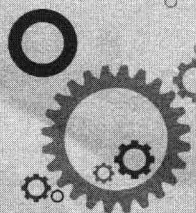
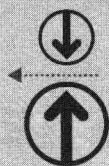
第八章讨论的是投资中的情绪与信念，这是两种常常被投资者忽视的声音。它们对你有怎样的影响？你的情绪只是一些当下的感受吗？你的信念就一定真理吗？

第九章讨论的是如何在投资中运用直觉。直觉对投资者具有怎样的作用？什么是“直觉杀手”？

第十章介绍了如何成为直觉性投资者。为了运用冲动、恐惧和直觉将弓弦保持在绷紧的状态，你需要了解自己的心理人格。人们会如何探寻大脑的投资之旅？

另外，本书还提供了 12 条切实可行的交易策略。书中提供的一些工具和方法，不仅会让你的大脑和神经网络变得更敏锐，也会改善你的射击姿势和状态，使你能够射得更远、更精准。你将实现人人都渴望的生存和幸福的双重目标。

愿你有一个酣畅淋漓的阅读之旅！



# 目 录

## 第一部分 认识自我

### 第一章 金钱人格与大五人格特质 //3

交易策略 1 你做交易的方式与你的金钱人格密不可分

## 第二部分 如何在投资中保持冲动平衡

### 第二章 冲动与冲力 //23

交易策略 2 及时止损，为未来的盈利创造可能

### 第三章 冲动与我们的大脑 //43

交易策略 3 对冲动实施控制，可以使人保持警觉和敏锐

### 第四章 如何战胜冲动 //55

交易策略 4 用三位一体的完整大脑进行投资

交易策略 5 找到方法，打好你自己的比赛

## 第三部分 如何在投资中保持恐惧平衡

### 第五章 恐惧是如何产生的 //81

交易策略 6 了解并塑造你的恐惧印记



---

**第六章 恐惧一定有害吗 //107**

交易策略 7 不要惧怕损失，相反，应该从损失中吸取经验教训

---

**第七章 重新认识你的恐惧 //123**

交易策略 8 检查你的想法和记忆的真实性

**第四部分 如何在投资中有效地利用直觉**

---

**第八章 投资中的情绪与信念 //145**

交易策略 9 战斗前训练直觉，战斗时它会为你效力

---

**第九章 如何在投资中运用直觉 //161**

交易策略 10 练习你的模仿能力，获得更敏锐、更准确的洞察力

交易策略 11 投资属于当下

---

**第十章 如何成为直觉性投资者 //187**

交易策略 12 关注容器，而不是内容

---

**第十一章 投资交易策略小结 //199**

投资就像拉弓射箭，保持好箭上的张力，你才能射得远、射得准

附录 A 大五人格问卷（改编版） //203

附录 B 巴勒特冲动性量表（修订版） //209

附录 C 莫兹利医学问卷 //213

附录 D 词语联系清单 //217

附录 E 身体知觉问卷 //221