

天下文化
財經企管

股市陷阱88

——掌握投資心理因素

Mindtraps

——*Mastering the Inner
World of Investing*

by Roland Barach

陳延元 譯

Mindtraps

—*Mastering the Inner World of Investing*

by Roland Barach



財經企管 (161)

封面設計／蔡泉安

股市陷阱88

——掌握投資心理因素

巴瑞克 著 陳延元 譯

譯者簡介

陳延元

曾任某國駐外人員，現任某國駐台辦事處主任，曾任某國駐台辦事處主任，曾任某國駐台辦事處主任。

Copyright © 1997, 1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025

本書內容豐富，為個人投資之必備參考書。

本書內容豐富，為個人投資之必備參考書。

本書內容豐富，為個人投資之必備參考書。

巴瑞克 (Barry K. French)

作者簡介

巴瑞克 著 賴弘元 編

華盛頓資本心理因素

城市副刊 88

城市副刊

第 88 期

作者簡介

巴瑞克 (Roland Barach)

美國西雅圖臨床心理學家，一九七六年獲得華盛頓大學心理學博士學位，是一位活躍的股市投資人，研究投資心理多年。曾與人合著《心理療法指南》(A Guide for Beginning Psychotherapists)。

譯者簡介

陳延元

台灣省高雄縣人，政治大學哲學系畢業。開賓國際企業股份有限公司負責人。曾翻譯《G理論》一書。

學界市學報，光緒九年癸亥中

掌握市場脈動，決斷於談笑中

陳長儀

股票價格的波動在任何一個時點都受到兩組因素的影響，一種是市場的外在因素，也就是經濟的因素，即所謂的基本因素。這些因素包括了經濟的指標、公司的獲利能力、還有政治的一些因素等；另外一種因素是市場內在的因素，也就是所謂的心理因素、技術性的因素等。

一般來說要進入股票市場，除了要研究基本面因素以外，技術性的因素也是非常重要的。因為這些因素會受到股票的供需關係、人氣（即所謂的買氣和賣氣），以及人心樂觀和悲觀所影響。如果能在這方面找到其關鍵點，克服心理因素的障礙，則在波濤洶湧的股市裡，不但能掌握勝算的先機，而且其勝算獲利的機率將更大更多。

以去年三月中共演習所引發的股市效應而言，暴漲暴跌的這種突如其來的迷惑，在政府

成立了穩定基金喊話以後，市場上大量賣出持股的情形就有了改善，大眾有了持股信心以後，股市不跌反漲。這就是一個很明顯的心理戰術的運用。

對於投資人而言，心理陷阱是很難克服的，因為在任何時段市場上都可能存在著矛盾的心理，這種矛盾造成了該漲不漲、該跌不跌、甚至反其道而行的現象（例如經濟指標、金融因素都預示市場會漲，但由於技術性因素不佳，股價反而下跌）。但心理因素的影響只是短暫的，長期趨勢必然會跟著實際的基本因素而走。

這本書裡面談到了八十八個股市陷阱，幾乎已經涵蓋所有在股票市場所可能遇到的心理障礙，及如何克服應付的方法也一一加以詳述。不管對初學者或是已經在股市裡有相當經驗的人來說，都是非常有助的。

投資人在進入股市的時候，如果能夠在基本因素方面下功夫，同時也能克服這些心理因素的話，則對股市的研判及操作，必能得心應手，立於不敗之地也。

（本文作者為日盛證券投資顧問股份有限公司董事長）

自序

我們的敵人就是自己

巴瑞克

一九八七年八月二十五日，道瓊工業平均指數（Dow Jones Industrial Average）以二七二二點的歷史天價收盤；同年十月二日，股票市場以二六四〇點左右收盤；十七天後，股價指數滑落至一七三八點。一千點的跌幅，使得股票投資人損失將近一兆美元；然而，當時經濟的基本面因素並沒有改變，也無新的重大利空消息出現。人們解釋這次崩盤的經濟因素是：龐大的預算和貿易赤字（其實這兩種人人皆知的現象早已存在多年了）。姑且不談這些經濟問題，在股市崩盤之前，許多人都認為，次年的股價指數會漲到三千點或三千六百點，這種看法促使股價指數節節攀高。然而一旦崩盤，人人卻又都認為股價被過度高估，「勢必會滑落」是再「明顯不過」的事實。

挑戰股市心魔

經濟因素（指外在環境）對股市的影響力固然不容置疑，然而股票市場若只是反映經濟訊息，它的變動就不會這樣激烈，也比較容易掌握；實際情況卻不是這樣。使股市顯得複雜而又具有挑戰性的原因，還包括人的內在在世界，如感覺、情緒和判斷等人性因素在內。這些心理因素，往往就是阻礙我們在股市成功的絆腳石，投資人必須學習如何去克服這些障礙。

我把這些阻礙成功的心理障礙稱為「心理陷阱」（mindtraps）。這些心理障礙並不因知識程度或智力高低而有差別，一個精明的投資人受心理障礙的影響，並不亞於一般投資人。「投資人是否會掉進心理陷阱」這類問題，與我們如何掌握情緒、面對生活、處理訊息和做決定等種種方式，有極密切的關係。

但是，股市分析專家對這種現象大都茫然不知。舉例來說，股市投資人屢屢受到警告，不要盲目跟隨「羣眾」。其實，這個羣眾並不是別人，正是「我」和「你」；羣眾的行動也就是一般人典型的行為。如果羣眾會因為錯誤的了解，造成判斷上的缺失或產生極端的情緒反應，那麼這也正是你很容易產生的反應。

只是希望自己與眾不同，根本沒有用。身為臨床心理學家，我深知僅僅告訴某人要如何行動是不夠的。比方說，大多數人都知道要怎麼做才能改善生活品質，如節食、多做運動或

戒菸等，但「知道」不足以使他們產生「行動」。要跳出使我們在股市失敗的心理和情緒陷阱，具體辦法是：了解一般人是怎樣墜入心理陷阱的，然後再學習克服之道。

本書的基本步驟就是先探討一系列心理陷阱，然後研究克服的方法。我們首先探討的就是情緒上的陷阱，因為「恐懼」和「貪婪」正是推動股票市場的主要力量。這兩種力量會扭曲我們對現實的了解——恐懼使我們盲目而喪失機會，貪婪則使我們在不知不覺中踏入險境。有時，這兩種力量雖也會個別在我們身上發生作用，但通常都是同等出現：又貪心又害怕的心理衝突，使我們無端感到苦惱。其他諸如希望、沮喪和悔恨等情緒，則讓投資人起伏不定，不僅會讓人變窮，還讓人內心疲憊不堪。此外，由於一些心理原理的影響，如增強作用（reinforcement）、懲罰作用（punishment）、替代性增強作用（vicarious reinforcement），以及替代性懲罰作用（vicarious punishment），也會導致投資人做出當時認為合情合理、實則錯誤的決定。

小氣鬼與大顧客

當我們涉足金錢遊戲和股票市場時，往往會產生特異的態度和行為。平常會在雜貨店裡斤斤計較哪個牌子肥皂便宜、而且從來不肯花兩塊美元買門票看一場球賽的人，卻會借錢（如融資）來投資最具投機性的股票。我的一位鄰居在買音響、照相機、微波爐之前，總會

先研究好幾個月；可是他卻根據聽來的小道消息、早報中的一篇評論或僅憑自己的印象，把辛苦賺來的錢投入在某家公司的股票上。有些投資人最關心的不是賺多少，而是想藉此證明自己的聰明才智和自我價值。難怪有人說，要了解股市不僅要做基本分析和技術分析，還要做心理分析。

本書第二部分，探討阻礙投資人採取必要行動的非理性態度和個性。比方說，有些投資人訂了不可能達成的目標，反而畫地自限，無法跟隨市場波動作合理的反應；有些則迫使自己做出草率的決定；又有一種人則過度謹慎，完全不管市場實際狀況。要避免這些陷阱，投資人必須對自己的錯誤態度有所警覺；了解自己應如何以正確的態度面對股市，才能提高勝算。

我們都了解：個性和情緒會帶來麻煩——因為大部分的人都親身體驗過這兩種因素所造成的「行為脫軌」，也看到別人因此而「舉措失常」；我們之所以會犯錯，主要是這些原因不易察覺。個性或情緒因素不會正面的干預我們理智上的了解和判斷，卻會在無形中影響感覺和決定。換句話說，它們是人的「一種先天缺陷」(design flaw)。當我們因個性和情緒關係做了錯誤的決定，並不表示出了差錯，而是行事方式本來就有問題，結果使我們損失了金錢。了解這些「心理陷阱」的唯一辦法，就是研究「做決定前的心理過程」。

心理研究人員發現，我們無意間所使用的經驗法則早就注定會犯錯；這些經驗法則在一