

《冒险与直觉》

图书基本信息

书名：《冒险与直觉》

13位ISBN编号：978750865594X

出版时间：2016-1-1

作者：约翰·科茨（John Coates）

译者：陶亮

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《冒险与直觉》

内容概要

人的一生中要经历无数次冒险。

在你的生命中，有多少次因为一个决定使你的人生轨迹彻底改变？；有多少次在危机时刻的判断带你走向人生的谷底或巅峰；在极大的危险中，你又会做何选择？在那些冒险时刻，你需要做出最正确的决定。

在风险和压力下，生理系统如何将我们转变成全然不同的人？

约翰·科茨博士在《冒险与直觉：金融市场起落的生理学之谜》中虚构了一位交易员的故事，这位交易员先是经历了泡沫，之后又遭遇了崩盘，科茨详细地分析了交易员从非理性狂喜到非理性悲观的生理学原因。风险让我们专注，也对我们的生理产生深远的影响。生理学原因会促使投资者的风险偏好随着经济周期的波动而变动，从而导致市场的巨变。

面对危机时刻，你的直觉反应决定了你的成败。

通过一系列突破性的实验，科茨发现了睾丸素与成功之间的反馈机制，提出了依靠生理反馈机制进行现实的选择。科茨在《冒险与直觉：金融市场起落的生理学之谜》中开展的研究给读者带来了全新的视角——风险的生理学之谜，指导你如何在“犬狼转变的时刻”做出正确的决断。

《冒险与直觉》

作者简介

约翰·科茨（John Coates），剑桥大学神经科学和金融学高级研究员，曾在纽约为高盛、美林和德意志银行工作，在交易大厅里，他观察到了情感的波动对交易员产生的影响。2004年，科茨又回到剑桥，开始研究内分泌系统对金融冒险行为的影响。科茨的研究成果曾被多本刊物引用，包括《纽约时报》、《连线》和《经济学人》，他也曾上过多期广播和电视节目，包括《早安美国》、《CBS晚间新闻》和BBC的节目，他的论文曾发表于《金融时报》和《美国国家科学院院刊》。

书籍目录

第一部分 金融市场中的大脑与身体

简介

来临

内幕故事

01 市场泡沫的生理学

泡沫的感觉

是不是存在非理性繁荣分子？

非理性悲观

金融市场中的大脑与身体

是什么让大脑与身体结合？

02 用身体思考

为什么动物无法参加体育运动？

加速大脑的运转

控制体内的变化

第二部分 直觉

03 思维的速度

债券交易的警钟

快速反应之谜

我，照相机？

前意识处理

冰山下的世界

交易大厅的快速反应

04 直觉

我们能相信预感吗？

预感和直觉

反馈

肌肉和第一反应

你的直觉会告诉你某些事

微妙的反馈

对市场的感觉

倾听身体的声音

生理训练

第三部分 市场的季节性

05 搜索的乐趣

意料意料之外的信息

市场的摩尔斯电码

美联储！

信息的乐趣

公告

06 繁荣的诱因

人体的构成

不对冲的对冲交易

胜利者效应

繁荣

非理性繁荣

旺季

07 华尔街的压力反应

追逐风险还是规避风险

交易大厅中的“战斗或逃跑”反应

抵押担保债券市场每况愈下

熊市的压力反应

长期压力和风险规避

金融领域与压力相关的疾病

第四部分 复苏

08 韧性

我们能控制压力反应吗？

加强韧性

在重压下保持优雅

学会倾听

工作场合的压力

09 从分子到市场

管理市场的生理

金融市场中的女性

回归

致谢

《冒险与直觉》

精彩短评

- 1、看看
- 2、游泳是比较好的锻炼项目
- 3、内源荷尔蒙是双刃剑
- 4、没想到是描述纯生理的书，科普性质多一些。说明了皮质醇和睾丸素对于交易员的影响，压力产生的成因和缓解措施等等。在目前的环境中，看看也许马上就用得到了。
- 5、讲到直觉那一部分感觉受益匪浅，以前总是觉得自己的直觉很准，现在终于找到原因了，可见从小开发右脑是多么重要的事情
- 6、很棒的书！从生理层面找出了助推商业周期的非理性繁荣因子和非理性悲观因子，有很多关于生物神经科学的科普，对行为金融感兴趣的有必要读一读，感觉开阔了思路。书的可读性很强，详细又有趣味性。我很喜欢这本书！
- 7、一般吧
- 8、都来学神经科学吧
- 9、16年6月27日-7月2日，挺有趣的
- 10、很有意思 值得读读
- 11、并不是一部金融方面的作品，反而像是神经学，用科学解决一切问题^O^

1、原以为《冒险与直觉》会是一本大量介绍交易细节的投资心理学著作，但读完却发现该书很大篇幅都是在介绍专业的神经科学与脑科学知识，只不过用金融市场交易员的经历把这些知识进行了巧妙的串联。值得一提的是，该书的讲述相比脑科学领域很多科普读物更清晰易懂，特别适合缺乏背景知识的读者。作者由一个自古希腊时代开始便争论不休的话题：身体和大脑关系开始整本书的阐述，而其主旨便是要让读者重新认识到身体重要性（柏拉图更崇尚虚无缥缈的理型世界，而亚里士多德更注重心物一元的现实世界）。现代哲学的开创性人物笛卡尔提出的“心物二元”论把身体和大脑割裂开来看待，代表意识的心是“高尚”的主宰，而代表身体的物则是“落后”的从属。后来的神经科学家也一贯把大脑看作总指挥而把身体的行为视为大脑指令的简单反应。一直以来人们都把大脑（意识）放在首要的位置，而比较忽略身体行为的作用。但在本书作者看来，事实是完全相反的，人是因为有了行为才产生相关的情绪，身体恰恰是起着主导作用的那个而大脑只不过是行为的阐释者和辅助者。一个经典的实验便是让受试者做出笑脸或哭脸，随后他们不由自主产生了快乐和忧伤情绪。身体对大脑的反身性作用由此可见一斑，当然在金融市场上也不乏先例。乔治·索罗斯就讲述过类似的经历，他背疼的时候往往就是他投资组合面临巨大风险的时候。索罗斯儿子曾经回忆他父亲说过：“你知道，他改变对市场的态度或者其他任何改变都是因为背痛在折磨他。和别的什么理由都没关系。如果他感觉背部痉挛，那就是提前警告的信号。”像索罗斯这样久经沙场的顶级交易员，已经锻炼出了强大的直觉系统，他们能整合市场上所有信息线索形成一种本能的反应，这种类似直觉一般的反应会首先在身体上（造成某种不适）反应出来，然后才会传达到理性的大脑。就如我们在原始森林中如果听到树叶的沙声或者看到熊的影子，首先便是一阵惊吓（肾上腺素开始分泌，进入“逃跑或战斗”状态），随即便是撒腿就跑（身体迅速反应），最后才逐渐意识到危险可能性（大脑产生情绪和理性思考）。这一过程可以简化为：神经递质—身体反应—大脑判断。其实想想你就会明白身体先动（快速系统）比大脑先转（慢速系统）在演化过程中是具有优势的。那些深思多过快动的人早就成为了大型哺乳动物的盘中餐了。巴菲特有一句我们耳熟能详的名言：“当别人恐惧时我贪婪，当别人贪婪时我恐惧”。其精妙指出了证券市场涨跌周期与参与者的情绪波动形成一种特殊的对称效应。在市场上赚钱其实很容易只要低买高卖就行了，但是当我们最想买的时候往往是价格最高的时候（市场情绪最乐观），而当我们最想卖的时候却是价格最低的时候（市场情绪最悲观），所以说这个市场是“反人性”的，所以在市场上赚钱会如此难。而在本书作者看来，这样周期性变化还与交易员身上分泌的睾丸素、肾上腺素、皮质醇、多巴胺、血清素等激素多少有着紧密的关联性。在牛市初期随着市场的持续性上升和交易员赢利逐渐放大，交易员体内的睾丸素含量会逐渐上升，让其更为自信更具冒险性，这种行为又让市场进一步上升，形成一种正向循环。有实验证明取得连胜的运动员体内的睾丸素会保持高位并持续几个星期甚至更长，他们会一直处于亢奋状态。在《输赢心理学》一书中对睾丸素有着更为详细讲解，这种雄性激素使人更具有竞争性，而且也能更能集中精神。男性分泌的睾丸素是女性的30-40倍，因此男性更喜欢玩那种竞争性强的体育项目，在职场上更容易升职、在金融市场上更容易去冒大风险，而女性更看中和谐的关系。颇为有趣的是人体内含有睾丸素多少也体现在中指和食指长短比上，男性中指长过食指，而女性则相反，那些中指比食指长20%的则是竞争性特别强的人，企业家和顶级交易员很多都有这一特征。这背后的机理简单来说就是母体睾丸素含量不止作用于婴儿大脑而且对其手指长度亦有作用。当自信演化到盲目自信时，也就是交易员体内睾丸素达到顶点时，市场被推到了“非理性繁荣”，灾难性转折就在不远处了。当种种迹象显示风暴即将来临时、当市场开始大幅回调时、当交易员的盈利开始被蚕食时，交易员神经会突然绷紧，他们身体会开始分泌肾上腺素和皮质醇。分泌这类激素是人体一种应激措施，能够在短期内快速燃烧能量让人处于兴奋状态以应对紧急情况，但其也有很明显的副作用，就是如果长期分泌这种激素就会引发人的悲观抑郁以及各类心血管疾病（心脏病、高血压），那些长期处于压力之下的人就深受其害，水能救火但也会把房子冲毁。交易员的应激反应是蜂拥离开这个市场，而大家都这么做的结果是市场面临流动性枯竭，谁都不能幸免。紧随其后的是跌跌不休的市场，看来颓势已不可挽回，交易员从盈利转为亏损。这时，他们身上长期积累的皮质醇已经让他们丧失了正常思考的能力，他们如惊弓之鸟，只能看到市场上的负面因素而看不到任何正面因素，交易风格也趋向于绝对保守，不敢冒任何风险。此时市场就如同坠入了“非理性悲观”的泥沼之中，不能自拔，唯有外部救援才能让其走出螺旋形下跌的怪圈。就如同人的生理周期一样，市场好似也有着规律的涨落周期，而这种周期很大程度是被交易者体内激素多少所决

《冒险与直觉》

定的。市场上总有一些“异类”交易员，能够逃出市场周期之网，而在面对大涨和大跌时，他们也能做到宠辱不惊，不被这种大场面所震撼而茫然不知所措。最近在美国上映的电影《大空头》中就描述了几个这样的“狠角色”，在2008年金融海啸中他们获利颇丰。对于这种“异类”，作者同样找到了背后的生理机制。这些人激素波动幅度一般都很大，激素水平的快速上升让其能从容应对大场面（大幅盈利和亏损都不至于过分影响其情绪和操作），而激素水平快速下降使其能迅速摆脱紧张情绪，回归到稳定的心理状态，以应对正常的市场波动不至于反应过度。除了睾丸素和皮质醇，身体内还有一些胺类激素，如多巴胺和血清素（人类快乐之源），这些激素分泌能在短期内起到对前者的替代作用帮助人进入亢奋情绪，而又没有长期损害，如果你的基因让你能够在合适时候分泌适量此类激素，那你也可能成为一个好的交易者。更好的消息是，除了基因先天作用，后天作用特别是运动也能达到同样的效果，让人体更多分泌这些激素。交易者通过好的生活方式能培养自身强大的生理优势也即作者所谓的韧性，亦能战胜市场周期性波动。作者在书中假设了两种类型交易员，第一种交易员每年为公司创造500万美元利润，自身获得50万美元的奖金；第二种交易员前四年为公司创造1亿利润，获得1千万奖金，而第5年亏损5亿，没有奖金也没有惩罚。总的来说第一种交易员五年下来为公司带来1亿亏损而仍能获得4千万奖金，而第二种交易员五年为公司创造2500万利润却只有250万奖金。并且更为关键的是，第一种交易员更受重要和更有知名度，即便亏损他还能在下一个周期继续玩“冒险者的游戏”，因为人们都是健忘的。这真实反应我们金融市场荒诞现状，而我们必须改变的是对大赌大赢（睾丸素主导市场）的偏好，以及对短期薪酬刺激作用（有收益无责任）的限制。前述第一种交易员更接近现实中的女性交易员，事实证明从长期来看女性交易员回报并不弱于甚至要优于男性交易员（受睾丸素影响男性交易员更为自信交易频次更高，但收益并不理想），只不过男性交易员显得更自信和更愿意秀自己罢了。我们应该让市场中更多女性参与者（现实中大概只有不到10%的比率），健康的市场需要雄激素和雌激素的中和。该书的英文书名为：The Hour Between Dog and Wolf，暗示市场上的交易者总是在狼与狗之间转换。如果我们要在这个市场上生存，就要在市场上充斥着“狗”型交易者，特别是那种“习得性无助”的“狗”型交易者时更具狼性，果断出击；而在市场上已经充斥着“狼”型交易者时，默默退出，成为一个旁观者，默默欣赏狼群抢夺“最后的午餐”。市场是反人性的，但愿你能适应，祝你好运！

《冒险与直觉》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com