

W1 Entscheidungsjournal

Zweck

Das Journal hält fest, was du **vor** einer Anlageentscheidung gedacht hast: deinen Grund, deine Erwartung und wie sicher du dir warst. Später vergleichst du das mit dem, was passiert ist. So beurteilst du deine Entscheidung nach dem, was du damals wissen konntest, und nicht nur nach dem Ergebnis. Dein Gedächtnis kann dir diesen Vergleich nicht zuverlässig liefern.

Kurze Anleitung

1. Fülle einen Eintrag aus, **bevor** du einen Auftrag erteilst. Das gilt für jede Entscheidung, die von deinem Plan abweicht, nicht für die laufende Sparplan-Rate.
2. Schreib die Erwartung so, dass man sie später eindeutig prüfen kann: mit Zeitraum und Zahl oder mit einem klaren Ereignis.
3. Gib eine Wahrscheinlichkeit an. Sie muss nicht genau sein, aber ehrlich. Eine grobe Stufe genügt: fast sicher, eher ja, offen, eher nein.
4. Leg ein Prüfdatum fest und trag es in deinen Kalender ein.
5. Am Prüfdatum bewertest du **zuerst die Entscheidung**, dann das Ergebnis. Schlag dafür echte Zahlen im Depot nach, statt dich zu erinnern.

Formular (ein Eintrag)

Teil A – vor der Entscheidung

Feld	Eintrag
Datum	_____
Was genau entscheide ich? (kaufen, verkaufen, Sparplan ändern ...)	_____
Betrag in Euro und Anteil am Gesamtvermögen	_____ € / _____ %
Warum? Mein wichtigster Grund in einem Satz	_____
Woher kam die Idee? (eigene Liste, Nachricht, Feed, Freunde, KI ...)	_____
Was erwarte ich, bis wann?	_____
Wie wahrscheinlich ist das aus meiner Sicht?	_____
Woran würde ich merken, dass ich falsch lag – unabhängig vom Kurs?	_____
Wie fühle ich mich gerade? (ruhig, unter Zeitdruck, euphorisch, ängstlich ...)	_____
Prüfdatum	_____

Teil B – am Prüfdatum

Feld	Eintrag
Was ist tatsächlich passiert? (nachgeschlagen, nicht erinnert)	_____
War mein Grund damals nachvollziehbar – mit dem Wissen von damals?	ja / teilweise / nein, weil _____
Welche Information hat mir gefehlt, und hätte ich sie haben können?	_____
Wie viel lag eher am Zufall oder am Markt insgesamt?	_____
Was mache ich beim nächsten Mal genauso, was anders?	_____

Ausgefülltes Beispiel (fiktiv)

Deniz ist eine erfundene Figur. Beträge und Verlauf sind ausgedacht und dienen nur der Veranschaulichung. Das Beispiel ist keine Empfehlung für oder gegen irgendeine Anlage.

Teil A (erster Samstag im März): Deniz will 500 Euro in die Aktie eines Chipherstellers stecken, außerhalb seines Sparplans. Das sind etwa 5 Prozent seines Depots. Sein Grund: „Die Nachfrage nach Rechenzentren wächst stark.“ Die Idee kam aus zwei Videos am Vorabend. Er erwartet in sechs Monaten mindestens 15 Prozent Plus und hält das für „eher ja“, ungefähr 70 Prozent. Einen Irrtum würde er daran merken, dass das Unternehmen seine Umsatzprognose senkt. Er fühlt sich „aufgeregt, will nichts verpassen“. Prüfdatum: Anfang September.

Teil B (Anfang September): Deniz liest zuerst seinen Eintrag, dann den Depotauszug. Die Position ist 440 Euro wert, 12 Prozent weniger ($500 \text{ €} \times 0,88 = 440 \text{ €}$). Die Umsatzprognose wurde nicht gesenkt; die ganze Branche ist gefallen. Deniz' Einschätzung: „Ob 70 Prozent zu hoch waren, zeigt ein einzelnes Ergebnis nicht. Aber ich hatte keine Idee, was gegen den Kauf spricht, und der Anlass waren zwei Videos am Abend. Das war dünn, egal wie es ausgegangen ist.“ Fürs nächste Mal will er eine Nacht warten und vorher drei Gegengründe aufschreiben.

Hätte die Aktie 20 Prozent gewonnen, hätte Deniz Teil B genauso ausfüllen müssen. Die Entscheidung wäre nicht besser gewesen, nur weil das Ergebnis anders ausgefallen wäre.

Grenzen

- Eine Studie, die ein solches Journal bei Anlegern mit Ergebnismessung testet, haben wir nicht gefunden. Das Journal ist deshalb **plausibel, aber ungetestet** (A-IN-328).
- Dass Anleger ihre vergangenen Renditen zu positiv erinnern, ist **gut belegt** in Online-Stichproben US-amerikanischer Anleger (A-IN-326). Dafür, dass Nachschlagen hilft, gibt es **erste Hinweise**: Wer seine echten Renditen nachschlug, überschätzte sich in einem Experiment weniger und plante weniger Trades (A-IN-327, Absichts- statt Verhaltensmaß).
- **Gut belegt** ist, dass ein kurzes Wahrscheinlichkeitstraining in einem Prognosewettbewerb außerhalb der Geldanlage die Treffsicherheit verbesserte. Dass die laufende Auswertung der Schätzungen dabei entscheidend war, ist naheliegend, aber nicht eigens geprüft (A-IN-307).
- Menschen bewerten Entscheidungen nach ihrem Ergebnis; das ist im Labor **gut belegt** (A-KV-1b21). Ergebnisse können aber auch legitim etwas verraten, vor allem über viele Entscheidungen hinweg (A-KV-1b23).

- Ein Journal kann zur Selbstrechtfertigung werden, wenn man Teil A nachträglich „verbessert“. Schreib ihn deshalb vorher und ändere ihn nicht mehr.