

Félelem és reszketés a sportban és a tőzsdén

2007-01-08

Marc Girardelli a nyolcvanas évek végének, kilencvenes évek elejének egyik legtehetségesebb műesiklója volt. Vitathatatlan talántuma ellenére eredményei nagyon váltakozóak voltak. Közel 14 éves pályafutása alatt 5 alkalommal nyerte meg a világkupát és 4 világbajnoki aranyat is nyert. 7 további alkalommal bajnoki esélyei ellenére kénytelen volt a dobogó alsóbb fokáival beérni. Sőt az áhított olimpiai arany soha nem jött neki össze: két ezüstérme van. Marc Girardelli két dologról volt különösen ismert: luxemburgi színekben versenyzett (osztrákként kezdte, de nem volt elégedett a szövetséggel), valamint arról, hogy **a szlalom versenyeken mindig az utolsó zászlók egyikén rontott**, megfosztva ezzel magát a győzelemtől az utolsó pillanatban.



Marlene Ottey-ra sokan emlékezhetnek. A szemrevaló jamaikai futó hölgy már az 1980-as olimpián is jelen volt, de ma, 46 évesen is versenyszerűen sportol, már szlovén színekben. Ottey volt az első nő, aki 7 mp alatt futotta a 60 métert, és 11 mp alatt a 100 métert. Bár vitathatatlanul a legjobb volt több mint 10 éven át, nem volt képes világbajnoki címet nyerni. Az átok 1991-ben dőlt meg, amikor a 4*100-as váltó tagjaként az első helyen végeztek, de egyéniben csak az 1993-as stuttgarti VB hozta meg a sikert. Nem volt azonban semmi, aminél Ottey jobban vágyott volna az olimpiai aranyra. A sors soha nem volt hozzá kegyes, **nyolc olimpiai érme van, ám egyik sem csillog a legszebb színben.**



Peyton Manning egyike minden idők legsikeresebb amerikai football játékosainak, az irányító poszton, amely a sportág kulcspozíciója. Évről évre a legjobbak közé választják, és számos rekordot megdöntött már. Az irányítók többsége előbb-utóbb sérülés, kiegészés, csapatváltás, magánéleti gondok miatt visszaesik, teljesítményük hullámvá válik, meccset kénytelen kihagyni. Nem úgy Manning, aki **szinte minden meccset végigjátszott, és szinte mindig csúcsmódban.** Abban a pillanatban azonban, amikor már nem csoportmérkőzések, hanem közvetlen kieséses meccsek, vagyis a rájátszás következett, Manning összeomlott. Hibát hibára halmozott. Emiatt **nem hogy nem nyerte meg csapatával a sportág csúcsának számító Super Bowl-t, de minden alkalommal kiestek azelőtt, hogy döntőbe jutottak volna – nem egyszer toronymagas esélyesként.** Bár idén, 2007-s első mérkőzésükön az első körön átverekedték magukat, háromszor is eladta a labdát, ami a bajnokság ezen szakaszában végzetesnek számíthatott volna.



Nemcsak kiváló sportolókról beszélünk, hanem sportáguk magasan legnagyobb tehetséggel rendelkező atlétáiról. Mégis ők voltak azok, akik a legfontosabb pillanatban, az igazi nagy cél kapujában, a legnehezebb tét alatt összeomlottak és mélyen formájuk és tehetségük alatti teljesítményt tudtak csak felmutatni. Nem is lehet kérdés, problémájuk egyértelműen pszichológiai természetű volt, nagy nyomás alatt érzelmeik, elsősorban **félelmük blokkolta, vagy legalábbis nagymértékben visszafogta koncentrációképességüket**, erejüket. Első látásra ez cseppet sem tűnik logikusnak, hiszen éppen akkor kellene a leginkább koncentrálnak lenni, amikor a legnagyobb jutalom a tét. De az élővilágban nem mindig a logika győz

A **Tennessee Kecske** joggal pályázhatna a világ legviccesebb állata címre. Ha megijesztik, a futás helyett **izmaik megmerevednek, és azonnal oldalukra esnek, lábaikat az égnek mereszítik**. Ezt általában meglehetősen könnyű elérni, elegendő tárt karokkal, kiabálva feléjük rohanni. Ezt sokan ki is használják saját szórakoztatásukra, az állatvédők nagy felháborodását kiváltva, és bár az ő szempontjukat is meg tudjuk érteni, valószínűleg a legtöbb ember kifejezetten mókásnak találná a hirtelen kővé merevedő és oldalukra dőlő kecskék látványát. Tegyük hozzá: az állatoknak az ijedtségen kívül semmilyen bajuk nem esik ilyenkor.



Valami hasonló történt számos alkalommal fenti sportolókkal is. Sőt, ugyanez történik gyakran sok befektetővel is. Persze sokfajta félelem létezhet a tőzsdén, a leggyakoribb **a veszteségtől való rettegés**. Ha valaki régóta kereskedik a piacon, és megismert, adaptált és sikerrel alkalmazott kockázatkezelési módszereket, **nagy veszteségtől többé nem fog félni, mert megszelídítette azt** (erről egy másik cikkben lesz szó bővebben). Attól viszont nem menekült meg, hogy alulteljesítse a piacot, ne érjen el olyan hozamot, ami elégedettséggel töltené el. Nem kis részben a saját hasonló jelenlegi félelmem inspirált a cikk megírására is.

Nem lehetünk biztosak benne, hogy mi fog történni a jövőben, így aki a piacon van, annak mindig szembe kell néznie az ismeretlennel és azzal, hogy nagyszerű módszerek, amelyek ma működnek és pénzt hoznak, csődöt mondhatnak a jövőben. A **piacon nem megfelelő hozam miatti aggodalom tulajdonképpen azonos a kihagyott lehetőségtől való félelemmel**: „Ha más elérte, és én nem, akkor a kettő közötti különbség elvesztegetett pénz”. Az esetek többségében azonban ez túlzott egyszerűsítés, nem alátámasztott aggodalom és nem állja meg a helyét. A félelemnek azonban nem is ez az alapvető funkciója

A félelem eredeti funkciója éppen az, hogy megvédjen egy valós veszélytől. Kialakulása, illetve tudatosulása több millió évre vezethető vissza, amikor az embert éppen ez óvta meg a természetben rá leselkedő vadállatoktól. Ha az ősember nem félve, lopakodva, előre lándzsát készítve ment volna végig az erdőn, hanem peckesen végigvonulva, az első arra járó nagyobb darab vadállat vacsorája lett volna percekben belül. Amikor egy befektető egy döntés meghozatala előtt aggódik, félni, netán rettegni kezd, **éppen attól szeretné magát megóvni, ami a legértékesebb és elengedhetetlenül szükséges számára ebben a játszmában: a befektetendő tőkéje.** Ha nem félne, akkor olyan meggondolatlan kockázatot vállalna fel, ami előbb-utóbb hatalmas veszteséget hozna, a kereskedési tőke részének az elvesztésével járna. **A félelemre tehát itt is szükség van.**

A legfontosabb itt is az egyensúly megélése. Ha a Tennessee Keckére valós veszély leselkedne, a megmerevéssel nem sokat érne el. Ha viszont a félelme miatt messzire futna, jelentősen növelné a túlélésének esélyeit. **A túlzott félelem megbénít, és leblokkolja legfontosabb funkcióinkat, ami rontja a teljesítményt, sőt akár végzetes is lehet.** Ezért mindenáron el kell kerülni a leblokkolást.

Ha félsz, lépj tovább - „You have to keep playing” - Mondta Peyton Manning hétvégi mérkőzése után, amikor mélyen tehetsége alatt játszott, háromszor adta el a labdát, és csak másoknak köszönheti csapata továbbjutását. Igaza van. Nem kell feltétlenül nagyot kockáztatva, nehéz piacokon, nehéz időszakokban, vagy gyakran. Kicsit csökkentve a döntések gyakoriságát, kicsit óvatosabban, de nem szabad lefagyni.

Persze a félelem kezelésének más módjai is vannak, függően attól, hogy mikor és mitől fél az ember, de ezekről már egy másik cikkben lesz szó.

Faluvégi Balázs
Bridge Wealth Management