增强自己对不确定性的耐受能力，不仅能够提高你的收益率，而且让你活得更加潇洒

**微信公众号：二师父定投**

**对于大多数投资者而言，股市不确定的涨跌状态是他们焦虑最大的来源。然而，投资就意味着要和不确定性相处。**

很多人因为不确定接下来股市是涨是跌，所以即使他们当前处于盈利状态，也非常焦虑和担心，担心自己的利润损失。这既包含了人类对向坏的不确定性的焦虑，也包含了人类的损失厌恶心理。

如果想要提高自己的投资收益率，并且让自己活的更加潇洒，就需要增强自己对不确定性的耐受能力。

**1、“不确定的焦虑”对我们投资有哪些危害**

**当股市不确定性的上涨和下跌带来强烈的焦虑感之后，投资者会失去理性思考的能力，思维能力处于婴儿水平，仅仅用最简单的认知模型去处理复杂的信息并立刻行动。**

举例子：月华在4月8日的时候发现五粮液的价格已经比年初快要上涨了近一倍，市场狂热的情绪与那些教人炒股的所谓老师不断晒出的账户收益让她焦虑不断并十分懊悔：我怎么那么傻，当初没有买这只股票，大师说了行情来了，这只股票还会不会继续暴涨呢？哎，早知道年初就买了，算了，不等了，先买5万快试试。

于是月华在不确定性产生的强烈焦虑感的驱使下冲动地买入了五粮液股票。

冲动买入股票是投资者在低级认知驱使下所做出的错误判断与行动，投资者并不知道这只股票背后企业的盈利模式，不知道企业的护城河，不知道股票的估值。但是因为焦虑，所以就买入了。这是大部分投资者在牛市亏损的最重要原因。

不确定性不仅会让我们认知和思维能力下降，而且会让我们逃避问题，变成一只躲在沙坑的鸵鸟，比如股票账户浮亏50%以上不进行止损操作还一直装死的投资者。

无论是不确定性的焦虑感让我们认知能力下降，还是让我们逃避已经发生的问题，都会给我们的投资和生活带来巨大影响。你要知道，在股市你是自己账户资金的主导者，你的正向回应和积极态度才会降低不确定的焦虑，才会让你收益更大或者损失更小。

**2、怎么增强自己对不确定性的耐受能力**

**用定投计划代替预期，用客观的分析来取代你的判断。**

预期和判断都是假象的，主观的，不具确定性的。因此，二师父经常告诉大家，预期预测市场涨跌，不如耐心定投打造自己的诺亚方舟。

比如我们把自己的定投计划和方针不折不扣的落实。场外定投16字方针，二师父在文章和课程里面都讲过。全面配置，低估定投，正常收割，高估卖本。如果你能够严格按照这个原则来执行，那么就会减缓焦虑。因为不管未来涨跌，都和我们的操作没有任何关系，我们只需要尊重客观的事实，在低估的时候定投，指数正常估值的时候卖出利润。假设未来跌了呢？

很多人焦虑自己的收益率会降低。但本质上对我们影响不大，因为市场总会涨上来的，既然买的足够便宜，又何惧风雨？

**远离焦虑源。定投过程中让你焦虑的源头是什么——股市的涨涨跌跌。**很多人喜欢预测市场，不是他对这个事情有爱好，而是人类天生对不确定性的厌恶，所以他总渴望去找到市场确定性的方向。而真实的股市以及真实的人生便是，你永远也无法预测股市下一秒的涨跌情况，你也永远无法预测自己明天会发生什么事情。

那么最好的办法是远离焦虑源，我们不去看股市，不去看上证综合指数的涨跌，不去看投资指数基金的涨跌。仅仅看指数的估值，指数估值在二师父的估值表里面有，低估，正常和高估都完整的显示出来了如果估值表没有的指数你没必要投资，或者你想找更多的指数估值去理杏仁查阅即可。只需要根据估值来操作，无论涨跌都不焦虑。

**3、拥抱不确定性，你的投资和生活会更加美好。**

因为忍受不了股市涨跌的不确定性，所以很多人选择了将几百万资金存入银行，看着自己的资金一点点地被通货膨胀腐蚀；因为忍受不了创业成功与失败的不确定性，所以很多人选择一辈子在一个普通的体制内岗位上混吃等死，将自己的薪酬交给别人决定，将自己的命运交给别人处置。

**一个富有的人不是最能吃苦的人，不是最勤奋的人，不是最热爱学习的人，而是最能够与不确定性友好相处的人。**

投资的魅力在于不确定性，人生的魅力也在于不确定性，生活就像一块巧克力，我们永远不知道打开盒子里面的是什么味道，正因为此，所以我们对生活满怀期待。如果你的未来能够被看得一清二楚并且一成不变，那么你的生活就没有丝毫的乐趣了。

**拥抱变化，与不确定性友好相处。股市投资如此，人生亦是如此。谁能够做到这一点，谁就会是投资的胜者，也会是生活的王者。**