

## Bullenmarkt vs. Bärenmarkt

Die Börse ist ein komplexes Terrain, das von ständig wechselnden Marktbedingungen geprägt wird. Zwei Schlüsselbegriffe, die oft im Kontext des Aktienhandels auftauchen, sind der Bullenmarkt und der Bärenmarkt. Beide Begriffe spiegeln die Stimmung der Investoren wider und haben erheblichen Einfluss auf die Anlagestrategien.



### Ein Bullenmarkt ist ...

... eine Phase an einem Finanzmarkt, zum Beispiel einem Rohstoff- und/oder einem Aktienindex, in der die Preise für diese Anlagekategorie steigen. Die Analogie dazu: Der Bulle stößt mit seinen Hörnern nach oben. Die Investoren sind optimistisch und haben das Vertrauen, dass die Märkte weiterhin prosperieren werden. Ein Bullenmarkt zeichnet sich durch steigende Kurse aus, und die Anleger neigen dazu, z. B. Aktien zu kaufen, um von den erwarteten Gewinnen zu profitieren. Während dieser Phase können die Renditen beeindruckend sein, was zu einem positiven Investitionsklima führt. Nach dem Corona-Crash startete ab April 2020 ein Bullenmarkt, der bis Ende 2021 anhielt.



### Ein Bärenmarkt ist ...

... hingegen durch eine anhaltende Abwärtsbewegung der Märkte gekennzeichnet – der Bär schlägt mit seiner Tatze nach unten. Die Preise, z. B. für Aktien, sinken, und die Investoren sind von Pessimismus geprägt. In einem Bärenmarkt herrscht Unsicherheit, was oft zu Panikverkäufen führt. Die Sorge vor weiteren Verlusten dominiert, und Investoren ziehen sich aus den Märkten zurück. Eine solche Phase kann aufgrund der anhaltenden Kursrückgänge für langfristige Investoren sehr herausfordernd sein. Ein großer Bärenmarkt an den Börsen ereignete sich von Januar 2008 bis März 2009 während der Finanzkrise. Ein kleiner Bärenmarkt fand 2022 von Januar bis Anfang Oktober statt.

### Investieren während Bullen- und Bärenmärkten

- **BULLENMARKT-INVESTITIONEN:** Während eines fortgeschrittenen Bullenmarktes sollten Investorinnen dennoch vorsichtig agieren. Die Versuchung, auf schnelle Gewinne zu setzen, ist groß. Es ist jedoch wichtig, langfristig zu denken und fundierte Entscheidungen zu treffen. Diversifikation ist entscheidend, um das Risiko zu minimieren. Auch wenn die Märkte positiv sind, können Kurskorrekturen auftreten.
- **BÄRENMARKT-INVESTITIONEN:** In einem Bärenmarkt ist Geduld von größter Bedeutung. Panikverkäufe können zu erheblichen Verlusten führen. Statt blind zu verkaufen, sollten Anlegerinnen die Fundamentaldaten der Unternehmen überprüfen und überlegen, ob es sich um temporäre Schwierigkeiten handelt oder um langfristige strukturelle Probleme. Das Vorhandensein von liquiden Mitteln kann auch von Vorteil sein, um günstige Gelegenheiten bei kerngesunden Unternehmen zu nutzen.

### Fazit: Wissen und Geduld sind Schlüssel

Sowohl Bullen- als auch Bärenmärkte sind Teil des natürlichen Zyklus der Börse. Erfolgreiches Investieren erfordert ein solides Verständnis dieser Phasen und eine gut durchdachte Strategie. Während eines Bullenmarktes sollten Investorinnen nicht übermütig werden und ihre Risiken streng kontrollieren. In einem Bärenmarkt ist Geduld der Schlüssel, und emotionale Entscheidungen sollten vermieden werden. Letztendlich liegt der Schlüssel zum Erfolg darin, sich kontinuierlich zu informieren, vorausschauend zu denken und langfristige Ziele im Auge zu behalten.

Infos zur Autorin

Sabine Nemeč, Dipl.-Wirtsch.-Ing.  
sn@snhc.de • www.snhc.de • www.finsista.de  
Instagram: @sabine.nemec





# Sofortige<sup>1</sup> und lang anhaltende Schmerzlinderung<sup>2,3</sup>

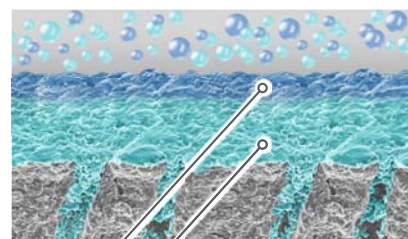
## NEU: verbesserte Säureresistenz<sup>4</sup>



### elmex<sup>®</sup> SENSITIVE PROFESSIONAL Zahnpasta

#### Einzigartige PRO-ARGIN Technologie jetzt mit Zinkphosphat

- **60.5%** sofortige<sup>1</sup> Schmerzlinderung ab der ersten Anwendung<sup>2</sup>
  - **80.5%** klinisch bestätigte Linderung der Schmerzempfindlichkeit nach 8 Wochen<sup>3</sup>
  - **Verbesserte Resistenz der Versiegelung auch bei Säureangriffen<sup>4</sup>**
  - **Überlegener** Verschluss der Dentintubuli<sup>5</sup>
- NEU: Zinkphosphat  
PRO-ARGIN Technologie



Scannen Sie hier, um mehr zu erfahren oder besuchen Sie [cpgabaprofessional.de](http://cpgabaprofessional.de) für weitere Informationen:



1 Für sofortige Schmerzlinderung bis zu 2x täglich mit der Fingerspitze auf den empfindlichen Zahn auftragen und für 1 Minute sanft einmassieren.  
 2 Nathoo S et al. J Clin Dent 2009; 20 (Spec Iss): 123–130.  
 3 Docimo R et al. J Clin Dent 2009; 20 (Spec Iss): 17–22.  
 4 Im Vergleich zur vorherigen Formel, in vitro Säurebeständigkeit nach 5 Anwendungen, Data on File, Colgate-Palmolive Technology Center (2021).  
 5 In vitro Studie, konfokale Bilder nach 5 Anwendungen im Vergleich zu einem Mitbewerber, Data on File, November 2021.



PROFESSIONAL  
— ORAL HEALTH —