وصف مناخ العمل في البنك بأنه "مسموم وهدام"

قنبلة مدير جولدمان ساكس السابق تعصف بوول ستريت

لقطة أرشيفية لسميث يتحدث عنه مدربه ومدرسه واصفين إياه بالمصداقية

نيويورك ـ د.ب.أ: لم تكن صورة بنك جولدمان ساكس الاستثماري الأميركي تحتاج إلى مزيد من التشويه لتأتي القنبلة التي فجرها مدير سابق في هذا البنك في هذا التوقيت فتزيدها تشويها.

فقد نشر أحد المديرين السابقين في جولدمان ساكس مقالا في صحيفة نيويورك تايمز يروي فيه تجربته التي وصفها بالأليمة في البنك الذي خسر «نسيجه الأخلاقي».

فحتى أول من امس كان كريج سميث المدير التنفيذي في بنك جولدمان ساكس مسؤولا عن إدارة تداول المشتقات المالية الأميركية في أوروبا والشرق الأوسط وأفريقيا.

وقال إن عملاء إدارته يمتلكون أصولا تتجاوز قيمتها أكثر من تريليون دولار.

ورغم نجاحه الشخصي في البنك الذي يبلغ عمره 143 عاما وأدين بالتورط في عمليات احتيال ساهمت في انفجار الأزمة المالية بالولايات المتحدة خلال الفترة من 2007 إلى 2009، وصف سميث مناخ العمل في البنك بأنه «مسموم وهدام» بصورة لم يستطع القبول بها.

وقد ربط سميث بين التدهور الحالي في البنك وقيادته العليا وبخاصة الرئيس التنفيذي لويد بلانكفاين والرئيس جاري كوهن اللذين وصفهما بأنهما «فقدا السيطرة على ثقافة الشركة تحت نظريهما».

وكتب سميث في المقال يقول: «لكي نعبر عن المشكلة بأبسط التعبيرات نقول إن مصالح العملاء كانت دائما مهمشة في الطريقة التي كانت المؤسسة تعمل بها وطريقة تفكيرها في جني الأموال».

وأشار إلى استخدام العاملين في جولدمان ساكس تعبير «العرائس المتحركة» لوصف عملاء البنك في مراسلاتهم الداخلية ويناقشون دائما «كيف نسلب العملاء من الأرباح فنبيع لهم أسهما أو منتجات مالية أخرى نحاول التخلص منها لأنها لن تحقق أي أرباح؟».

وقد أثار هذا المقال عاصفة من المناقشات في حي المال الأميركي بمدينة نيويورك كما أثار ردا قويا من جانب جولدمان ساكس الذي قال في بيان إن آراء سميث لا تعكس «الطريقة التي ندير بها أعمالنا».

وقال البنك: «في رأينا فإننا لن ننجح إلا إذا نجح عملاؤنا.

هذه هي الحقيقة الأساسية لجوهر الطريقة التي ندير بها عملنا».

وقد جاء مقال سميث بعنوان «لماذا تركت جولدمان ساكس؟» لكي يختم أربع سنوات من الاتهامات التي تطارد جولدمان ساكس والعديد من البنوك الاستثمارية الأميركية الأخرى بسبب الاشتباه في مسؤوليتها عن الانهيار المالي الذي تعرضت له الولايات المتحدة في خريف 2008 ودفع بالاقتصاد الأميركي إلى أسوأ موجة ركود له منذ الكساد الكبير في ثلاثينيات القرن العشرين.

وتتهم سلطات الرقابة المالية الأميركية جولدمان ساكس بالتواطؤ مع أحد صناديق التحوط الاستثمارية من أجل تحقيق أرباح من سوق القروض العقارية عالية المخاطر التي انهارت في ذلك الوقت وأدى انهيارها إلى تفجر الأزمة المالية.

وأشارت مراسلات البريد الإلكتروني الداخلية التي نشرها أعضاء في الكونجرس الأميركي عام 2010 عندما أدلى بلانكفاين بشهادته أمام الكونجرس إلى أن الشركة نجحت في الرهان على سوق التمويل العقاري في الوقت الذي تكبد فيه المستثمرون خسائر كبيرة.

وفي إحدى رسائل البريد الإلكتروني أشار بلانكفاين إلى أن كولدمان ساكس «جنى أموالا أكثر من الخسائر» بسبب مراهناته القصيرة الأجل.

وفي وقت لاحق من ذلك العام وافق جولدمان ساكس على دفع 550 مليون دولار كغرامة وهي أكبر غرامة تحصل عليها هيئة سوق المال الأميركية في تاريخها بعد اتهام البنك بتضليل المستثمرين في سوق القروض العقارية عالية المخاطر.

والحقيقة أن الاتهامات التي نشرها سميث لم تحمل جديدا سوى أنها قادمة هذه المرة من داخل المؤسسة المالية الأميركية، ففي عام 2010 قال عضو مجلس الشيوخ والمدعي العام السابق كارل ليفين إن لديه دليلا على أن جولدمان ساكس «وضع باستمرار مصالحه وأرباحه قبل مصالح وأرباح عملائه ومجتمعاتنا».

ووصف جو فايزنتال محرر مدونة «بيزنس إنسايد» إحدى أكثر المدونات المعنية بالاقتصاد قراءة في الولايات المتحدة إن الأزمة الحالية هي «كابوس جديد بالنسبة لجولدمان ساكس» وكتب جيم كريمر المعلق في قناة سي.إن.بي.سي التلفزيونية الأميركية عبر موقع المدونات الصغيرة «تويتر» يقول إن ما فعله سميث هو «كارثة بالنسبة لي ولا أريد أن أصدقه» حيث ان كريمر معروف بدفاعه عن البنك الأميركي.

ولكن هناك معلقين آخرين كانوا أكثر سخرية حيث وصف الموقع البريطاني الساخر «ديلي ماش» خروج سميث من جولدمان ساكس بخروج دراث فيدر إحدى شخصيات سلسلة أفلام حرب النجوم من «الإمبراطورية».

ولكن سمسارا ماليا سابقا في جولدمان ساكس كتب بدون الكشف عن هويته في مدونة تابعة لصحيفة نيويورك تايمز يقول إن سميث ظل 12 عاما يجني الأموال من جولدمان ساكس والآن «يقذف بزجاجة مولوتوف عليه وهو في طريقه إلى الخروج منه».

تقرير البورصة اليومي

الشراء القوي للأسهم الرخيصة يدفع السوق للارتفاع بقوة

أنهى سوق الكويت للأوراق المالية تعاملات الأسبوع على ارتفاع مؤشريه، وذلك للجلسة الثانية على التوالي بعد تباين ملحوظ في ادائهما على مدار الجلسات الثلاث الأولى، وبارتفاع المؤشر السعري استطاع المؤشر العام للسوق استعادة مستوى 6200 نقطة مجددا وهو المستوى الذي كان السوق قد فقده الأسبوع قبل الماضي بسبب العمليات التصحيحية التي شهدها خاصة على مستوى أسهم المجاميع الاستثمارية النشطة.

وشهدت الجلسة ارتفاعا طفيفا في البداية ولكن سرعان ما تراجع المؤشر بشكل محدود بعد مرور نصف ساعة من التداول، ومن ثم بدأت عمليات الشراء على عدد كبير من الأسهم في أغلب القطاعات التي ظهر عليها اللون الأخضر بشكل واضح وخاصة قطاع الخدمات.

وشهدت الجلسة تباينا في حركة المجاميع الاستثمارية، حيث جنحت مجموعة الخرافي للارتفاع على مستوى عدد من الأسهم منها الاستثمارات والساحل والمال وأنابيب، فيما استعادت مجموعة الصفاة نشاطها بعد عمليات جني الأرباح، أما مجموعة المدينة فارتفعت فيها اسهم السلام وهيتس واستقر سهم اكتتاب فيما تراجع سهم المدينة، أما مجموعة ايفا فتراجعت بشكل ملحوظ استثناء سهم الديرة الذي ارتفع بعد تداولات كبيرة.

وعززت ارتفاعات مؤشرات السوق بعض الاسهم القيادية وذات القيم السعرية المرتفعة منها بيتك والمباني، فضلا عن اسهم رخيصة نشطة بشكل لافت ومنها أبيار والميادين والتخصيص.

وباستمرار ارتفاع المؤشر الوزني طيلة جلسات الأسبوع أصبح قاب قوسين من تجاوز مستوى 420 نقطة، وهو ما يدعو لاستمرار التفاؤل بالسوق.

المؤشرات العامة

ارتفع المؤشر العام للبورصة بواقع 6,36 نقاط ليغلق عند مستوى 6200,4 نقطة بارتفاع نسبته 0,59٪ مقارنة مع آخر جلسة تداول، وارتفع المؤشر الوزني بمقدار 69,1 نقطة ليغلق عند مستوى 86,419 نقطة بارتفاع نسبته 0,40٪ مقارنة مع الجلسة الأخيرة.

وبلغ اجمالي الأسهم المتداولة 480,5 مليون سهم نفذت من خلال 5621 صفقة قيمتها 42,6 مليون دينار، وشهدت متغيرات السوق تباينا في الأداء، حيث انخفضت كميات التداول بنسبة 3,1٪، وانخفضت الصفقات بنسبة 2,8٪، فيما ارتفعت القيمة الإجمالية بنسبة 4,1٪، وتصدر قطاع الخدمات النشاط من حيث القيمة، إذ تم تداول 185,3 مليون سهم نفذت من خلال 1947 صفقة قيمتها 17,08 مليون دينار، وجاء قطاع الاستثمار في المركز الثاني من حيث القيمة، إذ تم تداول 135,6 مليون سهم نفذت من خلال 1546 صفقة قيمتها 9,2 ملايين دينار، وحل قطاع العقار في المركز الثالث من خلال تداول 87,5 مليون سهم نفذت من خلال 826 صفقة بقيمة 6,06 ملايين دينار.

آلية التداول

واصل قطاع البنوك نشاطه الايجابي في جلسة أمس، واستحوذ القطاع على 7,5٪ من اجمالي القيمة، وارتفع سهم بيتك بواقع 10 فلوس بعد تداول 1,6 مليون سهم ليرتفع الى مستوى 880 فلسا، أما سهم برقان فتراجع بواقع 5 فلوس بعد تداولات نشطة، وارتفع سهم التجاري بواقع 20 فلسا بعد تداولات محدودة نسبيا، ولم يتم التداول على سهمي الاهلي والمتحد، واستقرت باقي اسهم القطاع عند مستويات اغلاقاتها السابقة.

شهد قطاع الشركات الاستثمارية ارتفاعا ملحوظا في جلسة امس، واستحوذ على 21,5٪ من الإجمالي، وكان سهم الديرة الاكثر تداولا من خلال 34,4 مليون سهم وحقق ارتفاعا بواقع فلسين ليصل الى 42,5 فلسا، وتراجعت اسهم المدينة وايفا بمقدار فلس لكل منهما بعد تداولات نشطة، كما شهد سهم الامتياز تداولات اقتربت من 10 ملايين سهم وارتفع لمستوى 140 فلسا.

حقق قطاع الشركات العقارية ارتفاعا ملحوظا جراء تجميع أكثر من سهم، واستحوذ القطاع على 14,2٪ من إجمالي القيمة، واستمر سهم أبيار في تداولاته الكبيرة، حيث بلغت 36,8 مليون سهم غلب عليها التجميع مرة اخرى ليرتفع السهم بمقدار 0,5 فلس ليصل الى 48 فلسا، واستمر تراجع سهم المنتجعات بمقدار فلسين بعد تداول 9,4 ملايين سهم.

ارتفاع كبير حققه قطاع الشركات الصناعية في جلسة أمس بسبب عمليات شراء واسعة شهدها سهم الصناعات الذي واصل ارتفاعه وذلك بمقدار 6 فلوس ليصل الى مستوى 248 فلسا بعد تداول 11,9 مليون سهم، كما شهد سهم الصناعات المتحدة ارتفاعا بمقدار فلس بعد تداول أكثر من 3 ملايين سهم.

تصدر قطاع الشركات الخدماتية قطاعات السوق من حيث القيمة بشكل لافت، حيث استحوذ القطاع على 40,09٪ من إجمالي القيمة، وشهد سهم زين تداولات كبيرة نسبيا تجاوزت 4 ملايين سهم ولكنه استقر عند مستوى 850 فلسا، وتراجع سهم اجيليتي بمقدار 10 فلوس بعد تداول 4,2 ملايين سهم ليتراجع الى مستوى 410 فلوس، فيما ارتفع سهم صفاة للطاقة بعد تداول 17,2 مليون سهم وذلك بمقدار 3 فلوس ليصل الى مستوى 81 فلسا.

● شريف حمدي

أرقام ومؤشرات

36.6
نقطة ارتفاع المؤشر السعري بنسبة 0,59٪، وارتفاع المؤشر الوزني 1,69 نقطة بنسبة 0,40٪.

480.5
مليون سهم تم تداولها بقيمة 42,6 مليون دينار.

5
شركات استحوذت أسهمها على 29,3٪ من القيمة الإجمالية، واستحوذ سهم زين على 8,2٪ من القيمة الإجمالية للتداول.

6
قطاعات سجلت مؤشراتها ارتفاعات في جلسة الأمس تصدرها قطاع الخدمات بواقع 93,8 نقطة، أما قطاع غير الكويتي فكان الوحيد الذي سجل تراجعا بواقع 9,4 نقاط.

«المركزي» يطالب البنوك ببيانات عن القروض الاستهلاكية والمقسطة للكويتيين

أصدر بنك الكويت المركزي تعميما الى جميع البنوك المحلية وشركات الاستثمار، طالبها فيه بموافاته خلال عشرة ايام عمل من تاريخ اصدار التعميم والذي صدر اول من امس ببيانات عن العملاء الكويتيين المقترضين للقروض الاستهلاكية والمقسطة في 2012/2/29 وذلك وفقا للبيانين المرفقين مع التعميم، مع مراعاة اجراء المطابقة اللازمة مع البيانات السابق تقديمها من البنك او الشركة في هذا الخصوص (بيانات القروض الاستهلاكية والمقسطة شهريا)، على ان يتم تقديم البيانين المذكورين محملين على قرص ممغنط (CD)، على ان يراعى في البيانات عدد العملاء المشاركين في القرض وليس عدد حسابات القروض لجميع حالات القروض المشتركة للعملاء ذوي صلة القرابة من الدرجة الأولى بمن فيهم الزوج والزوجة.

● محمود فاروق

«البنك الدولي» يوافق على زيادة كبيرة في إقراض الهند بـ 4,3 مليارات دولار

واشنطن ـ أ.ش.أ: وافق البنك الدولي على تمويل مبتكر ومرن جديد للهند يسمح لها بالحصول على تمويل إضافي كبير من البنك الدولي للإنشاء والتعمير بمبلغ 4,3 مليارات دولار.

وذكر بيان صحافي للبنك الدولي أن الترتيب الجديد يسهل زيادة 4,3 مليارات دولار لدعم الهند ويحافظ على صافي التغطيات الضمانية للبنك الدولي للإنشاء والتعمير في حدود 17,5 مليار دولار التي خصصها البنك لكبار المقترضين ذوي الجدارة الائتمانية العالية مثل الهند.

وسيسمح الترتيب الجديد بإصدار البنك الدولي لسندات خاصة لتقوم الهند بشرائها، لتعويض إقراض إضافي مخطط. وسيمكن ذلك الهند من مواصلة الحصول على تمويل طويل الأجل ومنخفض الفائدة من البنك الدولي للإنشاء والتعمير لمشاريع التنمية الرامية إلى تحسين حياة شعبها، الذي لم يشق ثلثه، أي ما يقدر بـ 300 مليون نسمة، طريقه للخروج من دائرة الفقر.

تغير موقف تايوان تجاه اللحوم الأميركية للتوازن مع الصين

تايبيه ـ د.ب.أ: كان الرئيس التايواني ما ينج جيو يعلم أن تحركه لتخفيف حظر مفروض على استيراد لحوم الأبقار الأميركية من شأنه أن يحدث رد فعل عنيف. ولقد انتظر حتى بعد إعادة انتخابه بفارق ضئيل لإعلان الخطة الخاصة برفع الحظر على لحوم الأبقار الأميركية التي تحتوي على عقار راكتوبامين الذي يضاف لغذاء الماشية ليعمل على زيادة انتاج اللحوم. ولقد أصدر بيانا صحافيا في منتصف الليل وهو يدرك تماما أن أغلبية ناخبيه لديهم مخاوف صحية إزاء هذا العقار. وعندما ذهب المزارعون الغاضبون الى المباني الحكومية لرشقها بروث الخنازير والبيض الفاسد الخميس الماضي احتجاجا على القرار، وجدوا ان الشرطة المسلحة بعتاد مكافحة الشغب في انتظارهم. وقالت الحكومة في 5 مارس انها اقترحت رفع الحظر المفروض على واردات لحوم الأبقار التي تحتوي على عقار راكتوبامين والمحظور استخدامه في جميع واردات اللحوم منذ عام 2006. وهذه الخطوة، التي لاتزال بحاجة لموافقات تستغرق ثلاثة أشهر من وزارة الصحة والمجلس التشريعي، ستؤسس لسياسة تصنيف المواد المضافة وتؤثر بشكل أساسي على لحوم الأبقار القادمة من الولايات المتحدة. وقال وزراء إن الخطوة ستساعد على استئناف المفاوضات التجارية مع الولايات المتحدة والتي كانت قد توقفت بسبب القيود. ولكن سببا آخرا لم يتم التحدث عنه وراء تغيير السياسة يتمثل في الابتعاد عن التقارب الأخير مع الصين والذي يقول الخبراء انه جاء نتيجة ضغط شعبي. وخلال فترة رئاسته الاولى، قام ما ينج جيو بتحسين العلاقات مع بكين التي تعتبر الجزيرة كإقليم منشق. وسمحت العلاقات الاقتصادية القوية للنمو الصيني الهائل بتحفيز تعافي تايوان بعد الأزمة الاقتصادية العالمية عام 2008. وأصبحت الصين أكبر شريك تجاري لتايوان.

الجزائر تفتح سوق الأسهم للمستثمرين الأجانب لكن بحذر

الجزائر ـ رويترز: منذ فترة طويلة تتشابه سوق الأسهم في الجزائر مع اقتصاد البلاد من حيث كثرة القيود التنظيمية وضعف القدرات التنافسية وتراجع الأداء بالنسبة للإمكانات. لذلك فإن الخطط الجزائرية للسماح بدخول الأموال الأجنبية إلى السوق قد تكون خطوة باتجاه تغيير اقتصادي واسع النطاق. وقال المدير العام للبورصة الجزائرية مصطفى فرفارة لـ«رويترز» إن الجزائر ستسمح للمرة الأولى للأجانب بشراء أسهم في الشركات المدرجة إلا أنهم لن يتمكنوا من ذلك إلا بشراكة مع مستثمرين جزائريين. وذكر أن الحكومة أقرت قانونا جديدا للبورصة جرى إعداده بمساعدة خبراء دوليين. وقال فرفارة (35 عاما) المسؤول السابق في البنك المركزي والذي تولى منصبه الحالي منذ 5 أعوام في مقابلة في مكتبه هذا الشهر إن هذه الإصلاحات من المنتظر أن تجمع بين كل الأطراف المهتمة بالسوق المالية الوطنية ولاسيما المستثمرين الأجانب. وأضاف أن البورصة تدرك أهمية هؤلاء المستثمرين ومستعدة لبحث كل المقترحات والتوصيات والإجراءات الملائمة للسماح لهم بالعمل بنشاط داخل سوق الأسهم المحلية مع مراعاة ألا تسبب أنشطتهم ضررا للسوق. وقال إن البورصة ستبذل قصارى جهدها لتحسين شروط مشاركة المستثمرين الأجانب. ولم يقل فرفارة متى سيدخل القانون الجديد حيز التنفيذ ولم يخض في تفاصيل القواعد التي ستغطي عمل المستثمرين الأجانب.

تراجع أسعار الفنادق في آسيا مع ضعف الاقتصاد العالمي

هونغ كونغ ـ د.ب.أ: كشفت دراسة صدرت امس أن أسعار الفنادق في المدن بجميع أنحاء آسيا قد تراجعت العام الماضي بسبب تعثر الاقتصاد العالمي وزيادة المعروض من الغرف، بالاضافة إلى الازمات المحلية.

وقالت الدراسة التي أعدتها شركة الحجوزات «هوتلز دوت كوم» إن اليابان شهدت بعضا من أكبر التراجعات في كارثة الزلزال وأمواج تسونامي والتسرب الإشعاعي في مارس من العام الماضي. وتراجع متوسط الأسعار في هيروشيما بنسبة 24٪ على أساس سنوي ليصل إلى 110 دولارات في الليلة كما انخفض بنسبة 9٪ في طوكيو إلى 163 دولارا. وفي الصين، تراجع متوسط أسعار الغرف بنسبة 24٪ في شنغهاي ليصل إلى 118 دولارا نظرا لوجود فائض في أعقاب معرض «إكسبو» العالمي لعام 2010، في حين انخفضت الأسعار في العاصمة بكين بنسبة 5٪ إلى 108 دولارات وتراجعت في جوانجتشو بنسبة 13٪ إلى 126 دولارا بسبب زيادة المعروض بأكثر من اللازم. واعتمدت دراسة «هوتلز دوت كوم» على حجوزات لدى 142 ألف فندق في مقاصد سياحية على مستوى العالم.

إذا قررت تغيير وظيفتك فعليك باستغلال اللحظة المناسبة

برلين ـ د.ب.أ: كل شيء في العمل يسير بشكل خاطئ، تشعر بالاستياء من وظيفتك، هل هذا وضع مألوف بالنسبة لك؟ أي شخص يفكر في تغيير عمله يشعر بمخاوف كثيرة.

ولكن في معظم الحالات، تكون عواقب تغيير الوظيفة أقل خطورة مما كان متوقعا، والأمر المؤكد هو أنه إذا لم تفعل شيئا بشأن وضعك، فستظل غير سعيد.

هناك خيارات جذابة مثل الحصول على وظيفة أخرى أو إقامة مشروع تجاري أو العودة للدراسة في الكلية، ولكن معظم الناس يؤجلون اتخاذ القرار لفترة طويلة لدرجة أنهم لا يقومون بالتغيير على الإطلاق، ويرجع السبب في هذا التأجيل إلى الخوف من ارتكاب خطأ.

ما هو الوقت المناسب لتغيير الوظيفة؟ يقول مارتن فيرله المدرب في مجال التوظيف «عندما تقاتل من أجل الاستمتاع بوقتك في العمل والمنزل، هذه هي إشارة التحذير، من الممكن دائما أن تحاول أن تنتزع مزيدا من الرضا من وظيفتك».

ولكن في كثير من الحالات، يكون الحل هو تغيير الوظيفة تماما. وقالت كارولين لوديمان المستشارة في مجال التوظيف: «إذا كنت تعتقد أنه لن يتغير أي شيء في العمل، فإن هذا يكون أكثر من مجرد مرحلة تمر بها» ويكون الحل هو أن تتخذ قرار الرحيل.

ماذا أريد حقا؟ يقول فيرله إن السؤال يجب أن يكون أكثر دقة وهو «ماذا كنت ستفعل لو كان لديك كل المال الذي تحتاج إليه ومع ذلك لاتزال ترغب في الذهاب إلى العمل؟» من خلال إعادة صياغة السؤال، معظم الناس يوجهون تفكيرهم بعيدا عن الجانب المادي ويفكرون فيما يريدونه حقا.

تقول لوديمان إنه من المهم أن تكون لديك فكرة مفصلة وقوية عما تريد أن يكون عليه شكل مستقبلك.

كيف سأذهب إلى العمل، بالدراجة أم بالسيارة؟ كيف تبدو منطقة الاستقبال في العمل؟ هل سيكون لدي مكتب؟ هل سيكون لدي رئيس؟ وتابعت «معظم عملائي يجيبون عن هذه الأسئلة بـ «لا أعرف».

ولكن لا يجب أن تكون الإجابة «لا أعرف»، هذا يعني أن الشخص ليست لديه رؤية دقيقة بما فيه الكفاية.

ما الذي يمنعني من تحقيق ذلك؟ وقالت ليوبا فيرت استاذة علم النفس بجامعة كيمنتس في ألمانيا: «نحن نميل إلى استخدام قواعد عامة لاتخاذ القرارات اليومية، ولكن عندما يتعلق الأمر بتغييرات شخصية مهمة، فغالبا ما تفشل عادة صنع القرار لدينا».

وأكدت لوديمان «الخوف من اتخاذ خطوة خاطئة يؤدي إلى عدم الإقدام على أي خطوة على الإطلاق، إذا اتخذت الخطوة الأولى أو الثانية ولاحظت أن الأمور لا تسير بشكل جيد، سيكون لدي وقت لتغيير الاتجاه».

كيف يمكنني اتخاذ الخطوة الأولى؟ ينصح فيرله بأن «أفضل شيء تقوم به هو اختبار مدى قوة الجليد أولا بوضع قدم واحدة عليه ثم تأخذ ثلاث خطوات إضافية مع إبقاء المجال مفتوحا للتراجع».

ويرجع هذا الوضع إلى أن معظم الناس تحكمهم الجوانب المادية مثل الأطفال والإيجار أو الرهن العقاري وأضاف «من النادر أن يتمتع الشخص بالحرية الكاملة للتحرك دون قيود».

وقالت لوديمان إن وضع جدول زمني للتغلب على العقبات الأولى يعد فكرة جيدة، وتابعت: «لقد أظهرت الدراسات أننا نحتاج الوقت بالقدر الذي نحن نخصصه لأنفسنا»، كما أن وضع نفسك تحت ضغط إيجابي يكون مفيدا أيضا «ولكن يجب أن يكون الضغط واقعيا».

وكيف سيكون الأمر إذا أغلق طريق العودة للخلف؟ يشبه فيرله هذه اللحظة بالقيام بقفزة على الثلج.

وأضاف «تدرك عندئذ أنه يجب عليك أن تقفز وإلا ستسقط، ولكن الكثير من الناس يقفزون مبكرا للغاية، ثم يستسلمون ولا يتبقى لهم أي شيء أو يقفزون بعد فوات الأوان»، ولكن إذا كنت تشعر بالثقة فسوف تستغل تلك اللحظة المناسبة عندما يحين وقتها.