

intro PSICOLOGÍA

LAS Predicciones FALLAN

El ser humano necesita predecir. Lo hacemos una y otra vez, y fallamos. ¿Cómo afrontar entonces el futuro? ¿Qué hacer para no paralizarnos? ¿Cómo gestionamos la incertidumbre? Por *Gabriel García de Oro*. Ilustración de *Javier Olivares*

La gran mayoría de nosotros acertaríamos con las predicciones cotidianas, pero no aportan información relevante. Sin embargo, alguien aún no sabe que mañana lunes le sonará el despertador a las 7.30, se levantará diez minutos más tarde y al ir a tomar un café se cruzará con un amor que transformará su vida. Este acontecimiento es lo que Nassim Nicholas Taleb denomina un *cisne negro*, es decir, algo inesperado y extraño, absolutamente impredecible y de un impacto tan extremo que cambia el rumbo y el devenir de la existencia. Desde la *primavera árabe* hasta la irrupción de Internet, pasando por cómo llegamos a conocer a la persona con la que hemos tenido un hijo. Da igual. Si pensamos en las cosas más significativas y relevantes de nuestra existencia, veremos que se tratan de auténticos *cisnes negros*, es decir, total y absolutamente impredecibles, fuera de todo plan o propósito previo.

RESPONDER ES LA RESPUESTA

"Voy a dar un pronóstico para el partido de mañana: puede pasar cualquier cosa" (Ron Atkinson)

A pesar de ello, seguimos sumidos en la ilusión de la predicción. Trazamos planes en función de suposiciones erróneas, nos adelantamos a problemas que nunca existirán y nos aferramos al análisis de datos incompletos para tratar de dilucidar el futuro. ¿Por qué? Porque necesitamos tenerlo todo bajo control, pero si algo se puede decir del futuro es que, afortunadamente, es incontrolable.

Lo inesperado nos produce ansiedad. Pero en el fondo tampoco es de-

seable en absoluto una vida predecible, una pareja predecible, un trabajo predecible... Pocas personas querrían conocer exactamente lo que va a ocurrirles en los próximos años, incluso en los próximos días. Sería trágico y, lo que es peor, aburrido. Vivimos inmersos en

esta paradoja. Sin embargo, el futuro es una herramienta para avanzar. Una cosa es que no podamos predecir el futuro, y otra, que no podamos construirlo desde el presente para estar preparados. El futuro es impredecible, pero no es incontestable.

El que fuera entrenador del Atlético de Madrid en la temporada 1988-1989 soltó en una rueda de prensa la aparente perogrullada con la que titulamos este epígrafe. Pero en el fondo encierra una profunda lección. Fijémonos en cómo prepara un equipo de fútbol un partido cualquiera. Desde que el árbitro señala el principio del encuentro hasta el final puede pasar cualquier cosa. ¿Qué hacen, pues, los equipos? ¿Qué preparan durante toda la semana? Su capacidad de respuesta tanto para administrar una posible ventaja inesperada como para remontar una situación adversa. De eso dependerá el éxito o el fracaso.

Nosotros debemos entrenar igual. Nuestros partidos de fútbol están en las manos de nuestra capacidad para no dilapidar una ventaja y en la fortaleza para no venirnos abajo en una situación adversa. Desde que nos despertamos hasta que nos vamos a dormir, puede pasar de todo. Lo importante es estar preparados. Así, nuestro plan de entrenamiento debería incorporar los siguientes conceptos:

"Una cosa es que no podamos predecir el futuro, y otra, que no podamos construirlo desde el presente para estar preparados"



PSICOLOGÍA

- > ● Ser conscientes de nuestros puntos débiles y entrenarnos en ese tipo de jugadas hasta que estemos seguros de que si sucede, estaremos preparados para responder.
- Aceptar nuestras fortalezas. Todos tenemos puntos fuertes, zonas de confort en las que nos sentimos seguros. Es importante explotar esas características y ser conscientes de ellas para usarlas como recursos.
- Saber adaptarse es fundamental en nuestra vida cotidiana. Ser flexibles, saber acomodarse a los acontecimientos y desde ellos responder de la mejor manera. No intentar en vano forzar a que todo se ajuste a nuestros gustos preestablecidos. Levantarse, reaccionar y seguir jugando el partido aunque nos hayan pitado un penalti injusto.

PARÁLISIS POR ANÁLISIS

“Si abor das una situación como asunto de vida o muerte, morirás muchas veces” (Adam Smith)

Podemos actuar desde el presente para estar preparados y disfrutar o reaccionar ante los *cisnes negros* que nos encontremos. Sin embargo, en ocasiones se nos exige tomar una decisión. ¿Qué hacer cuando nos encontramos frente a dos caminos y tenemos que escoger uno? Decidir es tratar de predecir qué será mejor para nosotros, y si las pre-



“Lo más importante de la decisión es avanzar en ella, adaptarse y estar listos para obstáculos y sorpresas”

dicciones acostumbran a fallar, ¿qué se supone que debemos hacer?

Lo cierto es que lo más importante no es qué debemos hacer, sino qué no debemos hacer: no decidir. Este es el peor y más común de los errores. Que-

LO QUE IMPORTA ES SEGUIR

LIBROS

- ‘El cisne negro, el impacto de lo altamente improbable’, de Nassim Nicholas Taleb. Ediciones Paidós.
- ‘El libro de las posibilidades’, de Albert Liebermann. Editorial Urano.

PELÍCULA

- ‘Minority report’. Un clásico de la ciencia ficción basado en un relato de Philip K. Dick y dirigido por Steven Spielberg en 2002. Incluso en el futuro, las predicciones fallan.

darse atenzado por la ansiedad, caer en lo que los especialistas denominan parálisis por análisis.

- Ante dos caminos, elija el que tiene corazón. Esta frase, extraída de *Las enseñanzas de Don Juan*, de Carlos Castaneda, nos recuerda que en el fondo sabemos aquello que conecta con nosotros, nuestros principios y expectativas.

Siempre hay un camino que reconocemos como el nuestro. Si somos conscientes de que una vez elegido un camino deberemos estar preparados para reaccionar ante situaciones imposibles de presagiar, to-

maremos nuestras decisiones con más tranquilidad, objetividad y serenidad.

- Lo importante siempre escapa al análisis. Los científicos las llaman intangibles o variables ocultas. Existen circunstancias que por más vueltas que les demos, escapan a nuestro control. Por esta razón es tan importante que hagamos caso a nuestro corazón o, para los menos románticos, nuestra intuición.

- Adáptese al camino. Lo que sí podemos predecir es que, una vez que hayamos elegido, deberemos seguir andando. Tal vez nos encontremos con cruces inesperados, tal vez no salga todo como falsamente preveíamos, eso no importa. Una vez más, lo importante de la decisión es avanzar en ella, adaptarse a las circunstancias y estar preparados tanto para los obstáculos como para las sorpresas que nos depara el viaje. ●

Las posibilidades

“Lo hicieron porque no sabían que era imposible” (anónimo)

Después de todo, y como hemos visto, es una auténtica suerte que aquellos acontecimientos importantes en nuestra vida sean impredecibles. Eso significa que cada día está lleno de posibilidades y oportunidades. Depende de nosotros saber detectarlas, aprovecharlas y, en cualquier caso, estar preparados para responder. Si pudiéramos predecir el futuro con más o menos efectividad, seríamos aburridos y, claro, predecibles. Pero no solo eso. Además habría objetivos que no nos propondríamos simplemente porque los prediríamos como imposibles.