

10 CLAVES | IDEAS FUNDAMENTALES PARA CONSTRUIR TU CAPACIDAD DE FUTURO

- Existen distintos modos de concebir el futuro según la cultura, época y mentalidad prevalentes.
- Desarrollar la "capacidad de futuro" es clave para la supervivencia y la libertad humanas.
- Podemos influir en el futuro aun ante los escenarios más negativos.
- Hay cuatro tipos de futuros interrelacionados con características particulares.
- El futuro se activa mediante planificación consciente o ensoñación inconsciente.
- La creatividad es clave para desarrollar la capacidad de futuro.
- Gestionar la incertidumbre y el riesgo ayuda a construir un futuro mejor.
- Imaginar un futuro mejor requiere liberarse de las limitaciones del presente.
- Para construir un futuro mejor, evita los sesgos del pensamiento.
- Hay cuatro tipos de fallos de funcionamiento de futuro, cada uno con su solución.

IDEA 01 | EXISTEN DISTINTOS MODOS DE CONCEBIR EL FUTURO

El futuro es el tiempo que está por venir. Imaginarlo es una capacidad humana que se puede desarrollar para construir el mejor escenario viable. Los futuros son fenómenos relacionados con un propósito: su función es configurar decisiones y acciones frente a un acontecimiento particular.

"La percepción del futuro que tienen personas, organizaciones y sociedades es relativa y depende de factores como edad, educación, experiencias y sesgos sociales, culturales, históricos e ideológicos."

DIMENSIONES PARA CLASIFICAR LOS FUTUROS

- Probabilidad:** posibles, probables o potenciales
- Distancia temporal:** cercanos o lejanos
- Escala:** individuales, grupales o colectivos
- Cultura:** religiones que miran al pasado vs. sociedades modernas cortoplacistas

Las sociedades occidentales, influenciadas por consumo rápido y redes sociales, descuidan el futuro lejano. Reequilibrarlo es una elección consciente.

IDEA 02 | LA "CAPACIDAD DE FUTURO" ES CLAVE PARA LA LIBERTAD HUMANA

No nacemos con un sentido completamente formado del futuro. Se desarrolla desde los 3 o 4 años y a lo largo de toda la vida. El cerebro percibe el futuro como algo casi tan real como el pasado y el presente, y esta percepción es relativa y subjetiva: está influida por emociones, recuerdos e imaginación.

CAPACIDAD DE FUTURO

Tomar mejores decisiones sobre el porvenir. Nos permite aprender, planificar, innovar, tener expectativas, ejercer el libre albedrío y asumir la responsabilidad. Es fundamental para la libertad humana.

LO QUE NOS DA LA CAPACIDAD DE FUTURO

- Aprender**
Integrar experiencias pasadas para mejorar decisiones futuras.
- Planificar**
Estructurar caminos concretos hacia metas deseadas.
- Innovar**
Imaginar alternativas a lo existente y crear nuevas posibilidades.
- Elegir**
Ejercer el libre albedrío y asumir responsabilidad sobre las consecuencias.

A lo largo de la historia, la idea de futuro pasó de ser providencia divina a ámbito para la innovación y la imaginación humanas.

IDEA 03 | PODEMOS INFLUIR EN EL FUTURO, AUN EN LOS ESCENARIOS MÁS NEGATIVOS

La tendencia contemporánea hacia el hiperenfoque en el presente genera falta de atención hacia el futuro a largo plazo. Aunque imaginamos lo que vendrá, esa atención suele dirigirse a elementos inmediatos y rutinarios. El equilibrio en la percepción del tiempo es crucial.

"La vida no es una línea recta, sino un bucle o una espiral en la que descubrimos constantemente nuevos futuros."

— Florence Gaub

FUTUROS NEGATIVOS QUE SOLEMOS PERCIBIR COMO INCONTROLABLES

- Cambio climático**
Percebido como dirigido por fuerzas naturales, cuando la acción humana colectiva puede modificarlo.
- Gestión de la IA**
Sus efectos dependen de cómo diseñemos, regulemos y adoptemos la tecnología hoy.
- Amenaza nuclear**
Construcción social y política sobre la cual las decisiones humanas tienen impacto real.

Los futuros negativos pueden equilibrarse con futuros positivos. El porvenir suele combinar elementos de ambos.

IDEA 04 | LOS 4 TIPOS DE FUTUROS: COMO MATRIOSHKAS ANIDADAS

El futuro se clasifica mediante dos criterios: la distancia temporal y la influencia que pensamos tener sobre él. Esto crea cuatro tipos de futuros interrelacionados, cada uno formando parte de otro más amplio, como matrioskas. Los dos primeros son individuales; los últimos dos son compartidos.

TIPO 1 - INDIVIDUAL

Futuro cotidiano

El futuro inmediato en el que decides qué comer, qué película ver, a qué hora reunirte o dónde ir de vacaciones. Repetitivo y cíclico.

Horas · Días · Semanas

TIPO 2 - INDIVIDUAL

Futuro de nuestra vida

Lineal y ligado a los hitos de la vida cronológica, influido por valores sociales: estudiar, trabajar, metas, legado que quieres dejar.

Años · Décadas · Ciclo vital

TIPO 3 - COMPARTIDO

Futuro de nuestra época

Se mide en retrospectiva. Puede definirse por un gobierno (época victoriana) o por innovaciones (era digital). Brinda contexto a los futuros individuales.

10 a 30 años · Generaciones

TIPO 4 - COMPARTIDO

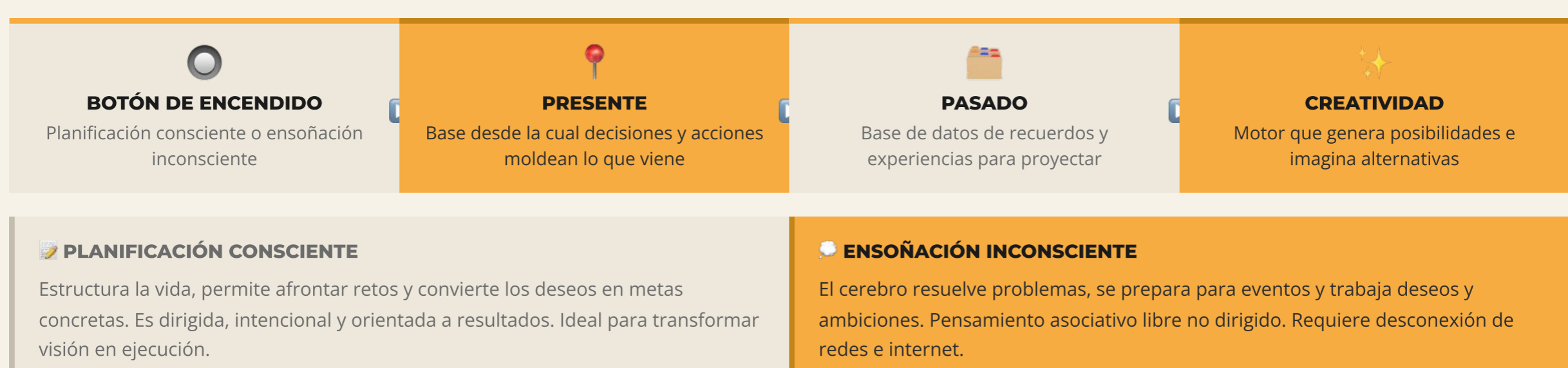
Futuro sagrado

Trasciende el tiempo humano sin fecha final clara. Secular (cambio climático, guerra nuclear) o religioso (juicio final). Ligado a la responsabilidad humana.

Sin horizonte · Generaciones futuras

IDEA 05 | EL FUTURO SE ACTIVA: PLANIFICACIÓN CONSCIENTE + ENSOÑACIÓN INCONSCIENTE

El futuro se compone de cuatro elementos: el "botón de encendido", el presente, el pasado y la creatividad. La mente tiene tres tiempos —pasado, presente y futuro— y puede moverse entre ellos, pero no estar en dos a la vez. Pensamos en el futuro cuando no estamos enfocados en otra cosa.



IDEA 06 | LA CREATIVIDAD ES CLAVE PARA DESARROLLAR LA CAPACIDAD DE FUTURO

La creatividad —capacidad de crear o usar ideas inusuales u originales— es esencial para generar posibilidades y romper patrones repetitivos. Requiere condiciones adecuadas: equilibrio emocional, buen descanso, experiencias diversas y práctica deliberada del pensamiento divergente.

LOS 3 COMPONENTES DE LA CREATIVIDAD

- Imaginación**
Visualizar imágenes mentales de un presente alterno.
- Originalidad**
Algo innovador, distinto o sorprendente.
- Intención**
Presentar una visión o resolver un problema.

HERRAMIENTAS PARA EL PENSAMIENTO DIVERGENTE

- INDIVIDUAL**
Reinterpretar y reescribir
Escribir todas las soluciones posibles a un problema. Preguntarse qué podría haber sido distinto. Reinterpretar un recuerdo específico.
- GRUPAL**
Brainstorming + Question-storming
En lugar de sugerir soluciones, los participantes plantean preguntas sobre el proyecto o problema para abrir ángulos nuevos.
- ORGANIZACIONAL**
Prospectiva estratégica
Exploración del horizonte: no se busca nada específico, se escudriña el horizonte. Técnica de escenarios: partir de un punto inicial y pasar de una idea a otra para identificar conexiones e imprevistos.

IDEA 07 | GESTIONAR LA INCERTIDUMBRE Y EL RIESGO CONSTRUYE MEJOR FUTURO

Aunque el futuro nunca es totalmente predecible, podemos acercarnos a la certeza usando datos, patrones y la comprensión de relaciones causa-efecto. La única manera de afrontar los peligros constructivamente es gestionarlos de manera proactiva: identificar, medir y controlar.

LOS 3 TIPOS DE PELIGRO

- Incertidumbres:** lo desconocido, sin datos suficientes para medir
- Amenazas:** eventos con posibles efectos negativos, no medibles
- Riesgos:** combinan magnitud del impacto x probabilidad de ocurrencia

Lo que no puede medirse no es un riesgo, sino una amenaza. Por eso las aseguradoras rechazan cubrir eventos cuyo impacto o probabilidad no pueden medir.

PROCESO DE GESTIÓN PROACTIVA DEL RIESGO

- IDENTIFICAR AMENAZAS**
Listar todas las amenazas potenciales considerando el peligro que representan.
- MEDIR Y ESTIMAR**
Evaluar cada amenaza: magnitud del impacto y probabilidad de ocurrencia.
- PRIORIZAR**
Ordenar las amenazas de más a menos probables para asignar recursos.
- MITIGAR O COMPARTIR**
Decidir si asumir, reducir o compartir el riesgo mediante seguros u otros mecanismos.

IDEA 08 | IMAGINAR UN FUTURO MEJOR: LIBERARSE DE LAS LIMITACIONES DEL PRESENTE

El optimismo y la visualización activa facilitan alcanzar los objetivos deseados. En *Utopía* (1516), Tomás Moro, pionero de pensar en un futuro mejor, sugirió que si tenemos la capacidad de imaginar que las cosas son distintas, somos capaces de imaginarlas como mejores. Así nacen las innovaciones y los descubrimientos.

"Si tenemos la capacidad de imaginar que las cosas son distintas, somos capaces de imaginarlas como mejores."

— Inspirado en Tomás Moro, *Utopía* (1516)

CLAVES PARA IMAGINAR UN FUTURO MEJOR

- CLAVE 1**
Claridad de objetivos
Tener claros el qué y el cómo de ese futuro mejor al que se aspira. Visión concreta y accionable.
- CLAVE 2**
Abrazar la utopía
Atreverse a pensar que lo posible pueden ser posibles, sobre todo en épocas de crisis cuando más se necesitan ideas nuevas.
- CLAVE 3**
Empatía y futuro colectivo
Imaginar un futuro que dependa de que no existimos en aislamiento, sino en grupo. La empatía fortalece la capacidad de futuro.

IDEA 09 | PARA CONSTRUIR UN FUTURO MEJOR, EVITA LOS SESGOS DEL PENSAMIENTO

Las sorpresas son inevitables, pero su efecto puede controlarse preparándose para distintas eventualidades, mitigando impactos y adaptándose creativamente. Aunque el miedo puede protegernos del peligro, si es excesivo o mal gestionado, se vuelve un sesgo que impide avanzar adecuadamente.

- SESGO 1**
Miedo excesivo
Sin filtro crítico distorsiona la visión del futuro. Aprende a regularlo de manera saludable.
- SESGO 2**
Pensamiento catastrófico
Sobrestimar los potenciales resultados negativos. Evítalo balanceando emoción con análisis.
- SESGO 3**
Wishful thinking
Sobrestimar los resultados positivos o cerrarse a una sola opción lleva a malas decisiones.
- SESGO 4**
Superstición
Predicciones no científicas crean "falsos futuros" ilusorios. Trabaja con base en evidencias.

Practica una esperanza relativa con espacio para la duda. Equilibra el optimismo con pensamiento crítico y planificación realista. Evita la ilusión de certeza.

IDEA 10 | 4 FALLOS DE FUNCIONAMIENTO DEL FUTURO Y SUS SOLUCIONES

Cuando el futuro que imaginamos deja de cumplir su función —ayudarnos a generar posibilidades de acción eficaces en el presente— presenta "fallos de funcionamiento". Florence Gaub identifica cuatro tipos, cada uno con su ruta de solución.

- FUTURO CADUCADO**
Una idea previa del futuro desaparece porque ya cumplió su propósito o cambiaron los valores, circunstancias o perspectivas. Resistirse dificulta el surgimiento de algo nuevo.
SOLUCIÓN EN 3 PASOS
1) Acepta que el viejo futuro perdió validez. 2) Despidete con el duelo necesario (escritura, terapia). 3) Crea un nuevo futuro con visualización, coaching o prospectiva estratégica.
- FUTURO INVISIBLE**
Perder de vista el futuro puede llevar a la depresión o al estancamiento social. Ocurre cuando las demandas del presente exceden la capacidad o hay un exceso abrumador de opciones.
HERRAMIENTAS DE REACTIVACIÓN
Terapia para individuos · Previsión estratégica para organizaciones · Acción colectiva para comunidades · Reducción del ruido de información
- EL "MAL FUTURO"**
Genera miedo e ira que paralizan en forma de procrastinación o negación. Su intensidad depende de 3 factores: duración, qué tan abrumador es y cuánta influencia tenemos sobre él.
RUTA DE GESTIÓN
Regular las emociones · Recuperar sensación de seguridad · Revisar suposiciones · Explorar alternativas mediante escritura · Análisis, crítica y reflexiva
- FUTURO SIN INSPIRACIÓN**
Vivir en "piloto automático" siguiendo guiones sociales que dictan qué metas perseguir. Harvard confirma que la capacidad de cambiar se mantiene en cualquier etapa de la vida.
REACTIVACIÓN DE LA INSPIRACIÓN
Elegir objetivos intrínsecos y significativos · Conservar flexibilidad para adaptarse · Centrarse en la realización interior, no en logros materiales

El futuro es un horizonte de posibilidades que debemos imaginar para el bien común. En él se expresa el potencial humano y debemos modelarlo para las generaciones venideras.

SOBRE LA AUTORA | DRA. FLORENCE GAUB

La Dra. Florence Gaub es politóloga, experta en seguridad y futuróloga. Dirige el Departamento de Investigación de la Escuela de Defensa de la OTAN en Roma. Su obra *Futuro: Un manual de instrucciones* integra neurociencia, filosofía, psicología e historia en una guía rigurosa y accionable con reflexiones, consejos y ejercicios prácticos para imaginar, diseñar y materializar un porvenir mejor —tanto a nivel individual como para líderes y organizaciones.