

LA ERA DE LA INCERTIDUMBRE

Por Santiago Beorlegui Cano

CEO Vitral, EXTRA y RAE

www.expertosentransformacion.com



E

Existen cientos de estudios, miles de aproximaciones al tema. Empecemos por conocer la definición del término. De acuerdo a la Real Academia Española (RAE), incertidumbre significa falta de certidumbre. Ante definición tan escueta, definamos certidumbre. Según el mismo diccionario es la obligación de cumplir algo. Otros diccionarios son más precisos. Incertidumbre: falta de seguridad, de confianza o de certeza sobre algo, especialmente cuando crea inquietud.

Como notarás se aplica el sustantivo en relación con hechos futuros, que por eso mismo son desconocidos. Inclusive en esta obsesión por determinar de alguna forma certezas, se ha clasificado en tipos de incertidumbre. También se han diseñado metodologías para el cálculo de incertidumbre. Y no nos desviemos del tema con el famoso "Principio de incertidumbre", propuesto por Heisenberg.

No obstante, cuando usamos el término incertidumbre en relación con el contexto en el que estamos inmersos, surgen cientos de interrogantes, para las cuales desafortunadamente no

tenemos respuestas, además no fuimos entrenados para convivir con ella.

En esta recurrencia por generar certezas inclusive hemos llegado al extremo de calcular cuantas de nuestras preocupaciones acaban por consumarse. Para muestra léase esta nota: "El 91.4 % de las cosas por la cuales te preocupas no ocurren"

(<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0005789419300826>).

Diversos artículos publicados recientemente de psicología clínica contemplan la incertidumbre como sesgos cognitivos en donde las preocupaciones, la obsesión por anticiparnos y el miedo al futuro, generan síntomas de nerviosismo, inseguridad, angustia, ansiedad, estrés e inclusive tristeza, enojo, desesperación y depresión.

APRENDE A VIVIR CON ELLA

Es necesario que empecemos a entender y aceptar que la situación local y global cambió drásticamente. La gran mayoría de las cosas a las que estábamos acostumbrados en relación con la convivencia y la libertad para movernos sin medidas de higiene extremas, desaparecerán por una larga temporada.

La incertidumbre siempre a estado presente, desde que el homo sapiens surgió sobre la faz de la tierra hace 160 mil 000 años y desarrolló la consciencia, la incertidumbre hizo su aparición en escena. La única certeza que tú y yo tenemos es que moriremos, como ley natural. Aun así, no sabemos cuándo.

La incertidumbre siempre estará presente. Permíteme hacer una analogía: dependiendo de la edad que tengas, es el número de años que llevas nadando en el inmenso océano de la incertidumbre. Te pregunto: ¿No te has ahogado? ¿Sigues vivo? ¿Flotarás, de a muertito, sin oponer resistencia? Desde luego ese océano no siempre está en calma, cuando se avencinan tormentas y el mar se agita, se embravece, requerimos utilizar nuestros recursos (saber nadar) para no claudicar.

Pues ahora más que nunca, requerimos prepararnos para la tormenta perfecta, que sin el ánimo de ser negativo o pesimista nosotros como humanidad entera hemos construido. Los

niveles de incertidumbre se han incrementado enormemente. Y como en la fábula de la rana en la olla del agua caliente, es necesario que tomemos las medidas necesarias para no acostumbrarnos a que "suba la temperatura y acabemos cocidos"; es decir, paralizarnos y no hacer nada.

No se trata de buscar a toda costa el lado positivo. De lo que hablo, es que siempre ha existido y existirá la incertidumbre como nuestra compañera. Y si ya lo sabemos, ¿qué podemos hacer al respecto?, ¿qué pensarías si te dijera bienvenida la incertidumbre?

BIENVENIDO A LA NUEVA ERA

La ansiedad anticipatoria, esa obsesión por mantener todo bajo control, nos enferma. Puedes tener planes, agendas, calendarios, estimaciones y cálculos. Eso no significa que ocurrirán.

Ni tú ni yo sabemos qué pasará en 1, 5, o 50 minutos, o en las próximas horas, días, semanas o años. No existe la certeza de que todo lo planeado se logre, se consiga. Esta obsesión desmedida por tener el control, saber que pasará materialmente ha acompañado a la humanidad toda la vida.

En ultimas fechas términos como resiliencia, asertividad, autogestión, *accountability*, *ownership* se han puesto de moda. Esta es una clara invitación a no paralizarse, postergar, procrastinarnos o deprimirnos.

Bienvenida la era de la incertidumbre, y aún cuando su nivel se ha incrementado drásticamente, seguirá siendo el espacio de la creación y de todas las posibilidades, siempre y cuando estemos dispuestos a seguir adelante.

