# MANUAL DE GÂNDIT (ȘI) PE TERMEN LUNG

PENTRU ORICINE
VREA SĂ ÎȘI CREEZE VIITORUL
PERSONAL / PROFESIONAL

DIANA STAFIE

Titlu și subtitlu:
**MANUAL DE GÂNDIT (ȘI) PE TERMEN LUNG: pentru oricine vrea să își creeze viitorul personal/profesional**

Autor: **Diana Stafie**

**Copyright © Publica, 2026 pentru prezenta ediție**

Toate drepturile rezervate. Nicio parte din această carte nu poate fi reprodusă sau difuzată în orice formă sau prin orice mijloace, scris, foto sau video, exceptând cazul unor scurte citate sau recenzii, fără acordul scris din partea editorului.

---

**DESCRIEREA CIP A BIBLIOTECII NAȚIONALE A ROMÂNIEI**

STAFIE, DIANA
**Manual de gândit (şi) pe viitor : pentru oricine vrea să îşi creeze viitorul personal/profesional** / Diana Stafie. - Bucureşti : Publica, 2026

ISBN 978-606-722-778-9

001.18

---

Editori: **Cătălin Muraru, Silviu Dragomir**
Director Executiv: **Adina Vasile**
Redactor-Șef: **Ruxandra Tudor**
Design Copertă: **Alexe Popescu**
Corector: **Cătălina Călinescu**
DTP: **Mădălina-Andreea Dîrdără** și **Răzvan Nasea**

# Pune viitorul pe agenda ta!

Dear
futur
I'm re

**Despre imaginație, optimism** și **acțiuni concrete** pentru punerea viitorului pe agendă

# Câteva gânduri pentru viitor



## Andreea Roșca

**autor**
**creator The Vast & The Curious**

În cea mare parte a timpului, relația noastră cu viitorul are doar două variante și niciuna nu este foarte satisfăcătoare. Fie planificăm viitorul și îl tratăm ca pe o materie care trebuie controlată și forțată să corespundă cu forma planurilor, fie capitulăm anxioși în fața incertitudinii și complexității, spunându-ne că lucrurile sunt oricum incontrolabile, deci ce va fi, va fi. Niciuna nu pare să ne ducă acolo unde vrem.

La rândul lui, ghicitul viitorului nu a produs vreodată prea multe rezultate care să merite amintite, nici măcar când ghicitorii au fost experți într-un domeniu sau altul. În plus, în ultimul timp, prezentul ne ține atât de ocupați, încât ideea de a reflecta cu metodă la ce ar putea urma pare uneori un lux pe care nu ni-l permitem. Sau prea înfricoșătoare ca să ne apropiem de ea.

**Premisa cea mai interesantă pe care Diana o propune în această carte-manual este că**

## viitorul nu e, totuși, ceva care „se întâmplă” și nici ceva care poate fi complet controlat sau anticipat.

Nu e nevoie să prezicem ce se va întâmpla, atâta timp cât putem participa direct și activ în procesul de a crea viitorul, fie că e vorba despre viața personală sau profesională.

Viitorul este modelabil prin contribuția noastră directă, cu condiția să înțelegem că el există deja oriunde în jurul nostru. Gândul că trăim permanent în trei realități diferite este provocator și interesant: **prezentul, viitorul imediat și cel îndepărtat se suprapun în fiecare clipă și le trăim pe toate trei concomitent, deși nu realizăm acest lucru.**

Peste tot în jur există împrăștiate „semințe” de viitor care le șoptesc ce urmează oamenilor care au învățat să exploreze, să asculte și să se pregătească. Sunt semnale slabe, pe care adesea nu le băgăm în seamă, pentru că suntem prea ocupați să rezolvăm problemele presante ale prezentului. Dar aceste semnale devin în timp realități care definesc lumea, așa cum sunt astăzi mașina electrică sau inteligența artificială. Niciuna dintre ele nu a început prin a fi normă, ci au apărut inițial ca mici semnale de schimbare răzlețe și nebăgate în seamă. Acum e firesc pentru oricine să conducă o mașină electrică și să aibă lungi conversații inteligente cu Claude sau ChatGPT. Dar gândiți-vă dacă v-ați fi putut imagina așa ceva acum cinci sau zece ani. Ei bine, cineva și-a imaginat.

**Tot ceea ce există astăzi a fost cândva doar o sămânță, o vagă posibilitate, un semnal aproape imperceptibil care a coexistat în liniște cu prezentul din fiecare moment.**

Această carte explică în detaliu cum să căutăm și să găsim semnalele care anticipează lumea de mâine și cum să lucrăm cu ele în cel mai practic mod posibil.

Diana s-a antrenat îndelung pentru a descifra și a articula posibilități de viitor, și a făcut-o cu cei mai buni din lume. În mai bine de un deceniu de muncă în domeniul viitorului și în știința numită *Foresight*, a folosit metode și modele care funcționează în egală măsură pentru schimbări strategice în mari corporații sau pentru dileme personale, precum „ce facultate să urmez?". Le veți găsi pe toate în această carte-manual, dar ele singure nu sunt suficiente pentru a schimba relația cu viitorul și felul în care colaborăm cu el.

E cel puțin la fel de important să înțelegem și de ce mintea umană are reale dificultăți în a se gândi într-un mod sistematic și organizat la viitor: de la faptul că ceea ce avem azi tinde să fie mult mai prețios decât ceea ce am putea avea mâine, la rezistența noastră naturală la schimbare sau la un soi de eșec al imaginației care ne împiedică să concepem lucruri radical diferite de cele care există deja.

**Ceea ce propune Diana este, de fapt, un nou fel de a gândi și de a naviga prin lume.** Poate că intenția pragmatică este aceea de a echipa cititorii cu instrumentele necesare pentru a lucra cu variante de viitor și cu posibilități. Modelele pe care le propune, explicațiile psihologice și din economia comportamentală, exercițiile practice și exemplele din propria ei experiență sunt toate instrumente utile și bine explicate și ne conduc către a fi mai buni arhitecți de viitor.

Dar, citind cartea, nu m-am putut opri să constat că are asupra mea și un al doilea efect, mult mai subtil și poate neintenționat:

**Nu poți ajunge la finalul ei și să crezi în continuare că nu îți poți modela cumva viitorul.**

**Nu poți face exercițiile și să continui să nu ai încredere în propriile puteri.**

**Nu poți ajunge la final și să nu îți (re)capeți o doză de optimism și entuziasm pentru ce ai putea face împreună cu o echipă sau un grup.**

O relație frumoasă cu viitorul ține în egală măsură de știință și de încredere. Le veți găsi în măsuri egale în paginile care urmează.

*Andreea Roșca*

Autor, Creator The Vast&The Curious

# Cupri


De ce scriu acest manual? 16

#1 Ambidexteritate: Arta de a conduce și prezentul, și viitorul 23

#2 Facem bani din prezent 65

#3 Capcana prezentului 79

#4 Poveștile pe care ni le spunem 97

#5 Amintiri din viitor 117

# ins


#6 De la intenție la acțiune 147

#7 Profesia ta... la timpul viitor 177

#8 Copiii noștri și viitorul 199

#9 Pune viitorul pe agendă 221

Concluzia 249

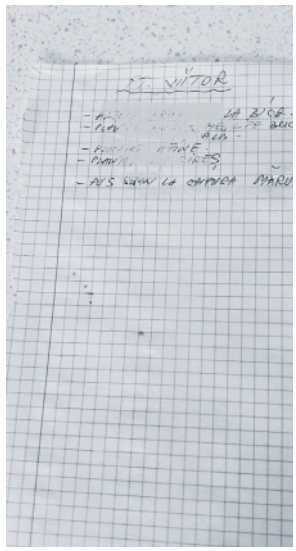
*Povestea mea: de la cifre la viitoruri* 254



”

# Viitorul nu e doar ceva ce mi se întâmplă, e ceva ce pot modela.”

# De ce scriu acest manual?




Vara trecută, la Moinești (orașul meu natal, dar și locul unde momentan scriu aceste rânduri), m-am oprit în fața unui sertar al mamei. Mi-a atras atenția o foaie cu notițe și mi-am amintit că avea mereu astfel de foi mici de matematică pe care scria ca titlu ***„Pentru viitor”*** și își nota acolo tot felul de liste cu lucruri de făcut. Nu vă imaginați că erau planuri mari sau vreo strategie, ci lucruri simple, concrete, puse deoparte pentru mai târziu.

Mi-am dat seama că am crescut printre ele. Poate că de acolo a pornit dorința mea de a studia viitorul și a face proiecte de ***foresight*** (sau analiză prospectivă, însă pe parcursul acestui manual voi folosi noțiunea de *foresight*, care deși nu e în română, e un termen mai folosit ca analiză prospectivă).

Sunt acum în a doua decadă de activitate profesională construită în jurul *foresight-ului* și am ajuns să văd un tipar în organizații și în viețile profesionale ale oamenilor. Când ne uităm în viitor sau facem strategii pe termen mediu și lung, nu simt că ne lipsește inteligența sau ambiția. Ce simt e că de multe ori prea suntem în modul așteptare și reacție; și cred că ne-ar ajuta dacă ne-am dezvolta o mentalitate focusată pe construcție, ceva de genul ***„viitorul nu e doar ceva ce mi se întâmplă, e ceva ce pot modela”.***

**Asta am vrut să construiesc în paginile care urmează.**

# Cum te poate ajuta acest manual?

**De la început aș menționa că acest manual nu te învață să trăiești în viitor.** Nimeni nu ar trebui să trăiască acolo. În schimb mi-ar plăcea să te ajute să folosești viitorul ca să trăiești prezentul mai bine, mai conștient, mai puțin reactiv, să ai mai mult sens acum.

Acest manual nu îți promite că vei ști ce se întâmplă mâine. Te rog, nu te aștepta la un ghid de certitudini, nu îți voi spune exact ce o să se întâmple peste 3 ani sau într-o anumită industrie.

Ce îți propun în schimb este ceva mai util pe termen lung: să îți antrenezi modul în care gândești despre viitor. Obiectivul meu a fost să-ți povestesc, în baza educației și experienței mele, care sunt *mindset-ul*, reflexele și obiceiurile care fac diferența între cineva care doar reacționează la schimbare și cineva care o anticipează.

Astfel că **primele 4 capitole** explorează de ce ne e atât de greu să gândim pe termen lung și ce ne ține ancorați în prezent. **Capitolele 5** și **6** introduc cadrul mental și instrumentele care transformă intenția în acțiune. **Capitolele 7** și **8** aplică această gândire în două contexte în care viitorul contează enorm: cariera ta și copiii noștri. Iar **ultimul capitol** îți oferă un set de acțiuni concrete pe care le poți începe de luni dimineață.

Știți, am avut draftul acestui manual gata înainte de emergența AI-ului. Și după, tare greu mi-a fost să îl finalizez, să pun punct. Cu ajutorul AI-ului l-am structurat probabil mai bine și am primit perspective la care nu mă gândeam singură. Dar m-a și detașat de un anumit conținut – îl citeam și nu mai știam sigur ce e al meu și ce e „îmbunătățit". Și astfel mi-a luat mult mai mult să îl termin decât mi-am propus.

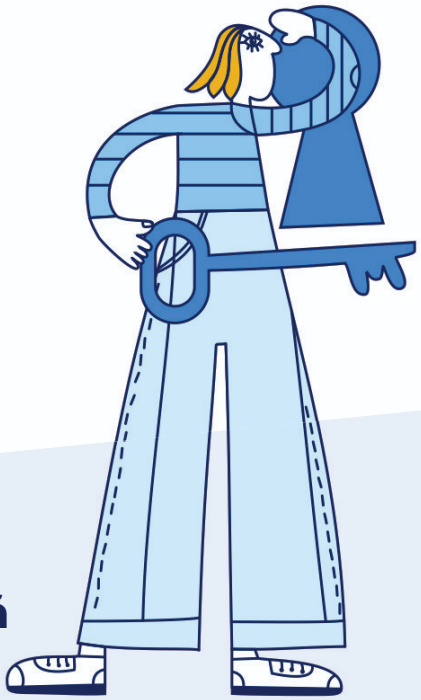
# Cel mai mult îmi doresc să fie un material UTIL.

Dacă mai ții minte asta și, până la sfârșit, s-a dovedit a fi util pentru tine, tare m-ar ajuta să îmi dai un mesaj, un **WhatsApp**, un **LinkedIn**, un **post de share** pentru alții.

Cu prietenie,

*Diana*





## Și aș îndrăzni chiar să îți fac o promisiune:

Dacă parcurgi acest manual și aloci timp pentru exerciții, eu zic că după aceea o să ai măcar:

1. **un limbaj mai bun despre viitor**, poate chiar o relație mai bună cu viitorul (pentru tine și pentru cei din jurul tău, mai ales dacă ai **copii** sau **tineri** în viața ta);
2. **ambidexteritate în gândire:** gândire și pe termen scurt, dar și pe termen lung;
3. câteva **scenarii** posibile **pentru profesia ta**;
4. **un ritual săptămânal**;
5. **o decizie importantă luată diferit**.