

Inteligencia Emocional

CURIOSIDAD



Serie Inteligencia Emocional de HBR

Cómo ser más humano en el entorno profesional

Esta serie sobre inteligencia emocional, extraída de artículos de la *Harvard Business Review*, presenta textos cuidadosamente seleccionados sobre los aspectos humanos de la vida laboral y personal. Estas lecturas, estimulantes y prácticas, ayudan a conseguir el bienestar emocional en el trabajo.

Mindfulness

Resiliencia

Felicidad

Empatía

El auténtico liderazgo

Influencia y persuasión

Cómo tratar con gente difícil

Liderazgo (Leadership Presence)

Propósito, sentido y pasión

Autoconciencia

Focus

Saber escuchar

Confianza

Poder e influencia

IE Virtual

*Energía y
motivación*

Buenos hábitos

Inclusión

Perseverancia

Gestiona la ansiedad

Otro libro sobre inteligencia emocional de la

Harvard Business Review:

Inteligencia Emocional, 3ª edición

Curiosidad

SERIE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE HBR

Reverté Management

Barcelona · México

Harvard Business Review Press

Boston, Massachusetts

Curiosidad
Serie Inteligencia Emocional de HBR
Curiosity
HBR Emotional Intelligence Series

Original work copyright © 2024 Harvard Business School Publishing Corporation
© Harvard Business School Publishing Corporation, 2024
All rights reserved.

© **Editorial Reverté, S. A., 2024**
Loreto 13-15, Local B. 08029 Barcelona – España
revertemanagement.com

Edición en papel
ISBN: 978-84-10121-05-8

Edición ebook
ISBN: 978-84-291-9830-0 (ePub)
ISBN: 978-84-291-9831-7 (PDF)

Editores: Ariela Rodríguez / Ramón Reverté
Coordinación editorial y maquetación: Patricia Reverté
Traducción: Genís Monrabà Bueno
Revisión de textos: M.ª Carmen G. Galott

Estimado lector, con la compra de ediciones autorizadas de este libro estás promoviendo la creatividad y favoreciendo el desarrollo cultural, la diversidad de ideas y la difusión del conocimiento. Al no reproducir, escanear ni distribuir ninguna parte de esta obra por ningún medio sin permiso estás respetando la protección del copyright y actuando como salvaguarda de las creaciones literarias y artísticas, así como de sus autores, permitiendo que Reverté Management continúe publicando libros para todos los lectores. En el caso que necesites fotocopiar o escanear algún fragmento de este libro, dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, <http://www.cedro.or>). Gracias por tu colaboración.

Contenidos

1. Las cinco dimensiones de la curiosidad 1

No preguntes: «¿Cuál es tu nivel de curiosidad?»;

pregunta: «¿Cómo es tu curiosidad?».

Todd B. Kashdan, David J. Disabato,
Fallon R. Goodman y Carl Naughton

2. Desarrolla el músculo de la curiosidad 15

Cinco recomendaciones basadas en la evidencia científica.

Tomas Chamorro-Premuzic

3. Convierte el aprendizaje continuo en parte de tu rutina 33

Mantente abierto a nuevos descubrimientos.

Helen Tupper y Sarah Ellis

Contenidos

- 4. La curiosidad es igual de importante que la inteligencia** **51**
Potencia tu capacidad de gestionar la complejidad.
Tomas Chamorro-Premuzic
- 5. Hacer que el trabajo sea más significativo** **63**
Cómo la curiosidad puede ayudarte a dar sentido a tu propósito más profundo.
John Coleman
- 6. ¿Quieres relaciones más sólidas en el trabajo? Cambia tu forma de escuchar** **77**
Genera confianza y descubre nuevas perspectivas.
Manbir Kaur
- 7. Cómo evitar los problemas habituales de comunicación en el trabajo** **87**
Abre tu conversación a un espacio de aprendizaje.
Marsha Acker
- 8. Cómo sentir empatía por alguien que te molesta** **101**
Interésate por la perspectiva de los demás.
Rebecca Knight

Contenidos

- 9. Forja relaciones más sólidas y duraderas** **113**
Lecciones de un matemático querido, bien relacionado y con talento.
Utkarsh Amitabh
- 10. Por qué hay que cultivar la sensación de asombro (sobre todo ahora)** **127**
Aumenta los niveles de energía, inspiración y resiliencia mediante el asombro.
David P. Fessell y Karen Reivich
- 11. Cuatro frases que erigen una cultura de la curiosidad** **143**
Utiliza estas frases para crear vínculos más profundos en tu equipo.
Scott Shigeoka
- Índice** **159**