



Herramientas para
la Comunicación Positiva

TEMA 2. La curiosidad

Siempre me interesan los informes que dicen que algo no ha pasado. Porque como sabemos, hay cosas conocidas hay cosas que sabemos que sabemos. También sabemos que hay incógnitas conocidas, es decir, sabemos que hay algunas cosas que no sabemos. Pero también hay incógnitas desconocidas, las que sabemos que no sabemos. (CNN, 2016).

La curiosidad surge del

deseo de saber. Cuando las personas son curiosas están en la búsqueda de una respuesta a preguntas que tal vez se han planteado con anterioridad, o que nunca se les habían ocurrido, y que nacen a partir de nuevas respuestas.





La curiosidad ha mantenido el ingenio vivo a lo largo de la historia de la humanidad. Gran parte del mundo como lo conocemos, ahora nació a partir de la mente curiosa de alguien que se preguntó ¿cómo iluminar un espacio?, ¿cómo curar una enfermedad?, ¿cómo sanar la mente de una persona que sufre?, o ¿por qué dos personas criadas bajo las mismas circunstancias reportan distintos estados respecto de la felicidad?

Ser curiosos abre posibilidades y permite a las personas adquirir conocimiento. Ser curiosos también abre posibilidades respecto de los otros; nos permite explorar quiénes son, cómo piensan y qué experiencias han tenido (Allen, 2022).

La curiosidad es también una fortaleza de carácter y pertenece a la virtud de la

sabiduría. Desde la psicología positiva es definida como la búsqueda de lo novedoso y la apertura a nuevas experiencias con el deseo de adquirir conocimiento. La curiosidad puede ser concreta o global, cuando se posee una mentalidad abierta a todo (Seligman, 2011).



En este sentido, ¿por qué es importante ser curioso? (Allen, 2022).

- ▶ La curiosidad es un vehículo para la creatividad y la innovación.

- ▶ Conduce al crecimiento personal y profesional.

- ▶ Es una herramienta para aprender e investigar.

- ▶ Es una brújula para tomar decisiones o rechazar algo.

- ▶ Es el resultado de una mente abierta.

En términos de comunicación, la curiosidad conduce a conversaciones que implican desarrollar la habilidad de preguntar. Una de las cosas más interesantes en torno a la conexión humana tiene que ver con el descubrimiento y redescubrimiento de las personas. Mirar a los otros con curiosidad abate la monotonía cuando se trata de las relaciones interpersonales, y esa curiosidad puede abordarse desde una postura que mantenga la premisa del no saber (Chen et al., 2022).



El no saber no es un concepto relacionado con la forma en que se adquiere y se construye conocimiento. No saber se trata de la intención con la que se aborda una conversación y la capacidad de dejar ese conocimiento en suspenso. En este proceso las ideas de quien pregunta, de quien aborda la conversación con curiosidad, se plantean como algo tentativo, como posibilidades que se traen a la conversación y que pueden integrarse de forma colaborativa entre quienes participan en el diálogo (Instituto Kanankil, 2016).

Preguntar es una forma de curiosidad. Preguntar es una habilidad y puede ser también un arte. No siempre es fácil preguntar. Las preguntas no solo abren la mente de quien las responde, también de quien las formula.



Brown (2015) dice que elegir ser curiosos es elegir ser vulnerables porque requiere que nos rindamos a la incertidumbre. Y ser curiosos no siempre es una decisión; las personas somos curiosas por naturaleza. Pero con el tiempo se aprende que la curiosidad, como la vulnerabilidad, puede herirnos, y como resultado las personas se autoprotegen y eligen certeza en vez de curiosidad, armadura en vez de vulnerabilidad, y el saber por encima del aprendizaje.





La curiosidad y la relación con el asombro y la postura del no saber se representa extraordinariamente en los niños. Los niños son seres sumamente interesados en la causa y el efecto de las cosas (Livio, 2017).

Su curiosidad los conduce a respuestas, que, a su vez, buscan indagar en nuevos conocimientos. La mente de los niños es un claro ejemplo de la visión del no saber y las aproximaciones para descubrir que, detrás de algo desconocido o algo que aparenta ser de determinada forma, existe una razón, y que no podemos acceder a la respuesta si no es a través de las preguntas (Livio, 2017).



Csikiszentmihalyi, padre del flow, psicólogo e investigador en temas relacionados con psicología positiva y la calidad de vida, afirmaba que la curiosidad conducía a la creatividad, y que las personas exitosas y creativas tenían dos cosas en abundancia: creatividad y empuje. Estas dos características eran decisivas para que esas personas fueran exitosas, no la inteligencia, sino el deseo y la garra por lograr metas (Steimer, 2021).

En este orden de ideas, para generar conversaciones creativas y formular preguntas innovadoras con genuina curiosidad se requiere entrenamiento. Voluntad para adentrarse en la mente y la visión de las personas desde una postura en la que se asume que todo es nuevo y que detrás de la forma de pensar de alguien existen razones por descubrir (Frazier et al., 2009).

Las terapias y sesiones de coaching más exitosas, entre otras disciplinas de acompañamiento, son notorias en la medida en que se logra, en primer lugar, acceder a los modelos mentales de las personas, es decir, conocer qué es importante para ellas, cuáles son sus motivaciones, qué experiencias previas coadyuvaron para tener determinada forma de pensar, quiénes han sido las personas que las han acompañado y cómo ha influido eso en la construcción de sus pensamientos, qué detona ciertas emociones, etcétera (Cherubini, 2019).



Quando hacemos preguntas y somos curiosos se crea también un entorno en el que las personas pueden estar mayormente predispuestas a abrirse y compartir lo que hay detrás de sus relatos. Sin embargo, cuando se abordan conversaciones con apropiaciones respecto del otro, las conversaciones pueden estar limitadas y sesgadas por las interpretaciones de quien pregunta (Cherubini, 2019).



La curiosidad, además de enriquecer el mundo de quienes la ejercen e involucran en los procesos conversacionales, puede hacer a las personas más felices. Según la investigación de Livio (2017), la curiosidad a nivel cerebral activa la misma zona del cerebro donde se albergan las recompensas, de tal modo, que al ser curiosos se experimentan estados placenteros, sobre todo cuando se practica la curiosidad epistémica, que es aquella que intenta comprender más allá del hecho de saber acerca de algo (Livio, 2017).

Finalmente, las conversaciones como medio de construcción humana y de experiencias simbólicas y enriquecedoras, permiten ampliar y mejorar las experiencias vitales si son generadas desde una mente curiosa, que indaga y permite la influencia de otros desde las experiencias y vivencias.



Referencias

Instituto Kanankil. (2016, 19 de mayo). *Conversaciones. Harlene Anderson y el “no saber”* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=V2lUgycJfw8>

Allen, C. (2022). *The why and how of curiosity*. Recuperado de <https://careerhub.students.duke.edu/blog/2022/03/07/the-why-and-how-of-curiosity/>

Brown, B. (2015). *Rising Strong. How the ability to reset transforms the way we live, love parent and lead*. Estados Unidos: Penguin Random House.

Cherubini, J. M. (2019). Strategies and communication skills in sports coaching. *En American Psychological Association eBooks*.

Chen, X., Chang, F., y Westermann, G. (2022). *The Role Of Metacognitive Abilities and Curiosity In Learning*. Recuperado de <https://doi.org/10.31234/osf.io/asqkj>

Frazier, B., Gelman, S., y Wellman, H. (2009). Preschoolers' Search For Explanatory Information Within Adult-child Conversation. *Child Development*, 6(80).

CNN. (2016, 31 de marzo). *Rumsfeld Knowns* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=REWeBzGuzCc>

Seligman, M. (2011). *La auténtica felicidad*. España. Editorial Zeta.

Livio, M. (2017). *Talks at Google ¿Why? What Makes us Curious* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=v4wBhnruPA0>

Steimer, S. (2021). *Mihaly Csikszentmihalyi, pioneering psychologist and ‘father of flow,’ 1934–2021*. Recuperado de <https://news.uchicago.edu/story/mihaly-csikszentmihalyi-pioneering-psychologist-and-father-flow-1934-2021>

Livio, M. (2017). *Why?: What makes us curious*. Reino Unido: Simon and Schuster.