

4. Nieuwsgierigheid

A. Wat is het inzicht?

In het Nederlands kent de term 'nieuwsgierigheid' zowel positieve als negatieve associaties. Men kan nieuwsgierigheid zien als een positieve drijfveer, die aanzet tot onderzoek, leren en ontdekken. Echter, sommigen interpreteren nieuwsgierigheid negatief, als overmatige interesse in zaken die hen niet direct aangaan.

In het Engels kent het woord 'curiosity' uitsluitend een positieve betekenis. Het verwijst over het algemeen naar een natuurlijke drang om te leren, te ontdekken en de wereld te begrijpen.

Wanneer wij hier spreken over nieuwsgierigheid, hebben we uiteraard alleen de positieve kant ervan voor ogen: de drang om nieuwe kennis en informatie op te nemen, vragen te stellen en het onbekende te verkennen.

Nieuwsgierig zijn betekent een open geest hebben, bereid zijn nieuwe dingen te omarmen, diversiteit te waarderen en je volledig te engageren met de wereld om je heen. Deze openheid laat een scala aan ervaringen en perspectieven toe, wat resulteert in een rijke variëteit aan gedachten, ideeën en inzichten.

George Loewenstein beschrijft de kern van nieuwsgierigheid in zijn 'informatiekloof-theorie'. Hij beweert dat nieuwsgierigheid ontstaat uit het verschil tussen wat we al weten en wat we nog willen weten. Deze kloof zorgt voor mentale onrust, een verlangen dat ons motiveert om de kloof te dichten. We ervaren een drang om de ontbrekende informatie te vinden, de openstaande vragen te beantwoorden en het verborgene te ontsluiten.

Nieuwsgierigheid gaat verder dan alleen interesse tonen; het gaat daarbij om het actieve proces van zoeken en ontdekken. Nieuwsgierigheid vormt de vonk voor ons leren, voedt onze creativiteit en stuwt innovatie voort.

Al sinds de dageraad van de menselijke geschiedenis heeft nieuwsgierigheid ons geleid naar onze grootste ontdekkingen en vooruitgang. Onze voorouders voelden de drang nieuwe landen te ontdekken, uitvinders raakten geïnspireerd en ontwikkelden baan-

brekende technologieën, en nieuwsgierigheid blijft de menselijke vooruitgang aanjagen. Zij stimuleert ons om te onderzoeken, leren en groeien.

B. Waarom is het belangrijk?

Hier volgen vier cruciale redenen waarom nieuwsgierigheid ons zowel professioneel als persoonlijk verrijkt.

1. Motor van kennis en vernieuwing

Nieuwsgierigheid wakkert ons verlangen naar ontdekking en kennis aan. Zij moedigt ons aan buiten onze comfortzones te stappen, vraagstukken te onderzoeken en onbekend terrein te betreden. In organisaties leidt nieuwsgierigheid tot innovatieve oplossingen voor complexe problemen en laat zij ons verbanden leggen die anderen mogelijk niet zien.

2. Verdieping van onze onderlinge relaties

Nieuwsgierigheid speelt een sleutelrol in het vormen en onderhouden van relaties. Oprechte interesse in de gedachten en ervaringen van anderen bevordert een dieper inzicht en een sterkere verbinding. In een organisatie kan dit resulteren in een betere teamdynamiek, effectievere communicatie en een prettige werkomgeving. Bovendien kan het ons empathisch vermogen versterken, een essentiële vaardigheid in leiderschap en conflictbeheersing.

3. Verbetering van ons probleemoplossend vermogen

Nieuwsgierigheid zet ons aan tot het stellen van vragen: waarom, hoe, wat als? Deze vragen vormen de basis voor kritisch denken en probleemoplossing. Ze stimuleren ons om dieper te graven, informatie zorgvuldig te analyseren en diverse opties te overwegen voordat we een besluit nemen. Deze methodische benadering van nieuwsgierigheid is uitermate nuttig in onze carrière, vooral wanneer we te maken krijgen met complexe uitdagingen. Bovendien bestaat er een duidelijk verband tussen nieuwsgierigheid en creativiteit. Nieuwsgierigheid leidt ons op een verkenningstocht, waardoor we nieuwe ervaringen opdoen. Deze nieuwe ervaringen genereren nieuwe ideeën en creatieve gedachten. En creativiteit kan vervolgens leiden tot innovatieve oplossingen.

4. Versterking van ons welzijn en geluk

Steeds meer bewijs suggereert dat nieuwsgierigheid niet alleen onze professionele prestaties verbetert, maar ook bijdraagt aan ons

persoonlijke welzijn. Nieuwsgierigheid versterkt onze veerkracht in moeilijke tijden, omdat zij ons stimuleert alternatieve perspectieven en mogelijkheden te onderzoeken. Bovendien verhoogt de voldoening die we halen uit leren en ontdekken ons algehele geluksgevoel. Een nieuwsgierige instelling houdt ons betrokken, motiveert ons en bevordert een levenslange leergierigheid.

C. Wat kunnen we doen?

Hier volgen zes praktische suggesties om onze nieuwsgierigheid aan te scherpen.

1. Blijf je nieuwsgierigheid voeden en versterken

Ik heb de metafoor van de spier vaker gebruikt in dit boek. Net als een spier moet je nieuwsgierigheid trainen. Overweeg het volgende dagelijks:

- Leer elke dag iets nieuws. Lees bijvoorbeeld een artikel over een onbekend onderwerp of bekijk een presentatie op www.ted.com. Deze presentaties duren meestal achttien minuten en worden gegeven door boeiende sprekers die direct ter zake komen. Voor wie minder tijd heeft, is de presentatie 'Success, failure and the drive to keep creating' van Elizabeth Gilbert, die slechts zeven minuten duurt, een optie.
- Kies vooral ook presentaties buiten je interessegebied. Er zijn meer dan 40.000 TEDx-presentaties beschikbaar op platforms zoals YouTube. TEDx Talks zijn onafhankelijk georganiseerde evenementen in het TED-format. Kijk bijvoorbeeld naar 'Brain Hack: 6 secrets to learning faster, backed by neuroscience' door Lila Landowski. Je kunt TEDx Talks laten ondertitelen. Het doel is je verlangen naar de ontdekking van nieuwe kennis te stimuleren.
- Houd altijd een notitieboekje bij de hand of een notitieapp geopend op je smartphone. Leg spontane gedachten vast, zelfs als ze nog vaag zijn. Let op gedachten die je nieuwsgierigheid prikkelen en die je verder wilt onderzoeken. Deel ze eventueel met anderen, zoals vrienden, familie of collega's, of post ze op een blog of forum en vraag om feedback.

- Creëer thuis of op je werk een nieuwsgierigheidshoek. Dit kan een plank, een hoek van een kamer of een digitaal bestand zijn waar je items verzamelt die je intrigeren. Dit kan variëren van boeken tot gadgets of krantenknipsels. Neem dagelijks even de tijd om deze hoek te bezoeken en de vragen te overpeinzen die de items oproepen. Deze hoek kan je ook herinneren aan het belang van dagelijks leren en ontdekken.

2. Koester een open geest

Sta open voor ideeën en standpunten die afwijken van je eigen overtuigingen. Ga in gesprek met mensen met andere meningen en zoek deze dialoog actief op. Het doel is niet overtuigen, maar luisteren en leren. Ik ken mensen met rotsvaste overtuigingen op gebieden als geloof, politiek en levenswijsheden. Een debat met hen voeren heeft vaak weinig zin; ze veranderen niet van mening. Toch leer ik veel door simpelweg naar hen te luisteren, vragen te stellen en hun denkwijze te begrijpen.

3. Stel vragen

Vragen vormen de basis van nieuwsgierigheid en verrijken je inzicht. Maak het een dagelijkse gewoonte om vragen te stellen over wat je ervaart, of dat nu op het werk is of tijdens het lezen van een artikel. Duik dieper in deze vragen en zoek de antwoorden op door gesprekken, onderzoek of experimenten. Houd een lijst bij op je smartphone met favoriete vragen, en voeg nieuwe toe als je die tegenkomt. Hier zijn drie soorten vragen als het gaat om het voordeel van dagelijks een wandeling maken:

- Kritische vraag: zijn er wetenschappelijke studies die aantonen dat dagelijks wandelen aanzienlijk bijdraagt aan het verbeteren van de mentale gezondheid?
- Analytische vraag: hoe beïnvloedt de duur en intensiteit van dagelijkse wandelingen de gezondheidsvoordelen die men kan ervaren?
- Nieuwsgierige vraag: welke onverwachte dingen zou ik kunnen ontdekken of ervaren tijdens dagelijkse wandelingen in verschillende omgevingen?

Deze vragen verkennen het onderwerp vanuit verschillende invalshoeken en nodigen uit tot dieper nadenken en onderzoek.

4. Reserveer tijd voor dagelijkse reflectie

Reflectie vormt een essentieel aspect van het cultiveren van

nieuwsgierigheid. Sta dagelijks even stil bij wat je hebt geleerd of ervaren. Dit kan door een dagboek bij te houden, te mediteren of tijdens een rustige wandeling. Reflectie stelt je in staat verbanden te zien en je inzichten te verdiepen. Hoe vaker je reflecteert, des te meer behoefte je voelt om je gedachten vast te leggen.

Hier zijn drie dagelijkse vragen om je nieuwsgierigheid te voeden:

- Wat riep vandaag een nieuwe vraag of nieuwsgierigheid in mij op?
- Welke uitdaging ben ik vandaag tegengekomen en wat heb ik daarvan geleerd?
- Wat wil ik morgen verbeteren op basis van wat ik vandaag heb geleerd?

Deze vragen stimuleren je om actief aandacht te besteden aan je dagelijkse ervaringen en die ervaringen te benutten als basis voor verdere verkenning van wat belangrijk voor je is.

5. Leer vanuit verschillende bronnen

Beperk je niet tot één type informatie, maar verbreed je horizon door diverse bronnen te raadplegen. Door uit verschillende bronnen te putten, prikkel je je nieuwsgierigheid en verrijk je je blikveld.

Over creativiteit luister ik naar podcasts die het onderwerp vanuit diverse perspectieven behandelen: vanuit organisaties, kunst en design, en muziek. Maar ik luister ook naar uitzendingen die de spirituele kant van creativiteit verkennen. Door me met diverse inzichten te voeden, borrelen vaak ideeën op die combinaties zijn van al die perspectieven. Die ideeën noteer ik direct, anders vergeet ik ze.

We kunnen wereldwijd nieuws en magazines raadplegen voor een globaal perspectief, musea of historische plekken bezoeken voor een dieper cultureel en historisch begrip, of deelnemen aan lokale evenementen die tradities vieren. Het gaat erom te genieten van het leerproces en leergierig te blijven.

6. Neem de 'beginnershouding' aan

Benader nieuwe situaties, mensen of onderwerpen met de nieuwsgierigheid van een beginner, zelfs als je al kennis of ervaring hebt op dat gebied. Door deze houding aan te nemen, zet je eventuele

vooroordelen en verwachtingen opzij en sta je open voor nieuwe ideeën en ervaringen. Deze benadering kan je helpen om nieuwe inzichten te verwerven en je nieuwsgierigheid aan te wakkeren.

Zenmeester Shunryu Suzuki zei ooit: 'In de geest van de beginner liggen vele mogelijkheden, in die van de expert weinig.' Dit betekent dat we als beginners openstaan voor nieuwe ervaringen en kansen. Onze kennis of ervaring beperkt ons niet, dus we kunnen dingen op een frisse manier bekijken. Naarmate onze expertise toeneemt, vormen we bepaalde overtuigingen en aannames over de wereld. Deze kunnen onze kijk op nieuwe mogelijkheden in de weg staan. Het citaat benadrukt het belang van een open geest, zelfs wanneer we meer ervaring opdoen. We moeten steeds bereid blijven om bij te leren en nieuwe perspectieven te ontdekken.

D. Conclusie

Het is duidelijk dat nieuwsgierigheid een onschatbare partner vormt in zowel ons persoonlijke als ons professionele leven. Nieuwsgierigheid verrijkt onze kennis, verdiept relaties en stimuleert probleemoplossende vaardigheden.

Nieuwsgierigheid ontsteekt de vonk van innovatie en legt de basis voor leren. Het zorgt ervoor dat we blijven groeien, onszelf uitdagen, diversiteit waarderen en de wereld om ons heen ten volle beleven.

Nieuwsgierigheid is meer dan alleen een vaardigheid; zij vormt een mindset, een levensfilosofie. Nieuwsgierigheid betekent dat we openstaan voor nieuwe ideeën, vragen stellen en willen blijven leren. Nieuwsgierigheid leidt ons naar onbekend gebied, opent deuren naar nieuwe mogelijkheden en versterkt onze veerkracht in uitdagende tijden.

Maar boven alles bevordert nieuwsgierigheid onze groei en verrijkt het ons leven. Laten we daarom vooral nieuwsgierig blijven!

Op een mooie dag besloot een haas, die uitermate trots was op zijn vlugheid, een schildpad uit te dagen voor een hardloophwedstrijd. De schildpad, zich volledig bewust van zijn trage tempo, aanvaardde toch de uitdaging. Ze stelden een finishlijn vast en het startschot klonk. Met een indrukwekkende snelheid schoot de haas vooruit, al snel een aanzienlijke afstand tussen hem en de schildpad creërend. Overmoedig geworden door zijn voorsprong, besloot hij een dutje te doen onder een nabijgelegen boom. Hij dommelde in, onopgemerkt van het feit dat de schildpad in een gestaag tempo doorliep.

Toen de haas ontwaakte, keek hij op en zag tot zijn grote ontsteltenis dat de schildpad de finishlijn bijna had bereikt. Hij sprong op en zette het op een lopen, zo hard als zijn poten hem konden dragen. Maar het was al te laat; de schildpad had gestaag en onverstoorbaar zijn weg vervolgd en won uiteindelijk de race.

