

Heidi Grant

## Cómo lograr que la gente esté de su lado

Su guía para encontrar refuerzos que le ayuden a alcanzar sus metas

Suponga que camina hacia un extraño en el bus o en el metro con la intención de pedirle que le ceda su asiento. Imagínese caminando por la calle y preguntándole a una persona al azar si le presta su teléfono. Si la simple idea de hacer estas cosas lo pone nervioso, usted no está solo: los psicólogos sociales han descubierto que hacer este tipo de cosas pone increíblemente incómoda a la mayoría de la gente.

Pero aquí está lo irónico: a pesar de que odiamos pedir ayuda, el ser humano está hecho para serle útil a los demás. Y eso es magnífico, ya que todos los días, en los lugares de trabajo modernos y altamente colaborativos de hoy, necesitamos saber cuándo y cómo llamar a la caballería para solicitarle ayuda.



La Dra. **Heidi Grant** es autora de varios libros bestsellers, conferencista y psicóloga social. Ella investiga, escribe y habla sobre la ciencia de la motivación. En 2017, fue parte de la lista Thinkers50 que incluye las mentes más influyentes de la administración en el mundo. Es directora científica de Neuroleadership Institute y de Motivation Science Center de la Universidad de Columbia.

### Contenido:

#### PARTE UNO

Pedir ayuda es lo peor

##### Capítulo 1

Nos hace sentir mal

##### Capítulo 2

Asumimos que nos dirán que no

##### Capítulo 3

Asumimos que pedir ayuda hará que la gente nos quiera menos

#### PARTE DOS

En todo caso, cómo pedir ayuda

##### Capítulo 4

La inherente paradoja de pedir ayuda

##### Capítulo 5

Los cuatro pasos para obtener la ayuda que usted necesita

##### Capítulo 6

No genere situaciones extrañas

##### Capítulo 7

El refuerzo grupal

#### PARTE TRES

Generando una cultura de servicio

##### Capítulo 8

El refuerzo de la identidad positiva

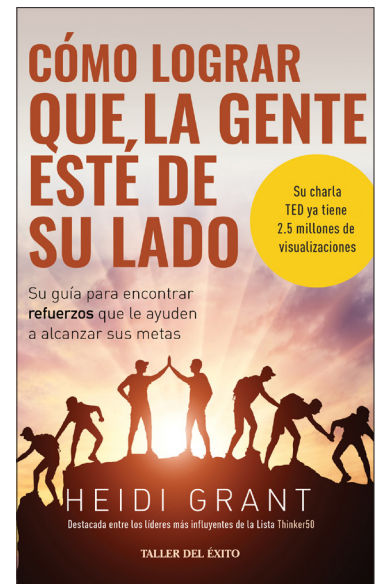
##### Capítulo 9

El refuerzo de la eficacia

#### Notas

#### Agradecimientos

## Metas



### En esta obra el lector aprenderá:

- “Con un lenguaje elegante y un conocimiento firme de la ciencia, Heidi Grant les muestra a sus lectores cómo buscar ayuda de manera que tanto quien la solicita como quien la brinda se sientan positivos, efectivos y listos para ayudar una y otra vez más”. —Daniel H. Pink, autor de múltiples *bestsellers* de *The New York Times*

EAN: 9781607385882

Formato: Rústica

Tamaño: 13.5 cm x 21.5 cm

Páginas: 192 pp