DESCRIPCIÓN DEL MÓDULO

Ante la IA, dejar de pensar en pequeño: tres voces que frenan

Módulo adaptativo · ~20 min

Tres de cada cuatro empleados no se sienten cómodos con la IA, y más de la mitad esquivan las herramientas que se les facilitan y trabajan a mano. El freno rara vez es técnico: todo se decide antes, en tres voces interiores que el módulo enseña a descifrar —la voz de protección, la crítica interior, el miedo a quedarse obsoleto—, junto con los cinco comportamientos que las delatan en el día a día.

OBJETIVOS PEDAGÓGICOS

01 Reconocer al Protector y sus tres argumentos: puedes hacerlo mal, puedes hacer daño, puedes hacerte daño.

02 Distinguir la crítica interior, tajante y ansiosa, de la crítica constructiva, que cuestiona y busca soluciones.

03 Detectar el FOBO, el miedo a quedarse obsoleto, y sus dos efectos opuestos: la carrera desordenada o la inhibición.

04 Identificar los cinco comportamientos que delatan que se está pensando en pequeño, desde las peticiones básicas hasta el uso solitario de la IA.

PÚBLICO DESTINATARIO

Cualquier persona que quiera atreverse a más con la IA, y mánagers que quieran un equipo que experimente.

- **Requisitos previos:** ninguno

DESARROLLO DEL MÓDULO

En autonomía, con un entrenamiento adaptado a cada participante.

1. **Autodiagnóstico**: sobre 9 dimensiones, para situar las propias prácticas y orientar el entrenamiento.
2. **Vídeo de experto**: de 10 minutos, con 3 pausas de reflexión.
3. **Casos prácticos**: 2 primeros casos elegidos a partir del autodiagnóstico y, después, otros 16 opcionales. Cada respuesta recibe un feedback: sus efectos y una pista para mejorar.
4. **Compromiso con fecha**: una acción que probar, redactada por el participante o elegida entre las propuestas.
5. **Ficha resumen descargable**: puntos clave, preguntas, compromiso, notas personales y listas de comprobación.

UN EJEMPLO ENTRE LOS CASOS PROPUESTOS

Brahim, recepcionista, envió el año pasado un mensaje erróneo y se lo reprocharon delante del equipo. Desde entonces, Brahim se dice: «Las herramientas no son para mí». Léon, su mánager, busca a alguien para probar el asistente de IA para responder a las personas inscritas. ¿Qué debe hacer Brahim?

EVALUACIÓN Y VALIDACIÓN

Umbral: 80 %

La puntuación tiene en cuenta las respuestas a los casos prácticos, el compromiso formulado y, en su caso, las actividades de aprendizaje complementarias. Para validar el módulo se requieren un compromiso y una puntuación de al menos 80 %.

MÉTODOS Y MODELOS

- Play small / pensar en pequeño — Tara Mohr, «Playing Big» (2014)
- El Protector y sus 3 argumentos (hacerlo mal / hacer daño / hacerse daño) — método Afthonios, inspirado en el concepto de crítica interior
- FOBO (fear of becoming obsolete) — término documentado en la literatura de recursos humanos y psicología del trabajo sobre la ansiedad ligada a la inteligencia artificial (IA)

FUENTES Y REFERENCIAS

- KPMG — «2025 American Worker Survey» (publicada el 24 de noviembre de 2025, más de 2.100 empleados estadounidenses de grandes organizaciones): el 52 % teme que la IA pueda sustituir su empleo, una proporción que casi se ha duplicado en un año
- Wiley (Workplace Intelligence) — informe «The Human Side of Artificial Intelligence» (2024): el 75 % de los empleados afirma que le falta confianza al usar la IA
- WalkMe — «State of Digital Adoption Report» (2026, 3.750 encuestados, 14 países): el 54 % de los empleados ha esquivado las herramientas de IA para trabajar manualmente
- Tara Mohr — «Playing Big» (2014): concepto de «play small» (pensar en pequeño)

Módulo creado por Afthonios.com.

Contenido verificado el 10 de noviembre de 2026