DESCRIPCIÓN DEL MÓDULO

Reuniones 1:1 en el trabajo híbrido: cuidar la relación

Módulo adaptativo · ~20 min

En el trabajo híbrido, quedan pocos espacios para la relación entre mánager y colaborador: los mensajes se suceden, las reuniones tratan de lo colectivo y los seguimientos, de los entregables. A ello se suma el sesgo de proximidad, que concede más atención a las personas con las que uno se cruza. De ahí este módulo, que establece la reunión 1:1 como un ritual construido entre ambos: nunca cancelado, dedicado a profundizar en cuatro temas que las demás reuniones no abordan y preparado tanto por el colaborador como por el mánager.

OBJETIVOS PEDAGÓGICOS

01 Hacer de la reunión 1:1 una cita intocable: regular, distinta del seguimiento de proyecto, que se reprograma en lugar de cancelarse.

02 Profundizar en los cuatro temas ausentes de las demás reuniones: proyecto profesional, señales débiles, feedback mutuo y sentido.

03 Mantener una proporción de escucha de 70/30, abriendo con preguntas concretas en lugar de con «¿qué tal?».

04 Variar los formatos —videollamada, llamada mientras se camina, presencial— e implicar al colaborador en la preparación.

PÚBLICO DESTINATARIO

Mánagers que quieren mantener el vínculo con cada uno, en la oficina o a distancia, y construirlo juntos.

- **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

Dirige a Moritz, que teletrabaja cuatro días por semana, y a Ingeborg, a quien ve cada día en la oficina. Este mes ya ha aplazado dos veces el 1:1 de Moritz. El jueves, una sustitución coincide con sus dos 1:1; tiene hueco el viernes por la mañana. ¿Qué hace?

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

- La reunión 1:1 semanal entre mánager y colaborador: inspirada en Andy Grove (High Output Management, 1983)
- La proporción de escucha 70/30: principio de escucha activa (Carl Rogers)
- La plantilla de preparación compartida y la corresponsabilidad del colaborador: aportación de Afthonios
- Variar los formatos contra la fatiga de las videollamadas (Jeremy Bailenson, Stanford)

FUENTES Y REFERENCIAS

- Gallup, «How Effective Feedback Fuels Performance»: entre los empleados que han recibido un feedback útil en la última semana, el 80 % se declara plenamente comprometido, sea cual sea su lugar de trabajo
- Jeremy Bailenson, Stanford (Virtual Human Interaction Lab), «Nonverbal Overload: ... the Causes of Zoom Fatigue» (Technology, Mind, and Behavior, 2021)
- Bloom, Han & Liang, Nature (2024): ensayo sobre el trabajo híbrido, la satisfacción y la retención
- Mazmanian, Orlikowski & Yates (2013): la paradoja de la autonomía y la conexión permanente

Módulo creado por Afthonios.com.

Contenido verificado el 21 de octubre de 2026