

# Mapas vivenciales experienciales

andar-acompañar

## Mis pequeña historia con los *mapas vivenciales*

Cuando he aplicado el Focusing a lo que yo hago ha salido esto de... los *mapas vivenciales*.

Hasta ahora, que yo sepa, nadie ha utilizado las palabras y el concepto de *mapas vivenciales*.

Se me ocurrió este nombre dándole vueltas para explicar lo que era que yo hacía con aquellos folios en el suelo, era explicando, casi a modo de Focusing, lo que casi eran, pero no son

- Son casi como mapas conceptuales<sup>1</sup>, contienen conceptos pero... no son mapas conceptuales.
- Son casi como mapas semánticos<sup>2</sup>, contienen significados pero... no son mapas semánticos.
- Son casi como mapas mentales<sup>3</sup>, contienen ideas asociadas, enganchadas pero... no son mapas mentales
- Están organizados como en un organigrama pero... no son

De cada vivencia una pauta para los mapas vivenciales, en esta confluencia de mis mundos cada cual aporta un algo a esta inspiración:

1. De los procesos: matemáticos, ebanistería, de mis juegos de infancia tipo rayuela: pasar por todas las casillas en un cierto orden.
2. De mis juegos de adolescencia: juegos de pistas, en cada etapa hay una pista un algo que nos aporta información y nos estimula, nos impulsa a seguir adelante
3. De mi formación con los árboles y flor colaborativa de Julio Hervás<sup>4</sup> basados en las danzas de la cnv de Bridget Belgrave y Gina Lawrie<sup>5</sup>. La primera vez que vi. papeles en el suelo con significado y orden y me dio tanta claridad que se me quedó resonando esta posibilidad para más allá, para otros procesos.

---

<sup>1</sup> **Mapas conceptuales** desarrollados por Joseph D. Novak en los años 60 basándose en las teorías de Ausubel. Constan de conceptos unidos mediante palabras enlace para formar proposiciones.

<sup>2</sup> **Mapas semánticos** también llamados redes conceptuales, fueron propuestos inicialmente por Pearson y Johnson en 1978. Los mapas semánticos no tienen ninguna estructura jerárquica, sirven para explorar el conocimiento sobre un determinado tema o concepto.

<sup>3</sup> **Mapas mentales** fueron desarrollados inicialmente por Tony Buzan en los años 70. Son gráficos donde se parte de una idea central a la que se van añadiendo asociaciones, conceptos o ideas secundarias conectadas por líneas

<sup>4</sup> **Árboles y flor colaborativa**, Julio Hervás en el 2009 desarrolló una aplicación especial de las danzas de la cnv para hacer el proceso más didáctico

<sup>5</sup> **Danzas de la cnv** Bridget Belgrave et Gina Lawrie inspiradas por el trabajo de Klaus Karstædt, en los años 90 desarrollaron estas "danzas" como medio de difusión de la comunicación no violenta



4. Del trabajo con sillas o lugares con cojines de la terapia gestalt que realicé y en donde descubrí que el cambio de lugar es algo más que cambiar de lugar es cambiar de voz, de perspectiva, de...
5. De mi formación en Focusing, imprescindible para entender todo esto de ...
6. Y, sobretodo, de las muchas horas conmigo misma: . desde que surge la semilla-idea a la explosión como fuegos artificiales en el cielo. Tiempo-focusing preparando, probando, discuriendo, ajustando, resonando sintiendo ... va por aquí, esto es... va por aquí

### **Concepto, función de los *mapas vivenciales***

Los *mapas vivenciales* son unas fichas de tamaño folio, en donde hay información significativa de un proceso. Se colocan en el suelo, en un orden determinado. Por cada paso hay una ficha, de modo que cuando se ha realizado ese paso, se va a la siguiente ficha, así hasta terminar el recorrido. Puede utilizarse para un proceso de auto aprendizaje, autoconocimiento o también para facilitar el acompañamiento y la escucha.

Es una herramienta visual y kinestésica, organiza en el espacio la información, utiliza los dos hemisferios del cerebro, aprovecha la diversidad de percepciones sensoriales, todas las memorias del cuerpo, todos los recursos del cuerpo por lo que permite aprender, profundizar, estar en temas complejos.

Utilizando la memoria-entendimiento-inteligencia global del cuerpo se facilita el aprendizaje, a organizar e integrar los conocimientos, vocabulario y la comprensión significativa de la nueva información; ayuda a clarificar y comprender las relaciones entre los conceptos, permitiendo tomar conciencia del significado profundo de las palabras y el proceso.

Estos mapas se pueden usar como técnica de estudio, estrategia de aprendizaje, camino de autoconocimiento, de acompañamiento o de simple organizador de información, y esto "*funciona*" tanto para las matemáticas como para el desarrollo personal.

Ana Santiago Urkijo

En Gabiria-Gipuzkoa a 20/12/2013

Revisado 18/08/2016

url: [http://www.hazitzen.org/articulos/mapas\\_vivenciales.pdf](http://www.hazitzen.org/articulos/mapas_vivenciales.pdf)



Ana Santiago Urkijo

[www.hazitzen.org](http://www.hazitzen.org)