

ACTIVIDADES: 13. MAPAS EMOCIONALES

TIPOLOGÍA.

Mi/nuestra relación con el tema.

EDAD. Desde los 10 años en adelante.

BREVE DESCRIPCIÓN.

Los análisis de la realidad no solo deben pasar por la razón. Cuando nos planteamos desarrollar un análisis de la realidad sobre algún tema o situación conviene analizar también las emociones que nos produce. De esta manera también profundizamos más en la relación que los diferentes temas tienen sobre nuestra existencia (o con la existencia y cotidianidad del grupo con el que trabajamos). Reconociendo las situaciones que nos generan emociones desagradables, detectamos con más facilidad los aspectos que queremos modificar. Los mapas emocionales se pueden desarrollar tanto en un “mapa de ideas”, como sobre el plano de un territorio que queramos analizar.

OBJETIVOS.

Desarrollar habilidades para el desarrollo de diagnósticos del contexto cercano.

Resaltar nuestra (mí y con otras) relación con la temática.

Desarrollar capacidades para analizar el entorno-contexto críticamente.

DESARROLLO PASO A PASO.

Ofrecemos dos posibilidades:

Si la temática o situación que estamos analizando se relaciona con un territorio fijo (por ejemplo el entorno del centro educativo), os recomendamos que diseñéis un recorrido, no demasiado largo. Conviene definir los aspectos sobre los que queréis llamar la atención; Por ejemplo si estamos trabajando la movilidad podemos buscar zonas en las que las aceras sean anchas o estrechas, zonas invadidas por los coches, escalones de las aceras demasiado altos, zonas verdes, etc... Si la temática es el consumo, buscar diferentes tipos de comercio, etc

La siguiente fase será hacer este recorrido con el alumnado. Conviene hacer una serie de sugerencias: que vayan en silencio, que presten atención a lo que van sintiendo, que vayan anotando las diferentes emociones.

Si la temática o situación no se relaciona específicamente con ningún territorio haremos un “mapa de ideas” asociado a la temática. Para realizar un mapa de ideas necesitamos un papelógrafo o pizarra. Anotaremos la temática o situación en el centro y posteriormente con la participación de todo el grupo iremos anotando ideas que estén relacionadas.

En la siguiente sesión la propuesta consiste en ir colocando nuestras emociones en el mapa.

Si hemos realizado el itinerario necesitaremos un plano del recorrido con las diferentes paradas que realizamos destacadas. Le propondremos al alumnado que anoten en posits las emociones que recuerdan en cada uno de los puntos de interés, y que anoten también alguna sensación que hayan tenido aunque no sea de las paradas seleccionadas. Las deberán colocar en el plano asociadas a la zona que les generó esa situación.

Si hemos realizado el “mapa de ideas” el procedimiento será el mismo colocando los posits alrededor de cada idea.

Interesa invitar a todo el grupo a que lea los posits de toda la clase.

Para finalizar debatiremos sobre las diferentes emociones sentidas, cuales nos gustan, cuáles no nos gustan, que necesitaríamos para que esas emociones cambiaran, etc

Te recomendamos consultar el “Mapa Estelar” [11. Recomendaciones para la gestión de debates.](#)

TEMPORALIZACIÓN.

Mínimo dos sesiones de 55 minutos.

MATERIALES.

Plano de gran tamaño, posits, lápiz y papel.

A TENER EN CUENTA.

Si desarrollas el recorrido adáptalo a la edad de tu grupo, hazlo tú antes, selecciona cuidadosamente las paradas, busca elementos significativos que estén relacionados con la temática o situación que estáis trabajando. Échale imaginación porque cualquier tema realmente puede tener su traducción en el territorio: cuestiones feministas, relacionadas con el medio ambiente, con la participación, con el modelo de consumo, gestión de residuos, movilidad, transculturalidad, etc,

PARA EVALUAR.

Prestar especial atención a la libre expresión de las emociones, al respeto que manifiestan por emociones ajenas, etc